



Influencia de los estilos parentales y vínculos afectivos en la elección de pareja: un estudio en Cúcuta, Norte de Santander (2025)

Lisbeth Lorena Salinas Ríos

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Vicerrectoría Regional Santanderes

Sede Cúcuta (Nortde de Santander)

Programa Especialización en Familia, Infancia y Adolescencia

Noviembre de 2025

Influencia de los estilos parentales y vínculos afectivos en la elección de pareja: un estudio en Cúcuta, Norte de Santander (2025)

Lisbeth Lorena Salinas Ríos

Trabajo de Grado presentado como requisito para optar al título de Especialista en Familia, Infancia y Adolescencia

Asesor(a)

Angélica María Gelvez Silva

Título académico

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Vicerrectoría Regional Santanderes

Sede Cúcuta (Nortde de Santander)

Programa Especialización en Familia, Infancia y Adolescencia

Noviembre de 2025

Dedicatoria

A Camilo Peña, mi persona vitamina.

*Quien con su amor me salvó de todas las formas que una persona puede ser salvada,
quien me llevó a descubrir que es posible reescribir la vida pese al pasado, el testimonio de que
elegir tu lugar seguro es la garantía de la felicidad.*

A mi madre, mi compañía.

Quien con su incondicional amor no me ha dejado jamás.

*A todo aquel que, en sus vínculos replicando su pasado ha experimentado dolor sepa que
es posible cambiar el destino y encontrar la salud en el amor.*

Agradecimientos

Con profundo agradecimiento a Dios por cada experiencia que me ha permitido vivir; a mis padres Alcira Ríos y José Salinas que con su entrega construyeron todo lo bueno que hay en mí; a mi familia Adriana, Karolina, Kmila, Yireth, Likny, Marián, Victoria, Jhon, por ser parte de mí; a mi gran amor Camilo Peña por acompañarme y ser mi apoyo día a día; a Didier Ordoñez por enseñarme grandes verdades humanas; a Stephanie Sarmiento por guiarme a seguir mi corazón; a Esperanza Peñaloza por alentarme con cada mensaje; a Angélica Gelvez por orientarme en esta experiencia académica y a cada participante que con su vida plasmaron un precedente sobre la crianza y el amor.

Tabla de Contenido

Resumen.....	9
Abstract.....	10
Introducción	11
1. Problema.....	13
1.1 Título.....	13
1.2 Planteamiento del problema.....	13
1.3 Formulación del problema.....	16
1.4 Objetivos.....	16
1.4.1 Objetivo general.....	16
1.4.2 Objetivos específicos.....	16
1.5 Justificación	16
2. Marco Referencial	18
2.1 Antecedentes.....	18
2.1.1 Antecedentes Internacionales.....	18
2.1.2 Antecedentes Nacionales.....	20
2.1.3 Locales	22
3. Marco Teórico	24
3.1 Vínculos afectivos.....	24
3.2 Estilos parentales	27
3.3 Elección de pareja.....	30
3.4 Adultez.....	34
4. Marco conceptual	36
5. Marco contextual	36
6. Marco legal.....	38
7. Marco metodológico.....	40
7.1 Tipo y diseño metodológico.....	40
7.2 Población y muestra.....	41
7.2.1 Criterios de inclusión	41
7.3 Procedimiento	42

7.4	Fases de la investigación.....	42
7.5	Técnicas e instrumentos para la recolección de la información	43
7.5.1	Historia de vida	43
7.5.2	Entrevista semiestructurada.....	44
8.	Resultados y discusión.....	44
9.	Conclusiones.....	95
10.	Recomendaciones	97
	Referencias bibliográficas.....	98

Lista de tablas

Tabla 1. Estilos parentales y vínculos afectivos.....	45
Tabla 2. Elección de pareja	56
Tabla 3. Relación entre estilos parentales, vínculos afectivos y elección de pareja	77

Lista de anexos

Anexo 1. Validación de expertos	103
Anexo 2. Historia de vida.....	119
Anexo 3. Entrevista semiestructurada.....	120
Anexo 4. Consentimiento informado	122
Anexo 5. Instrumentos diligenciados	123

Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo analizar la influencia de los estilos parentales y los vínculos afectivos en la elección de pareja en adultos de Cúcuta, Norte de Santander. Se implementó un enfoque metodológico cualitativo con un diseño fenomenológico, basado en la narrativa de diez participantes, obtenida mediante historias de vida y entrevistas semiestructuradas. Los hallazgos demostraron que la calidad de las dinámicas tempranas en el hogar es el principal predictor de la funcionalidad en la elección adulta. Las experiencias de estilos y vínculos seguros facilitaron la replicación de patrones saludables y una selección consciente. En contraste, los estilos y vínculos inseguros condujeron a una elección marcada por la disfunción, manifestada en tres patrones: replicación del impacto negativo, compensación de carencias o contraste consciente de la disfuncionalidad.

Palabras clave: estilos parentales, vínculos afectivos, elección de pareja.

Abstract

The objective of this research was to analyze the influence of parenting styles and emotional bonds on mate selection in adults in Cúcuta, Norte de Santander. A qualitative methodological approach with a phenomenological design was implemented, based on the narratives of ten participants, obtained through life stories and semi-structured interviews. The findings showed that the quality of early dynamics in the home is the main predictor of functionality in adult choice. Experiences of secure styles and bonds facilitated the replication of healthy patterns and conscious selection. In contrast, insecure styles and bonds led to choices marked by dysfunction, manifested in three patterns: replication of negative impact, compensation for deficiencies, or conscious contrast with dysfunctionality.

Keywords: parenting styles, emotional bonds, choice of partner.

Introducción

Desde tiempos inmemoriales, el amor de pareja ha sido el motor de las decisiones humanas, la fuente de las mayores felicidades y, paradójicamente, el origen de los sufrimientos más profundos. Elegir con quién compartir la vida no es un acto fortuito, es un eco de la historia personal; cada adulto que busca o establece un vínculo romántico lleva consigo un guion invisible, escrito a lo largo de su infancia en la interacción con sus cuidadores primarios. Por ello, comprender la elección de pareja es, en esencia, descifrar la narrativa de la crianza y cómo esta primera escuela de afectos dicta la calidad y la estabilidad de los lazos forjados en la madurez, como lo menciona Rojas (2021), la conexión de los padres con sus hijos en los primeros años define el apego, el cual impacta la percepción inconsciente del afecto y el cuidado recibido, esta base relacional tiene un fuerte impacto en la forma de vincularse en la adultez.

En Colombia, la urgencia de estudiar esta elección se evidencia en la fragilidad de los lazos contemporáneos: las cifras de disolución conyugal alertan sobre una crisis relacional de acuerdo a los datos oficiales de la Superintendencia de Notariado y Registro (2024), y la alta prevalencia de la violencia intrafamiliar de acuerdo al Ministerio Justicia y Derecho (2025), confirma que los patrones afectivos disfuncionales constituyen un problema ineludible. En ciudades con alta complejidad social, como San José de Cúcuta, las problemáticas familiares trascienden la esfera privada para convertirse en un imperativo de salud pública. Marcada por la dinámica migratoria y las secuelas del desplazamiento forzado, esta región presenta un contexto de fragilidad donde el trauma y la inestabilidad socioeconómica tensan los vínculos afectivos (Galvis, 2025).

Por consiguiente, este estudio propone analizar la influencia de los estilos parentales y los vínculos afectivos en la elección de pareja en adultos, examinando su relación a través de un

cuadro comparativo, desde un diseño metodológico cualitativo fenomenológico, como lo menciona Sampiere et al. (2014), “el enfoque cualitativo se selecciona cuando el propósito es examinar la forma en que los individuos perciben y experimentan los fenómenos que los rodean, profundizando en sus puntos de vista, interpretaciones y significados” (p. 358), de esta manera se implementaron instrumentos como historia de vida y entrevista semiestructurada para alcanzar dicho objetivo, y los resultados fueron evaluados a través de una matriz de análisis de categorías, lo que permitió realizar la discusión y conclusiones.

1. Problema

1.1 Título

Influencia de los estilos parentales y vínculos afectivos en la elección de pareja: un estudio en Cúcuta, Norte de Santander (2025).

1.2 Planteamiento del problema

La elección de pareja es una de las decisiones más significativas en la vida y su impacto se extiende a todas las dimensiones del estado físico, mental, emocional y relacional del ser humano; una relación de pareja estable y saludable puede convertirse en el logro de realización más importante y en un factor protector contra las adversidades, sin embargo, un vínculo inestable y poco saludable puede llegar a ser la mayor tragedia y un factor de riesgo que atenta contra el bienestar integral de la persona que lo vive. Como lo menciona en su teoría Sternberg (1989), “El amor es una de las más intensas y deseables de las emociones humanas. Las personas pueden mentir, engañar y aún matar en su nombre y desear la muerte cuando lo pierden”. (p. 11)

Esta afirmación señala que la elección de pareja no es un simple acuerdo social, sino un impulsor central del comportamiento humano, a menudo con consecuencias drásticas. Ante un vínculo de tan alta intensidad emocional y riesgo potencial, es fundamental ir más allá de las decisiones superficiales y analizar los procesos subyacentes que preparan al individuo para elegir. Es aquí donde la influencia de los estilos parentales y los vínculos afectivos primarios emerge como una variable crítica, configurando los modelos internos de relación que, consciente o inconscientemente, guiarán la búsqueda y el mantenimiento de una pareja adulta.

Según datos oficiales de la Superintendencia de Notariado y Registro (SNR), en 2024 se registraron 52.348 matrimonios (una disminución del 20 % respecto a los 69.456 de 2023) y 20.759 divorcios (menos frente a los 25.427 del año anterior), lo que indica una tendencia a

casarse menos, aunque casi el 40 % de quienes lo hacen terminan separándose, sin considerar las uniones de facto. Esto refleja cambios profundos en las actitudes hacia el matrimonio y la estabilidad relacional. De acuerdo a un informe de Caracol Noticias, Hernández (2024) “de cada diez parejas que se casan, hay un aproximado de cuatro parejas que se están divorciando”.

Con relación a lo anterior, la alta tasa de disolución no es solo una estadística legal, sino un indicador de que los individuos llegan a la edad adulta sin contar con las herramientas relacionales necesarias para forjar vínculos sanos y duraderos; este contexto de fragilidad relacional exige que la mirada investigativa se dirija hacia el origen de estas dinámicas, es decir, a la familia de origen. La familia es el primer espacio de socialización fundamental e insustituible, que de acuerdo a sus dinámicas internas y los estilos de crianza predominantes, se convierte en el ambiente ideal de aprendizaje para quienes la conforman forjando la percepción de sí mismo y de los demás; como lo menciona Rojas (2021):

La conexión de los padres y los cuidadores con los bebés en los primeros años de vida define el apego. La manera en la que perciben inconscientemente cómo los quieren y cuidan y cómo van siendo cubiertas sus necesidades tendrá un fuerte impacto en la forma en la que se relacionan en la edad adulta, así como en el desarrollo de su personalidad, su capacidad cognitiva y su salud física y psicológica. (p. 95)

Esta impronta relacional, definida por la calidad del apego y los estilos de crianza, no se disipa con la madurez, sino que se transforma en esquemas cognitivos y emocionales, desarrollados a partir de las experiencias con los cuidadores primarios, actúan como un guion inconsciente que dicta las expectativas sobre la intimidad, la disponibilidad emocional del otro y el propio valor dentro de una relación.

Los vínculos de pareja inestables o disfuncionales son un reconocido factor de riesgo para el desarrollo de problemas de salud mental, incluyendo depresión, ansiedad y altos niveles de estrés crónico, generando de esta manera profundas ramificaciones en la salud pública y el bienestar individual. Además, una elección de pareja inadecuada puede conducir a situaciones de violencia intrafamiliar (física, psicológica o económica), la cual no solo afecta a los adultos, sino que también perpetúa ciclos de trauma en los hijos, quienes podrían internalizar estos patrones destructivos como normales para futuras relaciones.

Según datos de la Fiscalía General de la Nación, en los procesos penales creados de enero al 02 de mayo de 2025 por el delito de violencia intrafamiliar (art. 229 C.P.), se registran un total de 56.735 víctimas: 42.366 mujeres (74,7%), 12.048 hombres (21.2%) y 2.321 víctimas que no registran información sobre el sexo (4,1%). De estas personas, 11.862 (20,9 %) son víctimas en procesos penales que se adelantan por el delito de violencia intrafamiliar agravada. (Ministerio de Justicia y del Derecho, 2025, p.20).

En síntesis, la alta prevalencia de la disolución conyugal (cercana al 40% de los matrimonios), junto con las graves consecuencias en la salud mental y la escalada de la violencia intrafamiliar (con más de 56.000 víctimas reportadas a nivel nacional), confirman que la elección y la calidad del vínculo de pareja constituyen un problema social y de salud pública ineludible. Este panorama de fragilidad relacional, sumado a la escasez de literatura académica local relacionada situado en el particular contexto sociodemográfico de Cúcuta, con sus dinámicas de migración y desigualdad, señalando la urgencia de investigar sus variables predictoras más tempranas. Por ello, este estudio busca entender si las elecciones de pareja en esta población son el resultado de patrones aprendidos en contextos familiares.

1.3 Formulación del problema

¿Cómo influyen los estilos parentales y los vínculos afectivos en la elección de pareja en adultos de Cúcuta?

1.4 Objetivos

1.4.1 Objetivo general

Analizar la influencia de los estilos parentales y los vínculos afectivos en la elección de pareja en adultos de Cúcuta, Norte de Santander, durante el año 2025.

1.4.2 Objetivos específicos

Identificar los estilos parentales y vínculos afectivos experimentados durante la infancia de los participantes, por medio de la aplicación del instrumento historias de vida.

Describir los patrones afectivos y conductuales en la elección de pareja de la muestra seleccionada, a través de una entrevista semiestructurada.

Examinar la relación entre los estilos parentales, vínculos afectivos y los patrones en la elección de pareja en los adultos participantes, mediante un cuadro comparativo.

1.5 Justificación

Esta investigación es relevante en tanto que propone una mirada integradora entre dos dimensiones fundamentales del desarrollo humano: la crianza y la vinculación afectiva en la adultez. Gómez et al. (como se citó en Rivas et al., 2024) plantea que en la literatura científica hay cuatro estilos parentales con mayor reconocimiento: autoritario, democrático, permisivo o negligente; dicho reconocimiento se convierte en parte fundamental de la actual investigación, identificando la influencia de los mismos en las decisiones relacionales permite no solo

comprender el origen de ciertos patrones vinculares, sino también visibilizar la importancia de la dinámica familiar en la configuración de relaciones afectivas sanas o disfuncionales.

Es importante mencionar que otro de los aportes significativos de este estudio es dar respuesta a las problemáticas en las dinámicas de pareja, si bien el matrimonio ya no representa el único modelo válido de vinculación, las cifras reflejadas al finalizar el año 2024 de los casos de divorcio, alertan sobre la fragilidad de las relaciones afectivas en la actualidad, así como los casos de violencia, lo cual podría estar vinculado a patrones emocionales y conductuales no resueltos heredados de la infancia. En este sentido, el estudio abre la posibilidad de diseñar estrategias de intervención familiar que prevengan la reproducción de vínculos poco saludables y favorezcan relaciones más conscientes y equilibradas en etapas posteriores de la vida.

Desde el campo de la psicología familiar, la comprensión de la influencia de los estilos parentales en la elección de pareja proporciona una base empírica para el diseño de programas de orientación para padres e intervenciones terapéuticas para jóvenes y adultos; esta promoción de vínculos afectivos asertivos no solo eleva la calidad de vida individual y de pareja, sino que repercute directamente en el bienestar colectivo y la cohesión social. La trascendencia de este estudio se justifica en su urgencia: como señala Rojas (2021), "para conseguir una pareja consolidada donde la familia funcione hace falta un pilar fundamental, desde donde todo se articula: acertar en la pareja. Errar nos hará sufrir toda la vida" (p. 81). Por lo tanto, el estudio de los estilos parentales y los vínculos afectivos como precursores de la *elección acertada* es una vía estratégica para mitigar el sufrimiento relacional y sus consecuentes problemáticas sociales.

A nivel académico, este estudio aporta al vacío teórico y empírico existente en contextos regionales como el de Norte de Santander, que permita la identificación de los patrones más comunes en el contexto; al llevarse a cabo en el año 2025, ofrece una perspectiva actual y

pertinente teniendo en cuenta los cambios sociales, tecnológicos y culturales que inciden en las relaciones interpersonales hoy en día. Finalmente, esta investigación se alinea con los objetivos, porque evidencia la creación de herramientas conceptuales y prácticas para la comprensión de los procesos vinculares desde una perspectiva preventiva y transformadora.

2. Marco Referencial

2.1 Antecedentes

A partir de la revisión de la literatura se seleccionaron antecedentes teóricos que fundamentan el presente proyecto, clasificados en el ámbito internacional, nacional y local.

2.1.1 Antecedentes Internacionales

Los vínculos y valores familiares actúan como referentes importantes en la elección de pareja, condicionando las preferencias y comportamientos afectivos en la adultez, como se aprecia en la investigación de Vintimilla y Tenecora (2023), *influencia familiar en la elección de pareja de adultos jóvenes en la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca periodo 2022-2023*, en el país de Ecuador, se utilizaron dos instrumentos: el test ¿Cómo es tu familia? y la Escala de Influencia Familiar en la Elección de Pareja. En los hallazgos se pudo identificar que el principal determinante de la elección de pareja es la idealización de la misma, que integra atractivo físico, la compatibilidad intelectual y emocional, y el componente sexual. Además, se identifica al factor sociocultural como el segundo en importancia, vinculado al deseo de encajar socialmente. Es importante destacar que el factor familiar es considerado relevante e influyente a pesar de ocupar el tercer puesto en la jerarquía (Vintimilla y Tenecora, 2023).

Este estudio aporta evidencia sobre la relevancia de la familia en la formación de relaciones de pareja en adultos jóvenes siendo útiles para diseñar intervenciones y programas de

orientación que fortalezcan los lazos familiares y promuevan relaciones de pareja saludables en este grupo etario.

Los estilos de crianza interiorizados durante la infancia determinan los patrones de apego y las dinámicas relacionales, en el estudio realizado por Capuano (2023), *estilo de crianza en adultos jóvenes que mantienen relaciones afectivas tóxicas con su pareja*, en el país de Guatemala, de diseño narrativo y alcance descriptivo, dentro del cual se utilizaron métodos como la observación, entrevista y grupo focal. Para sus hallazgos “se obtuvo que los estilos de crianza que predominan son permisivos y pasivos en los cuales la preocupación y desconfianza es un factor que influye y afecta las relaciones afectivas de los adultos jóvenes” (Capuano, 2023, p.1). De esta manera, Capuano (2023) concluye que estos estilos definen el marco de referencia fundamental que el adulto utiliza para interactuar con su ambiente y sus relaciones sociales, ya que las pautas relacionales aprendidas e internalizadas en la familia guían su comportamiento.

Entendiendo de esta manera, que las formas de relación no sanas dentro de una pareja son el reflejo de experiencias y formas en las que sus padres se comunicaron, establecieron límites y normas y expresaron afecto durante su infancia.

En la investigación realizada por Larriva y Vintimilla (2023), *estilos de crianza como predictores del apego, dependencia emocional, abuso psicológico en relaciones de pareja*, desarrollada en el país de Ecuador, bajo una revisión bibliográfica de tipo narrativa, en la que usaron como categorías estilos de crianza, predictores del apego, dependencia emocional, abuso psicológico y relaciones en pareja. Se ha demostrado que los estilos de crianza son un factor sumamente influyente en el desarrollo de la dependencia emocional en la adultez, lo que incrementa el riesgo de que el individuo escoja parejas en las que se presentará abuso

psicológico y emocional. En contraste, la crianza democrática se asocia a un mejor pronóstico, fomentando una mayor autoestima y desarrollo moral (Larriva y Vintimilla, 2023).

Demostrando de esta manera, que cada estilo de crianza deja impactos de manera distinta en las personas que estarían determinando el nivel de afectación positiva o negativa en el momento de establecer una relación de pareja.

2.1.2 Antecedentes Nacionales

La familia es uno de los principales escenarios de socialización y desarrollo del ser humano que evidencia su influencia de manera significativa en la toma de decisiones a futuro de la vida de cada persona que haya crecido inmerso en este entorno. Tal como lo plantea Gómez (2022), en su investigación *influencia de la estructura y dinámica familiar en la elección de pareja, en 18 estudiantes del programa de Trabajo Social de la Institución Universitaria Antonio José Camacho de Santiago de Cali*, los instrumentos utilizados fueron cualitativos y se enmarcan en el enfoque histórico hermenéutico. Dentro de la cual se observó que las dinámicas conyugales de los padres influyen en la elección de pareja adulta, llevando a los hijos a evitar patrones negativos y a replicar vivencias positivas, determinando de esta manera “la influencia de la crianza en las elecciones amorosas, puesto que desde pequeños se puede ir conociendo e interiorizando gustos, formas de relacionarse y comunicarse” (Gómez, 2022, p. 88).

Este análisis refleja que la elección de pareja no es un proceso aislado o individual, sino que está permeado principalmente familiar, por lo tanto, contribuye a la comprensión de la estructura familiar y el diseño de estrategias y programas que fortalezcan las competencias socio afectivas.

En el estudio de Albor et al. (2023), titulado “Relaciones interpersonales afectivas entre parejas de adultos jóvenes con historia de maltrato psicológico intrafamiliar”, de la Universidad Simón Bolívar, Barranquilla, el cual se desarrolla bajo un diseño cualitativo, de tipo descriptivo y con enfoque narrativo, y utiliza entrevistas semiestructuradas y grupos focales para analizar la influencia del maltrato psicológico intrafamiliar en las relaciones afectivas de los adultos jóvenes. Este estudio demuestra cómo las experiencias de maltrato psicológico en el entorno familiar pueden afectar la concepción que los adultos jóvenes tienen de sí mismos, su manera de socializar y su capacidad para establecer relaciones interpersonales saludables. Los resultados indican que la historia de maltrato psicológico intrafamiliar influye negativamente en la calidad de las relaciones de pareja, evidenciando la importancia de abordar este fenómeno para promover relaciones afectivas más saludables.

Este análisis aporta al reconocimiento de los factores internos que se pueden ver afectados en el proceso de formación de relaciones de pareja en adultos jóvenes, destacando la necesidad de intervenciones que aborden el maltrato psicológico intrafamiliar para prevenir sus efectos en las relaciones interpersonales.

En la investigación de Cabrera et al. (2023), *vínculo apego parental y la elección de pareja en adultos tempranos del Quindío*, se analiza la relación entre los vínculos afectivos parentales y los criterios de elección de pareja en adultos de 18 a 35 años. El estudio, de enfoque cuantitativo correlacional con 180 participantes, utilizó instrumentos como Instrumento de Lazos Parentales y Escala de actitudes sobre la elección de pareja. Los resultados reflejan que los adultos con apego seguro valoran una mayor diversidad de factores al momento de elegir pareja (edad, educación, aspecto físico, cultura), mientras que aquellos con apegos inseguros limitan sus elecciones a menos criterios.

De esta manera concluyen el cumplimiento de su hipótesis, El apego seguro facilita una mejor elección de pareja, posiblemente al usar un marco de causalidad circular en las decisiones afectivas. Por el contrario, el apego inseguro predice dificultades significativas para establecer y mantener relaciones estables y a largo plazo (Cabrera et al., 2023). Esta investigación muestra la importancia de las experiencias vinculares tempranas y su influencia en las dinámicas afectivas en la adultez, como predictores en la construcción de relaciones de pareja.

2.1.3 Locales

La elección de pareja en la adolescencia constituye un proceso complejo marcado por la limitada autonomía de los jóvenes y por la fuerte influencia del entorno familiar, los estilos parentales y los vínculos afectivos. Tal como se evidencia en el estudio de Vargas y Zabala (2019), titulado *estilos de crianza y elección de pareja en adolescentes de la ciudad de Pamplona, Norte de Santander*, el cual se desarrolla bajo un diseño cuantitativo, descriptivo y correlacional, y utiliza cuestionarios estructurados sobre estilos parentales y características de las relaciones de pareja para evaluar la influencia de la familia en la elección de pareja. Este estudio demuestra cómo los adolescentes criados bajo un estilo autoritario tienden a replicar patrones de relación caracterizados por la sumisión y la limitada comunicación, mientras que aquellos con un estilo permisivo presentan relaciones con menor compromiso y estabilidad. Asimismo, se observa que la presencia de vínculos afectivos sólidos en la familia favorece la formación de relaciones más equilibradas y saludables, mostrando la interconexión entre los factores internos del entorno familiar y el desarrollo de competencias emocionales que impactan directamente en la elección de pareja.

Estos hallazgos permiten comprender de manera más profunda cómo la familia y los estilos de crianza influyen en las decisiones afectivas durante la adolescencia, destacando la

necesidad de fortalecer los vínculos familiares y promover prácticas de crianza que faciliten el desarrollo de relaciones de pareja más conscientes.

La manera en que los jóvenes construyen y experimentan sus relaciones de pareja se ve influenciada por los estilos parentales, así como lo expone García y Parra (2021) en su estudio titulado *dependencia emocional en parejas con relaciones afectivas como noviazgo, unión libre y matrimonio*, desarrollada en la Universidad de Pamplona, cuantitativa de tipo descriptivo correlacional, utilizando la Escala de Dependencia Emocional (EDE), Cuestionario Sociodemográfico, y Escala de Estilos Parentales. Esta investigación refleja cómo los patrones de crianza marcan huellas profundas en la configuración de la dependencia emocional, aquellos participantes que vivieron en entornos familiares rígidos o con falta de apoyo afectivo presentan una necesidad constante de aprobación, dificultades para establecer vínculos autónomos y temor a la soledad. Por el contrario, aquellos que manifestaron una crianza democrática y expresiva emocionalmente reflejaron seguridad afectiva y menor tendencia a la dependencia.

Por tanto, este análisis aporta a la comprensión de la dependencia emocional no solo como un problema individual, sino una red de aprendizajes familiares y sociales, reconociendo en este sentido que los estilos parentales no solo condicionan la manera en que se elige la pareja sino también la calidad de este vínculo.

3. Marco Teórico

3.1 Vínculos afectivos

A lo largo de la historia del ser humano uno de los más grandes intereses científicos ha sido el estudio de los vínculos relacionales, que han venido trayendo conclusiones de suma importancia para entender la forma en la que estos se dan y terminan influyendo el desarrollo de cada persona. Como lo menciona Bowlby (2014):

Un ser humano desde su nacimiento necesita desarrollar una relación con al menos un cuidador principal con la finalidad que su desarrollo social y emocional se produzca con normalidad. Quiere decir que el establecimiento de este primer vínculo fundamenta la seguridad del niño, pero también signa la futura seguridad del adulto, por lo tanto, demarca la dinámica de largo plazo de las relaciones entre los seres humanos. (p. 15)

Uno de los precursores más importantes acerca de los vínculos afectivos fue John Bowlby, psicoanalista y médico psiquiatra quien sentó una de las bases teóricas de mayor impacto hasta la actualidad, la *teoría del apego*, que hasta la actualidad se ha reconocido su importancia como lo afirma Rojas (2021), “Entender el apego es clave para comprender los mecanismos psicológicos que hay detrás de la manera de relacionarnos con otras personas, de elegir pareja o de interactuar con nuestros hijos” (p. 34)

Dicha teoría inicialmente se centró en la interacción principalmente de madre e hijo, o cualquier persona mayor que cumpliera el rol de protector, que con el paso del tiempo fue complementada por Mary Ainsworth colega de John Bowlby, desarrollando sus investigaciones en base a los precedentes del psicoanalista y psiquiatra introduciendo nuevos conceptos, a partir del desarrollo de *protocolo de situación extraña*. Clasificando de esta manera unos patrones de

apego: apego seguro, apego inseguro evitativo y apego inseguro ambivalente y más adelante el cuarto patrón: el apego desorganizado (Bowlby, 2014).

En un *apego seguro* como lo afirma Siegel (como se citó en Rojas, 2021), “el niño aprende a conectar y a sintonizar con sus padres. Esa sintonía consiste en que estos perciben los estados internos del pequeño” (p.48). El cuidador se caracteriza por responder atentamente a las necesidades del niño mientras simultáneamente le otorga la libertad para explorar su entorno, asegurando su disponibilidad cuando el niño retorna. Este patrón fomenta una autoestima estable que persiste ante la adversidad. En la adultez, los individuos que han experimentado este cuidado establecen relaciones sociales saludables y mantienen un sentido positivo de sí mismos (Carter, 2019).

Dentro del *apego inseguro*, se encuentra el *apego ansioso ambivalente*, la característica central de este patrón es la inconsistencia de los cuidadores, quienes actúan de forma contradictoria y errática, a menudo reaccionando de manera exagerada o ansiosa ante las necesidades del niño, como resultado de esta inconsistencia, el niño nunca desarrolla la confianza en que sus padres responderán a sus demandas. Mary Ainsworth en las observaciones de sus estudios identificó que los niños separados de su cuidador desencadenaban una angustia extrema como llanto y protesta y, lo más distintivo, el reencuentro no lograba calmarlos. En su lugar, los niños manifestaban ambivalencia, buscando el consuelo y a la vez resistiéndose o protestando, un reflejo del temor al abandono y la dificultad para confiar en la estabilidad emocional de la madre (Ainsworth, como se citó en Rojas, 2021).

Dicha inconsistencia parental experimentada en la infancia establece en el individuo adulto un estado constante de alerta, inseguridad y ansiedad relacional. Debido a que crecieron sin saber si sus necesidades serían satisfechas con afecto o indiferencia, las personas con este

patrón de apego tienden a manifestar un miedo persistente al rechazo y al abandono en sus vínculos románticos. Rojas 2021, afirma que “los niños que han sufrido un apego inseguro ansioso pueden desarrollar un trastorno de personalidad en el día de mañana. Los dos más frecuentes son el trastorno por dependencia y el trastorno límite de personalidad” (p. 51).

El tercer patrón identificado como *apego inseguro* es el *evitativo*, en el experimento de Mary Ainsworth el niño no muestra angustia, ni llora cuando el cuidador se va y, de manera notable, ignora o evita el contacto con su figura de apego al momento del reencuentro sin mostrar alegría. Resultado de un cuidador que responde de manera insensible y distante a las necesidades del niño, inclusive ignorando o mostrándose no disponible. Según Hazan y Shaver (como se citó en Bowlby, 2014), el evitativo en la adultez se distingue por una marcada prioridad hacia la autonomía y la distancia emocional, a menudo como una estrategia para evitar el apego. Se perciben así mismo como autosuficientes e invulnerables a cualquier necesidad de intimidad relacional, tienen la tendencia a reprimir y ser distantes.

Como cuarto patrón se encuentra el *apego desorganizado*, como su nombre lo indica hay una mezcla entre el tipo ansioso ambivalente y el evitativo, “se atribuye este tipo de apego a que, ante las señales emitidas por el bebé, el cuidador ofrece respuestas desproporcionadas. Los pequeños crecen sin saber qué esperar de aquellos que les cuidaban en el entorno” (Rojas, 2021, p. 54). Así mismo, Carter (2019), expresa que estas experiencias intensas y atemorizantes de desconexión relacional no son compensadas por posteriores esfuerzos de reparación por parte del cuidador. La fuente de consuelo es al mismo tiempo la fuente de miedo o daño. En consecuencia, estas vivencias se establecen como factores primordiales que moldean la forma en que el niño desarrolla la regulación de sus estados emocionales y la organización de su comportamiento, viviendo en extremos como alguien agresiva y después encantador o manipulador.

Se concluye este capítulo entendiendo que la calidad de la interacción temprana con los cuidadores principales es fundamental para el desarrollo emocional y social del ser humano. La respuesta sensible y atenta del cuidador sienta las bases del apego seguro, promoviendo la autoestima y la capacidad de establecer relaciones adultas saludables; por el contrario, la inconsistencia o la indiferencia de los cuidadores, que originan los patrones de apego inseguro, ansioso ambivalente, evitativo o desorganizado, generan un legado relacional en la adultez. Estos patrones no solo moldean la forma en que el individuo gestiona la intimidad y la autonomía, sino que también determinan la dinámica a largo plazo de sus relaciones de pareja. En consecuencia, el patrón de apego desarrollado en la infancia funciona como un predictor crucial de las expectativas y el estilo de vinculación que el sujeto buscará y manifestará en sus relaciones románticas adultas.

3.2 Estilos parentales

Tras establecer la crucial influencia de los vínculos afectivos tempranos en el desarrollo del individuo y su futura forma de relacionarse, resulta indispensable abordar el marco de interacción a través del cual se configuran dichos vínculos: los estilos parentales. La forma en que los padres y cuidadores ejercen la autoridad, demuestran afecto y establecen las normas impacta directamente en la seguridad emocional del niño y en su auto concepto. Así lo menciona Soriano et al. (2024) “los estilos de crianza abarcan actitudes, costumbres y roles para formar, educar y cuidar a los hijos, relacionándose con conductas agresivas y otras adoptadas en la niñez” (p. 7).

Por lo tanto, el concepto de crianza o como se plantea en la actual investigación: *estilo parental*, se ha convertido en una pieza fundamental de la psicología que a lo largo de la historia ha inquietado a los expertos en el comportamiento y la mente humana, esto permitió que Diana

Baumrind psicóloga clínica y del desarrollo llevara a cabo una investigación pionera con niños y familias, a través de la cual se buscaba entender la forma de ejercer disciplina y expresar afecto, identificando tres estilos de crianza o estilos parentales, *autoritario*, *permisivo* y *autoritativo o democrático*; posteriormente se expande el modelo de los tres estilos, obteniendo un cuarto estilo por Maccoby y Martin llamado estilo *negligente*.

Como lo menciona Baumrind (como se citó en Papalia, et al., 2012) el primer estilo parental es el *autoritario* se distingue por priorizar el control estricto y la sumisión absoluta de los hijos. Estos padres se dedican a hacer cumplir reglas rígidas, aplicando castigos severos y a menudo inconsistentes cuando se incumplen, así mismo se afirma que:

Valoran el acatamiento por sobre una relación de cercanía con sus hijos, se abocan al orden y a la jerarquía familiar como parte de una familia ideal, buscan de esa manera una cierta estabilidad y un ambiente familiar positivo. Sin embargo, este tipo de crianza no valora el proveer las necesidades emocionales y el anhelo de comunicación que pudieran tener los niños (Rafael y Castañeda, 2024, p. 14).

En consecuencia, es posible que la adultez de estos niños es llevada a menudo a luchar con la intimidad emocional por miedo a la vulnerabilidad, pueden replicar el modelo autoritario volviéndose controladoras o excesivamente críticas, o bien puede caer en el extremo opuesto, volviéndose sumisa por temor al conflicto.

El segundo estilo *permisivo o indulgente*, se caracteriza por prácticas parentales que evitan fomentar el respeto a la autoridad o la obediencia a las reglas, los padres que adoptan este enfoque no suelen imponer límites o normas claras en aspectos cotidianos, como la realización de tareas domésticas o el respeto de horarios, además, estos padres muestran una alta

indulgencia, cediendo con facilidad a las demandas de sus hijos y manifestando una gran tolerancia hacia las expresiones impulsivas de estos (Rafael y Castañeda, 2021). Esto resulta trayendo consecuencias en sus interacciones sociales como baja tolerancia a la frustración, dificultades serias con los límites, la responsabilidad y el compromiso; una tendencia a la dependencia emocional e inmadurez en la convivencia.

El tercer estilo definido es el *autoritativo o democrático*, Baumrind (como se citó en Papalia et al., 2012), este modelo se caracteriza por ser cálido y afectuoso, pero al mismo tiempo exigente. Los padres confían en su capacidad de guía, respetando las decisiones e intereses del niño, e implementan una disciplina inductiva: usan castigos sensatos y explican el razonamiento detrás de las normas, fomentando la comunicación. Como resultado, los hijos se benefician de la seguridad emocional y las expectativas claras, lo que conduce a un desarrollo de mayor confianza en sí mismos, autocontrol, asertividad y bienestar general. De esta manera, Soriano et al. (2024), afirma que “la crianza parental autoritativa, con calidez y límites firmes, es la más beneficiosa para el desarrollo infantil y la conformación de vínculos estables en la adultez” (p. 9).

Como cuarto estilo que se introdujo por Maccoby y Martin, es el *negligente*, se distingue por una significativa carencia de implicación y de respuesta a las necesidades infantiles. Estos padres, o bien no tienen expectativas ni demandas sobre sus hijos, o bien muestran una indiferencia y desatención notables. La raíz de esta conducta a menudo reside en que los adultos están profundamente centrados en sus propias dificultades, lo que les impide proveer el soporte tanto físico como emocional requerido para el desarrollo adecuado de sus hijos (Rafael y Castañeda, 2021). Esta base emocional inestable lleva a elegir vínculos que perpetúan la

sensación de abandono o invisibilidad, dificultando la construcción de un vínculo de confianza y apoyo mutuo

Las investigaciones confirman que el estilo autoritativo que equilibra la calidez con límites firmes es el que mayormente promueve la autonomía y la estabilidad emocional en la adultez. Sin embargo, en respuesta a los desafíos y la complejidad de la sociedad actual, el campo de la psicología ha evolucionado para impulsar nuevos enfoques basados en estos principios, como la crianza positiva, la crianza respetuosa, disciplina con amor, el buen trato. Como lo define la UNICEF México (2021) la *crianza positiva* se define como un conjunto de prácticas de cuidado, protección y guía destinadas a facilitar el desarrollo integral y armonioso del menor incluyendo el bienestar físico, mental, ético y social. Este enfoque se caracteriza por su sensibilidad y adaptación a la etapa evolutiva, las facultades y las circunstancias particulares de cada niño o adolescente, y se lleva a cabo sin recurrir a la violencia, garantizando el respeto absoluto de sus derechos humanos.

3.3 Elección de pareja

Una vez fijados los vínculos afectivos y sus patrones de apego, como los estilos parentales o de crianza, se hace imperativo abordar la elección de pareja, entendiendo este proceso no como un acto fortuito, aislado, coincidental o al azar sino como un fenómeno psicológico profundamente influenciado por diversos factores. Si bien, se hace necesario reconocer que, durante siglos, la elección de pareja estuvo dominado por el matrimonio concertado, como un contrato económico entre dos familias para consolidar alianzas, dicha decisión solía recaer en los padres o la cabeza de familia y los demás elementos como el amor se consideraban irrelevantes.

Como lo menciona Souza (2023) la elección de pareja en la actualidad está mediada por la inestabilidad social y una marcada tendencia hacia el individualismo y el hedonismo. Estos factores contemporáneos han generado una redefinición de los compromisos a largo plazo y han otorgado un peso significativo a las preferencias personales. De este modo, los individuos participantes en el proceso electivo ya no se adhieren a criterios tradicionales, sino que evalúan a los posibles compañeros basándose en los atributos específicos necesarios para construir la modalidad de vínculo que desean, tratándose de una elección altamente personalizada. De esta manera se puede llegar a entender como lo afirma Roja (2021):

Elegir significa tener una idea sobre las cosas, más o menos clara, tener pilares firmes en los que apoyarnos para tomar decisiones, elegir y actuar. Para ello hay que saber quién soy yo, qué me gusta, qué me disgusta, cuáles son mis límites y a qué estoy dispuesto a renunciar en la vida. (p. 83)

La psiquiatra española, Marián Rojas, en su libro *encuentra tu persona vitamina* presenta la Teoría de la Pirámide, con el interés de brindar herramientas para hacer una elección de pareja acertada, y para ello enfatiza en cuatro fases de la elección. La primera de ellas, *la chispa*, algo que surge que genera el deseo por conocer más al otro y estar más con él o ella, un gusto que se da por su lenguaje corporal y una atracción física, activando la posibilidad de enamorarte. La segunda es, *la cabeza*, consiste en una acción reflexiva, donde se pueda discernir y analizar, jugando un papel importante la inteligencia, la psiquiatra sugiere hacerlo a través de preguntas: ¿Me conviene?, ¿me hace ser mejor persona?, ¿es lo que siempre he pensado que encajaría con mi forma de ser y de ver la vida?, ¿está dentro de mis criterios?, antes de involucrarnos completamente de forma emocional. (Rojas, 2021)

La tercera fase, *enamorarse*, destaca el amor de verdad, entendiendo el enamoramiento como un sentimiento donde se encuentra la atracción, el deseo y el anhelo de que no acabe. En donde se hace fundamental los sentimientos por el otro para sostener la relación; finalmente la cuarta, *la voluntad*, se entiende entonces que el amor es también un acto de voluntad y no solo la experiencia de un sentimiento, es la decisión de amar y de los esfuerzos por cuidar los pequeños detalles en la relación. Dentro de la *teoría de la pirámide*, como su nombre lo indica en una pirámide hay una base, en ella se encuentran los *criterios I*, donde están los pilares más sólidos que la pareja debe tener sí o sí y son los que no se renuncian, después de lo esencial están los *criterios II*, son más concretos y personalizados, enriquecen el perfil y ayudan a que la relación llegue a funcionar. Cuanta más afinidad haya encontrar a alguien costará, pero la garantía del éxito es indudable. (Rojas, 2021)

En este sentido, Rojas (2021) concluye que “elegir supone seleccionar conscientemente un perfil específico o aproximado en las facetas de la vida más importantes: físico, psicológico, ideológico, social y cultural. Tener claro lo que buscamos ayuda a no ser esclavos de cualquier chispazo o encontronazo que asoma” (p. 83), cada persona tiene sus propios criterios y lo que se entiende por cada uno de ellos varía de acuerdo a cada quien, se hace indispensable saber que se está buscando para encontrarlo con mayor facilidad y acertar en esa elección.

A pesar de las complejidades en los criterios de selección, es innegable que el amor se erige como el motor principal de la elección contemporánea, resulta fundamental trascender la mera descripción de sus factores externos e internos para analizar su estructura interna y conceptualización, por lo tanto, se hace necesario abordar modelos psicológicos que definen los componentes esenciales de una relación íntima, siendo la *teoría triangular del amor* de Robert

Sternberg el marco idóneo para comprender cómo se articulan y se evalúan los tres pilares que definen la calidad y la naturaleza del vínculo deseado: *la Intimidad, la Pasión y el Compromiso*.

La intimidad como lo menciona Sternberg (1989) “se refiere a aquellos sentimientos dentro de una relación que promueven el acercamiento, el vínculo y la conexión” (p. 37), en donde se encuentran algunos elementos principales experimentados hacia la persona amada, deseo de su bienestar, felicidad de estar junto a ella, respeto, contar con ella en necesidad, entendimiento, entrega, comunicación íntima y valoración; aportando de esta manera un estímulo que conserva muchas relaciones. *La pasión* es “el estado de intenso deseo de unión con el otro” (Hatfield y Walster como se citó en Sternberg, 1989, p. 40), la pasión, en esencia, representa la manifestación de diversos deseos y necesidades profundas, que incluyen la búsqueda de autoestima, la necesidad de entrega, el sentido de pertenencia, la sumisión o dominación, y la satisfacción sexual (Pinto, como se citó en Bugallo y Gómez, 2022), en este punto, la satisfacción sexual se convierte en uno de los factores más importantes dentro de una relación de pareja; como lo expresa Rojas (2021) “sin relaciones sexuales, descuidamos un compañero casi indispensable para conservar la unión, la complicidad y la fortaleza del vínculo” (p. 19).

Como último elemento, *el compromiso*, Papalia et al. (2012) lo define como el componente cognitivo que se refiere a la decisión consciente de amar a alguien y mantener esa relación a largo plazo, es entonces quien mantiene la relación amorosa a través de periodos difíciles para llegar a mejores, sin embargo, la decisión de amar no implica necesariamente amar, sino el acuerdo de sostener el vínculo. Como lo expresa Sternberg (como se citó en Bugallo y Gómez, 2022) la combinación de estos componentes básicos del amor da lugar a otras formas triangulares, concluyendo otros tipos o formas de amor.

3.4 Adultez

El presente capítulo culmina el marco teórico de la investigación abordando la etapa de *la adultez*, si bien, los capítulos anteriores desarrollan cada una de las variables *vínculos afectivos*, *estilos parentales* y *elección de pareja*, se hace imprescindible contextualizar este proceso dentro del ciclo vital de los sujetos de estudio. Conocer las características evolutivas y psicosociales de la adultez es fundamental para comprender la naturaleza y la solidez del compromiso que los individuos buscan establecer al seleccionar una pareja. Como lo presenta Papalia et al. (2012) la etapa de la adultez puede estar dividida y delimitada por los años de vida de la persona, *adultez temprana* de 18 a 40 años, *adultez media* de 40 a 65 años y *adultez tardía* de 65 años en adelante; de las cuales será desarrollada la primera.

La adultez se da inicio bajo indicadores internos de quien la transita, es fundamentalmente un estado mental definido por el desarrollo del sentido de autonomía, independencia y responsabilidad personal (Papalia et al., 2012), esta se da apertura con la *adultez emergente*, que hace parte de la *adultez temprana*, como es definida por Arnett (como se citó en Barrera et al., 2020):

Periodo evolutivo situado entre la adolescencia y la adultez, denominado *adultez emergente*, una etapa de vida entre los 18 y los 29 años y cuya característica más relevante es que la mayoría de los jóvenes que transitan por ella no se ven como adolescentes ni tampoco sienten que han alcanzado la adultez. (p. 2)

Aunque esta etapa a menudo implica una dependencia y vinculación continua con la familia, viéndose necesitados de aceptación, empatía y apoyo, psicológicamente está marcada por un desarrollo crucial: la maduración del lóbulo frontal y la corteza prefrontal (Lepe et al., 2022). Este desarrollo cerebral perfecciona las funciones ejecutivas, lo que se traduce en una

mejor capacidad para mediar la respuesta, el comportamiento, la conducta y, por lo tanto, una mejor toma de decisiones en comparación con la etapa adolescente.

Para este momento la etapa del desarrollo psicosocial de intimidad vs aislamiento de Erik Erikson surge y se extiende durante *la adultez temprana*, es decir, hasta los 40 años; dicha etapa está marcada por una crisis que busca ser resuelta, el adulto joven que tiene consolidado su yo está preparado para fusionar su identidad con la de otra persona, consolidando vínculos afectivos profundos, cercanos y recíprocos, estando dispuesto a compartir aspectos personales sin temor a perder la propia identidad, sin embargo, si un adulto joven no logra establecer estos vínculos significativos la consecuencia es el aislamiento y el ensimismamiento, fracasando en el sostenimiento de los vínculos, con una tendencia a la superficialidad y la ausencia de compromiso; la resolución de dicho conflicto trae como resultado la virtud del amor ayudando a un desarrollo sano (Erikson como se citó en Papalia et al., 2012).

Por lo cual, se puede comprender que para este momento de la vida todo, parece estar dispuesto y listo: la madurez física, psicológica y emocional necesaria para que el individuo de manera natural viva un proceso de elección y conformación de pareja; como lo destaca Medina (como se citó en Moreno et al., 2023), es dicha decisión demarcará la calidad de vida y el bienestar mental de los individuos que conforman la relación, pues su influencia es completamente significativa para el éxito del cumplimiento de esta etapa y de las futuras

4. Marco conceptual

Vínculos afectivos: Se define como los lazos relacionales fundamentales que el ser humano necesita para establecer desde el nacimiento con cuidador o cuidadores principales, permitiéndole su desarrollo social y emocional saludable. Estos primeros vínculos fundamentan la seguridad del niño, y demarca la seguridad del adulto. (Bowlby, 2014)

Estilos Parentales: Es el conjunto sistemático de actitudes, costumbres y roles que los padres adoptan para formar, educar y cuidar a sus hijos. Este se define por la manera en que ejercen la disciplina y expresan el afecto, impactando directamente en la seguridad emocional y el autoconcepto del niño. (Soriano et al., 2024)

Elección de pareja: Es la selección consciente y deliberada de un perfil específico o aproximado en las facetas más importantes de la vida del individuo: físico, psicológico, ideológico, social y cultural. Este proceso requiere autoconocimiento profundo, saber quién se es, qué se desea, qué disgusta y cuáles son los límites personales, lo cual permite establecer pilares firmes y criterios claros para tomar decisiones acertadas. (Rojas, 2021)

Adulthood: Etapa del ciclo vital humano, caracterizada por alcanzar el pleno desarrollo físico y funcional, sin embargo, su inicio es marcado fundamentalmente por indicadores internos de la persona que la transita, siendo esencialmente un estado mental. Según autores como Papalia et al. (2012), este estado se define por el desarrollo de un profundo sentido de autonomía, independencia y responsabilidad personal.

5. Marco contextual

La presente investigación fue desarrollada en la ciudad de San José de Cúcuta, capital de departamento de Norte de Santander, de acuerdo con las proyecciones del Departamento

Administrativo Nacional de Estadística (DANE) para el año 2025, Cúcuta alberga una población estimada de 815.891 habitantes, de los cuales 419,891 son mujeres y 395.994 son hombres.

Desde la perspectiva de la investigación, es pertinente destacar que el 36% de la población se encuentra en la adultez temprana, este grupo poblacional constituye el principal sujeto de estudio. La superficie de la ciudad es de 1.117 km², conformada por 10 comunas que suman más de 800 barrios, dada su condición de principal ciudad fronteriza con la República Bolivariana de Venezuela, su contexto social y familiar está profundamente marcado por la dinámica migratoria.

Uno de los factores más relevantes del contexto cucuteño es el flujo migratorio venezolano, que ha posicionado al municipio como uno de los principales receptores en Colombia. Esta dinámica ha generado profundos cambios en el tejido social y, crucialmente, en la estructura familiar y los vínculos afectivos, que son el foco central de este estudio; como refiere Galvis (2025), el incremento en la demanda de servicios de salud, educación y seguridad, y la alta tasa de desocupación local, debido a la competencia de mano de obra, generan un entorno de inestabilidad socioeconómica crónica. La migración ha provocado la formación de nuevos núcleos familiares, incluyendo uniones de personas de nacionalidad venezolana con colombianas; estas nuevas dinámicas se desarrollan en un contexto de diferencias culturales y sociales, y, a menudo, bajo la inestabilidad de la migración pendular.

La ciudad de Cúcuta y su área metropolitana han sido históricamente receptoras de víctimas del conflicto armado interno de Colombia, intensificado por su posición fronteriza y la presencia de grupos armados en zonas rurales y de cultivos ilícitos adyacentes en zonas como el Catatumbo. La violencia del conflicto y el consecuente desplazamiento forzado son variables críticas que introducen un alto nivel de trauma e inestabilidad en las familias. El desplazamiento forzado impone a las familias una carga de estrés traumático crónico, que como lo refiere Solano

y Riviera (2024) da como resultado de la pérdida de derechos, de patrimonio, el trauma psicológico y el desarraigo, lo cual deteriora la salud mental de los cuidadores y compromete seriamente su capacidad para ofrecer estilos parentales seguros, coherentes y afectivamente disponibles. Además, la violencia asociada al conflicto y la reubicación urbana a menudo fuerzan la ruptura de los vínculos de pareja y familiares por separación, viudez o desaparición, obligando a las víctimas a reconfigurar sus estructuras familiares en un entorno urbano ajeno e inestable.

6. Marco legal

Constitución política de Colombia (1991). Fue promulgada para reemplazar la Constitución de 1886 y surgió de un amplio movimiento ciudadano. Su principal característica es que transformó a Colombia en un Estado Social de Derecho, fundado en el respeto de la dignidad humana, la democracia participativa y el pluralismo. Para la presente investigación se hace indispensable salvaguardar y promover los derechos de cada ciudadano, por esto el Artículo 15. Todas las personas tienen derecho a su intimidad personal y familiar y a su buen nombre, y el Estado debe respetarlos y hacerlos respetar. De igual modo, tienen derecho a conocer, actualizar y rectificar las informaciones que se hayan recogido sobre ellas en los bancos de datos y en archivos de entidades públicas y privadas. Así mismo, el Artículo 42. Afirmar que el Estado y la sociedad garantizan la protección integral de la familia, sancionando cualquier forma de violencia que afecte su armonía y unidad.

Ley de protección integral a la familia (Ley 1361 de 2009). Esta ley declara la familia como institución básica de la sociedad en consonancia con el Artículo 42 de la Constitución política de Colombia y establece un marco institucional para su protección integral. Su propósito principal es desarrollar y aplicar políticas públicas que garanticen los derechos de la familia y fortalezcan sus lazos. Enfatizando en el Artículo 9. El Observatorio de Familia, es una

herramienta estatal de monitoreo e investigación que evalúa la estructura, dinámicas y necesidades familiares. Su objetivo es supervisar la efectividad de las políticas sociales y guiar la asignación de recursos para garantizar el fortalecimiento y la protección integral de las familias colombianas.

Código de la Infancia y la Adolescencia (Ley 1098 de 2006). Busca garantizar el desarrollo integral y el ejercicio pleno de los derechos de los menores de 18 años. El Artículo 7 y 10. Se reitera la corresponsabilidad de la familia, la sociedad y el Estado en garantizar los derechos de los menores. El Artículo 14. Establece el conjunto de obligaciones de los padres inherentes a la orientación, cuidado, acompañamiento y crianza de los niños, niñas y adolescentes. Así mismo, el Artículo 17 y 22, enfatiza en la garantía de que los niños, niñas y adolescentes se críen y desarrollen en el seno de una familia, bajo condiciones de cuidado y armonía.

Código Civil de la Unión (Ley 84 de 1873). Es la legislación fundamental que rige el matrimonio y los derechos y deberes dentro de la pareja en Colombia, define y regula la pareja establecida bajo la figura del matrimonio, el cual es tratado como un contrato solemne como lo estipula el Artículo 113. por el cual dos personas se unen con el fin de vivir juntos, de procrear y de auxiliarse mutuamente. Igualmente, el Artículo 116. Solo los mayores de 18 años tendrán la capacidad para contraer matrimonio. Por otro lado, el Artículo 176 y subsiguientes, impone a los cónyuges los deberes de fidelidad, socorro como ayuda mutua económica y moral, y cohabitación, es decir, vivir juntos, finalmente, estos deberes definen el comportamiento esperado dentro del vínculo de pareja.

7. Marco metodológico

7.1 Tipo y diseño metodológico

El enfoque metodológico seleccionado para la presente investigación fue el cualitativo, como lo refiere Sampiere, et al. (2014) “la investigación cualitativa se enfoca en comprender los fenómenos, explorándolos desde la perspectiva de los participantes en un ambiente natural y en relación con su contexto” (p. 358).

El enfoque cualitativo requiere la aplicación de diversas técnicas de recolección de datos como entrevista semiestructurada, historias de vida, observación (participante o no participante), grupos focales y análisis de contenido (documental), para lograr una comprensión profunda de los fenómenos de estudio. estas herramientas no solo buscan describir las situaciones problemáticas, sino también descifrar los significados y las construcciones subjetivas que estas poseen para los participantes.

De acuerdo a Sampiere et al. (2014), “el enfoque cualitativo se selecciona cuando el propósito es examinar la forma en que los individuos perciben y experimentan los fenómenos que los rodean, profundizando en sus puntos de vista, interpretaciones y significados” (p. 358). Por lo tanto, la elección de un enfoque cualitativo se alineaba adecuadamente con el propósito de esta investigación, el cual fue develar la influencia de los estilos parentales y los vínculos afectivos en una decisión adulta compleja como la elección de pareja; este fenómeno se encuentra profundamente arraigado en la subjetividad, las narrativas biográficas y los modelos operativos internos que los individuos han internalizado desde la infancia. En este sentido, el diseño metodológico a desarrollar fue el fenomenológico, ya que “su propósito principal es explorar, describir y comprender las experiencias de las personas con respecto a un fenómeno y descubrir los elementos en común de tales vivencias” (Sampiere et al., 2014, p. 493)

7.2 Población y muestra

La población objeto de esta investigación estuvo constituida por la totalidad de hombres y mujeres de 25 a 40 años residentes en la ciudad de San José de Cúcuta, Norte de Santander, dadas las características del estudio de diseño fenomenológico, la población de referencia fue enmarcada en un contexto social y cultural particular, influenciado por las dinámicas de frontera, la migración y el conflicto.

El muestreo a utilizar fue de naturaleza no probabilística intencional o por conveniencia, que es el más adecuado para el enfoque cualitativo y fenomenológico, que como lo menciona Battaglia (como se citó en Sampiere et al., 2014) incluyen a los sujetos de estudio que se encuentran disponibles para participar y a los que se puede llegar con facilidad, siendo el más adecuado para el enfoque cualitativo y fenomenológico, ya que busca casos que permitan una comprensión profunda del fenómeno de estudio.

La muestra estuvo conformada por 10 participantes hombres y mujeres entre los 25 y 40 años de edad de la ciudad de Cúcuta, este número fue suficiente para alcanzar la saturación teórica y saturación de categorías, los participantes fueron seleccionados rigurosamente con base en los siguientes criterios de inclusión, diseñados para garantizar la relevancia de sus vivencias con respecto al fenómeno investigado:

7.2.1 Criterios de inclusión

Residencia en la ciudad de San José de Cúcuta (Infancia, adolescencia y adultez)

Edad 25-40 años cumplidos

Haber crecido en una familia nuclear (padre y madre)

Experiencia en pareja (18 años o +) significativa y de duración considerable (6 meses o +)

Estado relacional: soltero con citas / en relación no cohabitante / cohabitando o casado / separado-divorciado.

Voluntariedad en la participación.

7.3 Procedimiento

Para el procedimiento, se eligieron 10 personas, hombres y mujeres, a quienes de manera inicial se les realizó la aplicación del instrumento historia de vida, y posteriormente la entrevista semiestructurada con la finalidad de obtener los datos de interés del tema de investigación.

7.4 Fases de la investigación

El desarrollo de la presente investigación se llevó a cabo a través de las siguientes fases:

Fase I, Delimitación del problema de estudio: Dentro de ella se estableció el tema de interés, el problema, los objetivos y la justificación, así mismo, sus antecedentes a nivel internacional, nacional y local, colocando en contexto las variables a trabajar.

Fase II, Revisión teórica: en esta fase se llevó a cabo la revisión teórica de los conceptos que aportaron en la estructura de la investigación, con referentes de gran relevancia como John Bowlby y Mary Ainsworth para el análisis de los vínculos afectivos, por otra parte, Diana Baumrind, Maccoby y Martin para los estilos parentales, Robert Sternberg y Marián Rojas para la elección de pareja y finalmente Erik Erikson y Diane Papalia para el capítulo de adultez.

Fase III, Elaboración de instrumentos: inicialmente para el instrumento historia de vida, se determinaron cinco preguntas guía que le permitiera a la muestra dirigir su narrativa frente a

los temas de interés, vínculos afectivos y estilo parentales experimentados en su infancia; a su vez, se elaboraron trece preguntas para el instrumento entrevista semiestructurada, a través del cual se buscaba describir los patrones en la elección de pareja de la muestra.

Fase IV, Aplicación de los instrumentos: para este momento se realizó la respectiva aplicación de los instrumentos, dando inicio con historia de vida para el cumplimiento del primer objetivo específico, y posteriormente la aplicación de la entrevista semiestructurada dando cumplimiento al segundo objetivo específico, obteniendo de esta manera la información y los datos deseados.

Fase V, Resultados y conclusión: esta fase consistió en analizar la información obtenida a través de dos matrices de análisis, una para historia de vida por medio de la cual se identificaron los estilos parentales y vínculos afectivos experimentados durante la infancia de los participantes, y la segunda matriz para la entrevista semiestructurada con la que se describieron los patrones afectivos y conductuales en la elección de pareja de la muestra seleccionada, lo que permitió examinar su relación a través de un análisis cruzado implementando el uso de un cuadro comparativo, estableciendo así los resultados y la discusión.

Fase VI, Elaboración de conclusiones: siendo la fase final se determinaron las conclusiones a partir del desarrollo de la investigación y de la relevancia de los resultados obtenidos.

7.5 Técnicas e instrumentos para la recolección de la información

7.5.1 *Historia de vida*

La historia de vida es un instrumento de la investigación cualitativa, como su nombre lo indica busca comprender la experiencia subjetiva de un fenómeno en un momento vital o a lo

largo del tiempo, Sampiere et al. (2014) indica que es uno de los instrumentos más implementados dentro de este tipo de investigación, su aplicación puede ser individual o grupal; de manera grupal puede darse cuando de forma colectiva se han compartido vivencias y experiencias; para su uso frecuentemente se elaboran entrevistas, análisis de documentos o elementos personales e históricos de relevancia.

7.5.2 *Entrevista semiestructurada*

El segundo instrumento de recolección aplicado dentro de la investigación cualitativa como lo menciona Pimienta y De la Orden (2012) está diseñada con preguntas abiertas categorizadas para analizar un fenómeno sistémicamente, no obstante, otorga al investigador la flexibilidad de profundizar en temas emergentes a medida que la conversación avanza. Así mismo, “se basan en una guía de asuntos o preguntas y el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar conceptos u obtener mayor información” (Sampiere et al., 2014, p. 403), obteniendo de esta manera los significados y experiencias respecto a un tema.

8. Resultados y discusión

Para los resultados y la discusión se llevó a cabo el análisis de datos a través de la codificación en dos matrices, una para historia de vida por medio de la cual se identificaron los estilos parentales y vínculos afectivos experimentados durante la infancia de los participantes, y la segunda matriz para la entrevista semiestructurada con la que se describieron los patrones afectivos y conductuales en la elección de pareja de la muestra seleccionada, lo que permitió examinar su relación a través de un análisis cruzado en una matriz comparativa haciendo el estudio de casos múltiples, estableciendo así los resultados y la discusión.

Matriz de análisis; estilos parentales y vínculos afectivos

Tabla 1. Estilos parentales y vínculos afectivos

Pregunta	Respuesta	Análisis
¿Cómo estaba conformada su familia en su infancia y cómo puede describirla?	<p>P1. “Mi familia eran mi mamá, papá y hermanito menor, una familia muy llena de amor, muy atenta, muy unida mi papá, era la autoridad en la casa, y es como y el que proveía, mi mamá no, dedicada al hogar, y por la misma presencia si fue como una presencia más de amor de y protección”.</p> <p>P2. “Mi familia estaba conformaba por mi mamá mi papá y mi hermano mi hermano mayor y yo, mi familia era unida, agradable, pues no recuerdo digamos dificultades de ningún tipo en esos primeros cinco años de vida”.</p> <p>P3. “Mamá, papá, yo, podría decir que una familia nuclear, porque mi hermana menor llegó muchos años después”.</p> <p>P.4 “Mi familia estaba conformada por mi papá, mi papá, y dos hermanas muy mayores, pero en realidad solo viví la mayor parte del tiempo con una, siento que no tengo muchos recuerdos, la describo como una familia tranquila pero no muy familiar, no recuerdo planes ni salidas y al ser la menor no tenía voto. Ambos padres eran proveedores”.</p> <p>P5. “En mi infancia y adolescencia mi hogar estuvo conformado por padre, madre, hermana y hermana. Hogar nuclear patriarcal, un padre proveedor, una madre</p>	<p>10/10 participantes describen una familia nuclear biparental, padre, madre e hijos. Se observan dos tendencias en la descripción del clima: 1. Clima de alta cohesión y afecto (n=7): P1, P2, P7, P8, P9, P10. Usan términos como: "llena de amor", "muy unida", "agradable", "muy amorosa", "fuimos muy familiares". 2. Clima de baja cohesión o rígido (n=): P4, P5, P6. Usan términos como: "tranquila, pero no muy familiar", "hogar nuclear patriarcal, reglas y roles marcados". La clasificación de los roles tienden a ser tradicionales, un padre proveedor con autoridad y una madre protectora dedicada al hogar.</p>

encargada 100% de las labores de la casa, reglas y roles marcados”

P6. “Mi familia estaba conformada por mi padre, Luis; mi madre, Bellaní; mi hermano mayor Mauricio; mi hermano menor Luis, y yo. Puedo describirla como una familia promedio, papá y mamá convivían; pero él se ganaba la vida manejando tractocamiones u otros vehículos, y cuando manejaba tractomulas su tiempo en casa era poco. Puedo agregar, además, que fuimos una familia responsable. Nunca faltaron los tres alimentos al día, mi madre fue muy cuidadosa y nos cuidaba mientras papá trabajaba. Parafraseando una cita de la novela En la Tierra fuimos fugazmente felices, de Ocean Vuong, vivíamos en un barrio en el que “estar bien era ir a comer pizza el día de tu cumpleaños”, aunque eso nunca pasó mientras fuimos niños”.

P7. “Estaba conformada por papá, mamá hermana menor, considero que fue una familia muy amorosa, unida y comprometida con cada área de crecimiento de mi vida”.

P8. “Mi familia estaba conformada por, mi padre, mi madre, y mi hermano mayor, fuimos muy familiares”.

P9. “Padres presentes e hijo único. Familia nuclear muy unida, comunicativa y afectiva. Un ambiente de apoyo constante”.

P10. “Mi familia estuvo conformada por mi madre y mi padre, fue una familia unida, agradable con buena comunicación, con una serie de diferencias y a la vez temperamental”.

¿Cómo explicaría la relación de sus padres

P1. “La verdad espectacular, yo a ellos nunca los vi pelear ni tratarse mal, si mamá necesitaba algo, papá, y viceversa

Modelos de pareja vistos e internalizados:
1. Modelo seguro (n=5): P1, P7, P8, P9,

como pareja durante su infancia?

estaban ahí, mi papá quedó mal de una pierna y mi mamá estuvo muy atenta de una manera que yo decía, cuando yo crezca, yo quiero ver que mi familia sea así, describo la relación de ellos como como el uno para el otro, o sea súper atentos, ellos tenían problemas, porque es muy probable pero nunca me dejaron a mí ver o exponer a peleas o discusiones”.

P2. “Recuerdo que discutían bastante, cuando habían fiestas y tomaban se peleaban, incluso hasta se agredían, el uno físicamente al otro, entonces en ese transcurso de ese tiempo, la relación era bastante difícil, finalmente descubrir una infidelidad por parte de mi papá, su abandono por una época y que mi mamá lo volviera a recibir, fue difícil”.

P3. “Tenían discusiones y peleas, pero siempre la sacaban adelante, no eran muy afectuosos entre ellos, era raro que supiera que peleaban, me daba cuenta porque se dejaban de hablar y yo era el razonero de los dos, mi mamá siempre era quien tomaba las decisiones, pero igual actuaban como freno del otro”.

P4. “Mis papás eran muy distantes, jamás en mi vida los vi teniendo alguna expresión de afecto ni verbal ni física, primaba más la opinión de mi mamá, y cuando crecí entendí que ellos estaban separados bajo el mismo techo, eso me parece que fue un gran daño. Siempre sentí que de parte y parte pudo haber infidelidad, pero al ser una niña nunca pude confirmarlo”.

P5. “Como una relación conflictiva, con infidelidades por parte de mi padre, y mi madre permisiva aceptando ese

P10. Caracterizado por apoyo mutuo, afecto, respeto y bajo conflicto visible o uso del diálogo. 2. Modelo inseguro (n=5): P2, P3, P4, P5, P6. Conflicto abierto y violencia P2, P5, P6: Agresión física, gritos, faltas de respeto. Frialidad y abandono emocional P3, P4: Frialidad y conflicto oculto “me daba cuenta porque se dejaban de hablar”, Distancia “jamás en mi vida los vi teniendo alguna expresión de afecto” y simulación “separados bajo el mismo techo”. Infidelidad y permisividad P2, P4, P5. “descubrir una infidelidad por parte de mi papá”, “de parte y parte pudo haber infidelidad”, “infidelidades por parte de mi padre, y mi madre permisiva”, creando un patrón de trauma.

tipo de cosas y quedándose ahí, tenían discusiones constantes, cruzando sus límites con faltas de respeto”.

P6. “Conflictiva. Mamá estaba sola casi todo el tiempo, con tres hijos por criar bien. Venía cada uno de rupturas fuertes de pareja que podían arrastrar, recuerdo que cuando éramos niños mis padres se gritaban en las discusiones, sobre todo mi padre; su temperamento es más irascible e impulsivo. También recuerdo muchas veces en las que hablaron abiertamente de separarse, de que él se iba a otra parte y nos dejaba, dejándonos un recuerdo de algo inestable, en constante tensión. Incluso recuerdo que de niño siempre que amenazaban con dejarse yo decía que me iba con él. Ahora que soy adulto siento que esa frase pudo haberlo amarrado a nuestro hogar sin que yo lo pretendiera de manera consciente”.

P7. “Una relación muy cercana, muy unida, comprensiva, nunca percibí peleas fuertes. Un padre bastante comprensivo con mi madre, una relación de mucho respeto”.

P8. “Bastante bien, no peleaban, ni discutían, recuerdo verlos hablar mucho.

P9. “Una relación de respeto, bastante amorosos, había apoyo mutuo y se daban sus espacios, no percibí discusiones ni cosas negativas”.

P10. “Fue una buena relación, no había discusiones, eran afectuosos a su manera, muy sencillos realmente y respetuosos”.

¿Cómo describiría la relación con su madre y

P1 “Mi papá, digamos que fue y es la autoridad en la casa, el que impone y ordena, entonces mi relación con él ha sido de sí señor como usted ordene, lo que necesite, mi

Vínculo afectivo con las figuras parentales, suele estar marcado por un tipo de apego predominante de alguna de las

su padre en sus primeros años de vida?

papá era un poco tosco conmigo, porque mi papá siempre ha buscado que yo sea muy perfeccionista en lo que yo hago entonces fuimos más distantes, además por su trabajo casi no lo veía. Con mi mamá era como más de amor, y cercanía, mamá era la que estaba ahí siempre”.

P2. “Pues yo creo que bien, después de que empecé a estudiar ya no éramos cercanos, estaba al cuidado más de mi nona a mi abuela y mis tías, siempre vi con más cercanía a mi papá que a mi mamá, quizás él fue más cariñoso, a pesar de sus errores, siempre fue más afectivo, mi mamá casi no, ella fue más silenciosa”.

P3. “Me he llevado más con mi mamá porque pasaba más tiempo con ella, pero siempre fue muy grosera conmigo cuando no hacía bien las cosas, faltas de respeto e insultos muy fuertes. Con el viejo pues siempre se la pasaba trabajando no hacía parte activa de la crianza mía, no éramos cercanos, con el tiempo trató de serlo”.

P4. “Siendo una niña compartí mucho con mi papá, tengo más recuerdos con mi papá, pero luego se desaparece de mi vida a pesar de vivir juntos, con mi mamá era más conflictiva, pero fue más presente, es que con ella no sabía qué esperar, muchas veces era el grito en el cielo o que ignorara lo que había sucedido, entonces me sentía incómoda contándole cosas.”.

P5. “En mi infancia la relación con mi padre fue muy estrecha y afectiva, fuimos muy cercanos, con mi madre la relación fue cercana pero no con muestras de cariño, y con el paso del poco tiempo fue una madre ausente, más fría”.

P6. “Esta pregunta parece simple, pero esconde sus complejidades para mí. Con mi madre la relación fue más

figuras o de ambas. Apego seguro (n=1) P9, alta disponibilidad emocional, accesible y sensible, “muy cercana y de confianza con ambos”. Apego inseguro evitativo (n=3) P1, P5, P6, distante, no disponible, miedo a la intimidad “fuimos más distantes, además por su trabajo casi no lo veía”, “fue una madre ausente, más fría”, “la relación fue muy distante”. Apego inseguro ambivalente (n=4) P2, P7, P8, P10, alta ansiedad, miedo al abandono, maximizan la cercanía y validación. “ya no éramos cercanos, estaba al cuidado más de mi nona a mi abuela y mis tías”, “disciplina con amor, pero también de obediencia y sumisión casi absoluta”, “Con mi padre también fui cercano pero no había mucho afecto”. Apego desorganizado (n=2) P3, P4, inconsistente, asociado a la fuente de consuelo es la fuente de miedo o daño. “Me he llevado más con mi mamá ... faltas de respeto e insultos muy fuertes”, “el grito en el cielo o que ignorara lo que había sucedido”.

cercana, definitivamente, es quien nos todas las bases para poder construir nuestro camino académico, mi madre era amorosa conmigo, y entregada en su medida. Con mi padre, durante la infancia, la relación fue muy distante, me enseñó a jugar ajedrez, y eso es algo que valoro y a pesar de no decirme jamás una palabra sobre la responsabilidad financiera, con el ejemplo le aprendí que los gastos y dinero del hogar son los primeros que se cubren cuando llega el dinero, y que no se posponen. Nunca asistió a ninguna de las reuniones de entrega de boletines de mis escuelas o colegios; nunca me ayudó a hacer tareas, según mi mamá, ni siquiera me cambió un pañal en esta vida, ya que esos aspectos de la crianza quedaron bajo la responsabilidad de mi mamá. Tampoco me castigó físicamente, ni a mis hermanos. Esto es algo que agradezco a las casualidades, seguramente habría dado más dificultad a la relación, o a la imagen que tuve y tengo de él”.

P7. “La relación con mis padres en la infancia fue muy cercana, presente, de disciplina con amor, pero también de obediencia y sumisión casi absoluta a ellos, si bien se hacían presentes en todas las áreas de mi vida, esa presencia implicaba hacer todo lo que ellos indicaban”.

P8. “Increíble, siempre atentos y preocupados por mi salud y bienestar, pero no eran expresivos ni afectuosos”.

P9. “Muy cercana y de confianza con ambos. Sabía que podía contarles cualquier cosa. Siempre estaban presentes y eran cariñosos físicamente y con expresiones de amor”.

P10. “Con mi madre una buena relación de mucho amor, cariño y momentos agradables. Con mi padre también fui

cercano pero no había mucho afecto, solo diálogo de vez en cuando”.

¿Cómo fue la crianza que recibiste, de qué manera se establecían las normas y cómo recibía afecto?

P1. “Papá sí fue más autoritario entonces era como aquí se hace esto porque yo lo ordeno y se hace a mi manera porque yo lo manejo, él ponía límites y las normas y las cosas se hacen incluso aún como él las dispone, ya con mi mamá, si es como una relación de protección, de cercanía, una mujer más paciente y flexible, y más afectuosa, mi papá igual sacaba tiempo para jugar conmigo y cuando me tenía que castigar, pues me castigaba, cuando yo por lo menos en tareas no entendía rápidamente, él me regañaba muy duro o a veces me pegaba muy duro, entonces yo con él no tuve mucha cercanía afectuosa”.

P2. “No recuerdo exactamente de normas o leyes que se debieran cumplir en la casa, yo creo que iba aprendiendo cómo debían ser las cosas a media que iba pasando, pero realmente yo hacía muchas cosas y nadie me decía nada, todo estaba bien, de hecho, no recuerdo que nadie me haya enseñado nada a nivel académico, ni a hacer mis tareas, me hicieron muy independiente, percibía más que físico, el afecto en preocupación por mí”.

P3. “Recibía afecto físico, pero no muchas palabras expresivas, me pegaban, fueron muy estrictos pero mi mamá, siempre decía porque soy su mamá y punto, no podía opinar, mi mamá ejerció ese rol de autoridad, y también me dejaban de hablar si se molestaban conmigo”.

P4. “Recibía afecto físico de mi mamá, pero tampoco mucho, las reglas las imponían los dos, pero eran estrictos por temas de moral o religiosos, me inculcaron miedo hacia mi papá por ejemplo si yo me llegaba a caer jugando

Estilos parentales predominante, se observa una alta presencia del estilo autoritario (n=6) P1, P3, P4, P5, P7, P8, con énfasis en la imposición, el miedo y la obediencia absoluta, a veces con castigo físico o no verbal, y escaso afecto “papá sí fue más autoritario... él me regañaba muy duro o a veces me pegaba muy duro”, “me pegaban, fueron muy estrictos”, “me dejaban de hablar cuando hacía algo mal”, “las normas se establecían a través del miedo”. Estilo autoritativo o democrático (n=P6, P9, P10) normas a través del diálogo y expectativas claras, alto afecto físico y verbal “el afecto... lo recibí con tiempo de calidad; con manifestaciones físicas y palabras positivas”, “llamados de atención en el diálogo, el afecto en todo momento”. Estilo permisivo indulgente, (n=1) P2, ausencia de límites o normas no claras, percepción del afecto “no recuerdo exactamente de normas o leyes que se debieran cumplir... el afecto en preocupación por mí”, “hablaban mucho conmigo y me explicaban lo que necesitara”.

él no podía enterarse y tenía que ocultar las heridas, en algunas ocasiones me pegaron, pero sobre todo me dejaban de hablar cuando hacía algo mal, sobre todo mi mamá era como hablarle a una pared”.

P5. “Las normas se establecían a través del miedo, mi padre siempre fue un hombre de mucho carácter y autoritario, no recuerdo que se repitieran dos veces las cosas, siempre hubo orden en el hogar, no recuerdo que se me dijera lo que tenía que hacer, sabía que tenía que hacer todo bien, después de mis 7 años, las muestras de afecto fueron casi nulas, mi padre nos demostraba su afecto con dinero para comprar cosas o llevándonos a parques y mi mamá con preparar los alimentos”.

P6. “La crianza fue amorosa y responsable, modesta. La manera en la que se establecían las normas no la recuerdo bien, sobre todo por parte de mi padre, ahora que lo pienso no recuerdo cómo eran sus llamados de atención, mi mamá, en cambio, lo hizo desde el diálogo, nos hablaba mucho, y nos decía las cosas sobre todo como un consejo, mamá sí nos castigó físicamente algunas veces, pero esa nunca fue la primera medida, cabe decir. El afecto por parte de mi madre lo recibí con tiempo de calidad; con manifestaciones físicas y palabras positivas. Recuerdo que nos decía que además de madre era nuestra amiga, y que podíamos contarle todo, por parte de mi padre la forma de recibir afecto era su respeto hacia nosotros”.

P7. “La crianza fue de bastante disciplina, eran bastante estrictos, había un elemento religioso, yo era hija de pastores y la normativa y las expectativas sobre mí siempre fueron bastante altas, aun se aplicaba disciplina

para las cosas que deseada debía aportar con labores en casa, mostrándome que podía contribuir con mis capacidades. Recibía mucho afecto, contacto físico, abrazos, besos y expresiones de cariño de forma verbal y de actitudes”.

P8. “Bastante bien y estricta, las normas las establece mi padre, mi madre era más de supervisar y cuidar, si era necesario me llamaban la atención y me recordaban lo que debía hacer, afecto casi no recibía, conmigo como tal no eran muy expresivos”.

P9. “Las reglas en la casa las colocaban los dos, y ambos solían opinar lo mismo, hablaban mucho conmigo y me explicaban lo que necesitara, eran bastante afectuosos”.

P10. “Habían normas y reglas de la casa, el orden en el hogar, así como la colaboración, pero no recuerdo castigos, solo de pronto llamados de atención en el diálogo, el afecto en todo momento con palabras, detalles y gestos por parte de mi madre, mi padre también llevaba el orden pero mi mamá era más expresiva”.

¿Hay alguna memoria o momento de su infancia que considere que fue clave para moldear la persona que es hoy?

P1. “Son muchos momentos, uno de ellos, estuvimos pasando por una situación económica en donde mis papás dejaban de comer para darnos a nosotros, o cuando mi papá tuvo un accidente y mi mamá vivía entregada a su recuperación, uno entiende que fue por amor, siento que he adoptado mucho de esas acciones de comportamientos porque yo quiero ser así para mi propia familia en el futuro, saber que mi prioridad será ellos, que, si tengo que dejarlo todo, mi atención será netamente para ellos”.

La mayoría de los participantes identifica que los patrones de relación o las situaciones de alta tensión o exigencia fueron los elementos clave que moldearon su personalidad adulta: 1. Moldeamiento por presión y exigencia (n=3) P4, P5, P7, sobrecarga, altas expectativas y adopción forzada de roles “la religiosidad... una pesada carga sobre todo por apariencias”, “se me atribuyeron muchas tareas dentro del hogar”, “el 100 o el excelente era lo

P2. “Bueno o sea un momento en específico no pero si pienso que es como la suma de todos ellos lo que lo hace formar el carácter y la personalidad que cada quien adquiere”.

P3. “Creo que el hecho de que al final de día mi mamá me dijera que uno debía ser muy valiente, que uno no debía rendirse, eso ha hecho mucho de lo que soy hoy y de lo que he logrado, de lo que me repito”.

P4. “No es una situación, pero la religiosidad me dejó una huella muy marcada, para bien y para mal, si bien a través de eso me enseñaron lo que estaba bien o mal, desde no decir malas palabras o groserías hasta temas más profundos, pero a la vez fue una pesada carga sobre todo por apariencias, siempre preocupados por lo que otros fueran a pensar o incluso Dios. Soy una persona espiritual, pero me fui alejando del contexto religioso que paradójicamente es cruel y juzga mucho”.

P5. “Mi infancia estuvo marcada por abandono afectivo, asumí obligaciones que no me correspondían, cuando nació mi hermana menor a mis 11 años se me atribuyeron muchas tareas dentro del hogar, cuidar una bebé, posteriormente ayudar con tareas escolares, mi mamá no quería que tuviera tiempo para mí, según ella tenía que hacerme cargo de llevarle y recogerle la niña del colegio, y de hacerme cargo de mí misma completamente, ella se desentendió de mí y mis necesidades, solo era la comida y nada más”.

P6. “Siendo un adolescente probé el cigarrillo, lo tomaron con mucha calma, comprensión y no me regañaron ni

esperable para mí”. Moldeamiento por proactividad (n=3) P1, P6, P10, necesidad de ser responsable, visionario y sacrificado “mis papás dejaban de comer para darnos”, “las ausencias de mi padre en casa contribuyeron a mi sentido de responsabilidad, tal vez tomé conciencia del papel de hombre”, “desde temprano trabajar por lo mío y mis sueños”.

Moldeamiento por huella emocional (n=3) P3, P8, P9, experiencias de alto impacto fijando un patrón social o interno, resiliencia “debía ser muy valiente, que uno no debía rendirse”, cierre afectivo “se empezaron a reír, por ende, hoy en día soy bastante cerrado y tímido”, seguridad “me insistían que yo era muy inteligente”.

Moldeamiento trasversal (n=1) la totalidad de las experiencias la han marcado “la suma de todos ellos lo que lo hace formar el carácter”.

golpearon. En cambio, me dieron mucho consejo y estuvieron muy pendientes, sin recriminarme nada ni encerrarme en casa. Tal vez las ausencias de mi padre en casa contribuyeron a mi sentido de responsabilidad, tal vez tomé conciencia del papel de hombre que se hace cargo o se equivoca poco dado que mamá estaba sola con tres niños y un salario mínimo. En perspectiva, esas circunstancias pueden haberme llevado a esforzarme tanto en la escuela y luego en otros aspectos”.

P7. “Siempre era estimulada a ser mejor en mis logros, con las notas de la escuela, con la rapidez con la que debía aprender, con la forma en la que hacía las tareas del hogar, con todo se esperaba lo mejor, el 100 o el excelente era lo esperable para mí, y hoy entiendo que no solo por mi bienestar como se argumentaba en mi niñez sino también por las expectativas de los demás que yo debía cumplir, personas que me observaban y de las que yo era ejemplo a pesar de ser una niña, eso de alguna manera actualmente me ejerce presión en las cosas que realizo porque me presiona hacer las cosas lo mejor que se pueda”.

P8. “En primaria me acuerdo que cuando apenas aprendíamos a escribir, le escribí una carta a la chica que me gustaba, y como ella no sabía leer, la leyó la maestra adelante de todo el curso, a continuación, los niños se empezaron a reír, por ende, hoy en día soy bastante cerrado y tímido a la hora de interactuar con personas nuevas”.

P9. “En la escuela tenía una presentación de la semana de la familia, yo estaba emocionada pero nerviosa, ese día mis papás iban y en medio de la presentación se me olvidó

una parte que tenía que decir de memoria delante de todos y al terminar el evento fui a donde mis papás y empecé a llorar, ellos me abrazaron y me insistían que yo era muy inteligente, ver sus ojos de amor me tranquilizó tanto”.

P10. “Por parte de mi madre tengo una familia extensa y muy unida, me ha marcado que han sido emprendedores y se han establecido muchos retos y metas que se proponen en conjunto y las han alcanzado, creo que eso me ha hecho ser visionario y desde temprano trabajar por lo mío y mis sueños”.

Nota. La tabla refleja los resultados de los estilos parentales y los vínculos afectivos de la muestra. *Elaboración propia*

Matriz de análisis; elección de pareja

Tabla 2. Elección de pareja

Pregunta	Respuesta	Análisis
¿Qué es lo primero que le atrae o “le prende la chispa” y le hace querer conocer más a una persona?	<p>P1. “Lo que me pueda brindar intelectualmente hablando, poder hablar temas importantes, como qué piensas de equis cometa y qué piensas de la religión o de este libro, o sea lo que ellos puedan darme a conocer”.</p> <p>P2. “La amabilidad, sentir que hacemos clic, no sé cómo expresarlo, también la actitud que tenga frente a uno o frente a una conversación, que sea sonriente, amable”.</p> <p>P3. “Que tenga sentido del humor, no me gusta la gente aburrida”.</p> <p>P4. “Tener una buena conversación, que sea alguien chévere con quien haya de qué hablar y se pueda</p>	<p>El análisis revela que la atracción inicial se basa predominantemente en la calidad de la interacción y la validación de valores compartidos. Patrones de Criterios iniciales: 1. Conexión profunda e intelectual (n=5) P1, P4, P6, P7, P8, la atracción se centra en la habilidad para sostener conversaciones significativas. 2. Energía, actitud y disposición social (n=5) P2, P3, P5, P9, P10, prioriza las cualidades que hacen que el primer contacto sea fácil, dinámico y placentero,</p>

<p>profundizar de parte y parte, que no se sienta forzado, sino que se note la iniciativa.</p> <p>P5. “El carisma que tenga la persona, que se note que es una persona con energía, que se vea activa”.</p> <p>P6. “Su rostro. Me atraen mucho las personas con rostro bonito. Luego me gusta escucharlas hablar. Cuando son buenas conversadoras y cuentan cosas que despiertan mi curiosidad o que conozco, me atraen mucho”.</p> <p>P7. “Las convicciones como la fe bajo el mismo contexto religioso, las metas compartidas, y la forma como nos relacionamos”.</p> <p>P8. “Su personalidad en la cotidianidad, su forma de pensar y arreglar los problemas”.</p> <p>P9. “Que sea auténtico, alegre y se muestre seguro de sí mismo”.</p> <p>P10. “La actitud, forma de ser y picardía”.</p>	<p>amabilidad, carisma, sentido del humor, picardía.</p>
--	--

¿Cuáles son los criterios esenciales que una pareja debe poseer innegablemente y a los que usted no renunciaría nunca?

- P1. “Estabilidad económica, yo necesito conformar una familia que de estabilidad, el hombre que esté conmigo, tiene que ser proveedor y tiene que ser igual de atento a como es mi papá con mi mamá”.
- P2. “Debe ser muy respetuosa, responsable, tener a Dios en su corazón y actuar conforme a eso que lo que dice, con valores, con principios que piense en todos, no solo en su propio beneficio, la fidelidad, el respecto el amor y compromiso la dedicación, la entrega, son muchas cosas”.
- P3. “Que sea buena persona, que tenga y se vea el interés, que sea profesional”.

Los criterios esenciales se agrupan en tres áreas de necesidad fundamentales: 1. Seguridad (n=7) priorizan elementos que aseguren la estabilidad material y la estructura familiar tradicional. P1 “tiene que ser proveedor”, P3 “que sea profesional”, P5 “con ideas de negocio”, P6 “prudencia financiera”, P4 “que quiera casarse y tener hijos”, P9 “que quiera construir una familia”, P10 “que quiera tener hijos”. 2. Valores morales (n=6) centrado en la confiabilidad y la alineación de principios, P2, P5, P7

	<p>P4. “Que crea en Dios, que tenga un buen corazón, que quiera casarse y tener hijos”.</p> <p>P5. “Debe ser una persona honesta, honrada, creyente en Dios, persona trabajadora, con ideas de negocio, activa mental y físicamente, no puede ser una persona con pensamientos de carencia, abnegada o quejándose de la vida, ni viendo todo caro”.</p> <p>P6. “Prudencia financiera, belleza física, confianza, solidaridad, amabilidad, empatía.”.</p> <p>P7. “Fidelidad y respeto”.</p> <p>P8. “Que sea una persona que demuestre las emociones, que no se reprima, que demuestre afecto”.</p> <p>P9. “El respeto mutuo, la capacidad de comunicación y que quiera construir una familia”.</p> <p>P10. “Que quiera tener hijos, crea en Dios, y que se desee organizar o formar un hogar estable”.</p>	<p>fidelidad, P2, P7, P9 respeto, fe P2, P4, P5, P10. 3. Disposición afectiva (n=3) se valora la apertura emocional, P3 “que tenga y se vea el interés”, P8 “que demuestre las emociones... que demuestre afecto”, P9 “la capacidad de comunicación”.</p>
<p>Además de lo esencial, ¿qué atributos específicos (físicos, intelectuales, económicos, de personalidad, edad) desea en una pareja que enriquecerían el vínculo?</p>	<p>P1. “En el físico, realmente yo no le paro muchas bolas al físico, que sepa de muchos temas, que me instruya, en lo económico yo no necesito que provea, necesito que sea una persona estable, que tenga aspiraciones, me gusta mucho los manes serios, que sean súper responsables, que no sean amargados porque yo soy muy madura, pero a la vez soy muy niña, entonces pues que sea un poco parchado también, que sea mayor, siempre tiene que ser mayor igual o mayor menor, ni loca”.</p> <p>P2. “Lo físico no me parece definitivo siempre y cuando cumpla como los primeros requerimientos, la personalidad es la que define, la edad ni muy mayor, ni muy menor”.</p>	<p>Los atributos deseados buscando enriquecer el vínculo. 1. Físico, es altamente subjetivo, una parte de la muestra refiere no interesarle y la otra da características como la altura e higiene. 2. Intelectual (n=6), el criterio más fuerte es la inteligencia, debe ser funcional y resolutiva, estar ligada a grandes aspiraciones, P1 “que tenga aspiraciones”, P3, P4, P5 “que sea inteligente”, P7 “que le guste aprender cada día P10 “que tenga grandes aspiraciones de crecer profesionalmente”. 3. Económico (n=5) la</p>

P3. “Físicamente que sean bajitas, que tengas las metas de uno, que sea inteligente, el tema económico no me ha importado nunca, y la edad que fueran contemporáneas a mí”.

P4. “Físicamente debe gustarme, que sean altos y tengan buena higiene, que sea inteligente, en la personalidad el sentido de humor y alguien profundo, que tenga valores, principios, que no tenga hijos de otras relaciones, el tema económico no ha sido relevante pero sí alguien que se note que quiere salir adelante, y la edad en el pasado buscaba hombres menores, pero ya no, que sea contemporáneo”.

P5. “Físicamente ser alto al menos superar mi estatura, ser inteligente para resolver problemas en la vida, me abruma las personas que no resuelven, debe ser una persona sencilla, humilde, no me vinculo con hombres creídos, ni metrosexuales, ni vanidosos. Debe ser contemporáneo a mi edad”.

P6. “En cuanto a los atributos físicos, me gusta que lleven las uñas limpias, con rostros bonitos, de cabello rojizo, piernas bien formadas y buena cola. A nivel intelectual cuando conversan cosas interesantes, como lectoras frecuentes. Como atributos económicos la prudencia no necesariamente la abundancia; sobre la personalidad la empatía, la solidaridad, la flexibilidad de pensamiento, la amabilidad. Sobre la edad me han gustado un poco mayores”.

P7. “Físicos que se cuiden en su aspecto presencial. Intelectuales que le guste aprender cada día, económicos que le guste emprender, que no sea conformista ni

mitad busca estabilidad y una gestión de recursos responsable P1 “necesito que provea”, P3 “que se note que quiere salir adelante”, P6 “prudencia no necesariamente la abundancia”, P7 “que le guste emprender”, P9 “estable económicamente”, la otra mitad de la muestra no lo menciona o afirma que no es un aspecto relevante P3 “el tema económico no me ha importado nunca”, P10 “economía casi no miro ese aspecto”.
 4. Personalidad (n=7) se busca equilibrio y disposición afectiva, P1 “manes serios... parchado también”, P4 “el sentido de humor”, P5 “persona sencilla, humilde”, P6 “empatía, la solidaridad... amabilidad”, P7 “alegre, dinámico, cercano, tierno”, P8 “demuestre sus sentimientos y cariño”, P10 “alegre, sociable, con buena comunicación”.
 5. Edad: se prefiere contemporáneo o mayor.

recostado. Personalidad, alegre, dinámico, cercano, tierno.
Edad: que no me lleve más de 4 años”.

P8. “Que sea una persona trabajadora, que se esfuerce por conseguir sus metas, y de personalidad lo mismo que antes, demuestre sus sentimientos y cariño”.

P9. “Que sea guapo, buen sentido del humor, independiente, experto en algún área de conocimiento, estable económicamente, contemporáneo a mi edad.”.

P10. “En la parte física, delgada, pelo liso, que no sea más alta que mi persona, intelectual que tenga grandes aspiraciones de crecer profesionalmente. Economía casi no miro ese aspecto, personalidad alegre, sociable, con buena comunicación y que se sienta con autoridad, edad unos años menor a mí y máximo dos años mayor, de mi edad no me llama la atención”.

¿Qué relevancia o valor tiene para usted la pasión, la cercanía y el compromiso en una relación de pareja?

P1. “Todo, o sea tiene un valor muy significativo, yo siento que el ser humano es de contacto, y si no existe como esa chispita, te sientas con esa persona y se puede notar la pasión. En cuanto al compromiso, ahí uno se da cuenta o identifica tal vez la seriedad de la relación, sí, creo que la cercanía tiene mucho que ver, mucha importancia”.

P2. “Es muy importante porque pienso que en eso se basa una relación de pareja, porque el vínculo es muy importante y el compromiso, la entrega que se tiene con la otra persona, de nada sirve tener una y otra no, porque no funcionaría”.

P3. “Son importantísimos, son los pilares fundamentales de la relación, no concibo una pareja que no se quieran, o

Existe un consenso unánime (n=10) sobre la relevancia fundamental de estos tres elementos, siendo calificados como “pilares”, “esenciales” e “imprescindibles”, estacando el compromiso como la seriedad y el futuro de la relación; la pasión como diferenciador único de las relaciones de pareja y la cercanía como base de la confianza.

se deseen, por ejemplo, poder confiar en el otro y saber qué somos y para dónde vamos”.

P4. “Son fundamentales, sobre todo la pasión, que hace única a una relación para que sea de pareja y lo demás la construye y la establece”.

P5. “Es demasiado importante la pasión, mi pareja me debe gustar físicamente y las muestras de afecto en la relación de pareja, el compromiso y la exclusividad en los vínculos”.

P6. “Creo que son tres aspectos esenciales, imprescindibles para una relación de pareja bonita, perdurable, estable, que cimentan una relación de confianza y trascendencia”.

P7. “Mucha relevancia, considero que todas deben estar presentes en la relación”.

P8. “Bastante, creo que es lo que más demuestra amor en la pareja y en su futuro”.

P9. “Son los pilares. La cercanía por la confianza creada, la pasión es importante para la conexión física, y el compromiso es la decisión diaria de trabajar juntos.”.

P10. “El contacto físico desde el abrazo influye mucho en mí, la conexión que se sienta o se pueda transmitir sea del 100%”

¿Cómo se describe a sí mismo dentro de una relación de pareja?

P1. “Yo digo que intensa pero no intensa mal sino intensa bien, quiero saber cómo estás, cómo vas, qué necesitas, cómo lo podemos solucionar, para mí es importante que si yo estoy bien esa persona pues también tiene que estar bien, muy llena de amor expresiva y queriendo contacto y afecto, también creo que soy un poco peleona tiendo a ser

Se identifican dos grandes patrones de comportamiento: 1. Afectivo/dedicado (n=10), hay un consenso total en la autopercepción en el patrón de dedicación, expresividad y apoyo. 2. Conflictivo/Controlador (n=4) una parte

como mi papá, a mí me gusta mucho que hagan las cosas como yo las digo, como yo las dispongo, y si esa persona no lo hace del modo que yo digo es muy posible que genera un conflicto, me puedo enojar, donde yo me lleno mucho de ira y termino haciendo cosas muy inmaduras, a veces no controlo mi mucho emocionalidad, y soy muy enfocada, el otro año vamos a hacer esto, tenemos que tener esto, ya hay que hacer esto o sea siempre enfocada”.

P2. “Como una persona cariñosa, respetuosa, entregada a la relación, pensando en el otro, en su bienestar, que expreso siempre lo que pienso de una situación hago llamado al diálogo”.

P3. “Intento ser comprensivo, trato de escuchar mucho, soy detallista y me entrego completamente, soy muy expresivo”.

P4. “Muy afectuosa, muy expresiva, soy la que pone todo su corazón y entrega todo, soy detallista, soy de pronto quien más genera conflicto, me molesto con facilidad como que me tomo todo muy personal o a pecho, pero también alguien que necesita de afecto.

P5. “Soy una mujer cariñosa, comprensiva, incondicional, expreso mi afecto con actos de servicio, siempre que hay conflictos me gusta hablar, expresar lo que no me gusta y lo que siento”.

P6. “Creo que soy servicial. A veces poco apasionado, pero juicioso y comprometido. Amoroso en la medida de lo posible; estoy en terapia, quiero manejar aspectos relacionados con la ira, el enojo y la gestión emocional. Quiero ser un mejor compañero y un mejor padre”.

revela patrones de conflicto internos o proyectados, P1, P4 generadoras e conflictos, P5, P6 lucha por la gestión emocional.

P7. “Muy comprometida por dar lo mejor, tierna y expresiva en todos los sentido, entrego demasiado, soy bastante emocional aunque lucho por ser más racional”.

P8. “Bastante cariñoso y expresivo, por lo general soy el que planifica las salidas, y atento”.

P9. “Soy afectuosa, abierta, muy buena compañera, ofrezco mi apoyo incondicional, dedicada a mi hogar y a las metas que hemos trazado”.

P10. “Con mucha pasión, interés por mi pareja, metas planteadas, apoyo en todo momento, buena comunicación”.

En sus relaciones de pareja (pasadas o actual), ¿cuál suele ser su reacción y la de su pareja cuando hay conflictos?

P1. “Considero que siempre tengo la razón, entonces cuando no me la dan, ahí hay un conflicto y pues de por sí, siempre me desaparezco, pero tristemente en ese lapso puedo decir cosas que no están bien, y mi novio siempre trata siempre de darme los argumentos lo más respetuoso posible hasta que yo lo bloqueo, y ya y no tiene forma, entonces me busca por otros lados, por ejemplo sí se ha creado cuentas diferentes de Facebook, yo estoy acostumbrada a que todo el mundo siempre vuelve a mí, así yo sea la del error, él es cero orgulloso y eso me parece espectacular”.

P2. “Mi reacción inicialmente es enojarme y querer hablar rápido, la de mi pareja se aleja, no hablarnos durante un corto tiempo, luego se prosigue al diálogo”.

P3. “Siempre intento hablar, mi pareja no, quiero resolver y que no se agrande la discusión, creo que se puede reparar y hablar. En el pasado eran más conflictos, mis parejas no reconocían los errores y actuaban por impulso”.

Se identifican cuatro estilos de afrontamiento del conflicto. 1. Estilo seguro/orientado al diálogo (n=3) comunicación respetuosa y búsqueda de acuerdos, P3 “siempre intento hablar... resolver y que no se agrande la discusión”, P8, “El que escucha... se llega una conclusión... estoy presto para ello”, P9, “diálogo inmediato, nos escuchamos... ser comprensivos, buscamos soluciones o acuerdos”. 2. Estilo evitativo/distancia (n=3) el distanciamiento es la principal estrategia P1 “me desaparezco... puedo decir cosas que no están... lo bloqueo”, P6 “si evito los conflictos, evitaré las discusiones y los enojos, por lo tanto no habrá amenazas o consideraciones sobre la separación”, P10 “me alejo”. Estilo ansioso/preocupado (n=3) intensidad emocional o presión por resolver, P2

P4. “Tiendo al silencio, se me hace un nudo en la garganta, emocionalmente suelo sentirme muy mal, me doy duro porque me siento muchas veces culpable y ansiosa, no tengo un discurso muy amigable conmigo misma, después de ese estado ahí sí quiero presionar para que lo resolvamos. Él siempre busca resolver, hablar desde el primer instante en que ocurre y llegar a acuerdos”.

P5. “Siempre que hay diferencias se habla, busco el diálogo, en mi caso mi rasgo negativo es que saco cosas del pasado para atacar”.

P6. “El enojo y la evitación. Aún no sé cómo tramitarlo de manera que sea menos violento, menos chocante. La evitación puede estar sustentada en la creencia de que si evito los conflictos, evitaré las discusiones y los enojos, por lo tanto no habrá amenazas o consideraciones sobre la separación, o sobre el final de las relaciones. Es decir, el resorte que amortigua ese apego evitativo es creer que las discusiones de pareja alejan más de lo que enriquecen. Y al final se han terminado todas, lo cual me ha traído a la relación en la que me encuentro actualmente, gracias a la terapia que llevo, he aprendido a confiar más allá del temor y gracias a la paciencia y comprensión de mi esposa, también. Ella ha sido un poco más madura a la hora de manejar los conflictos, aunque también ha tenido episodios de desborde”.

P7. “Tratar de buscar la solución, así la persona no quiera, entro en un conflicto emocional si no soy escuchada, lloro, mi pareja suele ser más reactivo, distante o a no ver el conflicto por lo tanto no hay nada de qué hablar, muchas veces siento que no es comprensivo”.

“enojarme y querer hablar rápido ... no hablarnos... luego se prosigue al diálogo”, P5 “busco el diálogo... saco cosas del pasado para atacar”, P7 “buscar la solución, así la persona no quiera, entro en un conflicto emocional si no soy escuchada, lloro”.

Estilo confuso/incoherente (n=1)
inconsistente con alternancia de comportamientos, evitación, ansiedad y finalmente presión por resolver, P4 “silencio... ansiosa, después... sí quiero presionar para que lo resolvamos”.

P8. “El que escucha, y en base a la forma de pensar de ambos se llega una conclusión para no llegar a una pelea a mayor. No siempre genero el diálogo pero estoy presto para ello”.

P9. “Buscamos el diálogo inmediato, nos escuchamos y buscamos ser comprensivos, buscamos soluciones o acuerdos para que no se repita”.

P10. “La de mi pareja emocional, deja de hablar por un determinado tiempo, la mía me alejo y cuando sé que está calmada voy para hablar tranquilamente, ya que si lo hacemos en un momento de rabia saldría una conversación fuerte”.

¿En qué ocasiones ha cedido en aspectos clave que inicialmente buscaba o consideraba importantes en una pareja, para mantener la relación?, ¿a qué atribuye esas cesiones?

P1. “No creo que haya cedido en algo, mi relación actual se ha terminado varias veces porque él no cumple con lo que yo quiero y si luego veo que cambia volvemos, el punto de quiebre siempre ha sido que si él no es proveedor pues chao y pues siempre que algo no me gusta, yo se lo hago saber”.

P2. “En muchas cosas que atribuyo a un miedo a separarme porque me casé, a decepcionar a mi familia, por mi hijo también me quedé, inicialmente quería un hombre que me amara y me fuera fiel pero ocurrió todo lo contrario y cedí y acepté todo”.

P3. “Lo atribuyo al síndrome del salvador, no me importó el pasado de la persona cuando sí es importante, permití malos tratos, faltas de respeto”.

P4. “En mi consciencia estaba la importancia de la fidelidad, pero creo que me fijaba en hombres con perfiles

Se identifican dos grandes grupos de cesiones/tolerancia, y tres categorías de atribución: 1. Cesiones de alto impacto, (n=7) P2, P3, P4, P5, P6, P7, P8, los participantes cedieron en aspectos fundamentales de la relación, fidelidad, buen trato, formalización, honestidad, ser reconocido o amado. 2. Cesiones de bajo impacto o nulas (n=3) P1, P9, P10, los participantes no cedieron en aspectos esenciales o solo lo hicieron en aspectos superficiales. Atribución de las Cesiones/el por qué: A. Miedo a la pérdida/inseguridad (n=3) P2, P5, P6 el motor de la cesión es el temor a estar solo o a la ruptura. B. Inconsistencia de criterios/Autosabotaje (n=3) P3, P4, P7, la cesión se atribuye a un error de juicio o de elección inicial.

mujerigos y les abría la puerta, entonces en eso creo que cedí”.

P5. “Si, en formalizar o conformar hogar, he cedido en los tiempos, esos han sido mis anhelos sin embargo, en este punto no sé si sean los de mi pareja, tal vez he aceptado menos de lo que soy o quiero, atribuyo estas cesiones en parte a no querer conocer otras personas y a la vez sentir que eso me merezco aunque conscientemente sé que merezco más pero es difícil soltar”.

P6. “Estuve con una persona con la que cedí mucho en aspectos clave. Era una persona con la que la relación empezó como una infidelidad, yo era una presencia que debía permanecer más bien oculta en su vida, también concedí mucho porque el delicioso con ella era deliciosísimo”.

P7. “En entender que no siempre me van a dar lo que quiero, entonces aceptar que me den lo que a la persona le nazca. Este es un punto complejo, el contexto religioso y familiar basados en que la fe y la fidelidad son suficientes para establecer una relación, quizá en este sentido sin ser tan consciente cedí. Así mismo, aceptar un hombre con una hija de una relación pasada que me ha traído muchas consecuencias”.

P8. “Que sean frías o inexpresivas, distantes, y con metas diferentes, aceptar que me mintieran y hacer caso omiso guardando esperanza de que no fuese así”.

P9. “Nunca he cedido en lo esencial, he sido flexible en cosas superficiales, como gustos, pero en lo demás no, tan pronto identificaba algo que no me pareciera sano lo expresaba”.

	<p>P10. “Que no sea expresiva empiezo a ceder al pensar que estoy haciendo algo mal o me falta algo”.</p>	
<p>¿Qué aspectos de su personalidad (ej. miedos, inseguridades, dificultades con límites) siente que lo han autosaboteado en la construcción de una relación saludable y estable?</p>	<p>P1. “Puede ser como mi egocentrismo, porque yo sí siento que soy lo más y que mujeres como yo tú no las encuentras por ahí y efectivamente, entonces yo a veces siento que por ser así es como pues váyase y busque otra persona a ver si la encuentra como yo, a mí nada me queda grande, y si yo puedo por qué tú no vas a poder y siempre tengo eso en la cabeza, yo siento que yo camino por las nubes sí, entonces eso siento que puede jugar con la relación”.</p> <p>P2. “Pienso que todos mis miedos como a quedarme sola y dificultades con límites porque, aunque no me crean hice o permití cosas que no sabía que estaban mal porque las vi en casa o simplemente no me enseñaron, casi todo lo que hacía desde niña estaba bien”.</p> <p>P3. “Creo que actualmente soy una persona más madura, en las otras relaciones fueron la falta de límites y hacer como de todo para que la otra persona no se fuera, no me dejara, ese miedo a perder, actualmente todo es más sano, muchas cosas he mejorado y ya no permito”.</p> <p>P4. “No sentirme merecedora de algo bueno, miedo a que me rechacen o a ser abandonada, genero conflictos donde no los hay, fantasmas donde no los hay, alejo lo que es bueno y la paz o inestabilidad pareciera que no fuera buena. Me suelo sentir atacada con facilidad y soy reactiva”.</p> <p>P5. “Por miedo a quedarme sola muchas veces no establecía mis límites, entonces terminaba aceptando situaciones que no me gustaban, yendo a lugares que no</p>	<p>Se identifican dos patrones clave de autosabotaje: 1. Miedo a la pérdida y el abandono (n=8) P2, P3, P4, P5, P7, P6, P9, P10, es la causa principal del autosabotaje, llevando a la complacencia, a la presión o a la ausencia de límites. Evitación de la intimidad o vulnerabilidad (n=4) P1, P8, P4 uso de mecanismos de defensa para evitar la conexión profunda.</p>

eran de mi gusto o compartiendo con personas que no me agradaban.”.

P6. “Mi falta de honestidad, mi escasa capacidad para ofrecer aperturas emocionales a mis parejas. Mis inseguridades por haber crecido con la tensión constante de la separación de mis padres, también. Mis dificultades para poner límites; mi tendencia a la sobre compensación”.

P7. “Muchos miedos e inseguridades por el pasado de mi esposo, el temor al juicio o a lo que piensen, mi emocionalidad, mi necesidad constante de afecto”.

P8. “En la confianza, en mi relación pasada me han sido infiel, y ahora me cuesta mucho el confiar en alguien, generar completa apertura o creer que será genuino todo y honesta la persona”.

P9. “Temor a el fracaso de las relaciones, porque es algo que puede ocurrir así que soy de la que apuesta todo porque funcione pero eso puede generar exigencias altas que la otra persona no entienda o no esté de acuerdo”.

P10. “Miedo cuando siento que el interés se pierde o empieza una baja comunicación, porque puedo volverme como intenso o complaciente para no perder la relación”

En sus experiencias, ¿ha permitido o aceptado situaciones que le han causado daño, o ha identificado en usted conductas que hayan dañado a su pareja?

P1. “Sí claro, un tiempo de la relación donde mi pareja me veía simplemente para tener sexo y ya y eso me hacía sentir mal porque yo no soy así, o sea o a mí me fascina estar con él hablando sexualmente, pero él simplemente era como necesito que tengamos sexo porque me siento mal, pero yo un día me cansé entonces yo dije nomás le puse límite, o sea las cosas son como yo las pongo y yo las dispongo y si a usted no le gusta, usted se puede ir. Y por

Se identifica una alta prevalencia de daño aceptado y perpetrado en casi todos los participantes. Daño aceptado: 1. Violación de límites fundamentales: (n=6) P2, P3, P6, P8, infidelidades, mentiras y manipulación, P4, P10 mentiras y manipulación. 2. Desvalorización, maltrato emocional: (n=6) P1 ser vista

otro lado el tema del egocentrismo, entonces yo puedo herir con las cosas que digo, con las cosas que expreso, sí, hemos recibido daño de lado y lado y eso yo creo que siempre ha sido así.

P2. “Acepté faltas de respeto como gritarnos, intentar herir con ofensas y aceptar infidelidades, mentiras y prácticas nocivas para mí”.

P3. “Sí, en mi primera relación era una amenaza constante, ella era impulsiva y luego ahí sí se disculpaba, pero lo volvía a hacer y la amenaza constante de que si lo volvía a hacer la relación se acabaría, en mi otra relación la constante comparación con su expareja e incluso acepté que siguiera en contacto con su ex y eso no es sano porque hasta infiel me fue”.

P4. “En el pasado saber que no me querían y quedarme ahí en el juego y la manipulación. Y por mi parte ser grosera respondiendo de mala manera, haber ocultado una experiencia de mi vida por miedo a perder a mi pareja, pero al final se lo conté y eso causó dolor”.

P5. “Si, en mi relación anterior por mis inseguridades, permitía comentarios pasivo-agresivo por parte de mi pareja y su familia hacia mí que claramente me hacían sentir muy mal conmigo misma o con mi cuerpo”.

P6. “Sí. Las he permitido y aceptado, y también las he practicado. Algunos episodios de infidelidad, padecidos y perpetrados; consumo de alucinógenos; chantajes emocionales”.

P7. “Si he permitido actitudes de tosquedad, dureza o indiferencia, y mis actitudes de reacción frente a eso son fuertes emocionalmente, inicio conflictos y me desbordo.

solo para sexo, P2 gritos, ofensas, P3 comparación con ex, P5 comentarios pasivo agresivos P7, P9 tosquedad e indiferencia. Daño perpetrado: 1.

Transgresión de la confianza: (n=3) P4 ocultar, P6 infidelidad y chantajes, P10 coquetería 2. Agresión/Defensa Verbal: (n=4) P1, P4, P7, P9 herir con palabras, ser grosera, iniciar conflictos.

También en no tenerme en cuenta en decisiones del funcionamiento de la casa, como visitas sin aviso y sin mi consentimiento, y al expresarle mi inconformidad no hay ningún tipo de acuerdo ni aceptación del error”.

P8. “Acepté mentiras, pero creo que yo mismo me he causado más daño tratando de no sobrepensar en la infidelidad que viví”.

P9. “A veces podemos decir cosas que hieren o le duelen a otro, o decir cosas que suenan groseras, en el pasado tan pronto identificaba que algo podía dañarme trazaba el límite comunicándome”.

P10. “Si he aceptado la falta de confianza, notar que ya son muchas cosas las que no me quiere contar y ahí salen las mentiras o decir y más que acepte mi manera expresiva o coqueta de ser, la fiesta o los ambientes sociales que a ella no le agrada”.

Si ha tenido algún fracaso relacional, ¿cuál cree que haya sido la causa?, descríbala

P1. “Una relación no funcionó porque a mí no me dejaban salir solo hasta que entré a trabajar, entonces él se cansó, y otra porque yo no asumía compromiso con él y lo fui postergando, además de que el tema sexual tampoco quise vivirlo con él rápido, era cuando yo estuviera segura y también se cansó”.

P2. “Yo siento que la inmadurez por un lado, la ingenuidad y la ignorancia, no saber lo que realmente se debía hacer, y en otra relación, arme cuenta que queríamos cosas diferentes a nivel espiritual”.

P3. “Permitir que jugaran conmigo, aceptar la inestabilidad de la misma relación, como hoy sí mañana no, permitir como lo decía las faltas de respeto y de

Los participantes atribuyen a dos causas a sus fracasos: 1. Atribución interna (n=7) P2, P3, P4, P5, P6, P8, P10, propias disfunciones, inmadurez, o decisiones basadas en el miedo. 2. Atribución externa (n=4) P1, P7, P9, P10 factores externos, circunstanciales o de control minimizando el rol de la inseguridad propia.

límites, y darme cuenta que al final sobre todo una de ellas, fuera una persona mala”.

P4. “Elegir mal de entrada, sabiendo que estaría destinada la relación al fracaso porque no eran buenas personas y ninguna me quería en realidad, era yo quien quería estar ahí, y también por otro lado mi inmadurez.

P5. “Inicié mi primera relación de pareja únicamente por tener pareja y no estar sola, nunca me enamoré, pero sostuve la relación por muchos años únicamente por no quedarme sola emocionalmente”.

P6. “He tenido varios, una tendencia a no conversar las cosas, a tragármelas y no decirlas, tratando de evitar que las discusiones se agraven o tomen rutas que indefectiblemente nos lleven a un distanciamiento del que no se vuelve. La falta de honestidad también hace lo suyo, la falta de empatía”.

P7. “Tuve un fracaso relacional, inicialmente era un hombre muy mayor para mí, tenía muchos planes de casarnos de una familia, no me sentía preparada, además fue una relación muy controlada, mis padres debían aceptarlo, mis líderes religiosos.”.

P8. “El apurar las cosas, ya que ella al final de la relación me dijo que nunca sintió algo por mí, que solo era interés”.

P9. “Tuve una relación antes pero no la veo como fracaso, por temas laborales él se tuvo que trasladar a otro país y por mutuo acuerdo decidimos finalizarla, en ese momento no se tenía la facilidad para vernos con frecuencia y podía ser muy difícil a distancia, entonces se acordó dejarla”.

	P10. "Permitir la intervención de terceras personas, chismes, y el abuso del alcohol de mi parte".	
Analizando sus experiencias de elección, ¿ha identificado que tiende a repetir un mismo patrón (o tipo de persona) al escoger pareja?, ¿por qué cree que ocurre esto?	<p>P1. "Yo creo que sí, como te decía, la gente en la que yo me fijo es muy seria, es muy intelectual, yo creo que es porque tengo muy definido lo que yo quiero, y lo que me gusta, entonces si cualquier idiota viene hablarme bonito, simplemente es como ay no amigo, chao de eso se encuentra aquí a dos pasos, yo necesito gente que conozca, que crezca".</p> <p>P2. "Conscientemente no lo sé, siento que cada relación simplemente se dio y ya, me metía y después miraba, pero pensando siento que han sido diferentes".</p> <p>P3. "De pronto las características físicas, todas han sido bajitas como por el tema de la protección que uno quiere ejercer en ustedes las mujeres, y que fueran profesionales eso sí todas, pero siento que en personalidades no, han sido diferentes, asumo que es por las mismas experiencias que fui teniendo, que elegí diferente".</p> <p>P4. "Inicialmente sí, tendía a buscar como al chico malo, el mujeriego, donde realmente no me daban valor, creo que en parte la crianza, tal vez no me sentí valorada en mi familia y siento que no tuve un referente claro de lo que era una relación de pareja, pero todo cambió para mí, sanar muchas cosas y crecer, siento que elegí el polo opuesto y ahora tengo bondad, amor y fidelidad en mi relación actual".</p> <p>P5. "No he repetido patrones al escoger pareja, considero que he ido aprendiendo de las experiencias".</p> <p>P6. "Creo que tiendo a escoger personas para las que puedo fungir como una ayuda, como un proveedor de</p>	<p>Los participantes P1, P4, P6, P9, P10, P8 (n=6) afirman o sienten repetir un patrón, identificando dos de ellos: 1. Patrones inseguros/disruptivos: Patrón de desvalorización (n=2) P4 elegir al "chico malo", P8 permitir cosas que no se quieren; atribuido a la baja autoestima y crianza. Patrón del rol (n=1) P6 elegir a alguien a quien puede ayudar/proveer; atribuido a la ausencia del padre. Patrón de control/reto: P1 por cumplir criterios estrictos; atribuido a que sabe lo que quiere, P2 elegir a alguien que sea un reto; atribuido a la validación de su propio valor. 2. Patrones seguros (n=1) P9 elegir desde criterios saludables; atribuido a la atracción familiar. Los participantes P2, P3, P5, P7 (n=4) niegan repetir un patrón, lo atribuyen a evolución o casualidad.</p>

algo. Puede deberse a la percepción de la ausencia de mi padre como una obligación a modelarme o convertirme en una presencia en la vida de las mujeres; desde el servicio, desde la colaboración, desde la atención; en contraposición al modelo de lo que él ofrecía u ofreció a mi madre”.

P7. “No son parecidas, ambos fueron y son buenos hombres, ambos debían ser aprobados, pero en su esencia son diferentes, quizá en la primera relación él sí fue más expresivo, comprensivo y dado al diálogo, mi esposo no lo es tanto, pero es más liberal”.

P8. “Sí siento que repito el mismo patrón pero no sabría responder el por qué repito lo mismo, supongo que por permitir cosas que en el fondo no quiero”.

P9. “Sí, siempre quise un hombre como lo mencioné, comunicativo, expresivo, maduro, siento que me atrae lo familiar y lo que me dé estabilidad”.

P10. “En ocasiones, creo que ocurre porque todo inicia con la coquetería o cuando siento que la persona es un reto, y pues comparten como parecidos hasta físicos y de personalidad”.

¿Qué lecciones o modelos le enseñaron en su hogar sobre cómo deben ser las relaciones, y cómo se reflejan hoy en el tipo de pareja que elige?

P1. “Siento que es parecida mi relación, porque los dos somos muy dados al amor y a la atención, pero él más conmigo que yo con él, él es más moldeable. Lo que yo viví en casa, tiene mucho que ver con lo que yo vivo o quiero. Entonces el hombre es el proveedor, la mujer pues yo también trabajo, mi mamá no trabajó nunca, pero el día que yo decía tener un hijo y no trabajar, entonces necesito que él sea proveedor, como te digo yo estoy creciendo muy rápido y eso es algo que también pues ha hecho como

Los modelos y lecciones aprendidas se agrupan en: 1. Reproducción del rol tradicional: (n=4) P1, P5, P7, P10, el modelo visto en casa, proveedor, patriarcal, roles definidos es buscado o al menos influye en la exigencia de roles en la pareja actual. 2. Búsqueda consciente de la seguridad: (n=5) P3, P6, P7, P8, P9, el modelo se centra en la calidad

conflicto porque él está muy abajo, y yo no le paro atención, realmente necesito estabilidad, y eso es algo que yo he visto en mi casa”.

P2. “Nunca me enseñaron nada sobre eso, mis padres tuvieron una relación muy complicada, se separaron, luego volvieron con muchas heridas., siempre supe que no quería una relación como la de mis papás, elaboré la idea de un hogar feliz, pero siento que no lo he logrado, repetí muchas cosas que vi de ellos lastimosamente”.

P3. “Que debía buscar una persona que me quisiera, que quisiera construir un futuro, unas metas conmigo y sacar todo adelante, que fuera una buena persona”.

P4. “Toda la vida me repitieron que no me casara ni tuviera hijos, porque las relaciones eran difíciles, siento que el modelo de mis padres no fue ideal ni claro, pero curiosamente desde muy niña sí lo quise, casarme y construir una familia. Mis papás a pesar de todo nunca los vi tratarse mal o discutir, tampoco tomaban, ni fumaban, creo que cuando he buscado pareja esa característica ha estado presente también”.

P5. “A pesar de que crecí en una familia patriarcal, hombre proveedor al 100%, mujer que no trabaja entregada solo al hogar). considero que no he seguido ese patrón, en mi relación busco mi autonomía y libertad, así mismo, viví la experiencia de una infidelidad en una relación anterior de la cual decidí irme”.

P6. “Creo que mis padres me enseñaron que las relaciones se construyen basadas en el respeto, en el amor. El reflejo de estos aspectos se puede ver en mi relación actual en la

relacional, respeto, confianza, comunicación y se refleja en la elección actual. 3. Búsqueda consciente del contraste (n=2) P2, el deseo de evitar el modelo parental termina en su repetición inconsciente, P4 el deseo de evitar la lección enseñada termina lográndose.

entrega que tengo como esposo y padre, siento que en el aspecto de la vida en pareja he crecido”.

P7. “Me enseñaron que debe haber respeto y temor a Dios. Eso se ve reflejado en mi elección actual, es un hombre de fe, me respeta”.

P8. “El complementarse con la otra parte, es algo clave en la relación, y el hablar, el no quedarse callado”.

P9. “Me enseñaron que las relaciones deben basarse en la confianza, el amor, y la autonomía, me decían que debía ser un buen hombre que me amara, creo que he buscado eso y hoy lo tengo al lado de mi pareja”.

P10. “Mi mamá trató de enseñarme el respeto por la pareja, la relación con las familias ya que ella casi no tuvo una con la de mi papá pero con la de ella sí todos hemos compartido”.

¿Considera que busca en sus parejas aspectos o cualidades que tuvo o no tuvo con alguna de sus figuras parentales?

P1. “Si yo siempre vi que mi papá siempre estaba para mi mamá, pues yo espero lo mismo y busco lo mismo, el amor que mi papá siempre le dio a mi mamá, yo espero que me amen de la misma manera, porque si yo puedo la otra persona también puede, si esa persona algún día carece de algo, yo voy a estar ahí para apoyarla y yo espero lo mismo, porque es lo que siempre viví en casa, entonces si considero que lo que yo viví, y lo que yo vi en cuanto a pareja con mis papás, yo lo quiero para mi vida, mi papá nunca le pegó a mi mamá, tampoco decidía irse con sus amigos, ni tenía ningún vicio, así que siento que es lo que está bien”.

P2. “Inconscientemente sí, quiero a alguien que resuelve como mi papá, pero sin darme cuenta me casé con un

Todos los participantes reconocen que las dinámicas o rasgos de sus figuras parentales son el molde para la elección de pareja (ya sea para replicar o contrarrestar). 1. Búsqueda de replicación positiva (n=8) P1, P2, P3, P4, P5, P7, P9, P10, eligen buscando cualidades que sí vieron y que consideran funcionales, provisión, amor, humor, fe, respeto, o construcción. 2. Búsqueda por contraste: (n=4) P4, P6, P7, P8, eligen buscando lo que no tuvieron o vieron, afecto, contacto, bienestar o libertad.

hombre que me fue infiel varias veces y que me dejó, pero añoro felicidad y amor.”

P3. “Yo creo que el amor hay que demostrarlo, también a molestar en el buen sentido de manera jocosa porque mi papá siempre fue así con mi mamá, tal vez por eso es importante el buen sentido del humor para mí en mi pareja. Y resolver los conflictos sin dejarnos de hablar, eso me molesta muchísimo, también considero que ya hoy una falta de respeto no la tolero”.

P4. “Sí, que sean espirituales, que crean en Dios porque fue la fe que me dejaron, que fuese un buen hombre porque mis padres tienen un buen corazón, me gustan los hombres habilidosos y con iniciativa porque siento que mi papá siempre esperó que mi mamá llevara o resolviera todo, también busco mucho amor, expresividad y contacto físico que ellos no tuvieron, y buscar a alguien de mi edad, mis padres se llevan una abismal diferencia de edad que también afectó mucho la relación y la familia”.

P5. “Si, creo que en mi pareja si busco cualidades de mi papá, en cuanto a que siempre debe ser un hombre inteligente y que resuelva cualquier dificultad que se presente, siempre debe ser un hombre trabajador y con mucha energía masculina, mi papá también fue un hombre de fe y a eso atribuyo la importancia de esta cualidad en la pareja que quiero”.

P6. “Definitivamente sí. Ellos, su relación de pareja, sus dinámicas de pareja, de padre y madre han influido en la búsqueda y sostenimiento de mis relaciones de pareja. Creo que construyes tu identidad, tus creencias, basado en lo que has vivido, ya sea para replicarlo o para contrarrestarlo, para negarlo. Luego vas a terapia y si todo

sale bien te das cuenta de que otra perspectiva es posible, saludable y necesaria”.

P7. “Si, busco ternura, cercanía, entrega total para mí, siento que eso vi de mis padres y lo deseo, aun casada lucho por ello, no me veo siendo parte del ministerio pastoral, aunque estoy en el mismo contexto religioso creo que me gusta ser más liberal”.

P8. “Sí, ya que busco el afecto emocional y físico que no recibí de chico”.

P9. “Busco cualidades similares a las que tuve o viví, comunicación, respeto, y presencia, mucho afecto, creo que me enfoqué siempre en lo bueno, en cómo serlo y conseguirlo en alguien más”.

P10. “Los gestos o detalles, buena comunicación, sencillez y valores en el hogar”.

Nota. La tabla refleja los resultados de los estilos parentales y los vínculos afectivos de la muestra. *Elaboración propia*

Cuadro comparativo, relación entre estilos parentales, vínculos afectivos y elección de pareja

Tabla 3. Relación entre estilos parentales, vínculos afectivos y elección de pareja

Nº	Estilo parental predominante	Vínculo afectivo/Apego predominante	Modelo de pareja de los padres	Criterios de elección de pareja	Patrones afectivos y conductuales	Hallazgo de influencia y relación
P1	Estilo autoritario, con énfasis en la imposición, el miedo, la	Apego inseguro evitativo, el trato tosco y distante del padre lo moldearon.	Modelo seguro, caracterizado por apoyo, afecto, entrega, sacrificio y bajo conflicto	La atracción se basa en la conexión intelectual; busca seguridad	Afectiva, dedicada “intensa”; conflictiva “peleona”; controladora “me	El estilo autoritario se internaliza y reproduce en la vida adulta como un patrón de

	obediencia absoluta y los castigos.	visible, padre proveedor, madre dedicada al hogar.	material “tiene que ser proveedor” “responsable” “serio”; afecto “atento”; permisivo “moldeable”; estilo de afrontamiento al conflicto ansioso con medidas extremas para buscarla “todo el mundo siempre vuelve a mí”.	gusta mucho que hagan las cosas como yo las digo”; cesiones nulas, egocentrismo, estilo de afrontamiento al conflicto evitativo “me desaparezcó” “puedo decir cosas que no están bien” “lo bloqueo”, conductas dañinas de agresión y defensa verbal.	control e imposición en sus relaciones de pareja basado a su vez en el egocentrismo. El apego evitativo se replica en el estilo de afrontamiento al conflicto caracterizado por una pareja ansiosa que la busca siempre, sea permisivo y moldeable como su madre. Busca replicar el modelo seguro de sus padres con una alta demanda de seguridad material y afecto ofrecida por la pareja.	
P2	Estilo permisivo indulgente, ausencia de límites y normas.	Apego inseguro ambivalente, inconsistencia entre el padre afectivo pero “traicionero” y la madre “distante” pero presente.	Modelo inseguro, caracterizado por el conflicto abierto, violencia, agresión física mutua, infidelidad del padre y madre permisiva.	La atracción se basa en la buena actitud y disposición social; busca valores morales como la fidelidad, el respeto y la fe;	Afectiva y entregada; ha cedido en elementos claves y aceptado situaciones de alto impacto y daño como “infidelidades”,	El apego inseguro ambivalente se manifiesta en el patrón de afrontamiento ansioso y en el miedo a la pérdida como motor de las cesiones de alto

				seguridad “alguien que resuelve como mi papá”; niega repetir perfiles atribuyéndolo a la evolución; el deseo de evitar el modelo parental termina en su repetición inconsciente.	“mentiras”, “gritos y ofensas” por miedo a la pérdida o la “separación”; dificultades para establecer límites; estilo de afrontamiento al conflicto ansioso preocupado “enojarme y querer hablar rápido ... no hablarnos... luego se prosigue al diálogo”.	impacto (aceptar infidelidades y maltrato). A pesar de la búsqueda consciente por contraste (fidelidad y respeto) al modelo parental el estilo permisivo indulgente se internaliza y el trauma del modelo inseguro facilita la replicación inconsciente del mismo daño.
P3	Estilo parental autoritario, con énfasis en la imposición y los castigos.	Apego desorganizado, inconsistencia de la madre, siendo la fuente de consuelo y la fuente de miedo “grosera”, “insultos muy fuertes”, pero “me he llevado más con mi mamá”	Modelo inseguro, caracterizado por la frialdad y conflicto oculto “me daba cuenta porque se dejaban de hablar”	La atracción se basa en la actitud y disposición social “sentido del humor” como su padre; busca “que sea buena persona”, disposición afectiva “que tenga y se vea el interés”; seguridad como la estabilidad material “que sea profesional”, niega repetir un	Afectivo, comprensivo, “me entrego por completo”; cedió y aceptó en relaciones pasadas situaciones de alto impacto y daño como “infidelidades” “faltas de respeto”, “comparaciones con el ex” atribuido al “síndrome del salvador” y al miedo a la pérdida.	El vínculo desorganizado con la madre (fuente de miedo y afecto) causa un miedo a la pérdida que se manifiesta con la aceptación de daño de alto impacto en relaciones pasadas, a su vez la autoexigencia y rigidez producto del estilo autoritario se expresó con el “síndrome del

				perfil atribuyéndolo a la evidente evolución y aprendizaje. Búsqueda consciente de un modelo seguro centrado en la calidad relacional y reflejado en su relación actual.	Estilo de afrontamiento al conflicto seguro, orientado al diálogo respetuoso y búsqueda de acuerdos.	salvador”. Paralelamente, el patrón de afrontamiento seguro orientado al diálogo es un esfuerzo consciente y exitoso por contrastar el conflicto oculto (dejarse de hablar) de sus padres, siendo el motor de su evolución “actualmente todo es más sano”. La negación de repetir patrones se sustenta en el aprendizaje.
P4	Estilo parental autoritario, imposición, miedo, castigos, uso de la moralidad.	Apego desorganizado, inconsistencia de la madre conflictiva y presente vs preocupación o ignorar.	Modelo inseguro, caracterizado por distancia emocional “separados bajo el mismo techo”, conflicto oculto, sospecha de infidelidad.	La atracción se basa en la conexión profunda; busca la estructura familiar tradicional “que quiera casarse y tener hijos”; valores morales como la fe “que crea en Dios”; afecto y	Afectiva y entregada, a su vez, conflictiva “me molesto con facilidad”. Estilo e afrontamiento confuso e incoherente, alternancia de comportamientos, evitación, ansiedad y finalmente presión por	El apego desorganizado y el estilo autoritario generaron una profunda baja autoestima, y miedo al rechazo, impulsaron la replicación inconsciente del patrón de desvalorización. El afrontamiento del

				expresividad; contemporáneo en edad.	resolver. Cesiones de alto impacto a las mentiras y manipulación “perfiles mujeriegos” desvalorización “saber que no me querían y quedarme” y daño perpetrado en la transgresión de la confianza, atribuido al miedo al rechazo y la baja autoestima.	conflicto es una réplica desorganizada de la inconsistencia parental. La evolución se da en el presente al contrariar el mandato parental de "no casarse" y al buscar conscientemente el polo opuesto (amor/fidelidad), neutralizando el patrón de desvalorización pasado, sumado a las cualidades positivas de sus figuras parentales como la espiritualidad y la bondad.
P5	Estilo parental autoritario, imposición, orden, carácter fuerte, miedo.	Apego inseguro evitativo, caracterizado por un padre afectivo pero distante afecto a través de regalos, una madre ausente, fría y con abandono afectivo, afecto a	Modelo inseguro, conflictivo, sin límites, infidelidad del padre, madre permisiva/aceptante. Padre proveedor, madre dedicada al hogar.	La atracción se basa en la energía y actitud “carisma”; busca estabilidad material “con ideas de negocio”; valores morales como la	Afectiva a través de actos de servicio. Estilo de afrontamiento al conflicto ansioso preocupado, intensidad por resolver “busco el diálogo... saco	El abandono afectivo materno y el apego evitativo generaron el miedo a la soledad como motor principal de autosabotaje, impulsando cesiones de alto

		través de los alimentos.		fe y humildad; rol con energía masculina, proveedor e inteligente, que resuelva como su padre;	cosas del pasado para atacar”. Ha cedido en aspectos de alto impacto, aceptar menos de lo que merece y en los tiempos para conformar un hogar, atribuido al miedo a quedarse sola; ha aceptado maltrato emocional “comentarios pasivo agresivos”.	impacto y la aceptación de maltrato emocional. El patrón de afrontamiento ansioso preocupado es una táctica de control desorganizada activada por el pánico a la pérdida. La búsqueda de la replicación del rol masculino patriarcal el padre desde el estilo parental autoritario (hombre que “resuelve”) es un intento de garantizar la estabilidad económica vista en casa. Contrasta el modelo de la madre al buscar su autonomía.
P6	Estilo parental autoritativo democrático, normas a través del diálogo,	Apego inseguro evitativo, caracterizado por doble distancia:	Modelo inseguro, conflicto abierto, tensión constante de amenazas de	La atracción se centra en la conexión intelectual; busca seguridad	Comprometido, poco apasionado; patrón de comportamiento lucha por la gestión	La tensión constante del modelo inseguro ansioso generó un apego evitativo

expectativas claras.	física y emocional del padre.	separación e inestabilidad.	material “prudencia financiera”; atributos físicos específicos de relevancia; disposición afectiva “empatía y solidaridad”; mujeres mayores.	emocional “quiero manejar... la ira, el enojo”; sobrecompensación fungir como proveedor. Estilo de afrontamiento al conflicto evitativo, distanciamiento “si evito los conflictos, evitaré las discusiones y los enjos, por lo tanto, no habrá amenazas o consideraciones sobre la separación”, consumos de sustancias. Alta prevalencia de daño aceptado y perpetrado “infidelidades” “deshonestidad” y “chantajes”, el daño aceptado atribuido al miedo a la pérdida.	reforzado con el apego evitativo de su padre cuyo resorte central es la evitación del conflicto para no revivir la amenaza de separación. Esta evitación se autosabotea con la falta de honestidad, apertura emocional y el consumo como mecanismos de escape. Intenta contrastar la ausencia paterna mediante la sobrecompensación (fungir como proveedor). La ira no tramitada, vista en el padre, se replica, impulsando los chantajes y las infidelidades (daño perpetrado). El estilo parental democrático de la madre no logró establecer un patrón de afrontamiento
-------------------------	----------------------------------	--------------------------------	---	---	--

						seguro, pero sí le proporcionó la base cognitiva y la intención para buscar una relación funcional reflejado en la evolución por rescatar la lección democrática a través de la terapia.
P7	Estilo parental autoritario, disciplina y obediencia absoluta, altas expectativas, uso de la moralidad.	Apego inseguro ambivalente, caracterizado por la cercanía con la condición de obediencia y cumplimiento del 100%; la validación no es incondicional.	Modelo seguro, cercano, unido, respeto, sin peleas fuertes, un padre comprensivo con su madre.	La atracción se basa en la conexión profunda a través de la espiritualidad y religiosidad; busca valores como la fidelidad y el respeto; apertura emocional “cercano y tierno”; personalidad alegre y dinámica; seguridad material “que le guste emprender”.	Afectiva “tierna y expresiva” “emocional”. Tendencia a la sobreentrega en la relación. Estilo de afrontamiento al conflicto ansioso preocupado presión por resolver (aunque la pareja no quiera), desborde emocional (llanto). Su atosabotaje y cesión al aceptar indiferencia o “tosquedad”; lucha constante por ser validada en su relación y por el medio familiar y religioso, a su vez	El apego inseguro ambivalente, originado en la validación condicionada del estilo autoritario, impulsa un patrón de sobreentrega compensatoria para asegurar el vínculo. Esta ansiedad por validación se manifiesta en el conflicto como un estilo ansioso preocupado (presión por resolver y desborde emocional) al no recibir la comprensión paterna que vio en su hogar. La

					ser comprendida como su padre a su madre.	moralidad religiosa forzó el autosabotaje, llevándola a ceder límites al priorizar la apariencia moral y la fidelidad sobre su bienestar emocional.
P8	Estilo parental autoritario, normas y supervisión.	Apego ambivalente, se caracteriza por un mensaje mixto me preocupo pero no te doy afecto, padres no expresivos/cercanos.	Modelo seguro, y bajo conflicto visible o uso del diálogo.	La atracción se basa en la conexión intelectual; busca disposición afectiva y apertura emocional “que demuestre las emociones... que demuestre afecto”; seguridad “persona trabajadora”. Repite perfiles con el patrón de desvalorización atribuido a la baja autoestima	Afectivo “cariñoso y expresivo” “atento”; estilo de afrontamiento seguro orientado al diálogo y a los acuerdos. Autosabotaje y cesión, acepta frialdad e inexpresividad carencia de confianza por daño recibido de una infidelidad.	El apego ambivalente preocupación sin afecto directo y el estilo autoritario genera una carencia emocional de afecto y expresividad que busca y reclama en sus parejas, así mismo, esto impulsa un patrón de sobrecompensación afectiva (siendo él mismo muy cariñoso y atento) para asegurar el vínculo. El autosabotaje ocurre al ceder a parejas frías e inexpresivas y que no lo valoran

						replicando el patrón de carencia. El modelo de pareja seguro de sus padres le otorga una base funcional de diálogo en el conflicto.
P9	Estilo autoritativo democrático, reglas y expectativas claras, diálogo presente.	Apego seguro, se caracteriza por cercanía, confianza, presencia, validación emocional ante el error.	Modelo seguro, bajo o casi nulo conflicto, afecto visible, respeto y autonomía.	La atracción se basa en la autenticidad; busca valores como el “respeto” y la “comunicación”; seguridad en la construcción de una familia; cualidades como el buen sentido del humor y la estabilidad económica.	Afectiva, incondicional y dedicada. Estilo de afrontamiento al conflicto seguro orientado al diálogo y los acuerdos. Cesiones superficiales como gustos, aceptación y perpetración de expresiones hirientes o de grosería. Alta autoexigencia por miedo al fracaso relacional.	El estilo democrático, el apego y modelo seguro replicado la dotan de un patrón relacional de alta funcionalidad y límites sólidos. el afrontamiento al diálogo es inmediato y eficaz. El desafío es la alta autoexigencia por el temor al fracaso, que puede generar presión desmedida en la pareja. Las expresiones hirientes se interpreta como lapsus de comunicación y no como un rasgos que son

						identificados y corregidos rápidamente.
P10	Estilo parental autoritativo democrático, normas, orden, diálogo, ausencia de castigos.	Apego inseguro ambivalente, inconsistencia, padre poco afectivo cercano; madre muy cariñosa expresiva;	Modelo seguro, bajo conflicto visible, afectuosos y respetuosos.	La atracción se basa en la actitud y el contacto placentero “picardía”; busca seguridad en la estructura familiar tradicional “que quiera tener hijos”; valores morales como la fe; intelectual con grandes aspiraciones; disposición afectiva “alegre, sociable, con buena comunicación”; búsqueda de reto y autoridad en la pareja; mujer menor/no más alta.	Pasional, “apoyo en todo momento”; el estilo de afrontamiento al conflicto es evitativo “me alejo” como evitación atribuido al temor por una desregulación emocional “en un momento de rabia saldría una conversación fuerte”. Autosabotaje, ceder a la falta de expresividad, aceptar mentiras y manipulación; intenso o complaciente para no perder el interés; ha perpetuado daño por abuso de alcohol, fiestas, coquetería.	La inconsistencia afectiva del apego ambivalente genera miedo a la pérdida de interés y una necesidad de sobre-vigilancia del vínculo. Esto se manifiesta en el autosabotaje, volverse invasivo y complaciente cediendo a la inexpresividad replicando la carencia paterna. Buscar a alguien que sea un "reto" es una manifestación ansiosa que eleva la dificultad, buscando una validación más grande. Su estilo de afrontamiento evitativo es una defensa para prevenir el desborde

emocional. Las conductas de riesgo (alcohol, coquetería) son formas disfuncionales de buscar atención y validación externa.

Nota. La tabla refleja los resultados de la relación entre los estilos parentales, los vínculos afectivos de la muestra. *Elaboración propia*

Los resultados obtenidos reflejan los estilos parentales predominantes en la muestra, quien tuvo mayor presencia fue el autoritario. Aquellos participantes experimentaron durante su infancia el control estricto con énfasis en la imposición, el miedo y la obediencia absoluta, con frecuencia castigo físico o verbal, y escaso afecto (Baumrind, como se citó en Papalia et al., 2012); dicho estilo fue internalizado en dos patrones, el primero de ellos, replicación del control y rigidez: algunos participantes internalizaron este estilo como un patrón de control e imposición en sus relaciones de pareja centrado en su propio egocentrismo P1 *“me gusta mucho que hagan las cosas como yo las digo, como yo las dispongo, y si esa persona no lo hace del modo que yo digo es muy posible que genera un conflicto”*, en otros se tradujo como una autoexigencia y rigidez que se manifestó como el síndrome del salvador ejemplificando cómo el acatamiento y la jerarquía valorados en casa se transforman en una necesidad adulta de ordenar y controlar el entorno relacional para garantizar la estabilidad (Rafael y Castañeda, 2024); lo que se traduce en una búsqueda de perfiles sumisos, caóticos o proveedores con cualidades como la resolución de conflictos.

El segundo patrón, la sumisión, baja autoestima y búsqueda de validación: la falta de provisión de necesidades emocionales en el hogar autoritario se manifiesta en una profunda carencia afectiva en la adultez, como lo refiere Rafael y Castañeda (2024) *“este tipo de crianza no valora el proveer las necesidades emocionales y el anhelo de comunicación que pudieran tener los niños”* (p.14), lo que permitió denotar que a la mayoría de estos participantes la atracción inicial en un vínculo de pareja se basa en la conexión profunda, como habilidades para sostener conversaciones significativas a manera de compensación, que paradójicamente es autosaboteado al ceder a parejas frías e inexpresivas o que no les quieren P4 *“saber que no me querían y quedarme ahí”*, replicando el patrón de desvalorización experimentado en casa en este

contexto, la sumisión y la aceptación de daños de alto impacto se volvieron mecanismos para mantener la relación.

El segundo estilo presente fue el autoritativo democrático, aquellos participantes experimentaron en su infancia calidez, afecto, pero al mismo tiempo exigencia y el establecimiento de normas y expectativas claras (Baumrind, como se citó en Papalia et al., 2012), replicando un patrón relacional de alta funcionalidad y límites sólidos, estableciendo criterios de selección que están basados en el valores y principios P9 “*el respeto mutuo, la capacidad de comunicación*”, permitiendo que la segunda fase de elección *la cabeza* propuesta por Rojas 2021, que consiste en la reflexión consciente ¿me conviene? antes de involucrarnos completamente de forma emocional sea vivenciada para una elección acertada de pareja.

Sin embargo, la confianza en sí mismos y el autocontrol que promueve este estilo, puede manifestarse como una alta autoexigencia por temor al fracaso, lo que representa el principal desafío de la funcionalidad en la relación adulta, pudiendo generar una presión desmedida en la pareja. Por otra parte, Incluso en casos donde no logró establecerse el estilo de manera profunda por otros factores disfuncionales en la infancia que predominaron, este logró proporcionar la base cognitiva y la intención para buscar una relación funcional reflejado en la evolución por rescatar la lección democrática, como lo propone Soriano et al. (2024), quien afirmó que “la crianza parental autoritativa, con calidez y límites firmes, es la más beneficiosa para el desarrollo infantil y la conformación de vínculos estables en la adultez” (p. 9).

El tercer estilo permisivo indulgente, fue experimentado en la ausencia de límites o normas claras, donde fácilmente los padres de los participantes cedían a sus demandas e impulsividad, lo que condujo a una dificultad seria para establecer límites sólidos en sus relaciones adultas aceptando y cediendo a situaciones de alto impacto nocivo como infidelidades

y maltrato por miedo a la pérdida P2 *“aceptar infidelidades, mentiras”*, este hallazgo concuerda con la investigación de Larriva y Vintimilla (2023) en la que demostraron que los estilos de crianza son un factor sumamente influyente en el desarrollo de la dependencia emocional en la adultez, lo que incrementa el riesgo de que el individuo escoja parejas en las que se presentará abuso psicológico y emocional. A su vez, atribuyen sus fracasos relacionales a la falta de madurez y el desconocimiento de lo que debía y no permitirse evidenciando el conflicto interno al no haber recibido un direccionamiento adecuado por parte de sus padres

Los hallazgos permitieron a su vez identificar los vínculos afectivos vivenciados por los participantes durante su infancia con sus figuras parentales, que suelen estar marcados por un tipo de apego predominante en alguna de las figuras o en las dos. El primero de ellos identificado fue el apego inseguro ansioso ambivalente originado por la inconsistencia, la figura parental se mostró disponible y otras veces distante frente a las necesidades de los participantes siendo niños, trayendo como efecto en la adultez un estado constante de alerta, inseguridad y miedo al abandono, la necesidad de asegurar el vínculo anula la fase de reflexión consciente en la elección de pareja haciendo omisiones o cediendo a criterios esenciales como la fidelidad y el respeto, ya que buscan perfiles que generen y confirmen esos estados de ansiedad, lo cual genera patrones de sobreentrega a la pareja o sobrecompensación a la pareja, de sobrevigilancia del vínculo y comportamientos invasivos y complacientes P10 *“miedo cuando siento que el interés se pierde o empieza una baja comunicación, porque puedo volverme como intenso o complaciente”*.

Así mismo, el apego ansioso ambivalente replicó en algunos participantes un estilo de afrontamiento del conflicto en pareja ansioso preocupado, manifestado por el desborde emocional y las presiones para resolverlo P7 *“tratar de buscar la solución, así la persona no quiera, entro en un conflicto emocional si no soy escuchada, lloro”*, siendo estos datos

consistentes con la teoría del apego de John Bowlby y las observaciones de Mary Ainsworth gracias al protocolo de situación extraña donde identificó que los niños con este tipo de apego ansioso ambivalente separados de su cuidador desencadenaban una angustia extrema como llanto y protesta y, lo más distintivo, el reencuentro no lograba calmarlos (Ainsworth, como se citó en Rojas, 2021).

Por otra parte, el análisis reveló la presencia del segundo tipo de apego inseguro evitativo, los participantes experimentaron vínculos afectivos donde les respondían a sus necesidades de manera insensible y distante o inclusive mostrándose no disponible, en la adultez, la prioridad es la distancia emocional. Se perciben a sí mismos como autosuficientes e invulnerables, reprimiendo cualquier necesidad de intimidad relacional, evidenciando la ausencia de uno de los componentes esenciales de la teoría triangular del amor, como lo define Sternberg (1989), se evita "aquellos sentimientos dentro de una relación que promueven el acercamiento, el vínculo y la conexión" (p. 7), haciendo menos probable que perdure el vínculo.

La elección busca garantizar esta distancia, a menudo seleccionando parejas ansiosas y demandantes lo que permite al evitativo ejercer control sobre el grado de cercanía P1 *"yo lo bloqueo, y ya y no tiene forma, entonces me busca por otros lados, por ejemplo, sí se ha creado cuentas diferentes de Facebook"*; algunos participantes referían comportamientos deshonestos para mantener la distancia emocional. A su vez, tienen la tendencia a replicar el mismo apego en el estilo de afrontamiento al conflicto en pareja, generando distancia que evite el conflicto y por lo tanto la amenaza P7 *"si evito los conflictos, evitaré las discusiones y los enojos, por lo tanto no habrá amenazas o consideraciones sobre la separación"*; experimentan un miedo inconsciente a la soledad que los impulsa en cesiones de alto impacto, prefiriendo el maltrato emocional o la baja funcionabilidad del vínculo, antes que enfrentar la soledad física.

También se pudo observar que el tercer apego fue el apego inseguro desorganizado, los participantes tuvieron figuras inconsistentes, siendo la fuente de consuelo y la fuente de miedo o daño P3 *“me he llevado más con mi mamá porque pasaba más tiempo con ella, pero siempre fue muy grosera conmigo cuando no hacía bien las cosas, faltas de respeto e insultos muy fuertes”*, expresaron que atribuían sus fracasos relacionales a la aceptación de daños de alto impacto y a la elección de personas que consideran malas, como consecuencia de sus experiencias creando un patrón de revictimización, así mismo, se denotó una repetición del apego en el estilo de afrontamiento al conflicto confuso e incoherente con alternancia de comportamientos, entre querer cercanía y huir P4 *“Tiendo al silencio... me siento muchas veces culpable y ansiosa, no tengo un discurso muy amigable conmigo misma, después de ese estado ahí sí quiero presionar para que lo resolvamos”*. Este hallazgo coincide los estudios realizados por Main y Solomon (como se citó en Papalia et al., 2012) por medio de los cuales identificaron este apego afirmando que *“los bebés que siguen este patrón parecen carecer de una estrategia organizada para lidiar con el estrés de la situación extraña. (p.189)*

Una de las características percibidas en ellos es la conciencia plena del entorno en el que crecieron y sus efectos lo que les ha permitido una evolución significativa en sus elecciones refiriendo que en consecuencia buscan parejas con quienes puedan establecer una conexión profunda y a su vez tener una cercanía placentera estableciendo como base de atracción conversaciones significativas y el buen sentido del humor, del mismo modo, establecen como criterio innegable la bondad e integridad en la pareja, y el estilo de afrontamiento al conflicto es seguro caracterizado por la comunicación respetuosa y la búsqueda de acuerdos; características que representan estabilidad emocional y predictibilidad como un esfuerzo por reparar el trauma y contrastar lo vivido en su infancia P3 *“creo que actualmente soy una persona más madura, en*

las otras relaciones fueron la falta de límites... actualmente todo es más sano". Lo anteriormente mencionado refuerza las dos teorías principales de la elección de pareja, la voluntad como una fase de la teoría piramidal que es la decisión de amar y de los esfuerzos por cuidar los pequeños detalles en la relación (Rojas, 2021) y el tercer elemento de la teoría triangular del amor, el compromiso, siendo quien mantiene la relación amorosa a través de periodos difíciles para llegar a mejores (Papalia et al, 2012).

De esta manera, el último apego identificado fue el apego seguro, el participante durante su infancia contó con figuras cercanas que respondían a sus necesidades y se mostraban siempre disponibles P9 *"muy cercana y de confianza con ambos. Sabía que podía contarles cualquier cosa... eran cariñosos"*, lo que permitió el desarrollo de una seguridad interna siendo un adulto con la capacidad de establecer criterios de selección sólidos basados en valores morales, alineación de principios, disposición afectiva y la seguridad de estructurar una familia tradicional. Las cesiones que se identificaron son superficiales, como en diferencia de gustos con la pareja, por otro lado, los daños aceptados o perpetrados son expresiones hirientes o de grosería catalogados como lapsus de comunicación que son corregidos rápidamente utilizando el estilo de afrontamiento al conflicto orientado al diálogo. Este hallazgo coincide con la perspectiva de Rojas 2021, el individuo sabe *"quién soy yo, qué me gusta, cuáles son mis límites"* (p. 83), facilitando la selección consciente de un perfil compatible y garantizando equilibrio de los tres pilares del amor (Sternberg, 1989), evitando que un componente distorsione a los otros, como sucede en los apegos inseguros.

En otro sentido, uno de los hallazgos significativos de la presente investigación que no se alinean de manera directa a los objetivos, sin embargo, dentro de la recolección de los datos fue posible identificarlo y reconocer su relevancia para el análisis está relacionado con los modelos

de pareja vistos en los padres de los participantes, ya que este actúa como guía práctica de la elección y vida en pareja, se pudieron reconocer dos modelos, modelo inseguro donde existió el conflicto abierto, la violencia, las agresiones físicas, gritos y faltas de respeto, frialdad y abandono emocional que por siguiente impulsó la replicación inconsciente del trauma o, en contraposición, motivó un contraste consciente en la búsqueda y construcción de una relación de pareja basada en criterios más funcionales y saludables. El segundo modelo fue el modelo seguro, bajo conflicto visible, uso del diálogo, caracterizado por apoyo mutuo, afecto y respeto, que proporcionó elementos para una elección más consciente y exitosa, aunque el modelo no siempre previno en los participantes el autosabotaje del apego o la influencia de la crianza fungió como una base saludable.

9. Conclusiones

Las conclusiones de la presente investigación sintetizan la respuesta al problema de cómo influyen los estilos parentales y los vínculos afectivos en la elección de pareja en adultos de Cúcuta en el año vigente 2025, los hallazgos demuestran que las dinámicas tempranas de los estilos parentales y los vínculos afectivos actúan como predictores directos en la adopción de patrones de elección consciente o de replicación inconsciente del trauma en las relaciones de pareja.

El estilo autoritario, predominante, generó patrones disfuncionales opuestos: la replicación del control manifestada en la búsqueda de perfil sumisos, o la sumisión y carencia afectiva que lo llevó a elegir parejas que replicaran el patrón de desvaloración vivido en casa; en contraste, el estilo autoritativo democrático fomentó la alta funcionalidad y el autocontrol, permitiendo una elección consciente y reflexiva basada en criterios que se fundamentan en la pasión, la intimidad y el compromiso. Finalmente, el estilo permisivo indulgente resultó en una

sería dificultad para establecer límites, factor que condujo a elecciones caracterizada por la aceptación de abuso psicológico y emocional.

El apego inseguro ambivalente se tradujo en un estado constante de alerta y miedo a la pérdida, lo que anuló la reflexión consciente en la elección cediendo a criterios esenciales como la fidelidad y el respeto, ya que buscaron perfiles que confirmaran sus estados de ansiedad generando patrones de sobreentrega y complacencia; por su parte, el apego inseguro evitativo se manifestó priorizando la distancia emocional y la autosuficiencia seleccionando parejas ansiosas y demandantes que les dé el control sobre el grado de cercanía; Apego inseguro desorganizado generó una marcada inconsistencia conductual eligiendo parejas que replicaran el daño recibido, aunque crucialmente, se evidenció un esfuerzo reparador consciente por buscar estabilidad. Finalmente, el apego seguro garantizó la selección consciente de un perfil compatible y garantizó el equilibrio de los tres pilares del amor.

Los patrones afectivos y conductuales de la elección de pareja en la adultez reflejaron un intento por compensar, replicar o contrastar las experiencias de la infancia, la compensación se produjo por la carencia afectiva que impulsó la atracción por perfiles que ofrecieran conexión profunda; la replicación se evidenció de forma bidireccional, disfuncional: buscando inconscientemente perfiles que confirmaran la narrativa de sus carencias, funcional, estableciendo criterios para una elección segura; el contraste surgió producto del trauma parental que motivó la voluntad consciente para elegir y construir activamente patrones funcionales. Así mismo, se concluye la relevancia del modelo de pareja parental como un guion relacional observable que también determinó la calidad de la elección adulta.

10. Recomendaciones

Basados en los hallazgos y en la sensibilidad de los temas abordados, se proponen las siguientes recomendaciones, se sugiere la realización de estudios correlacionales y longitudinales sobre la influencia de los estilos parentales y los vínculos afectivos en la elección de pareja en el contexto local (Cúcuta y Norte de Santander), dado que la escasez de literatura específica regional dificulta la contextualización de los patrones de apego y crianza propios.

Así mismo, se recomienda diseñar un estudio específico que explore, con mayor profundidad, la influencia directa del modelo de pareja parental en la dinámica de elección adulta, esto permitiría el análisis y la cuantificación de la fuerza del patrón de replicación de trauma y el patrón de contraste consciente como factores determinantes en la funcionalidad relacional.

Dada la naturaleza sensible y la capacidad de estos temas para evocar estados regresivos y traumáticos en los participantes, se recomienda que este tipo de investigaciones sean realizadas por profesionales de la salud mental o investigadores debidamente capacitados en la aplicación de primeros auxilios psicológicos y técnicas de contención emocional garantizando la protección del bienestar psicológico del participante.

Se recomienda impulsar programas de educación parental a nivel de política pública, enfocados en la adopción del Estilo Autoritativo Democrático. Estos programas deben priorizar el equilibrio entre afecto y límites claros, con el fin de prevenir la formación de apegos inseguros y reducir la transmisión intergeneracional de patrones de elección disfuncional.

Referencias bibliográficas

- Albor, I., Arrieta, V., González, L. y Venegas, G. (2023). Relaciones interpersonales afectivas entre parejas de adultos jóvenes con historia de maltrato psicológico intrafamiliar. *Revista Tejidos Sociales*, 5(1), 1-9.
<https://revistas.unisimon.edu.co/index.php/tejsociales/article/view/6305>
- Barrera, A., Vinet, E. y Ortiz, M. (2020) Evaluación de la adultez emergente en Chile: validación del IDEA - extendido en universitarios chilenos. *Terapia Psicológica*, 38(1), 47-65.
www.scielo.cl/pdf/terpsicol/v38n1/0718-4808-terpsicol-38-01-0047.pdf
- Bowlby, J. (1989). *A secure base. Clinical applications of attachment theory*. (E. Mateo, Trad.). Editorial Paidós. (Original work published 1988).
- Bowlby, J. (2014). *The making and breaking of affectional bonds*. (A. Guera, Trad.; 6.ª ed.) Ediciones Morata. (Original work published 1979).
- Bugallo, C. y Gómez-Cantorna, C. (2022). Comprobación de la teoría triangular del amor y la satisfacción vital: comparación de dos grupos de edad. *Neurama, revista electrónica de psicogerontología*, 9(1), 30-37. <https://www.neurama.es/articulos/17/articulo3.pdf>
- Cabrera, G., Gómez, L. y Suárez, E. (2023). Vínculo-apego parental y la elección de pareja en adultos tempranos del Quindío. *Tempus psicológico*, 6(1), 11-27.
<https://revistasum.umanizales.edu.co/ojs/index.php/tempuspsi/article/view/3696/7374>
- Capuano, D. (2023). *Estilo de crianza en adultos jóvenes que mantienen relaciones afectivas tóxicas con su pareja [Tesis de especialidad, Universidad Rafael Landívar]* Repositorio Digital Landivariano. <https://biblior.url.edu.gt/wp-content/uploads/publiwevg/Tesis/2023/05/42/Capuano-Dulce.pdf>

Carter, L (2019). *Trastorno de apego: Superar el apego ansioso y el miedo al abandono cuando estás inseguro en el amor y sientes celos, preocupación y necesidad. Desactivar este tema construyendo una relación amorosa.*

Código de infancia y adolescencia (Ley 1098 de 2006). (2006). Congreso de la República de Colombia. Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF).

<https://www.icbf.gov.co/sites/default/files/codigoinfancialey1098.pdf>

Código Civil de la Unión (Ley 84 de 1873). (1873). Congreso de los Estados Unidos de Colombia. <https://www.suin-juriscol.gov.co/viewDocument.asp?ruta=Leyes/1827111>

Constitución política de la república de Colombia 1991. (1991). Asamblea Nacional Constituyente.

<https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=4125>

Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE). (2023). *Proyecciones de población*. DANE. <https://www.dane.gov.co/index.php/estadisticas-por-tema/demografia-y-poblacion/proyecciones-de-poblacion>

Galvis, L. (2025). Revisión sistemática sobre el impacto de la inmigración venezolana en Colombia: análisis de consecuencias socioeconómicas (2016-2023). *Sociedad y Economía*, (54).

https://sociedadyeconomia.univalle.edu.co/index.php/sociedad_y_economia/article/view/13368/17795

García, K. y Parra, K. (2021). Dependencia emocional en parejas con relaciones afectivas como noviazgo, unión libre y matrimonio [Tesis de pregrado, Universidad de Pamplona]

Repositorio Institucional Universidad de Pamplona.

http://repositoriodspace.unipamplona.edu.co/jspui/bitstream/20.500.12744/4885/1/Garcia_Parra_2021_TG.pdf

Gómez, J. (2022). Influencia de la estructura y dinámica familiar en la elección de pareja, en 18 estudiantes del programa de Trabajo Social de la Institución Universitaria Antonio José Camacho de Santiago de Cali. [Tesis de pregrado, Institución Universitaria Antonio José Camacho] Repositorio Institucional UNIAJC.

<https://repositorio.uniajc.edu.co/server/api/core/bitstreams/d6213389-920b-41e8-a058-7350086cb868/content>

Larriva, J. y Vintimilla, M. (2023). Estilos de crianza como predictores del apego, dependencia emocional, abuso psicológico en relaciones de pareja. *Revista Ecuatoriana de Psicología*, 6(15), 130-141. <https://repsi.org/index.php/repsi/article/view/136/310>

Lepe, J., Franco, E. y de la Cruz, V. (2022). Neuropsicología de las funciones ejecutivas. *CUNZAC: Revista Académica*, 5(2), 99-106.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9975860>

Ley de protección integral a la familia (Ley 1361 de 2009). (2009). Congreso de Colombia.

<https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=38145>

Ministerio de Justicia y del Derecho. (2025). *Boletín de comportamiento del delito de Violencia Intrafamiliar (VIF): Primer Semestre 2025* <https://repositorio.minjusticia.gov.co/politica-criminal/Boletin/Violencia%20Intrafamiliar%20primer%20semestre%202025.pdf>

Moreno, J., Arteaga, D. y Martínez, L. (2022). Sinopsis sobre el desarrollo socioafectivo en la adultez joven. Retos para la investigación en el contexto colombiano. *Revista Enfoques*,

3(2), 118–142.

<https://revistasdigitales.uniboyaca.edu.co/index.php/EFQ/article/view/881/702>

Noticias Caracol. (2024). *Matrimonio en Colombia disminuyó 20%: ¿por qué razones?*. [Video].

YouTube. https://youtu.be/e_GJPs1gjdM?si=_FVjOPhDywQsflpv

Papalia, D., Duskin, R. y Martorell, G. (2012). *Experience human development*. (M. Ortiz y J.

Dávila, Trad., 12.^a Ed.). The McGraw-Hill Companies, Inc. (Original work published 2012)

Pimienta, J. y De la Orden, A. (2012). Metodología de la investigación. Competencias+

Aprendizaje+ Vida. *Pearson Educación*.

Rafael, R. y Castañeda, S. (2021). Revisión teórica de los estilos de crianza parental. [Tesis de pregrado, Universidad Continental] Repositorio Institucional Continental.

https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/8703/4/IV_FHU_501_TI_Rafael_Casta%c3%blada_2021.pdf

Rivas, R., Jaimes, F. y Huerta, P. (2024), una revisión sobre los estilos de crianza 2020-2024, aplicando inteligencia artificial con atlas.ti v.24. *New Trends in qualitative research*.

20(3). <https://www.publi.ludomedia.org/index.php/ntqr/article/view/1101>

Rojas, M. (2021). *Encuentra tu persona vitamina*. Editorial Espasa

Solano, J. y Riviera, (2024). *Desplazamiento Forzado: Principal causa de vulneración de los derechos humanos en el Departamento de Norte de Santander (1990 - 2023)*. [Tesis de pregrado, Universidad libre] Repositorio Institucional Unilibre.

<https://repository.unilibre.edu.co/handle/10901/29092>

- Soriano, S., Rodríguez, J. y Urquiza, R. (2024). La triada de la personalidad y el estilo de crianza, en la elección de la pareja. *Revista del hospital psiquiátrico de la Habana*. 21(1).
<https://revhph.sld.cu/index.php/hph/article/view/460/260>
- Souza y Machorro, M. (2023). Elección de pareja: Implicaciones y complicaciones. *Revista de la Facultad de Medicina (Méx.)*, 66(4), 37–55.
https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0026-17422023000400037&script=sci_arttext
- Sternberg, R. (1989). *El triángulo del amor intimidad, amor y compromiso*. Editorial Paidós.
- UNICEF México. (2021). *Preguntas frecuentes sobre crianza positiva*. UNICEF.
<https://www.unicef.org/mexico/preguntas-frecuentes-sobre-crianza-positiva>
- Vargas, A. y Zabala, D. (2019). Estilos de crianza y elección de pareja en adolescentes de la ciudad de Pamplona, Norte de Santander. [Tesis de pregrado, Universidad de Pamplona] Repositorio Institucional Universidad de Pamplona.
http://repositoriodspace.unipamplona.edu.co/jspui/bitstream/20.500.12744/3392/1/Vargas_%20Zabala%20_2019_TG...pdf
- Vintimilla, B. y Tenecora, A. (2023), Influencia familiar en la elección de pareja de adultos jóvenes en la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca periodo 2022-2023 [Tesis de pregrado, Universidad de Cuenca] Repositorio Institucional Universidad de Cuenca. <https://rest-dspace.ucuenca.edu.ec/server/api/core/bitstreams/2ee3dadf-7f9e-4aea-bcfd-094c61c0ad4c/content>

Anexos

Anexo 1. Validación de expertos

EVALUACIÓN DE EXPERTOS

Fecha: 31 10 2025

Cordial Saludo,

Estimado evaluador, usted ha sido invitado a participar en el proceso de validación de dos instrumentos de recolección de información (Historia de vida y entrevista semiestructurada) con el fin de identificar los estilos parentales y vínculos afectivos experimentados durante la infancia de los participantes, por medio de la aplicación del instrumento historia de vida; y describir los patrones afectivos y conductuales en la elección de pareja de la muestra seleccionada, a través de una entrevista semiestructurada, diseñados por Lisbeth Lorena Salinas Ríos, estudiante de la Corporación Universitaria Minuto de Dios (Uniminuto). Este instrumento está dirigido a adultos entre los 25 y 40 años de edad. Se genera el presente formato que servirá para que usted pueda dar sus apreciaciones; este procedimiento es una fase fundamental para dar continuidad al trabajo de grado titulado “Influencia de los estilos parentales y vínculos afectivos en la elección de pareja: un estudio en Cúcuta, Norte de Santander (2025)” cuyo objetivo general es “analizar la influencia de los estilos parentales y los vínculos afectivos en la elección de pareja en adultos de Cúcuta, Norte de Santander, durante el año 2025.”

De antemano agradecemos sus aportes, esto permitirá validar el instrumento preestablecido para su posterior mejora y aplicación. A continuación, encontrará una serie de ítems o preguntas, donde marcará con un x la casilla que considere conveniente; además de esto, podrá hacer recomendaciones en la columna de observaciones.

Identificación del Experto:

Nombre y Apellido: Jhonattan Zapata Garzón

Instituto donde Trabaja: Coporación Universitaria el Minuto de Dios

Título de Pregrado: Psicólogo

Nº de Tarjeta Profesional: 132703

Título del último Postgrado: Magister en Paz, Desarrollo y Resolución de Conflictos

Instrumento de Evaluación N° 1

Historia de vida

Vínculos afectivos y estilos parentales			
Pregunta	Pertinente	No Pertinente	Observación
¿Cómo estaba conformada su familia en su infancia y cómo puede describirla?	x		
¿Cómo explicaría la relación entre sus padres como pareja durante su infancia?	x		
¿Cómo describiría la relación con su madre y su padre en sus primeros años de vida?	x		
¿Cómo fue la crianza que recibiste, de qué manera se establecían las normas y cómo recibía afecto?	x		

¿ Hay alguna memoria o momento de su infancia que considere que fue clave para moldear la persona que es hoy?	x		
Sugerencia: Considero pertinente indagar si se presentaron conductas agresivas por parte de las figuras parentales			

Instrumento de Evaluación N° 2

Entrevista semiestructurada

Elección de pareja			
Pregunta	Pertinente	No Pertinente	Observación
¿Qué es lo primero que le atrae o “le prende la chispa” y le hace querer conocer más a una persona?	x		
¿Cuáles son los criterios esenciales que una pareja debe poseer innegablemente y a los que usted no renunciaría nunca?	x		

Además de lo esencial, ¿qué atributos específicos (físicos, intelectuales, económicos, de personalidad, edad) desea en una pareja que enriquecerían el vínculo?	x		
¿Qué relevancia o valor tiene para usted la pasión, la cercanía y el compromiso en una relación de pareja?		x	No considero esta pregunta esencial para la categoría
¿Cómo se describe a sí mismo dentro de una relación de pareja?	x		
En sus relaciones de pareja (pasadas o actual), ¿cuál suele ser su reacción y la de su pareja cuando hay conflictos?	x		
¿Qué tan seguido ha cedido en aspectos clave que inicialmente buscaba o consideraba importantes en una pareja, para mantener la relación?, ¿a qué atribuye esas cesiones?	x		

<p>¿Qué aspectos de su personalidad (ej. miedos, inseguridades, dificultades con límites) siente que lo han autosaboteado en la construcción de una relación saludable y estable?</p>	<p>x</p>		
<p>En sus experiencias, ¿ha permitido o aceptado situaciones que le han causado daño, o ha identificado en usted conductas que hayan dañado a su pareja?</p>	<p>x</p>		
<p>Si ha tenido algún fracaso relacional, ¿cuál cree que haya sido la causa?</p>	<p>x</p>		
<p>Analizando sus experiencias de elección, ¿ha identificado que tiende a repetir un mismo patrón (o tipo de persona) al escoger pareja?, ¿por qué cree que ocurre esto?</p>	<p>x</p>		

¿Qué lecciones o modelos le enseñaron en su hogar sobre cómo deben ser las relaciones, y cómo se reflejan hoy en el tipo de pareja que elige?	x		
Sugerencia: ¿Considera que busca en sus parejas aspectos o cualidades que tuvo o no tuvo con alguna de sus figuras parentales?			

ACEPTADO x NO ACEPTADO

Firma del validador:



No. Identificación 1094244800

EVALUACIÓN DE EXPERTOS

Fecha: 27 10 2025

Cordial Saludo,

Estimado evaluador, usted ha sido invitado a participar en el proceso de validación de dos instrumentos de recolección de información (Historia de vida y entrevista semiestructurada) con el fin de identificar los estilos parentales y vínculos afectivos experimentados durante la infancia de los participantes, por medio de la aplicación del instrumento historia de vida; y describir los patrones afectivos y conductuales en la elección de pareja de la muestra seleccionada, a través de una entrevista semiestructurada, diseñados por Lisbeth Lorena Salinas Ríos, estudiante de la Corporación Universitaria Minuto de Dios (Uniminuto). Este instrumento está dirigido a adultos entre los 25 y 40 años de edad. Se genera el presente formato que servirá para que usted pueda dar sus apreciaciones; este procedimiento es una fase fundamental para dar continuidad al trabajo de grado titulado “Influencia de los estilos parentales y vínculos afectivos en la elección de pareja: un estudio en Cúcuta, Norte de Santander (2025)” cuyo objetivo general es “analizar la influencia de los estilos parentales y los vínculos afectivos en la elección de pareja en adultos de Cúcuta, Norte de Santander, durante el año 2025.”

De antemano agradecemos sus aportes, esto permitirá validar el instrumento preestablecido para su posterior mejora y aplicación. A continuación, encontrará una serie de ítems o preguntas, donde marcará con un x la casilla que considere conveniente; además de esto, podrá hacer recomendaciones en la columna de observaciones.

Identificación del Experto: 30051242

Nombre y Apellido: Sandra Rocío Botello Vargas

Instituto donde Trabaja: Universidad de Pamplona

Título de Pregrado: Psicóloga con énfasis en Psicología Familiar

Nº de Tarjeta Profesional: 112583

Título del último Postgrado: Magister en Psicología de la Salud

Instrumento de Evaluación N° 1

Historia de vida

Vínculos afectivos y estilos parentales			
Pregunta	Pertinente	No Pertinente	Observación
¿Cómo estaba conformada su familia en su infancia y cómo puede describirla?	x		
¿Cómo explicaría la relación entre sus padres como pareja durante su infancia?	x		Recomendaría replantear la redacción
¿Cómo describiría la relación con su madre y su padre en sus primeros años de vida?	x		
¿Cómo fue la crianza que recibiste, de qué manera se establecían las normas y cómo recibía afecto?	x		
¿ Hay alguna memoria o momento de su infancia que considere que fue clave para moldear la persona que es hoy?	x		

Instrumento de Evaluación N° 2
Entrevista semiestructurada

Elección de pareja			
Pregunta	Pertinente	No Pertinente	Observación
¿Qué es lo primero que le atrae o “le prende la chispa” y le hace querer conocer más a una persona?	x		
¿Cuáles son los criterios esenciales que una pareja debe poseer innegablemente y a los que usted no renunciaría nunca?	x		
Además de lo esencial, ¿qué atributos específicos (físicos, intelectuales, económicos, de personalidad, edad) desea en una pareja que enriquecerían el vínculo?	x		
¿Qué relevancia o valor tiene para usted la pasión, la cercanía y el compromiso en una relación de pareja?	x		

¿Cómo se describe a sí mismo dentro de una relación de pareja?	x		
En sus relaciones de pareja (pasadas o actual), ¿cuál suele ser su reacción y la de su pareja cuando hay conflictos?	x		
¿Qué tan seguido ha cedido en aspectos clave que inicialmente buscaba o consideraba importantes en una pareja, para mantener la relación?, ¿a qué atribuye esas cesiones?	x		
¿Qué aspectos de su personalidad (ej. miedos, inseguridades, dificultades con límites) siente que lo han autosaboteado en la construcción de una relación saludable y estable?	x		
En sus experiencias, ¿ha permitido o aceptado situaciones que le han causado daño, o ha identificado	x		

en usted conductas que hayan dañado a su pareja?			
Si ha tenido algún fracaso relacional, ¿cuál cree que haya sido la causa?	x		
Analizando sus experiencias de elección, ¿ha identificado que tiende a repetir un mismo patrón (o tipo de persona) al escoger pareja?, ¿por qué cree que ocurre esto?	x		
¿Qué lecciones o modelos le enseñaron en su hogar sobre cómo deben ser las relaciones, y cómo se reflejan hoy en el tipo de pareja que elige?	x		

ACEPTADO x NO ACEPTADO

Firma del validador: *Sandra Pocio Botallo*

No. Identificación 30051242

EVALUACIÓN DE EXPERTOS

Fecha: 30 10 2025

Cordial Saludo,

Estimado evaluador, usted ha sido invitado a participar en el proceso de validación de dos instrumentos de recolección de información (Historia de vida y entrevista semiestructurada) con el fin de identificar los estilos parentales y vínculos afectivos experimentados durante la infancia de los participantes, por medio de la aplicación del instrumento historia de vida; y describir los patrones afectivos y conductuales en la elección de pareja de la muestra seleccionada, a través de una entrevista semiestructurada, diseñados por Lisbeth Lorena Salinas Ríos, estudiante de la Corporación Universitaria Minuto de Dios (Uniminuto). Este instrumento está dirigido a adultos entre los 25 y 40 años de edad. Se genera el presente formato que servirá para que usted pueda dar sus apreciaciones; este procedimiento es una fase fundamental para dar continuidad al trabajo de grado titulado “Influencia de los estilos parentales y vínculos afectivos en la elección de pareja: un estudio en Cúcuta, Norte de Santander (2025)” cuyo objetivo general es “analizar la influencia de los estilos parentales y los vínculos afectivos en la elección de pareja en adultos de Cúcuta, Norte de Santander, durante el año 2025.”

De antemano agradecemos sus aportes, esto permitirá validar el instrumento preestablecido para su posterior mejora y aplicación. A continuación, encontrará una serie de ítems o preguntas, donde marcará con un x la casilla que considere conveniente; además de esto, podrá hacer recomendaciones en la columna de observaciones.

Identificación del Experto: 1090392581

Nombre y Apellido: Stephanie Sarmiento Rangel

Instituto donde Trabaja: Hospital San Camilo - Gobernación Santander

Título de Pregrado: Psicóloga

Nº de Tarjeta Profesional: 117172

Título del último Postgrado: Magister en Asesoría Familiar

Instrumento de Evaluación N° 1

Historia de vida

Vínculos afectivos y estilos parentales			
Pregunta	Pertinente	No Pertinente	Observación
¿Cómo estaba conformada su familia en su infancia y cómo puede describirla?	x		Cambiar de pregunta en afirmación: Describa cómo estaba conformada su familia en su infancia.
¿Cómo explicaría la relación entre sus padres como pareja durante su infancia?	x		
¿Cómo describiría la relación con su madre y su padre en sus primeros años de vida?	x		Separar la pregunta en dos, preguntar por padre y por madre, en dos preguntas.
¿Cómo fue la crianza que recibiste, de qué manera se establecían las normas y cómo recibía afecto?	x		Dividir la pregunta en 3 partes, preguntar por la crianza, dos por las normas y 3 por afecto.
¿ Hay alguna memoria o momento de su infancia que considere que fue clave para moldear la persona que es hoy?	x		Agregar: Algún evento o episodio de vida.

Instrumento de Evaluación N° 2

Entrevista semiestructurada

Elección de pareja			
Pregunta	Pertinente	No Pertinente	Observación
¿Qué es lo primero que le atrae o “le prende la chispa” y le hace querer conocer más a una persona?	x		
¿Cuáles son los criterios esenciales que una pareja debe poseer innegablemente y a los que usted no renunciaría nunca?	x		Clarificar si se habla de límites o normas no negociables.
Además de lo esencial, ¿qué atributos específicos (físicos, intelectuales, económicos, de personalidad, edad) desea en una pareja que enriquecerían el vínculo?	x		
¿Qué relevancia o valor tiene para usted la pasión, la cercanía y el compromiso en una relación de pareja?	x		

¿Cómo se describe a sí mismo dentro de una relación de pareja?	x		
En sus relaciones de pareja (pasadas o actual), ¿cuál suele ser su reacción y la de su pareja cuando hay conflictos?	x		
¿Qué tan seguido ha cedido en aspectos clave que inicialmente buscaba o consideraba importantes en una pareja, para mantener la relación?, ¿a qué atribuye esas cesiones?	x		
¿Qué aspectos de su personalidad (ej. miedos, inseguridades, dificultades con límites) siente que lo han autosaboteado en la construcción de una relación saludable y estable?	x		
En sus experiencias, ¿ha permitido o aceptado situaciones que le han causado daño, o ha identificado	x		

en usted conductas que hayan dañado a su pareja?			
Si ha tenido algún fracaso relacional, ¿cuál cree que haya sido la causa?	x		Agregar por favor describa esa causa
Analizando sus experiencias de elección, ¿ha identificado que tiende a repetir un mismo patrón (o tipo de persona) al escoger pareja?, ¿por qué cree que ocurre esto?	x		
¿Qué lecciones o modelos le enseñaron en su hogar sobre cómo deben ser las relaciones, y cómo se reflejan hoy en el tipo de pareja que elige?	x		Dividir en dos, ese y como se reflejan, volverla pregunta a: en la actualidad y según el nivel de cultura como predominan las relaciones hoy.

ACEPTADO x NO ACEPTADO

Firma del validador: *STEPHANE SANTIAGO PANGEL

No. Identificación 1094244800

Anexo 2. Historia de vida

Historia de vida

Nombre:

Edad:

Sexo:

Nivel educativo:

Estado relacional: Soltero con citas En una relación no cohabitante En una relación cohabitando o casado Separado o divorciado

¿Cómo estaba conformada su familia en su infancia y cómo puede describirla?

¿Cómo explicaría la relación de sus padres como pareja durante su infancia?

¿Cómo describiría la relación con su madre y su padre en sus primeros años de vida?

¿Cómo fue la crianza que recibiste, de qué manera se establecían las normas y cómo recibía afecto?

¿Hay alguna memoria o momento de su infancia que considere que fue clave para moldear la persona que es hoy?

Anexo 3. Entrevista semiestructurada

Entrevista semiestructurada

¿Qué es lo primero que le atrae o “le prende la chispa” y le hace querer conocer más a una persona?

¿Cuáles son los criterios esenciales que una pareja debe poseer innegablemente y a los que usted no renunciaría nunca?

Además de lo esencial, ¿qué atributos específicos (físicos, intelectuales, económicos, de personalidad, edad) desea en una pareja que enriquecerían el vínculo?

¿Qué relevancia o valor tiene para usted la pasión, la cercanía y el compromiso en una relación de pareja?

¿Cómo se describe a sí mismo dentro de una relación de pareja?

En sus relaciones de pareja (pasadas o actual), ¿cuál suele ser su reacción y la de su pareja cuando hay conflictos?

¿En qué ocasiones ha cedido en aspectos clave que inicialmente buscaba o consideraba importantes en una pareja, para mantener la relación?, ¿a qué atribuye esas cesiones?

¿Qué aspectos de su personalidad (ej. miedos, inseguridades, dificultades con límites) siente que lo han autosaboteado en la construcción de una relación saludable y estable?

En sus experiencias, ¿ha permitido o aceptado situaciones que le han causado daño, o ha identificado en usted conductas que hayan dañado a su pareja?

Si ha tenido algún fracaso relacional, ¿cuál cree que haya sido la causa?, descríbala

Analizando sus experiencias de elección, ¿ha identificado que tiende a repetir un mismo patrón (o tipo de persona) al escoger pareja?, ¿por qué cree que ocurre esto?

¿Qué lecciones o modelos le enseñaron en su hogar sobre cómo deben ser las relaciones, y cómo se reflejan hoy en el tipo de pareja que elige?

¿Considera que busca en sus parejas aspectos o cualidades que tuvo o no tuvo con alguna de sus figuras parentales?

Anexo 4. Consentimiento informado

Consentimiento informado

Yo _____ identificado con cédula de ciudadanía número _____ de _____ acepto de manera voluntaria por medio de este consentimiento la aplicación de los instrumentos historia de vida y entrevista semiestructurada la cual será llevada a cabo por la psicóloga Lisbeth Lorena Salinas Ríos ID 1036135, estudiante de la Especialización en Familia, Infancia y Adolescencia, perteneciente a la Corporación Universitaria Minuto de Dios, dicha aplicación será supervisada por la docente Angélica María Gelvez Silva, titular del trabajo de grado “Influencia de los estilos parentales y vínculos afectivos en la elección de pareja: un estudio en Cúcuta, Norte de Santander (2025)” para optar al título de especialistas.

Uso y confidencialidad de los datos

Entiendo que algunos de mis datos personales serán utilizados dentro de la presente investigación con un fin exclusivamente académico de manera anónima para proteger mi identidad, toda la información recogida no será divulgada ni entregada a ninguna institución externa o individuo sin mi consentimiento expreso. También entiendo, y por lo tanto estoy de acuerdo con la necesidad de quebrantar este principio de confidencialidad en caso de que se identifiquen condiciones que atenten mi integridad física o mental, o la de terceras personas, de acuerdo con lo establecido en el Código Deontológico del Psicólogo (Ley 1090 de 2006).

Así mismo, conozco que puedo revocar el consentimiento o dar por terminada en cualquier momento la aplicación de los instrumentos, cuando lo considere pertinente, sin que ello implique ningún tipo de consecuencia.

En forma expresa manifiesto que he leído y comprendido íntegramente este documento, por lo cual acepto su contenido y las consecuencias que de él se deriven a los días _____ del mes _____ del año _____.

Firma

CC. No.

Anexo 5. Instrumentos diligenciados

Historia de vida

Nombre: Participante 1

Edad: 27 años

Sexo: Femenino

Nivel educativo: Profesional

Estado relacional: Soltero con citas En una relación no cohabitante En una relación cohabitando o casado Separado o divorciado

¿Cómo estaba conformada su familia en su infancia y cómo puede describirla?

Mi familia eran mi mamá, papá y hermanito menor, una familia muy llena de amor, muy atenta muy unida mi papá, era la autoridad en la casa, y es como y el que proveía, mi mamá no, dedicada al hogar, y por la misma presencia si fue como una presencia más de amor de y protección.

¿Cómo explicaría la relación de sus padres como pareja durante su infancia?

La verdad espectacular, yo a ellos nunca los vi pelear ni tratarse mal, si mamá necesitaba algo, papá, y viceversa estaban ahí, mi papá quedó mal de una pierna y mi mamá estuvo muy atenta de una manera que yo decía, cuando yo crezca, yo quiero ver que mi familia sea así, describo la relación de ellos como como el uno para el otro, o sea súper atentos, ellos tenían problemas, porque es muy probable pero nunca me dejaron a mí ver o exponer a peleas o discusiones.

¿Cómo describiría la relación con su madre y su padre en sus primeros años de vida?

Mi papá, digamos que fue y es la autoridad en la casa, el que impone y ordena, entonces mi relación con él ha sido de sí señor como usted ordene, lo que necesite, mi papá era un poco tosco conmigo, porque mi papá siempre ha buscado que yo sea muy perfeccionista en lo que yo hago entonces fuimos más distantes, además por su trabajo casi no lo veía. Con mi mamá era como más de amor, y cercanía, mamá era la que estaba ahí siempre.

¿Cómo fue la crianza que recibiste, de qué manera se establecían las normas y cómo recibía afecto?

Papá sí fue más autoritario entonces era como aquí se hace esto porque yo lo ordeno y se hace a mi manera porque yo lo manejo, él ponía límites y las normas y las cosas se hacen incluso aún como él las dispone, ya con mi mamá, si es como una relación de protección, de cercanía, una mujer más paciente y flexible, y más afectuosa, mi papá igual sacaba tiempo para jugar conmigo y cuando me tenía que castigar, pues me castigaba, cuando yo por lo menos en tareas no entendía rápidamente, él me regañaba muy duro o a veces me pegaba muy duro, entonces yo con él no tuve mucha cercanía afectuosa.

¿Hay alguna memoria o momento de su infancia que considere que fue clave para moldear la persona que es hoy?

Son muchos momentos, uno de ellos, estuvimos pasando por una situación económica en donde mis papás dejaban de comer para darnos a nosotros, o cuando mi papá tuvo un accidente y mi mamá vivía entregada a su recuperación, uno entiende que fue por amor,

siento que he adoptado mucho de esas acciones de comportamientos porque yo quiero ser así para mi propia familia en el futuro, saber que mi prioridad será ellos, que, si tengo que dejarlo todo, mi atención será netamente para ellos.

Entrevista semiestructurada

¿Qué es lo primero que le atrae o “le prende la chispa” y le hace querer conocer más a una persona?

Lo que me pueda brindar intelectualmente hablando, poder hablar temas importantes, como qué piensas de equis cometa y qué piensas de la religión o de este libro, o sea lo que ellos puedan darme a conocer.

¿Cuáles son los criterios esenciales que una pareja debe poseer innegablemente y a los que usted no renunciaría nunca?

Estabilidad económica, yo necesito conformar una familia que de estabilidad, el hombre que esté conmigo, tiene que ser proveedor y tiene que ser igual de atento a como es mi papá con mi mamá.

Además de lo esencial, ¿qué atributos específicos (físicos, intelectuales, económicos, de personalidad, edad) desea en una pareja que enriquecerían el vínculo?

En el físico, realmente yo no le paro muchas bolas al físico, que sepa de muchos temas, que me instruya, en lo económico yo no necesito que provea, necesito que sea una persona estable, que tenga aspiraciones, me gusta mucho los manes serios, que sean súper responsables, que no sean amargados porque yo soy muy madura, pero a la vez soy muy niña, entonces pues que sea un poco parchado también, que sea mayor, siempre tiene que ser mayor igual o mayor menor, ni loca.

¿Qué relevancia o valor tiene para usted la pasión, la cercanía y el compromiso en una relación de pareja?

Todo, o sea tiene un valor muy significativo, yo siento que el ser humano es de contacto, y si no existe como esa chispita, te sientas con esa persona y se puede notar la pasión. En cuanto al compromiso, ahí uno se da cuenta o identifica tal vez la seriedad de la relación, sí, creo que la cercanía tiene mucho que ver, mucha importancia.

¿Cómo se describe a sí mismo dentro de una relación de pareja?

Yo digo que intensa pero no intensa mal sino intensa bien, quiero saber cómo estás, cómo vas, qué necesitas, cómo lo podemos solucionar, para mí es importante que si yo estoy bien esa persona pues también tiene que estar bien, muy llena de amor expresiva y queriendo contacto y afecto, también creo que soy un poco peleona tiendo a ser como mi papá, a mí me gusta mucho que hagan las cosas como yo las digo, como yo las dispongo, y si esa persona no lo hace del modo que yo digo es muy posible que genera un conflicto, me puedo enojar, donde yo me lleno mucho de ira y termino haciendo cosas muy inmaduras, a veces no controlo mi mucho emocionalidad, y soy muy enfocada, el otro año vamos a hacer esto, tenemos que tener esto, ya hay que hacer esto o sea siempre enfocada.

En sus relaciones de pareja (pasadas o actual), ¿cuál suele ser su reacción y la de su pareja cuando hay conflictos?

Considero que siempre tengo la razón, entonces cuando no me la dan, ahí hay un conflicto y pues de por sí, siempre me desaparezco, pero tristemente en ese lapso puedo decir cosas que no están bien, y mi novio siempre trata siempre de darme los argumentos lo más respetuoso posible hasta que yo lo bloqueo, y ya y no tiene forma, entonces me busca por otros lados, por ejemplo sí se ha creado cuentas diferentes de Facebook, yo estoy acostumbrada a que todo el mundo siempre vuelve a mí, así yo sea la del error, él es cero orgulloso y eso me parece espectacular.

¿En qué ocasiones ha cedido en aspectos clave que inicialmente buscaba o consideraba importantes en una pareja, para mantener la relación?, ¿a qué atribuye esas cesiones?

No creo que haya cedido en algo, mi relación actual se ha terminado varias veces porque él no cumple con lo que yo quiero y si luego veo que cambia volvemos, el punto de quiebre siempre ha sido que si él no es proveedor pues chao y pues siempre que algo no me gusta, yo se lo hago saber.

¿Qué aspectos de su personalidad (ej. miedos, inseguridades, dificultades con límites) siente que lo han autosaboteado en la construcción de una relación saludable y estable?

Puede ser como mi egocentrismo, porque yo sí siento que soy lo más y que mujeres como yo tú no las encuentras por ahí y efectivamente, entonces yo a veces siento que por ser así es como pues váyase y busque otra persona a ver si la encuentra como yo, a mí nada me queda grande, y si yo puedo por qué tú no vas a poder y siempre tengo eso en la cabeza, yo siento que yo camino por las nubes sí, entonces eso siento que puede jugar con la relación.

En sus experiencias, ¿ha permitido o aceptado situaciones que le han causado daño, o ha identificado en usted conductas que hayan dañado a su pareja?

Sí claro, un tiempo de la relación donde mi pareja me veía simplemente para tener sexo y ya y eso me hacía sentir mal porque yo no soy así, o sea o a mí me fascina estar con él hablando sexualmente, pero él simplemente era como necesito que tengamos sexo porque me siento mal, pero yo un día me cansé entonces yo dije nomás le puse límite, o sea las cosas son como yo las pongo y yo las dispongo y si a usted no le gusta, usted se puede ir. Y por otro lado el tema del egocentrismo, entonces yo puedo herir con las cosas que digo, con las cosas que expreso, sí, hemos recibido daño de lado y lado y eso yo creo que siempre ha sido así.

Si ha tenido algún fracaso relacional, ¿cuál cree que haya sido la causa?, descríbala

Una relación no funcionó porque a mí no me dejaban salir solo hasta que entré a trabajar, entonces él se cansó, y otra porque yo no asumía compromiso con él y lo fui postergando, además de que el tema sexual tampoco quise vivirlo con él rápido, era cuando yo estuviera segura y también se cansó.

Analizando sus experiencias de elección, ¿ha identificado que tiende a repetir un mismo patrón (o tipo de persona) al escoger pareja?, ¿por qué cree que ocurre esto?

Yo creo que sí, como te decía, la gente en la que yo me fijo es muy seria, es muy intelectual, yo creo que es porque tengo muy definido lo que yo quiero, y lo que me gusta,

entonces si cualquier idiota viene hablarme bonito, simplemente es como ay no amigo, chao de eso se encuentra aquí a dos pasos, yo necesito gente que conozca, que crezca.

¿Qué lecciones o modelos le enseñaron en su hogar sobre cómo deben ser las relaciones, y cómo se reflejan hoy en el tipo de pareja que elige?

Siento que es parecida mi relación, porque los dos somos muy dados al amor y a la atención pero él más conmigo que yo con él, él es más moldeable. Lo que yo viví en casa, tiene mucho que ver con lo que yo vivo o quiero. Entonces el hombre es el proveedor, la mujer pues yo también trabajo, mi mamá no trabajó nunca, pero el día que yo decía tener un hijo y no trabajar, entonces necesito que él sea proveedor, como te digo yo estoy creciendo muy rápido y eso es algo que también pues ha hecho como conflicto porque él está muy abajo, y yo no le paro atención, realmente necesito estabilidad, y eso es algo que yo he visto en mi casa.

¿Considera que busca en sus parejas aspectos o cualidades que tuvo o no tuvo con alguna de sus figuras parentales?

Si yo siempre vi que mi papá siempre estaba para mi mamá, pues yo espero lo mismo y busco lo mismo, el amor que mi papá siempre le dio a mi mamá, yo espero que me amen de la misma manera, porque si yo puedo la otra persona también puede, si esa persona algún día carece de algo, yo voy a estar ahí para apoyarla y yo espero lo mismo, porque es lo que siempre viví en casa, entonces si considero que lo que yo viví, y lo que yo vi en cuanto a pareja con mis papá, yo lo quiero para mi vida, mi papá nunca le pegó a mi mamá, tampoco decidía irse con sus amigos, ni tenía ningún vicio, así que siento que es lo que está bien.

Historia de vida

Nombre: Participante 2

Edad: 30 años

Sexo: Femenino

Nivel educativo: Tecnólogo

Estado relacional: Soltero con citas En una relación no cohabitante En una relación cohabitando o casado Separado o divorciado

¿Cómo estaba conformada su familia en su infancia y cómo puede describirla?

Mi familia estaba conformada por mi mamá mi papá y mi hermano mi hermano mayor y yo, mi familia era unida, agradable, pues no recuerdo digamos dificultades de ningún tipo en esos primeros cinco años de vida.

¿Cómo explicaría la relación de sus padres como pareja durante su infancia?

Recuerdo que discutían bastante, cuando habían fiestas y tomaban se peleaban, incluso hasta se agredían, el uno físicamente al otro, entonces en ese transcurso de ese tiempo, la relación era bastante difícil, finalmente descubrir una infidelidad por parte de mi papá, su abandono por una época y que mi mamá lo volviera a recibir, fue difícil.

¿Cómo describiría la relación con su madre y su padre en sus primeros años de vida?

Pues yo creo que bien, después de que empecé a estudiar ya no éramos cercanos, estaba al cuidado más de mi nona a mi abuela y mis tías, siempre vi con más cercanía a mi papá que a mi mamá, quizás él fue más cariñoso, a pesar de sus errores, siempre fue más afectivo, mi mamá casi no, ella fue más silenciosa.

¿Cómo fue la crianza que recibiste, de qué manera se establecían las normas y cómo recibía afecto?

No recuerdo exactamente de normas o leyes que se debieran cumplir en la casa, yo creo que iba aprendiendo cómo debían ser las cosas a medida que iba pasando, pero realmente yo hacía muchas cosas y nadie me decía nada, todo estaba bien, de hecho, no recuerdo que nadie me haya enseñado nada a nivel académico, ni a hacer mis tareas, me hicieron muy independiente, percibía más que físico, el afecto en preocupación por mí.

¿Hay alguna memoria o momento de su infancia que considere que fue clave para moldear la persona que es hoy?

Bueno o sea un momento en específico no pero si pienso que es como la suma de todos ellos lo que lo hace formar el carácter y la personalidad que cada quien adquiere.

Entrevista semiestructurada

¿Qué es lo primero que le atrae o “le prende la chispa” y le hace querer conocer más a una persona?

La amabilidad, sentir que hacemos clic, no sé cómo expresarlo, también la actitud que tenga frente a uno o frente a una conversación, que sea sonriente, amable.

¿Cuáles son los criterios esenciales que una pareja debe poseer innegablemente y a los que usted no renunciaría nunca?

Debe ser muy respetuosa, responsable, tener a dios en su corazón y actuar conforme a eso que lo que dice, con valores, con principios que piense en todos, no solo en su propio beneficio, la fidelidad, el respeto el amor y compromiso la dedicación, la entrega, son muchas cosas.

Además de lo esencial, ¿qué atributos específicos (físicos, intelectuales, económicos, de personalidad, edad) desea en una pareja que enriquecerían el vínculo?

Lo físico no me parece definitivo siempre y cuando cumpla como los primeros requerimientos, la personalidad es la que define, la edad ni muy mayor, ni muy menor.

¿Qué relevancia o valor tiene para usted la pasión, la cercanía y el compromiso en una relación de pareja?

Es muy importante porque pienso que en eso se basa una relación de pareja, porque el vínculo es muy importante y el compromiso, la entrega que se tiene con la otra persona, de nada sirve tener una y otra no, porque no funcionaría.

¿Cómo se describe a sí mismo dentro de una relación de pareja?

Como una persona cariñosa, respetuosa, entregada a la relación, pensando en el otro, en su bienestar, que expreso siempre lo que pienso de una situación hago llamado al diálogo.

En sus relaciones de pareja (pasadas o actual), ¿cuál suele ser su reacción y la de su pareja cuando hay conflictos?

Mi reacción inicialmente es enojarme y querer hablar rápido, la de mi pareja se aleja, no hablarnos durante un corto tiempo, luego se prosigue al diálogo.

¿En qué ocasiones ha cedido en aspectos clave que inicialmente buscaba o consideraba importantes en una pareja, para mantener la relación?, ¿a qué atribuye esas cesiones?

En muchas cosas que atribuyo a un miedo a separarme porque me casé, a decepcionar a mi familia, por mi hijo también me quedé, inicialmente quería un hombre que me amara y me fuera fiel pero ocurrió todo lo contrario y cedí y acepté todo.

¿Qué aspectos de su personalidad (ej. miedos, inseguridades, dificultades con límites) siente que lo han autosaboteado en la construcción de una relación saludable y estable?

Pienso que todos mis miedos como a quedarme sola y dificultades con límites porque aunque no me crean hice o permití cosas que no sabía que estaban mal porque las vi en casa o simplemente no me enseñaron, casi todo lo que hacía desde niña estaba bien.

En sus experiencias, ¿ha permitido o aceptado situaciones que le han causado daño, o ha identificado en usted conductas que hayan dañado a su pareja?

Acepté faltas de respeto como gritarnos, intentar herir con ofensas y aceptar infidelidades, mentiras y prácticas nocivas para mí”.

Si ha tenido algún fracaso relacional, ¿cuál cree que haya sido la causa?, descríbala

Yo siento que la inmadurez por un lado, la ingenuidad y la ignorancia, no saber lo que realmente se debía hacer, y en otra relación, arme cuenta que queríamos cosas diferentes a nivel espiritual.

Analizando sus experiencias de elección, ¿ha identificado que tiende a repetir un mismo patrón (o tipo de persona) al escoger pareja?, ¿por qué cree que ocurre esto?

Conscientemente no lo sé, siento que cada relación simplemente se dio y ya, me metía y después miraba, pero pensando siento que han sido diferentes.

¿Qué lecciones o modelos le enseñaron en su hogar sobre cómo deben ser las relaciones, y cómo se reflejan hoy en el tipo de pareja que elige?

Nunca me enseñaron nada sobre eso, mis padres tuvieron una relación muy complicada, se separaron, luego volvieron con muchas heridas., siempre supe que no quería una relación como la de mis papá, elaboré la idea de un hogar feliz, pero siento que no lo he logrado, repetí muchas cosas que vi de ellos lastimosamente.

¿Considera que busca en sus parejas aspectos o cualidades que tuvo o no tuvo con alguna de sus figuras parentales?

Inconscientemente sí, quiero a alguien que resuelve como mi papá, pero sin darme cuenta me casé con un hombre que me fue infiel varias veces y que me dejó, pero añoro felicidad y amor.

Historia de vida

Nombre: Participante 3

Edad: 27 años

Sexo: Masculino

Nivel educativo: Profesional

Estado relacional: Soltero con citas En una relación no cohabitante En una relación cohabitando o casado Separado o divorciado

¿Cómo estaba conformada su familia en su infancia y cómo puede describirla?

Mamá, papá, yo, podría decir que una familia nuclear, porque mi hermana menor llegó muchos años después.

¿Cómo explicaría la relación de sus padres como pareja durante su infancia?

Tenían discusiones y peleas pero siempre la sacaban adelante, no eran muy afectuosos entre ellos, era raro que supiera que peleaban, me daba cuenta porque se dejaban de hablar y yo era el razonero de los dos, mi mamá siempre era quien tomaba las decisiones pero igual actuaban como freno del otro.

¿Cómo describiría la relación con su madre y su padre en sus primeros años de vida?

Me he llevado más con mi mamá porque pasaba más tiempo con ella, pero siempre fue muy grosera conmigo cuando no hacía bien las cosas, faltas de respeto e insultos muy fuertes. Con el viejo pues siempre se la pasaba trabajando no hacía parte activa de la crianza mía, no éramos cercanos, con el tiempo trató de serlo.

¿Cómo fue la crianza que recibiste, de qué manera se establecían las normas y cómo recibía afecto?

Recibía afecto físico pero no muchas palabras expresivas, me pegaban, fueron muy estrictos pero mi mamá, siempre decía porque soy su mamá y punto, no podía opinar, mi mamá ejerció ese rol de autoridad, y también me dejaban de hablar si se molestaban conmigo.

¿Hay alguna memoria o momento de su infancia que considere que fue clave para moldear la persona que es hoy?

Creo que el hecho de que al final de día mi mamá me dijera que uno debía ser muy valiente, que uno no debía rendirse, eso ha hecho mucho de lo que soy hoy y de lo que he logrado, de lo que me repito.

Entrevista semiestructurada

¿Qué es lo primero que le atrae o “le prende la chispa” y le hace querer conocer más a una persona?

Que tenga sentido del humor, no me gusta la gente aburrida.

¿Cuáles son los criterios esenciales que una pareja debe poseer innegablemente y a los que usted no renunciaría nunca?

Que sea buena persona, que tenga y se vea el interés, que sea profesional.

Además de lo esencial, ¿qué atributos específicos (físicos, intelectuales, económicos, de personalidad, edad) desea en una pareja que enriquecerían el vínculo?

Físicamente que sean bajitas, que tengas las metas de uno, que sea inteligente, el tema económico no me ha importado nunca, y la edad que fueran contemporáneas a mí.

¿Qué relevancia o valor tiene para usted la pasión, la cercanía y el compromiso en una relación de pareja?

Son importantísimos, son los pilares fundamentales de la relación, no concibo una pareja que no se quieran, o se deseen, por ejemplo, poder confiar en el otro y saber qué somos y para dónde vamos.

¿Cómo se describe a sí mismo dentro de una relación de pareja?

Intento ser comprensivo, trato de escuchar mucho, soy detallista y me entrego completamente, soy muy expresivo.

En sus relaciones de pareja (pasadas o actual), ¿cuál suele ser su reacción y la de su pareja cuando hay conflictos?

Siempre intento hablar, mi pareja no, quiero resolver y que no se agrande la discusión, creo que se puede reparar y hablar. En el pasado eran más conflictos, mis parejas no reconocían los errores y actuaban por impulso.

¿En qué ocasiones ha cedido en aspectos clave que inicialmente buscaba o consideraba importantes en una pareja, para mantener la relación?, ¿a qué atribuye esas cesiones?

Lo atribuyo al síndrome del salvador, no me importó el pasado de la persona cuando sí es importante, permití malos tratos, faltas de respeto.

¿Qué aspectos de su personalidad (ej. miedos, inseguridades, dificultades con límites) siente que lo han autosaboteado en la construcción de una relación saludable y estable?

Creo que actualmente soy una persona más madura, en las otras relaciones fueron la falta de límites y hacer como de todo para que la otra persona no se fuera, no me dejara, ese miedo a perder, actualmente todo es más sano, muchas cosas he mejorado y ya no permito.

En sus experiencias, ¿ha permitido o aceptado situaciones que le han causado daño, o ha identificado en usted conductas que hayan dañado a su pareja?

Sí, en mi primera relación era una amenaza constante, ella era impulsiva y luego ahí sí se disculpaba, pero lo volvía a hacer y la amenaza constante de que si lo volvía a hacer la

relación se acabaría, en mi otra relación la constante comparación con su expareja e incluso acepté que siguiera en contacto con su ex y eso no es sano porque hasta infiel me fue.

Si ha tenido algún fracaso relacional, ¿cuál cree que haya sido la causa?, descríbala
 permitir muchas cosas, las faltas de respeto y de límites

Permitir que jugaran conmigo, aceptar la inestabilidad de la misma relación, como hoy sí mañana no, permitir como lo decía las faltas de respeto y de límites, y darme cuenta que al final sobre todo una de ellas, fuera una persona mala.

Analizando sus experiencias de elección, ¿ha identificado que tiende a repetir un mismo patrón (o tipo de persona) al escoger pareja?, ¿por qué cree que ocurre esto?

De pronto las características físicas, todas han sido bajitas como por el tema de la protección que uno quiere ejercer en ustedes las mujeres, y que fueran profesionales eso sí todas, pero siento que en personalidades no, han sido diferentes, asumo que es por las mismas experiencias que fui teniendo, que elegí diferente.

¿Qué lecciones o modelos le enseñaron en su hogar sobre cómo deben ser las relaciones, y cómo se reflejan hoy en el tipo de pareja que elige?

Que debía buscar una persona que me quisiera, que quisiera construir un futuro, unas metas conmigo y sacar todo adelante, que fuera una buena persona.

¿Considera que busca en sus parejas aspectos o cualidades que tuvo o no tuvo con alguna de sus figuras parentales?

Yo creo que el amor hay que demostrarlo, también a molestar en el buen sentido de manera jocosa porque mi papá siempre fue así con mi mamá, tal vez por eso es importante el buen sentido del humor para mí en mi pareja. Y resolver los conflictos sin dejarnos de hablar, eso me molesta muchísimo, también considero que ya hoy una falta de respeto no la tolero.

Historia de vida

Nombre: Participante 4

Edad: 26 años

Sexo: Femenino

Nivel educativo: Profesional

Estado relacional: Soltero con citas En una relación no cohabitante En una relación cohabitando o casado Separado o divorciado

¿Cómo estaba conformada su familia en su infancia y cómo puede describirla?

Mi familia estaba conformada por mi papá, mi mamá, y dos hermanas muy mayores, pero en realidad solo viví la mayor parte del tiempo con una, siento que no tengo muchos recuerdos, la describo como una familia tranquila pero no muy familiar, no recuerdo planes ni salidas y al ser la menor no tenía voto. Ambos padres eran proveedores.

¿Cómo explicaría la relación de sus padres como pareja durante su infancia?

Mis papás eran muy distantes, jamás en mi vida los vi teniendo alguna expresión de afecto ni verbal ni física, primaba más la opinión de mi mamá, y cuando crecí entendí que ellos estaban separados bajo el mismo techo, eso me parece que fue un gran daño. Siempre sentí que de parte y parte pudo haber infidelidad, pero al ser una niña nunca pude confirmarlo.

¿Cómo describiría la relación con su madre y su padre en sus primeros años de vida?

Siendo una niña compartí mucho con mi papá, tengo más recuerdos con mi papá pero luego se desaparece de mi vida a pesar de vivir juntos, con mi mamá era más conflictiva pero fue más presente, es que con ella no sabía qué esperar, muchas veces era el grito en el cielo o ignorara lo que había sucedido, entonces me sentía incómoda contándole cosas.

¿Cómo fue la crianza que recibiste, de qué manera se establecían las normas y cómo recibía afecto?

Recibía afecto físico de mi mamá pero tampoco mucho, las reglas las imponían los dos pero eran estrictos por temas de moral o religiosos, me inculcaron miedo hacia mi papá por ejemplo si yo me llegaba a caer jugando él no podía enterarse y tenía que ocultar las heridas, en algunas ocasiones me pegaron pero sobre todo me dejaban de hablar cuando hacía algo mal, sobre todo mi mamá era como hablarle a una pared.

¿Hay alguna memoria o momento de su infancia que considere que fue clave para moldear la persona que es hoy?

No es una situación, pero la religiosidad me dejó una huella muy marcada, para bien y para mal, si bien a través de eso me enseñaron lo que estaba bien o mal, desde no decir malas palabras o groserías hasta temas más profundos, pero a la vez fue una pesada carga sobre todo por apariencias, siempre preocupados por lo que otros fueran a pensar o incluso Dios. Soy una persona espiritual, pero me fui alejando del contexto religioso que paradójicamente es cruel y juzga mucho

Entrevista semiestructurada

¿Qué es lo primero que le atrae o “le prende la chispa” y le hace querer conocer más a una persona?

Tener una buena conversación, que sea alguien chévere con quien haya de qué hablar y se pueda profundizar de parte y parte, que no se sienta forzado sino que se note la iniciativa.

¿Cuáles son los criterios esenciales que una pareja debe poseer innegablemente y a los que usted no renunciaría nunca?

Que crea en Dios, que tenga un buen corazón, que quiera casarse y tener hijos.

Además de lo esencial, ¿qué atributos específicos (físicos, intelectuales, económicos, de personalidad, edad) desea en una pareja que enriquecerían el vínculo?

Físicamente debe gustarme, que sean altos y tengan buena higiene, que sea inteligente, en la personalidad el sentido de humor y alguien profundo, que tenga valores, principios, que no tenga hijos de otras relaciones, el tema económico no ha sido relevante pero sí alguien que se note que quiere salir adelante, y la edad en el pasado buscaba hombres menores, pero ya no, que sea contemporáneo.

¿Qué relevancia o valor tiene para usted la pasión, la cercanía y el compromiso en una relación de pareja?

Son fundamentales, sobre todo la pasión, que hace única a una relación para que sea de pareja y lo demás la construye y la establece.

¿Cómo se describe a sí mismo dentro de una relación de pareja?

Muy afectuosa, muy expresiva, soy la que pone todo su corazón y entrega todo, soy detallista, soy de pronto quien más genera conflicto, me molesto con facilidad como que me tomo todo muy personal o a pecho pero también alguien que necesita de afecto.

En sus relaciones de pareja (pasadas o actual), ¿cuál suele ser su reacción y la de su pareja cuando hay conflictos?

Tiendo al silencio, se me hace un nudo en la garganta, emocionalmente suelo sentirme muy mal, me doy duro porque me siento muchas veces culpable y ansiosa, no tengo un discurso muy amigable conmigo misma, después de ese estado ahí sí quiero presionar para que lo resolvamos. Él siempre busca resolver, hablar desde el primer instante en que ocurre y llegar a acuerdos.

¿En qué ocasiones ha cedido en aspectos clave que inicialmente buscaba o consideraba importantes en una pareja, para mantener la relación?, ¿a qué atribuye esas cesiones?

En mi consciencia estaba la importancia de la fidelidad pero creo que me fijaba en hombres con perfiles mujeriegos y les abría la puerta, entonces en eso creo que cedí.

¿Qué aspectos de su personalidad (ej. miedos, inseguridades, dificultades con límites) siente que lo han autosaboteado en la construcción de una relación saludable y estable?

No sentirme merecedora de algo bueno, miedo a que me rechacen o a ser abandonada, genero conflictos donde no los hay, fantasmas donde no los hay, alejo lo que es bueno y la

paz o inestabilidad pareciera que no fuera buena. Me suelo sentir atacada con facilidad y soy reactiva.

En sus experiencias, ¿ha permitido o aceptado situaciones que le han causado daño, o ha identificado en usted conductas que hayan dañado a su pareja?

En el pasado saber que no me querían y quedarme ahí en el juego y la manipulación. Y por mi parte ser grosera respondiendo de mala manera, haber ocultado una experiencia de mi vida por miedo a perder a mi pareja, pero al final se lo conté y eso causó dolor.

Si ha tenido algún fracaso relacional, ¿cuál cree que haya sido la causa?, descríbala permitiendo muchas cosas, las faltas de respeto y de límites

Elegir mal de entrada, sabiendo que estaría destinada la relación al fracaso porque no eran buenas personas y ninguna me quería en realidad, era yo quien quería estar ahí, y también por otro lado la inmadurez.

Analizando sus experiencias de elección, ¿ha identificado que tiende a repetir un mismo patrón (o tipo de persona) al escoger pareja?, ¿por qué cree que ocurre esto?

Inicialmente sí, tendía a buscar como al chico malo, el mujeriego, donde realmente no me daban valor, creo que en parte la crianza, tal vez no me sentí valorada en mi familia y siento que no tuve un referente claro de lo que era una relación de pareja, pero todo cambió para mí, sanar muchas cosas y crecer, siento que elegí el polo opuesto y ahora tengo bondad, amor y fidelidad en mi relación actual.

¿Qué lecciones o modelos le enseñaron en su hogar sobre cómo deben ser las relaciones, y cómo se reflejan hoy en el tipo de pareja que elige?

Toda la vida me repitieron que no me casara ni tuviera hijos, porque las relaciones eran difíciles, siento que el modelo de mis padres no fue ideal ni claro, pero curiosamente desde muy niña sí lo quise, casarme y construir una familia. Mis papás a pesar de todo nunca los vi tratarse mal o discutir, tampoco tomaban, ni fumaban, creo que cuando he buscado pareja esa característica ha estado presente también.

¿Considera que busca en sus parejas aspectos o cualidades que tuvo o no tuvo con alguna de sus figuras parentales?

Sí, que sean espirituales, que crean en Dios porque fue la fe que me dejaron, que fuese un buen hombre porque mis padres tienen un buen corazón, me gustan los hombres habilidosos y con iniciativa porque siento que mi papá siempre esperó que mi mamá llevara o resolviera todo, también busco mucho amor, expresividad y contacto físico que ellos no tuvieron, y buscar a alguien de mi edad, mis padres se llevan una abismal diferencia de edad que también afectó mucho la relación y la familia.

Historia de vida

Nombre: Participante 5

Edad: 34 Sexo: F Nivel educativo: Especialización

Estado relacional: Soltero con citas En una relación no cohabitante En una relación cohabitando o casado Separado o divorciado

¿Cómo estaba conformada su familia en su infancia y cómo puede describirla?

En mi infancia y adolescencia mi hogar estuvo conformado por padre-madre-hermana-hermana. Hogar nuclear patriarcal, un padre proveedor, una madre encargada 100% de las labores de la casa, reglas y roles marcados.

¿Cómo explicaría la relación de sus padres como pareja durante su infancia?

Como una relación conflictiva, con infidelidades por parte de mi padre, y mi madre permisiva aceptando ese tipo de cosas y quedándose ahí, tenían discusiones constantes, cruzando sus límites con faltas de respeto.

¿Cómo describiría la relación con su madre y su padre en sus primeros años de vida?

En mi infancia la relación con mi padre fue muy estrecha y afectiva, fuimos muy cercanos, con mi madre la relación fue cercana pero no con muestras de cariño, y con el paso del poco tiempo fue una madre ausente, más fría.

¿Cómo fue la crianza que recibiste, de qué manera se establecían las normas y cómo recibía afecto?

Las normas se establecían a través del miedo, mi padre siempre fue un hombre de mucho carácter y autoritario, no recuerdo que se repitieran dos veces las cosas, siempre hubo orden en el hogar, no recuerdo que se me dijera lo que tenía que hacer, sabía que tenía que hacer todo bien, después de mis 7 años, las muestras de afecto fueron casi nulas, mi padre nos demostraba su afecto con dinero para comprar cosas o llevándonos a parques y mi mamá con preparar los alimentos.

¿Hay alguna memoria o momento de su infancia que considere que fue clave para moldear la persona que es hoy?

Mi infancia estuvo marcada por abandono afectivo, asumí obligaciones que no me correspondían, cuando nació mi hermana menor a mis 11 años se me atribuyeron muchas tareas dentro del hogar, cuidar una bebé, posteriormente ayudar con tareas escolares, mi mamá no quería que tuviera tiempo para mí, según ella tenía que hacerme cargo de llevarle y recogerle la niña del colegio, y de hacerme cargo de mí misma completamente, ella se desentendió de mí y mis necesidades, solo era la comida y nada más.

Entrevista semiestructurada

¿Qué es lo primero que le atrae o “le prende la chispa” y le hace querer conocer más a una persona?

El carisma que tenga la persona, que se note que es una persona con energía, que se vea activa.

¿Cuáles son los criterios esenciales que una pareja debe poseer innegablemente y a los que usted no renunciaría nunca?

Debe ser una persona honesta, honrada, creyente en Dios, persona trabajadora, con ideas de negocio, activa mental y físicamente, no puede ser una persona con pensamientos de carencia, abnegada o quejándose de la vida, ni viendo todo caro.

Además de lo esencial, ¿qué atributos específicos (físicos, intelectuales, económicos, de personalidad, edad) desea en una pareja que enriquecerían el vínculo?

Físicamente ser alto al menos superar mi estatura, ser inteligente para resolver problemas en la vida, me abruma las personas que no resuelven, debe ser una persona sencilla, humilde, no me vínculo con hombres creídos, ni metrosexuales, ni vanidosos. Debe ser contemporáneo a mi edad.

¿Qué relevancia o valor tiene para usted la pasión, la cercanía y el compromiso en una relación de pareja?

Es demasiado importante la pasión, mi pareja me debe gustar físicamente y las muestras de afecto en la relación de pareja, el compromiso y la exclusividad en los vínculos.

¿Cómo se describe a sí mismo dentro de una relación de pareja?

Soy una mujer cariñosa, comprensiva, incondicional, expreso mi afecto con actos de servicio, siempre que hay conflictos me gusta hablar, expresar lo que no me gusta y lo que siento.

En sus relaciones de pareja (pasadas o actual), ¿cuál suele ser su reacción y la de su pareja cuando hay conflictos?

Siempre que hay diferencias se habla, busco el diálogo, en mi caso mi rasgo negativo es que saco cosas del pasado para atacar.

¿En qué ocasiones ha cedido en aspectos clave que inicialmente buscaba o consideraba importantes en una pareja, para mantener la relación?, ¿a qué atribuye esas cesiones?

Si, en formalizar o conformar hogar, he cedido en los tiempos, esos han sido mis anhelos sin embargo, en este punto no sé si sean los de mi pareja, tal vez he aceptado menos de lo que soy o quiero, atribuyo estas cesiones en parte a no querer conocer otras personas y a la vez sentir que eso me merezco aunque conscientemente sé que merezco más pero es difícil soltar.

¿Qué aspectos de su personalidad (ej. miedos, inseguridades, dificultades con límites) siente que lo han autosaboteado en la construcción de una relación saludable y estable?

Por miedo a quedarme sola muchas veces no establecía mis límites, entonces terminaba aceptando situaciones que no me gustaban, yendo a lugares que no eran de mi gusto o compartiendo con personas que no me agradaban.

En sus experiencias, ¿ha permitido o aceptado situaciones que le han causado daño, o ha identificado en usted conductas que hayan dañado a su pareja?

Si, en mi relación anterior por mis inseguridades, permitía comentarios pasivo-agresivo por parte de mi pareja y su familia hacia mí que claramente me hacían sentir muy mal conmigo misma o con mi cuerpo.

Si ha tenido algún fracaso relacional, ¿cuál cree que haya sido la causa?, descríbala

Inicié mi primera relación de pareja únicamente por tener pareja y no estar sola, nunca me enamoré, pero sostuve la relación por muchos años únicamente por no quedarme sola emocionalmente.

Analizando sus experiencias de elección, ¿ha identificado que tiende a repetir un mismo patrón (o tipo de persona) al escoger pareja?, ¿por qué cree que ocurre esto?

No he repetido patrones al escoger pareja, considero que he ido aprendiendo de las experiencias.

¿Qué lecciones o modelos le enseñaron en su hogar sobre cómo deben ser las relaciones, y cómo se reflejan hoy en el tipo de pareja que elige?

A pesar de que crecí en una familia patriarcal, hombre proveedor al 100%, mujer que no trabaja entregada solo al hogar), considero que no he seguido ese patrón, en mi relación busco mi autonomía y libertad, así mismo, viví la experiencia de una infidelidad en una relación anterior de la cual decidí irme.

¿Considera que busca en sus parejas aspectos o cualidades que tuvo o no tuvo con alguna de sus figuras parentales?

Si, creo que en mi pareja si busco cualidades de mi papá, en cuanto a que siempre debe ser un hombre inteligente y que resuelva cualquier dificultad que se presente, siempre debe ser un hombre trabajador y con mucha energía masculina, mi papá también fue un hombre de fe y a eso atribuyo la importancia de esta cualidad en la pareja que quiero.

Historia de vida

Nombre: Participante 6

Edad: 34 años

Sexo: Masculino

Nivel educativo: Postgrado

Estado relacional: Soltero con citas En una relación no cohabitante En una relación cohabitando o casado Separado o divorciado

¿Cómo estaba conformada su familia en su infancia y cómo puede describirla?

Mi familia estaba conformada por mi padre, Luis; mi madre, Bellaní; mi hermano mayor Mauricio; mi hermano menor Luis, y yo. Puedo describirla como una familia promedio, papá y mamá convivían; pero él se ganaba la vida manejando tractocamiones u otros vehículos, y cuando manejaba tractomulas su tiempo en casa era poco. Puedo agregar, además, que fuimos una familia responsable. Nunca faltaron los tres alimentos al día, mi madre fue muy cuidadosa y nos cuidaba mientras papá trabajaba. Parafraseando una cita de la novela “En la Tierra fuimos fugazmente felices”, de Ocean Vuong, vivíamos en un barrio en el que “estar bien era ir a comer pizza el día de tu cumpleaños” (aunque eso nunca pasó mientras fuimos niños).

¿Cómo explicaría la relación de sus padres como pareja durante su infancia?

Conflictiva. Mamá estaba sola casi todo el tiempo, con tres hijos por criar bien. Venía cada uno de rupturas fuertes de pareja que podían arrastrar, recuerdo que cuando éramos niños mis padres se gritaban en las discusiones, sobre todo mi padre; su temperamento es más irascible e impulsivo. También recuerdo muchas veces en las que hablaron abiertamente de separarse, de que él se iba a otra parte y nos dejaba, dejándonos un recuerdo de algo inestable, en constante tensión. Incluso recuerdo que de niño siempre que amenazaban con dejarse yo decía que me iba con él. Ahora que soy adulto siento que esa frase pudo haberlo amarrado a nuestro hogar sin que yo lo pretendiera de manera consciente.

¿Cómo describiría la relación con su madre y su padre en sus primeros años de vida?

Esta pregunta parece simple, pero esconde sus complejidades para mí. Con mi madre la relación fue más cercana, definitivamente, es quien nos todas las bases para poder construir nuestro camino académico, mi madre era amorosa conmigo, y entregada en su medida. Con mi padre, durante la infancia, la relación fue muy distante, me enseñó a jugar ajedrez, y eso es algo que valoro y a pesar de no decirme jamás una palabra sobre la responsabilidad financiera, con el ejemplo le aprendí que los gastos y dinero del hogar son los primeros que se cubren cuando llega el dinero, y que no se posponen. Nunca asistió a ninguna de las reuniones de entrega de boletines de mis escuelas o colegios; nunca me ayudó a hacer tareas, según mi mamá, ni siquiera me cambió un pañal en esta vida, ya que esos aspectos de la crianza quedaron bajo la responsabilidad de mi mamá. Tampoco me castigó físicamente, ni a mis hermanos. Esto es algo que agradezco a las casualidades, seguramente habría dado más dificultad a la relación, o a la imagen que tuve y tengo de él.

¿Cómo fue la crianza que recibiste, de qué manera se establecían las normas y cómo recibía afecto?

La crianza fue amorosa y responsable, modesta. La manera en la que se establecían las normas no la recuerdo bien, sobre todo por parte de mi padre, ahora que lo pienso no recuerdo cómo eran sus llamados de atención, mi mamá, en cambio, lo hizo desde el diálogo, nos hablaba mucho, y nos decía las cosas sobre todo como un consejo, mamá sí nos castigó físicamente algunas veces, pero esa nunca fue la primera medida, cabe decir. El afecto por parte de mi madre lo recibí con tiempo de calidad; con manifestaciones físicas y palabras positivas. Recuerdo que nos decía que además de madre era nuestra amiga, y que podíamos contarle todo, por parte de mi padre la forma de recibir afecto era su respeto hacia nosotros.

¿Hay alguna memoria o momento de su infancia que considere que fue clave para moldear la persona que es hoy?

Siendo un adolescente probé el cigarrillo, lo tomaron con mucha calma, comprensión y no me regañaron ni golpearon. En cambio, me dieron mucho consejo y estuvieron muy pendientes, sin recriminarme nada ni encerrarme en casa. Tal vez las ausencias de mi padre en casa contribuyeron a mi sentido de responsabilidad, tal vez tomé conciencia del papel de hombre que se hace cargo o se equivoca poco dado que mamá estaba sola con tres niños y un salario mínimo. En perspectiva, esas circunstancias pueden haberme llevado a esforzarme tanto en la escuela y luego en otros aspectos.

Entrevista semiestructurada

¿Qué es lo primero que le atrae o “le prende la chispa” y le hace querer conocer más a una persona?

Su rostro. Me atraen mucho las personas con rostro bonito. Luego me gusta escucharlas hablar. Cuando son buenas conversadoras y cuentan cosas que despiertan mi curiosidad o que conozco, me atraen mucho.

¿Cuáles son los criterios esenciales que una pareja debe poseer innegablemente y a los que usted no renunciaría nunca?

Prudencia financiera, belleza física, confianza, solidaridad, amabilidad, empatía.

Además de lo esencial, ¿qué atributos específicos (físicos, intelectuales, económicos, de personalidad, edad) desea en una pareja que enriquecerían el vínculo?

En cuanto a los atributos físicos, me gusta que lleven las uñas limpias, con rostros bonitos, de cabello rojizo, piernas bien formadas y buena cola. A nivel intelectual cuando conversan cosas interesantes, como lectoras frecuentes. Como atributos económicos la prudencia no necesariamente la abundancia; sobre la personalidad la empatía, la solidaridad, la flexibilidad de pensamiento, la amabilidad. Sobre la edad me han gustado un poco mayores.

¿Qué relevancia o valor tiene para usted la pasión, la cercanía y el compromiso en una relación de pareja?

Creo que son tres aspectos esenciales, imprescindibles para una relación de pareja bonita, perdurable, estable, que cimentan una relación de confianza y trascendencia.

¿Cómo se describe a sí mismo dentro de una relación de pareja?

Creo que soy servicial. A veces poco apasionado, pero juicioso y comprometido. Amoroso en la medida de lo posible; estoy en terapia, quiero manejar aspectos relacionados con la ira, el enojo y la gestión emocional. Quiero ser un mejor compañero y un mejor padre.

En sus relaciones de pareja (pasadas o actual), ¿cuál suele ser su reacción y la de su pareja cuando hay conflictos?

El enojo y la evitación. Aún no sé cómo tramitarlo de manera que sea menos violento, menos chocante. La evitación puede estar sustentada en la creencia de que si evito los conflictos, evitaré las discusiones y los enojos, por lo tanto no habrá amenazas o consideraciones sobre la separación, o sobre el final de las relaciones. Es decir, el resorte que amortigua ese apego evitativo es creer que las discusiones de pareja alejan más de lo que enriquecen. Y al final se han terminado todas, lo cual me ha traído a la relación en la que me encuentro actualmente, gracias a la terapia que llevo, he aprendido a confiar más allá del temor y gracias a la paciencia y comprensión de mi esposa, también. Ella ha sido un poco más madura a la hora de manejar los conflictos, aunque también ha tenido episodios de desborde.

¿En qué ocasiones ha cedido en aspectos clave que inicialmente buscaba o consideraba importantes en una pareja, para mantener la relación?, ¿a qué atribuye esas cesiones?

Estuve con una persona con la que cedí mucho en aspectos clave. Era una persona con la

que la relación empezó como una infidelidad, yo era una presencia que debía permanecer más bien oculta en su vida, también concedí mucho porque el delicioso con ella era deliciosísimo.

¿Qué aspectos de su personalidad (ej. miedos, inseguridades, dificultades con límites) siente que lo han autosaboteado en la construcción de una relación saludable y estable?
Mi falta de honestidad, mi escasa capacidad para ofrecer aperturas emocionales a mis parejas. Mis inseguridades por haber crecido con la tensión constante de la separación de mis padres, también. Mis dificultades para poner límites; mi tendencia a la sobrecompensación.

En sus experiencias, ¿ha permitido o aceptado situaciones que le han causado daño, o ha identificado en usted conductas que hayan dañado a su pareja?

Sí. Las he permitido y aceptado, y también las he practicado. Algunos episodios de infidelidad, padecidos y perpetrados; consumo de alucinógenos; chantajes emocionales.

Si ha tenido algún fracaso relacional, ¿cuál cree que haya sido la causa?, descríbala
He tenido varios, una tendencia a no conversar las cosas, a tragármelas y no decirlas, tratando de evitar que las discusiones se agraven o tomen rutas que indefectiblemente nos lleven a un distanciamiento del que no se vuelve. La falta de honestidad también hace lo suyo, la falta de empatía.

Analizando sus experiencias de elección, ¿ha identificado que tiende a repetir un mismo patrón (o tipo de persona) al escoger pareja?, ¿por qué cree que ocurre esto?

Creo que tiendo a escoger personas para las que puedo fungir como una ayuda, como un proveedor de algo. Puede deberse a la percepción de la ausencia de mi padre como una obligación a modelarme o convertirme en una presencia en la vida de las mujeres; desde el servicio, desde la colaboración, desde la atención; en contraposición al modelo de lo que él ofrecía u ofreció a mi madre.

¿Qué lecciones o modelos le enseñaron en su hogar sobre cómo deben ser las relaciones, y cómo se reflejan hoy en el tipo de pareja que elige?

Creo que mis padres me enseñaron que las relaciones se construyen basadas en el respeto, en el amor. El reflejo de estos aspectos se puede ver en mi relación actual en la entrega que tengo como esposo y padre, siento que en el aspecto de la vida en pareja he crecido.

¿Considera que busca en sus parejas aspectos o cualidades que tuvo o no tuvo con alguna de sus figuras parentales?

Definitivamente sí. Ellos, su relación de pareja, sus dinámicas de pareja, de padre y madre han influido en la búsqueda y sostenimiento de mis relaciones de pareja. Creo que construyes tu identidad, tus creencias, basado en lo que has vivido, ya sea para replicarlo o para contrarrestarlo, para negarlo. Luego vas a terapia y si todo sale bien te das cuenta de que otra perspectiva es posible, saludable y necesaria.

Historia de vida

Nombre: Participante 7

Edad: 30

Sexo: femenino

Nivel educativo: profesional

Estado relacional: Soltero con citas En una relación no cohabitante En una relación cohabitando o casado Separado o divorciado

¿Cómo estaba conformada su familia en su infancia y cómo puede describirla?

Estaba conformada por papá, mamá hermana menor, considero que fue una familia muy amorosa, unida y comprometida con cada área de crecimiento de mi vida.

¿Cómo explicaría la relación de sus padres como pareja durante su infancia?

Una relación muy cercana, muy unida, comprensiva, nunca percibí peleas fuertes. Un padre bastante comprensivo con mi madre, una relación de mucho respeto.

¿Cómo describiría la relación con su madre y su padre en sus primeros años de vida?

La relación con mis padres en la infancia fue muy cercana, presente, de disciplina con amor, pero también de obediencia y sumisión casi absoluta a ellos, si bien se hacían presentes en todas las áreas de mi vida, esa presencia implicaba hacer todo lo que ellos indicaban.

¿Cómo fue la crianza que recibiste, de qué manera se establecían las normas y cómo recibía afecto?

La crianza fue de bastante disciplina, eran bastante estrictos, había un elemento religioso, yo era hija de pastores y la normativa y las expectativas sobre mí siempre fueron bastante altas, aun se aplicaba disciplina para las cosas que deseada debía aportar con labores en casa, mostrándome que podía contribuir con mis capacidades. Recibía mucho afecto, contacto físico, abrazos, besos y expresiones de cariño de forma verbal y de actitudes.

¿Hay alguna memoria o momento de su infancia que considere que fue clave para moldear la persona que es hoy?

Siempre era estimulada a ser mejor en mis logros, con las notas de la escuela, con la rapidez con la que debía aprender, con la forma en la que hacía las tareas del hogar, con todo se esperaba lo mejor, el 100 o el excelente era lo esperable para mí, y hoy entiendo que no solo por mi bienestar como se argumentaba en mi niñez sino también por las expectativas de los demás que yo debía cumplir, personas que me observaban y de las que yo era ejemplo a pesar de ser una niña, eso de alguna manera actualmente me ejerce presión en las cosas que realizo porque me presiona hacer las cosas lo mejor que se pueda.

Entrevista semiestructurada

¿Qué es lo primero que le atrae o “le prende la chispa” y le hace querer conocer más a una persona?

Las convicciones como la fe bajo el mismo contexto religioso, las metas compartidas, y la forma como nos relacionamos.

¿Cuáles son los criterios esenciales que una pareja debe poseer innegablemente y a los que usted no renunciaría nunca?

Fidelidad y respeto.

Además de lo esencial, ¿qué atributos específicos (físicos, intelectuales, económicos, de personalidad, edad) desea en una pareja que enriquecerían el vínculo?

Físicos que se cuide en su aspecto presencial. Intelectuales que le guste aprender cada día, económicos que le guste emprender, que no sea conformista ni recostado. Personalidad, alegre, dinámico, cercano, tierno. Edad: que no me lleve más de 4 años.

¿Qué relevancia o valor tiene para usted la pasión, la cercanía y el compromiso en una relación de pareja?

Mucha relevancia, considero que todas deben estar presentes en la relación.

¿Cómo se describe a sí mismo dentro de una relación de pareja?

Muy comprometida por dar lo mejor, tierna y expresiva en todos los sentidos, entrego demasiado, soy bastante emocional aunque lucho por ser más racional.

En sus relaciones de pareja (pasadas o actual), ¿cuál suele ser su reacción y la de su pareja cuando hay conflictos?

Tratar de buscar la solución, así la persona no quiera, entro en un conflicto emocional si no soy escuchada, lloro, mi pareja suele ser más reactivo, distante o a no ver el conflicto por lo tanto no hay nada de qué hablar, muchas veces siento que no es comprensivo.

¿En qué ocasiones ha cedido en aspectos clave que inicialmente buscaba o consideraba importantes en una pareja, para mantener la relación?, ¿a qué atribuye esas cesiones?

En entender que no siempre me van a dar lo que quiero, entonces aceptar que me den lo que a la persona le nazca. Este es un punto complejo, el contexto religioso y familiar basados en que la fe y la fidelidad son suficientes para establecer una relación, quizá en este sentido sin ser tan consciente cedí. Así mismo, aceptar un hombre con una hija de una relación pasada que me ha traído muchas consecuencias.

¿Qué aspectos de su personalidad (ej. miedos, inseguridades, dificultades con límites) siente que lo han autosaboteado en la construcción de una relación saludable y estable?

Muchos miedos e inseguridades por el pasado de mi esposo, el temor al juicio o a lo que piensen, mi emocionalidad, mi necesidad constante de afecto.

En sus experiencias, ¿ha permitido o aceptado situaciones que le han causado daño, o ha identificado en usted conductas que hayan dañado a su pareja?

Si he permitido actitudes de tosquedad, dureza o indiferencia, y mis actitudes de reacción frente a eso son fuertes emocionalmente, inicio conflictos y me desbordo. También en no temerme en cuenta en decisiones del funcionamiento de la casa, como visitas sin aviso y sin mi consentimiento, y al expresarle mi inconformidad no hay ningún tipo de acuerdo ni aceptación del error.

Si ha tenido algún fracaso relacional, ¿cuál cree que haya sido la causa?, descríbala
Tuve un fracaso relacional, inicialmente era un hombre muy mayor para mí, tenía muchos planes de casarnos de una familia, no me sentía preparada, además fue una relación muy controlada, mis padres debían aceptarlo, mis líderes religiosos.

Analizando sus experiencias de elección, ¿ha identificado que tiende a repetir un mismo patrón (o tipo de persona) al escoger pareja?, ¿por qué cree que ocurre esto?
No son parecidas, ambos fueron y son buenos hombres, ambos debían ser aprobados, pero en su esencia son diferentes, quizá en la primera relación él sí fue más expresivo, comprensivo y dado al diálogo, mi esposo no lo es tanto pero es más liberal.

¿Qué lecciones o modelos le enseñaron en su hogar sobre cómo deben ser las relaciones, y cómo se reflejan hoy en el tipo de pareja que elige?
Me enseñaron que debe haber respeto y temor a Dios. Eso se ve reflejado en mi elección actual, es un hombre de fe, me respeta.

¿Considera que busca en sus parejas aspectos o cualidades que tuvo o no tuvo con alguna de sus figuras parentales?
Si, busco ternura, cercanía, entrega total para mí, siento que eso vi de mis padres y lo deseo, aun casada lucho por ello, no me veo siendo parte del ministerio pastoral, aunque estoy en el mismo contexto religioso creo que me gusta ser más liberal.

Historia de vida

Nombre: Participante 8

Edad: 28

Sexo: Masculino

Nivel educativo: Secundario

Estado relacional: Soltero con citas En una relación no cohabitante En una relación cohabitando o casado Separado o divorciado

¿Cómo estaba conformada su familia en su infancia y cómo puede describirla?

Mi familia estaba conformada por, mi padre, mi madre, y mi hermano mayor, fuimos muy familiares

¿Cómo explicaría la relación de sus padres como pareja durante su infancia?

Bastante bien, no peleaban, ni discutían, recuerdo verlos hablar mucho.

¿Cómo describiría la relación con su madre y su padre en sus primeros años de vida?

Increíble, siempre atentos y preocupados por mi salud y bienestar, pero no eran expresivos ni afectuosos.

¿Cómo fue la crianza que recibiste, de qué manera se establecían las normas y cómo recibía afecto?

Bastante bien y estricta, las normas las establece mi padre, mi madre era más de supervisar y cuidar, si era necesario me llamaban la atención y me recordaban lo que debía hacer, afecto casi no recibía, conmigo como tal no eran muy expresivos.

¿Hay alguna memoria o momento de su infancia que considere que fue clave para moldear la persona que es hoy?

En primaria me acuerdo que cuando apenas aprendíamos a escribir, le escribí una carta a la chica que me gustaba, y como ella no sabía leer, la leyó la maestra adelante de todo el curso, a continuación los niños se empezaron a reír, por ende hoy en día soy bastante cerrado y tímido a la hora de interactuar con personas nuevas.

Entrevista semiestructurada

¿Qué es lo primero que le atrae o “le prende la chispa” y le hace querer conocer más a una persona?

Su personalidad en la cotidianidad, su forma de pensar y arreglar los problemas.

¿Cuáles son los criterios esenciales que una pareja debe poseer innegablemente y a los que usted no renunciaría nunca?

Que sea una persona que demuestre las emociones, que no se reprima, que demuestre afecto.

Además de lo esencial, ¿qué atributos específicos (físicos, intelectuales, económicos, de personalidad, edad) desea en una pareja que enriquecerían el vínculo?

Que sea una persona trabajadora, que se esfuerce por conseguir sus metas, y de personalidad lo mismo que antes, demuestre sus sentimientos y cariño.

¿Qué relevancia o valor tiene para usted la pasión, la cercanía y el compromiso en una relación de pareja?

Bastante, creo que es lo que más demuestra amor en la pareja y en su futuro.

¿Cómo se describe a sí mismo dentro de una relación de pareja?

Bastante cariñoso y expresivo, por lo general soy el que planifica las salidas, y atento.

En sus relaciones de pareja (pasadas o actual), ¿cuál suele ser su reacción y la de su pareja cuando hay conflictos?

El que escucha, y en base a la forma de pensar de ambos se llega una conclusión para no llegar a una pelea a mayor. No siempre genero el diálogo pero estoy presto para ello.

¿En qué ocasiones ha cedido en aspectos clave que inicialmente buscaba o consideraba importantes en una pareja, para mantener la relación?, ¿a qué atribuye esas cesiones?

Que sean frías o inexpresivas, distantes, y con metas diferentes, aceptar que me mintieran y hacer caso omiso guardando esperanza de que no fuese así.

¿Qué aspectos de su personalidad (ej. miedos, inseguridades, dificultades con límites) siente que lo han autosaboteado en la construcción de una relación saludable y estable?

En la confianza, en mi relación pasada me han sido infiel, y ahora me cuesta mucho el confiar en alguien, generar completa apertura o creer que será genuino todo y honesta la persona.

En sus experiencias, ¿ha permitido o aceptado situaciones que le han causado daño, o ha identificado en usted conductas que hayan dañado a su pareja?

Acepté mentiras, pero creo que yo mismo me he causado más daño tratando de no sobrepensar en la infidelidad que viví.

Si ha tenido algún fracaso relacional, ¿cuál cree que haya sido la causa?, descríbala

El apurar las cosas, ya que ella al final de la relación me dijo que nunca sintió algo por mí, que solo era interés.

Analizando sus experiencias de elección, ¿ha identificado que tiende a repetir un mismo patrón (o tipo de persona) al escoger pareja?, ¿por qué cree que ocurre esto?

Sí siento que repito el mismo patrón pero no sabría responder el por qué repito lo mismo, supongo que por permitir cosas que en el fondo no quiero.

¿Qué lecciones o modelos le enseñaron en su hogar sobre cómo deben ser las relaciones, y cómo se reflejan hoy en el tipo de pareja que elige?

El complementarse con la otra parte, es algo clave en la relación, y el hablar, el no quedarse callado.

¿Considera que busca en sus parejas aspectos o cualidades que tuvo o no tuvo con alguna de sus figuras parentales?

Sí, ya que busco el afecto emocional y físico que no recibí de chico.

Historia de vida

Nombre: Participante 9

Edad: 35 años

Sexo: Femenino

Nivel educativo: Tecnólogo

Estado relacional: Soltero con citas En una relación no cohabitante En una relación cohabitando o casado Separado o divorciado

¿Cómo estaba conformada su familia en su infancia y cómo puede describirla?

Padres presentes e hijo único. Familia nuclear muy unida, comunicativa y afectiva. Un ambiente de apoyo constante

¿Cómo explicaría la relación de sus padres como pareja durante su infancia?

Una relación de respeto, bastante amorosos, había apoyo mutuo y se daban sus espacios, no percibí discusiones ni cosas negativas.

¿Cómo describiría la relación con su madre y su padre en sus primeros años de vida?

Muy cercana y de confianza con ambos. Sabía que podía contarles cualquier cosa. Siempre estaban presentes y eran cariñosos físicamente y con expresiones de amor.

¿Cómo fue la crianza que recibiste, de qué manera se establecían las normas y cómo recibía afecto?

Las reglas en la casa las colocaban los dos, y ambos solían opinar lo mismo, hablaban mucho conmigo y me explicaban lo que necesitara, eran bastante afectuosos.

¿Hay alguna memoria o momento de su infancia que considere que fue clave para moldear la persona que es hoy?

En la escuela tenía una presentación de la semana de la familia, yo estaba emocionada pero nerviosa, ese día mis papás iban y en medio de la presentación se me olvidó una parte que tenía que decir de memoria delante de todos y al terminar el evento fui a donde mis papás y empecé a llorar, ellos me abrazaron y me insistían que yo era muy inteligente, ver sus ojos e amor me tranquilizó tanto.

Entrevista semiestructurada

¿Qué es lo primero que le atrae o “le prende la chispa” y le hace querer conocer más a una persona?

Que sea auténtico y se muestre seguro de sí mismo.

¿Cuáles son los criterios esenciales que una pareja debe poseer innegablemente y a los que usted no renunciaría nunca?

El respeto mutuo, la capacidad de comunicación y que quiera construir una familia.

Además de lo esencial, ¿qué atributos específicos (físicos, intelectuales, económicos, de personalidad, edad) desea en una pareja que enriquecerían el vínculo?

Que sea guapo, buen sentido del humor, independiente, experto en algún área de conocimiento, estable económicamente, contemporáneo a mi edad.

¿Qué relevancia o valor tiene para usted la pasión, la cercanía y el compromiso en una relación de pareja?

Son los pilares. La cercanía por la confianza creada, la pasión es importante para la conexión física, y el compromiso es la decisión diaria de trabajar juntos.

¿Cómo se describe a sí mismo dentro de una relación de pareja?

Soy afectuosa, abierta, muy buena compañera, ofrezco mi apoyo incondicional, dedicada a mi hogar y a las metas que hemos trazado.

En sus relaciones de pareja (pasadas o actual), ¿cuál suele ser su reacción y la de su pareja cuando hay conflictos?

Buscamos el diálogo inmediato, nos escuchamos y buscamos ser comprensivos, buscamos soluciones o acuerdos para que no se repita.

¿En qué ocasiones ha cedido en aspectos clave que inicialmente buscaba o consideraba importantes en una pareja, para mantener la relación?, ¿a qué atribuye esas cesiones?

Nunca he cedido en lo esencial, he sido flexible en cosas superficiales, como gustos, pero en lo demás no, tan pronto identificaba algo que no me pareciera sano lo expresaba.

¿Qué aspectos de su personalidad (ej. miedos, inseguridades, dificultades con límites) siente que lo han autosaboteado en la construcción de una relación saludable y estable?

Temor a el fracaso de las relaciones, porque es algo que puede ocurrir así que soy de la que apuesta todo porque funcione pero eso puede generar exigencias altas que la otra persona no entienda o no esté de acuerdo.

En sus experiencias, ¿ha permitido o aceptado situaciones que le han causado daño, o ha identificado en usted conductas que hayan dañado a su pareja?

A veces podemos decir cosas que hieren o le duelen a otro, o decir cosas que suenan groseras, en el pasado tan pronto identificaba que algo podía dañarme trazaba el límite comunicándome.

Si ha tenido algún fracaso relacional, ¿cuál cree que haya sido la causa?, descríbala

Tuve una relación antes pero no la veo como fracaso, por temas laborales él se tuvo que

trasladar a otro país y por mutuo acuerdo decidimos finalizarla, en ese momento no se tenía la facilidad para vernos con frecuencia y podía ser muy difícil a distancia, entonces se acordó dejarla.

Analizando sus experiencias de elección, ¿ha identificado que tiende a repetir un mismo patrón (o tipo de persona) al escoger pareja?, ¿por qué cree que ocurre esto?

Sí, siempre quise un hombre como lo mencioné, comunicativo, expresivo, maduro, siento que me atrae lo familiar y lo que me dé estabilidad.

¿Qué lecciones o modelos le enseñaron en su hogar sobre cómo deben ser las relaciones, y cómo se reflejan hoy en el tipo de pareja que elige?

Me enseñaron que las relaciones deben basarse en la confianza, el amor, y la autonomía, me decían que debía ser un buen hombre que me amara, creo que he buscado eso y hoy lo tengo al lado de mi pareja.

¿Considera que busca en sus parejas aspectos o cualidades que tuvo o no tuvo con alguna de sus figuras parentales?

Busco cualidades similares a las que tuve o viví, comunicación, respeto, y presencia, mucho afecto, creo que me enfoqué siempre en lo bueno, en cómo serlo y conseguirlo en alguien más.

Historia de vida

Nombre: Participante 10

Edad: 25 Sexo: Masculino Nivel Educativo: Universitario

Estado relacional: Soltero con citas En una relación no cohabitante En una relación cohabitando o casado Separado o divorciado

¿Cómo estaba conformada su familia en su infancia y cómo puede describirla?

Mi familia estuvo conformada por mi madre y mi padre, es una familia unida, agradable con buena comunicación, con una serie de diferencias y a la vez temperamental.

¿Cómo explicaría la relación de sus padres como pareja durante su infancia?

Fue una buena relación, no había discusiones, eran afectuosos a su manera, muy sencillos realmente y respetuosos.

¿Cómo describiría la relación con su madre y su padre en sus primeros años de vida?

Con mi madre una buena relación de mucho amor, cariño y momentos agradables. Con mi padre también fui cercano pero no había mucho afecto, solo diálogo de vez en cuando.

¿Cómo fue la crianza que recibiste, de qué manera se establecían las normas y cómo recibía afecto?

Habían normas y reglas de la casa, el orden en el hogar, así como la colaboración, pero no recuerdo castigos, solo de pronto llamados de atención en el diálogo, el afecto en todo momento con palabras, detalles y gestos por parte de mi madre, mi padre también llevaba el orden pero mi mamá era más expresiva.

¿Hay alguna memoria o momento de su infancia que considere que fue clave para moldear la persona que es hoy?

Por parte de mi madre tengo una familia extensa y muy unida, me ha marcado que han sido emprendedores y se han establecido muchos retos y metas que se proponen en conjunto y las han alcanzado, creo que eso me ha hecho ser visionario y desde temprano trabajar por lo mío y mis sueños.

Entrevista semiestructurada

¿Qué es lo primero que le atrae o “le prende la chispa” y le hace querer conocer más a una persona?

La actitud, forma de ser y picardía.

¿Cuáles son los criterios esenciales que una pareja debe poseer innegablemente y a los que usted no renunciaría nunca?

Que quiera tener hijos, crea en Dios, y que se desee organizar o formar un hogar estable.

Además de lo esencial, ¿qué atributos específicos (físicos, intelectuales, económicos, de personalidad, edad) desea en una pareja que enriquecerían el vínculo?

En la parte física, delgada, pelo liso, que no sea mas alta que mi persona, intelectual que tenga grandes aspiraciones de crecer profesionalmente. Economía casi no miro ese aspecto, personalidad alegre, sociable, con buena comunicación y que se sienta con autoridad, edad unos años menor a mí y máximo dos años mayor, de mi edad no me llama la atención.

¿Qué relevancia o valor tiene para usted la pasión, la cercanía y el compromiso en una relación de pareja?

El contacto físico desde el abrazo influye mucho en mí, la conexión que se sienta o se pueda transmitir sea del 100%

¿Cómo se describe a sí mismo dentro de una relación de pareja?

Con mucha pasión, interés por mi pareja, metas planteadas, apoyo en todo momento, buena comunicación.

En sus relaciones de pareja (pasadas o actual), ¿cuál suele ser su reacción y la de su pareja cuando hay conflictos?

La de mi pareja emocional, deja de hablar por un determinado tiempo, la mía me alejo y cuando sé que está calmada voy para hablar tranquilamente, ya que si lo hacemos en un momento de rabia saldría una conversación fuerte.

¿En qué ocasiones ha cedido en aspectos clave que inicialmente buscaba o consideraba importantes en una pareja, para mantener la relación?, ¿a qué atribuye esas cesiones?

Que no sea expresiva empiezo a ceder al pensar que estoy haciendo algo mal o me falta algo.

¿Qué aspectos de su personalidad (ej. miedos, inseguridades, dificultades con límites) siente que lo han autosaboteado en la construcción de una relación saludable y estable?

Miedo cuando siento que el interés se pierde o empieza una baja comunicación, porque puedo volverme como intenso o complaciente para no perder la relación.

En sus experiencias, ¿ha permitido o aceptado situaciones que le han causado daño, o ha identificado en usted conductas que hayan dañado a su pareja?

Si he aceptado la falta de confianza, notar que ya son muchas cosas las que no me quiere contar y ahí salen las mentiras o decir y más que acepte mi manera expresiva o coqueta de ser, la fiesta o los ambientes sociales que a ella no le agrada.

Si ha tenido algún fracaso relacional, ¿cuál cree que haya sido la causa?, describala
Permitir la intervención de terceras personas, chismes, y el abuso del alcohol de mi parte.

Analizando sus experiencias de elección, ¿ha identificado que tiende a repetir un mismo patrón (o tipo de persona) al escoger pareja?, ¿por qué cree que ocurre esto?
En ocasiones, creo que ocurre porque todo inicia con la coquetería o cuando siento que la persona es un reto, y pues comparten como parecidos hasta físicos y de personalidad.

¿Qué lecciones o modelos le enseñaron en su hogar sobre cómo deben ser las relaciones, y cómo se reflejan hoy en el tipo de pareja que elige?

Mi mamá trató de enseñarme el respeto por la pareja, la relación con las familias ya que ella casi no tuvo una con la de mi papá pero con la de ella sí todos hemos compartido.

¿Considera que busca en sus parejas aspectos o cualidades que tuvo o no tuvo con alguna de sus figuras parentales?

Los gestos o detalles, buena comunicación, sencillez y valores en el hogar.