

CULTURA, COMUNICACIÓN E INTIMIDAD EN LA RELACIÓN DE PAREJA



RLS

33

Lena Pérez Naranjo

Universidad de la Habana, Cuba

En el nuevo milenio que comienza, adelantos realizados como los medios de comunicación masiva, expansión de Internet y la flexibilidad en el mercado de trabajo, determinan que los hombres y mujeres puedan expandir su círculo de relaciones más allá de la familia, amigos y lugar de origen traspasando así fronteras de tiempo y distancia. Esto promueve mayor interacción entre personas de culturas distantes. Así, investigadores de distintas disciplinas están llamados al estudio de diversos fenómenos sociales dado el creciente intercambio de personas con diferentes procedencias culturales.

Esta investigación aborda la problemática de la relación de pareja en un contexto multicultural. La investigación fue realizada en Suecia con parejas donde cada uno de sus miembros tenía diferente procedencia; una parte de Suecia y la otra de un país latinoamericano. Esto se debió a los contrastes entre la cultura escandinava y la latina.

¿Qué sucede cuando un hombre o una mujer sueca decide casarse con una persona de distinta procedencia cultural? En los comienzos de los '80, en Suecia se realizaron aproximadamente 1.7 millones de matrimonios, el 8% fueron matrimonios mixtos. Ese mismo año de los 3,000 divorcios realizados alrededor del 18% fueron entre parejas mixtas, lo





cual significa que cada 5 divorcios uno ocurría entre parejas mixtas mientras que de cada 12 matrimonios uno era mixto (Mansson, 1993)

A comienzos del año '98 se habían realizado 35,013 matrimonios de los cuales el 13.3% era mixto, ese mismo año del total de 21,554 divorcios realizados el 7.1% era entre parejas mixtas. Al comparar las cifras de ambos periodos se puede apreciar que en lo referente a los matrimonios mixtos ha aumentado el número de divorcios (Befolkningsstatistik, 1997).

Es estadísticamente plausible que los matrimonios mixtos tengan mayor número de crisis que las parejas homogéneas en las que ambos miembros comparten la misma procedencia cultural.

Los motivos por los que personas con diferente procedencia cultural deciden casarse son muy variados y van desde las motivaciones propias del sentimiento amoroso hasta otras más instrumentales como la obtención del permiso de residencia y trabajo o la posibilidad de vivir en un país más desarrollado.

Distintas investigaciones realizadas en Suecia han demostrado que las parejas mixtas unidas por motivos instrumentales como parte esencial de la relación tienen un compromiso menos durable que aquellas basadas en la atracción mutua y exclusividad (Mansson, 1993)

En el presente trabajo analizaré aquellas parejas mixtas con una

relación de largo compromiso tratando de contestar la siguiente pregunta ¿Cuáles son los principales retos a los que se tienen que enfrentar las parejas mixtas en la convivencia?

La hipótesis de la que parto es que las parejas mixtas reflejan en su relación diferentes características procedentes de su cultura las cuales son evidentes a través de los procesos de comunicación y construcción de la intimidad. Así, intimidad y comunicación son los espejos sobre los cuales diferentes características culturales se reflejan de un modo evidente.

Con la intención de responder esta pregunta y probar la hipótesis empíricamente decidí entrevistar 8 parejas mixtas compuestas por suecos y latinos que viven en la ciudad de Gotemburgo, Suecia. También utilicé una serie de 4 cuestionarios en los temas de comunicación, intimidad y satisfacción para facilitar la comprensión de estos procesos tal y como los miembros de las parejas los vivencias.

El propósito de este estudio es exponer cómo los miembros de la pareja construyen su espacio comunicacional e íntimo en dependencia de sus distintas procedencias culturales. También intento explorar si la cultura ejerce alguna influencia en otras áreas de su vida matrimonial y familiar.

Tanto las entrevistas como los cuestionarios fueron aplicados durante los meses de Marzo a Mayo mientras me encontraba en Gotemburgo



preparando la tesis final de los estudios de Maestría.

Método

Durante un periodo de 3 meses, ocho parejas, en la que uno de sus miembros es de procedencia latina y otro sueco, me permitieron recoger información utilizando los métodos de la entrevista a profundidad que fueron grabadas en audio-cassette y conversaciones informales que ocurrieron durante mi visita a sus casas. También utilicé una serie de cuatro cuestionarios que abordaban los siguientes temas: un cuestionario que evalúa la función afectiva y regulativa de la comunicación, otro cuestionario para la función informativa, y otros dos centrados en los temas de intimidad y satisfacción respectivamente.

En la selección de estos métodos tomé en cuenta sus debilidades y fortalezas. De acuerdo al propósito del estudio, en el que se toma como principal fuente de información el autorreporte de los sujetos entrevistados, el uso de la entrevista y los cuestionarios son óptimos cuando la meta es obtener información sobre el proceso que cada persona vivencia cuando decide comenzar una relación de pareja y todo lo que ocurre en lo adelante. De igual manera, el autorreporte es el método indicado para obtener información sobre sentimientos, percepciones y expectativas. Y finalmente, la observación del comportamiento

combinado con el autorreporte es la manera más efectiva de acceder a la información sobre la intimidad de los sujetos investigados (Prager, 1995)

Para la selección de la muestra utilicé la técnica de la bola de nieve. Debido a mi condición de hispano-parlante me introduje en el club de latinos, y después de explicarle a mi informante clave el motivo de mi trabajo, entré en contacto con varias personas hasta lograr el consentimiento de ocho parejas para la realización del trabajo. Estas parejas cumplían con el requisito de ser mixtas. Debido al objetivo de la presente investigación el otro requisito importante en la selección de las parejas era el tiempo de duración de la relación. Estuve especialmente interesada en parejas de largo compromiso. Es por ello que la segunda condición que se debía cumplir era que las parejas tuvieran un mínimo de tres años de relación. Otros estudios similares utilizan los tres años como criterio sobre relación de larga duración (Hatfield y Rapson, 1996). Las parejas que forman parte de esta muestra tienen un promedio de diez años de convivencia. La pareja más joven tiene 3 años y la mayor 17.

La mayoría de las entrevistas y conversaciones informales fueron conducidas en Español. Solo dos parejas fueron entrevistadas en Inglés.

Antes de comenzar el proceso de recolección de la información entrevisté a seis personas: tres suecos y tres latinos. El propósito de





estas entrevistas fue obtener referencias acerca de los estereotipos de la cultura sueca y latina y sobre las interacciones entre estas. Estas seis personas tenían la experiencia de haber vivido en ambas culturas, ya sea por cuestiones de trabajo y/o estudios o por haber estado envueltos en relaciones matrimoniales.

Una vez obtenida esta información el siguiente paso fue la elaboración de la entrevista, que fue dividida en dos partes. La primera parte se concentraba en la recolección de los datos sociodemográficos (Ver Tabla 1), lograr rapport, conocer la historia de cómo se conocieron, lo que realizan en su vida diaria y sobre las relaciones con amigos y familiares. En la segunda parte se trataron temas más específicos sobre la intimidad de la relación como las expectativas que tenían cuando decidieron vivir juntos, la forma de mostrarse afecto uno al otro, cómo resuelven los conflictos y llegan a tomar decisiones y una serie de preguntas relacionadas con la influencia de sus patrones culturales en la relación.

Al finalizar la primera entrevista les entregaba los cuestionarios y los recogía cuando los volvía a visitar. A la pareja les daba instrucciones muy precisas para que contestaran los cuestionarios por ellos mismos, sin la ayuda de la otra persona y solo después de haberlos completado podían comparar y debatir los resultados si lo consideraban conveniente.



Las respuestas de cada uno de los cuestionarios tiene su expresión gráfica con el propósito de obtener una mejor visualización de las respuestas y así poder comparar los resultados por tópicos y parejas.

En la conducción de las entrevistas utilicé la concepción teórica sistémica, es por ello que ambos miembros siempre estaban presentes. Diversos autores han demostrado la importancia de recoger la información a través de la observación del funcionamiento de la pareja en lugar de observar a sus miembros por separado. Los investigadores sugieren que es necesario acceder a las opiniones de ambos en su conjunto para llegar a comprender la relación en su totalidad (Minuchin, 1974; Hatfield, 1984; Prager, 1995).

La combinación de las entrevistas con los cuestionarios permitió arribar a conclusiones sobre el modo en que las parejas intercambian información y crean un espacio íntimo. También se sugieren algunas explicaciones sobre el rol de la comunicación como un proceso a través del cual las parejas intercambian y se apropian de las mutuas referencias culturales y por último se pueden establecer algunas hipótesis sobre las áreas en las cuales las parejas mixtas pueden tener sus principales conflictos.

El propósito de este estudio no es arribar a generalizaciones universales, predicciones o proposiciones concernientes a la directa in-



estas entrevistas fue obtener referencias acerca de los estereotipos de la cultura sueca y latina y sobre las interacciones entre estas. Estas seis personas tenían la experiencia de haber vivido en ambas culturas, ya sea por cuestiones de trabajo y/o estudios o por haber estado envueltos en relaciones matrimoniales.

Una vez obtenida esta información el siguiente paso fue la elaboración de la entrevista, que fue dividida en dos partes. La primera parte se concentraba en la recolección de los datos sociodemográficos (Ver Tabla 1), lograr rapport, conocer la historia de cómo se conocieron, lo que realizan en su vida diaria y sobre las relaciones con amigos y familiares. En la segunda parte se trataron temas más específicos sobre la intimidad de la relación como las expectativas que tenían cuando decidieron vivir juntos, la forma de mostrarse afecto uno al otro, cómo resuelven los conflictos y llegan a tomar decisiones y una serie de preguntas relacionadas con la influencia de sus patrones culturales en la relación.

Al finalizar la primera entrevista les entregaba los cuestionarios y los recogía cuando los volvía a visitar. A la pareja les daba instrucciones muy precisas para que contestaran los cuestionarios por ellos mismos, sin la ayuda de la otra persona y solo después de haberlos completado podían comparar y debatir los resultados si lo consideraban conveniente.



Las respuestas de cada uno de los cuestionarios tiene su expresión gráfica con el propósito de obtener una mejor visualización de las respuestas y así poder comparar los resultados por tópicos y parejas.

En la conducción de las entrevistas utilicé la concepción teórica sistémica, es por ello que ambos miembros siempre estaban presentes. Diversos autores han demostrado la importancia de recoger la información a través de la observación del funcionamiento de la pareja en lugar de observar a sus miembros por separado. Los investigadores sugieren que es necesario acceder a las opiniones de ambos en su conjunto para llegar a comprender la relación en su totalidad (Minuchin, 1974; Hatfield, 1984; Prager, 1995).

La combinación de las entrevistas con los cuestionarios permitió arribar a conclusiones sobre el modo en que las parejas intercambian información y crean un espacio íntimo. También se sugieren algunas explicaciones sobre el rol de la comunicación como un proceso a través del cual las parejas intercambian y se apropian de las mutuas referencias culturales y por último se pueden establecer algunas hipótesis sobre las áreas en las cuales las parejas mixtas pueden tener sus principales conflictos.

El propósito de este estudio no es arribar a generalizaciones universales, predicciones o proposiciones concernientes a la directa in-

fluencia de la cultura en la relación de pareja. Me propongo más bien elucidar la dinámica de tales relaciones. Las conclusiones y el análisis propuestos en esta investigación complementan y enriquecen aquellos otros basados en encuestas y estudios demográficos.

Investigación preliminar

¿Qué entender por cultura y cuáles serían sus expresiones fundamentales? Se necesita pues un término que defina la cultura en sus manifestaciones fundamentales y para esto el término 'sistema sociocultural' ha sido propuesto. Este se refiere a la cultura que posee un grupo autónomo y distintivo de seres humanos como una tribu o una nación de nuestros tiempos. Los elementos culturales pasan libremente de un sistema a otro (difusión cultural) pero los límites provistos por la distinción entre un sistema y otro (Latino Americano, Europeo, Asiático) hace posible el estudio de este sistema en cualquier momento y alrededor de cualquier periodo histórico.

Para los propósitos de este estudio entendemos 'cultura' como un fenómeno colectivo, porque es compartido por personas que viven o vivieron dentro de la misma sociedad. La cultura se aprende, no se hereda. Se deriva del sistema social en que se vive, no está en los genes. La cultura debe ser distinguida por una parte de la natura-

leza humana y por otra de la personalidad individual (Hofstede, 1991).

En el centro de este concepto los estudiosos han identificado dos tipos de culturas nombradas 'Individualista' y 'Colectivista'. Ambos tipos hacen referencia a valores, normas y símbolos compartidos por distintas personas más allá de los límites en frontera y tiempo. Cuando las culturas se nombran así cabe mencionar diferencias en el plano de las relaciones sociales; a saber, familia, amigos, compañeros de trabajo, etc.

La cultura 'Individualista' y 'Colectivista' son opuestas. Ellas forman una de las dimensiones de la cultura nacional. Las sociedades individualistas se caracterizan por relaciones débiles entre individuos. Se espera que cada cual se preocupe por sí mismo y por su núcleo familiar. En contraste, la cultura colectivista insiste en la conexión entre los seres humanos. El sí mismo es definido en relación a los antecesores, familia, amigos y compañeros de trabajo. Esta cultura enfatiza la conformidad, interdependencia armoniosa y la atención hacia los demás (Hatfield y Rapson, 1996).

En este sentido identificamos a los países escandinavos, dentro de los que se incluye Suecia, como poseedores de una cultura eminentemente Individualista y a los países latinoamericanos como Colectivistas.





Para la comprensión del concepto amoroso he seguido la misma línea de pensamiento que propone Sternberg (1998) cuando plantea que el Amor consta de tres elementos fundamentales: Pasión, Intimidad y Compromiso. El conjunto de estos elementos permite que los amantes vivencien el sentimiento amoroso en sus distintas fases y propone una explicación para distintos tipos de relación según el componente que predomine.

Sternberg también reconoce que cuando los miembros de una pareja provienen de distintas culturas, una acción vista por un individuo como 'amorosa' puede ser vista por el otro como fría o poco importante. Tal es el caso del afecto físico. Para algunas personas las caricias, abrazos y besos son esenciales como ingredientes del amor romántico mientras que para otros esto no posee el mismo grado de importancia.

El amor percibido desde la óptica cultural ha sido foco de atención. Personas encuestadas en Francia, por ejemplo, reportaron que el amor es una experiencia irracional la cual toma el control de las personas. Mientras en los Estados Unidos reportaron que el amor es una experiencia importante pero no necesariamente incontrolable o la única base para la relación romántica (Simmons, Kolke y Shimizu, 1986).

Sin embargo, a pesar de las diferencias culturales se considera el sentimiento amoroso como la base de cualquier relación estable.

Otro concepto aparejado al amor es el de relación de pareja ¿Qué entender por esto?

Una de las diversas concepciones sobre este tema sugiere que en la relación de pareja 'se articulan los contenidos de naturaleza afectiva y cognitiva y mecanismos derivados de la concepción del mundo, en especial las concepciones y valoraciones en torno a las relaciones humanas, al amor, la pareja, los roles de género. Esto último muy relacionado con la identidad genérica, personal y los procesos autovalorativos en general, todo lo cual condiciona, a partir de las necesidades, motivos y los mecanismos funcionales con los que operan, concientes e inconscientes, determinadas formaciones como los ideales de pareja, de la relación, las expectativas hacia la relación así como la conformación de determinadas capacidades comunicativas del sujeto. Esta configuración interviene de modo activo e integral, en el inicio, conformación y desenvolvimiento del vínculo mediatizando las influencias intersubjetivas y sociales más generales presentes, a la vez que integra una representación y proyec-



ción del futuro en este ámbito' (Fernández, 1994).

El término 'Comunicación' es entendido como la interacción concreta entre personas. Una interacción que está inmediatamente disponible en los sentidos, gestos, señales, formas de hablar y de moverse acercándose o alejándose de alguien. En el lenguaje común la comunicación es entendida como la transmisión de información. El que envía señales lo hace a través de ideas, opiniones, sentimientos, impresiones y hechos. Alguien recibe esta información.

El grupo de Palo Alto (Bateson, Beavin, Haley, Jackson; Satir, Watzlawick, Weakland, 1977) quienes desarrollaron las bases teóricas para el estudio de la familia como sistema, entendieron la comunicación como un proceso de transmisión de información verbal y no verbal accesible para cualquier observador.

Durante el proceso de comunicación cada participante ofrece su definición acerca de la relación y determina su naturaleza. Cada miembro por turnos responde con su definición de relación la cual puede afirmar, negar o modificar cada segmento de información anterior.

Por último, el concepto de 'Intimidad' puede ser concebido en términos de cualidad de cada relación. Esto incluye el intercambio mutuo de significados y experiencias todo lo cual resulta de un posterior entendimiento del individuo para sí y para el otro. Dicho de otro modo, una relación íntima es un proceso relacional en el cual se conocen los más profundos y subjetivos aspectos de uno mismo y del otro.

Sternberg y colaboradores (Sternberg y Grajek, 1984) igualan el aspecto emocional del amor con la intimidad, en el modelo triangular del Amor, la Intimidad incluye 10 aspectos.

- 1- Deseo de promover el bienestar del amado(a)
- 2- Experimentar la felicidad con el amado(a)
- 3- Tener al amado(a) en alta estima
- 4- Contar con el amado(a) en tiempos de necesidad
- 5- Poseer entendimiento mutuo
- 6- Compartir uno mismo y sus posesiones con el amado(a)
- 7- Recibir apoyo emocional del amado(a)
- 8- Brindar apoyo emocional al amado(a)
- 9- Establecer una comunicación íntima con el amado(a)
- 10- Valorar al amado(a)

Al igual que con el concepto de Amor, la Comunicación e Intimidad tienen sus diversas formas de





expresión de acuerdo a la cultura que se provenga. Estos tres elementos se entrelazan en la relación de pareja y la cultura es su medio de expresión. Es así como he concebido este trabajo en el que intento aportar un granito de arena en la comprensión de la pareja desde el prisma cultural.

Investigación secundaria

En esta parte se muestra el análisis de la información recogida a través de las entrevistas con las parejas. Presentaré a continuación la descripción y el análisis de solamente una de ellas. Los nombres y las fechas han sido modificados para así preservar la identidad de los sujetos que participaron en el estudio.

Kjell y Consuelo se conocieron en París. Ambos habían decidido tomar un curso de lengua francesa. Kjell era profesor de idiomas y tenía interés en conocer otras lenguas, Consuelo estaba estudiando una Maestría en Canadá y quería conocer el idioma debido a que en ese país el francés es segunda lengua. Él es de Suecia y ella de México.

Después de tres meses en los que salían con frecuencia, Consuelo fue a Suecia a conocer a los padres de Kjell. En ese mismo año él fue a México para conocer la familia de ella. Fueron a Suecia donde estuvieron juntos hasta el vera-

no, luego marchan a Canadá pues ella tenía trabajo y al comienzo del siguiente año deciden casarse en México. Retornaron a Canadá luego de la boda y tras un año y medio de matrimonio decidieron establecerse en Suecia. Su primer hijo, el cual tiene en la actualidad 9 años, nació en Canadá, y la hija de 7 años nació en Suecia.

Para Consuelo los primeros años en Suecia fueron los más difíciles de la relación pues tuvo que aprender un idioma nuevo. Ella había cursado estudios superiores y tenía experiencia laboral como psicóloga. Sin embargo, en el nuevo medio tuvo que reaprender muchas cosas. Desde el inicio de su relación con Kjell el idioma que utilizaban era Inglés, pero después de su llegada a Suecia comenzaron a utilizar el sueco. Cuando los niños comenzaron en la escuela se hizo más frecuente el uso de esta lengua. Cuando Kjell y Consuelo necesitan hablar temas a profundidad prefieren hacerlo en Inglés. Kjell refiere que aunque ha estudiado Español, con el Inglés se sienten más seguros para comprender cada detalle de lo que el otro quiere decir.

Ambos plantean que la conviven-



cia no les ha sido fácil pues al inicio tenían formas distintas de concebir la relación. Para Consuelo es importante que su esposo le escuche y le muestre cariño con besos y abrazos. En este sentido Kjell le brinda todo su apoyo pero su cariño no lo muestra frecuentemente a través de expresiones físicas de afecto. A Consuelo le tomó tiempo comprender que la forma en que Kjell demuestra su cariño es apoyándola en todos sus planes, estar a su lado en momentos de necesidad y escuchar todo lo que ella quiere expresar. Por su parte a Kjell le tomó tiempo comprender lo importante que era para Consuelo la comunicación verbal y dentro de esta todo lo referente a la explicitación de los afectos.

En la actualidad viven en una casa de dos pisos en las afueras de la ciudad. Él trabaja como publicista y ella tiene la función de trabajadora social en una escuela para niños con discapacidades físicas y mentales. Ya tienen 11 años de relación.

La comprensión de las mutuas referencias culturales fue un proceso que les llevó tiempo consolidar, así como los significados que un comportamiento específico pu-

diera tener para cada uno. Consuelo expresa:

Él me respeta dejándome tomar las decisiones por mí misma. Al principio yo pensaba que yo no le importaba. Si yo quería poner mi pelo rojo él no decía nada. Un hombre latino hubiera dado su opinión incluso sin pedirla. Kjell nunca preguntaría por eso. Él nunca me criticaría pero yo lo tomaba como que no le importaba.

En este caso el silencio de Kjell era interpretado por Consuelo como falta de atención, cuando en realidad es la manera que él tiene para dejarla tomar sus propias decisiones sin interferir en ello, respetando así su individualidad.

Un punto importante dentro de sus temas de conversación es el tipo de educación que le darán a sus hijos. Kjell deja que los niños anden por toda la casa sin restricciones, él no impone reglas. Consuelo está más pendiente de transmitirles buenos modales cuando se sientan a la mesa, o utilizar frases muy corteses cuando se dirigen a otras personas, para lo cual tienen que vencer la barrera idiomática.

Ambos consideran que el tiempo que le dedican a hablar de sus sentimientos es esencial, pues es la vía que tienen para conocer el mundo interior del otro y es la puerta de entrada a la riqueza cultural de ambos, cargada de símbolos, sentidos y significados diversos que cada cual posee.





Conclusiones

Entre los hallazgos más significativos se puede señalar que en estas parejas como parte del proceso de comunicación existe una intencionalidad en dedicarle espacio al intercambio de sus raíces culturales. El idioma se convierte así no solo en el medio a través del cual transcurre la comunicación sino que se transmiten símbolos y significados propios de cada cultura.

Por lo general cada miembro de la pareja, en dependencia de su raíz cultural expresa afecto siguiendo determinados códigos. El miembro de procedencia latina es más abierto y utiliza con mayor frecuencia el lenguaje verbal mientras que el miembro sueco prefiere demostrar los sentimientos a través de hechos sin recurrir a la palabra.

En la expresión gráfica de los cuestionarios se aprecia un alto grado de flexibilidad y aceptación ante las diferencias del otro.

Las parejas con hijos negocian sobre cuáles normas y valores de cada cultura van a transmitir a sus hijos. En el caso del miembro latino éste pone especial énfasis en que los hijos aprendan normas de comportamientos típicos para cada sexo siguiendo los estereotipos del rol de género pautados por la cultura latinoamericana. A los niños se les enseña a ser competitivos llevando la delantera mientras que las niñas deben ser presumidas y delicadas. Para ellos es imprescindible visitar sus países de origen de forma sistemática con el objetivo de que los hijos

aprendan el idioma y la cultura de origen de los padres.

Los miembros de estas parejas a pesar de provenir de culturas diferentes comparten similares normas, valores y cosmovisión del mundo. Más allá de las diferencias en sus procedencias culturales y nivel educacional ellos coinciden en sus expectativas sobre la familia, cómo educar a los hijos y el tipo de sociedad que desean construir. Todos estos factores trascienden las fronteras de las características personales y culturales pues son valores universales.

Así, la formación de relaciones de pareja estables entre dos personas con diferentes culturas llega a ser una tarea difícil aunque no imposible. Estas historias son ejemplo de ello.





Nombre	Edad	Años de convivencia	Procedencia cultural	Hijos	Profesión
Kjell Larsson	39	11	Sueco	Una niña y un niño	Publicista
Consuelo Díaz	42		Mexicana		Psicóloga y trabajadora social
José Torres	39	6	Mexicano	Un niño	Ingeniero naval
Tina Olsson	26		Sueca		Socióloga y Pedagoga
Jon Höiland	38	3	Sueco		Antropólogo
Grete Castro	24		Cubana		Estudiante
Albert Eliasson	42	17	Sueco	Tres Hijas	Ingeniero eléctrico
Rosa del Campo	41		Mexicana		Ingeniera eléctrica
Frank Delgado	36	10	Mexicano	Dos niñas y un niño	Vendedor internacional
Gunilla Stein	33		Sueca		Terapeuta ocupacional
Kurt Isaksson	46	17	Sueco	Una niña y un niño	Pedagogo
Cecilia Valdéz	46		Chilena	Un hijo de la relación anterior y un hijo y una hija de la relación presente	Trabajadora Social
Gustavo Ferrer	39	5	Chileno	Un hijo y una hija en su relación anterior	Servicios técnicos
Marianne Ryman	47		Sueca	Dos hijos y una hija de la relación anterior	Pedagoga
Marcos Portal	40	9	Mexicano	Un hijo de la relación anterior	Productor de TV y Periodista
Karin Råberg	43		Americana (USA)	Un hijo y una hija de la relación anterior	Terapeuta





Bibliografía

- Aja, M. (1994). La relación de pareja: su representación social en un grupo de jóvenes cubanos. Trabajo de diploma Facultad de Psicología Universidad de la Habana.
- Alberoni, F (1986) *Innamoramento e amore*. Milano Garzanti.
- Andrieva, M. (1980). *Psicología social*. Moscú. Editorial de la Unir Estatal de Moscú.
- Archer, R. L., & Earle, W. B (1983). The interpersonal orientations of disclosure. In P. B. Paulus (Ed.), *Basic groups processes*. New York: Springer-Verlag.
- Bateson, G. (1972). *Steps to an ecology of mind*. New York: Ballantine Books.
- Broude G.J. (1987). The relationship of marital intimacy and aloofness to social environment: A hologetic study. *Behavioral Science research*, 21, 50-69.
- Chelune, G. J; Robison, J. T & Kommor, M. J. (1984) A cognitive interactional model of intimate relationships. In Derlega, Valerian (1984) *Communication, Intimacy, and Close Relationships*. Academic Press, INC, London.
- Darvishpour, Mehrdad (2000) *Metro*. Argång 3. Måndag 6 Mars 2000. Göteborg. Sweden.
- Deriché, Y. (1992). Caracterización sociológica de un grupo de parejas jóvenes al término de un año de vida marital. Trabajo de diploma Facultad de Psicología Universidad de la Habana.
- Derlega, Valerian (1984) *Communication, Intimacy, and Close Relationships*. Academic Press, INC, London.
- Derlega, V. J., & Grzelak, J (1979) Appropriateness of self-disclosure. In G. J. Chelune (Ed.), *Self-disclosure: Origins, patterns, and implications of openness in interpersonal relationships*. San Francisco. Jossey-Bass.
- Dilman, I (1998) *Love: Its forms, Dimensions and Paradoxes*. ST. Martin's Press, INC., NY.
- Estrada, L. (1982). *El ciclo Vital de la familia*. Seranto México.
- Freud, S (1949) *Three Essays on the Theory of Sexuality* (trans. James Strachey), London: The Alcuin Press.
- Fromm, E (1979) *The art of Loving*. London: Unwin Paperback.
- Giddens, A. (1992) *The transformation of Intimacy, Sexuality, Love, and Eroticism in modern societies*. Polity Press.
- González, José Manuel (2000). "Amor e intimidad en el Caribe Colombiano. Editorial Antillas. Barranquilla.





- Graff, E.J (1999) What is marriage for? Beacon Press. Boston.
- Harvey, K & shalom, C (1997) Language and Desire. Encoding sex, romance and intimacy. Routledge. London & NY.
- Hatfield, Elaine and Rapson, Richard, L (1996) Love and Sex: Cross-Cultural Perspectives. Allyn and Bacon. USA.
- Hinde, R. A (1981). The bases of a science of interpersonal relationships. In S. Duck & R. Gilmour (Eds), Personal relationships (Vol.1). New York: Academic Press.
- Hofstede, Geert (1991) Cultures and organizations. Software of the minds. Mc Graw-Hill Book Company. Europe. England.
- Hondagneu_Sotelo, P (1994) Gendered Transitions. University of California Press.
- Jackson, D., & Weaklan, J. (1961) Conjoint family therapy: Some considerations on technique and results. Psychiatry, 24, 30-45.
- Jourard, S. M. (1991) The transparent self. New York: Van Nostrand-Reinhold.
- Kelvin, P (1977) Predictability, power and vulnerability in interpersonal attraction. In S. Duck (Ed.), Theory and practice in interpersonal attraction. New York: Academic Press.
- Levinger, G., & Snoek, J. D. (1972). Attraction in relationship: A new look at interpersonal attraction. Morristown, NJ: General Learning Press.
- Lewis-Chung, W, V (1997) Ethnicity and Organizational Diversity. A study of Social Cognition and Psychological Climate Perception. University Press of America, INC.
- Minuchin, S. (1974) Families and family therapy. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Morton, T. L., & Douglas, M. A. (1981) Growth of relationships. In S. Duck & R. Gilmour (Eds) Personal relationships (Vol.2). New York: Academic Press.
- Månsson, Sven-Axel (1993). Cultural conflict and the Swedish social myth. The male immigrant's encounter with Swedish sexual and cohabitation culture. Greenwood Press. USA.
- Pérez, L. (1997) "Personalidad y vínculo. Su interrelación en la formación de pareja". Revista Latinoamericana de Sexología. Vol.2, No. 2, pag. 111-128.
- Pérez, L. (1998) "El amor: Presente y perspectivas en su estudio". En: Revista Psicogente, Año 2, No.2, diciembre, pag. 39-47.
- Perlmutter, M. S., & Hatfield, E. (1980). Intimacy, intentional metacommunication and second order change. American journal of Family Therapy, 8, 17-23.





- Prager, K .J (1995) *The Psychology of Intimacy*. The Guilford Press. NY.
- Rogers, C (1973) *Becoming partners: marriage and its alternatives*. London Constable
- Rosenblatt, P.C (1994) *Metaphors of Family Systems Theory*. The Guilford Press. NY.
- Sallinen-Kuparinen, A. (1986) *Finnish communication reticence. Perceptions and self-reported behavior*. University of Jyväskylä. Jyväskylä.
- Satir, V. (1967) *Conjoint family therapy (rev.ed)*. Palo Alto, CA: Science and Behavior Books.
- Simmons, P.H; Kolke, A.V & Shimizu, H. (1986) *Attitudes toward romantic love among American, German, and Japanese students*, *Journal of social Psychology*, 126. P.327-336.
- Stern, S & Cicala, J. A. (1991) *Creative ethnicity. Symbols and Strategies of Contemporary Ethnic Life*. Utah State University Press Logan. Utah.
- Sternberg, R.J (1998) *Cupid's Arrow. The course of Love through Time*. Cambridge. University Press
- Sternberg, R.J., (1988) *Triangulating love*. In R.J. Sternberg & M.L. Barnes (Eds), *The Psychology of Love* (pp. 119-138), New Haven, CT: Yale University Press.
- Sternberg, R.J., & Grajek, S. (1984). *The nature of love*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 312-329.
- Walster, E., Walster, G. W., & Berscheid, E. (1978). *Equity theory and research*. Boston: Allyn & Bacon.
- Waring, E. M., Tillman, M. P., Frelick, L., Russell, L., & Weisz, G. (1980). *Concepts of intimacy in the general population*. *Journal of nervous and mental disease*, 168, 471-474.
- Watzlawick, Paul and Weakland, John (1977) *The interactional view*. W. W. Norton & Company. NY. London.
- White, L.A (1959) *The evolution of culture: The development of civilization to the fall of Rome*. New York.

EL AMOR: PRESENTE Y PERSPECTIVAS EN SU ESTUDIO



Señores
FACULTAD DE PSICOLOGIA
UNIVERSIDAD SIMON BOLIVAR
Barranquilla

Apreciados Señores

Muchas gracias por el ejemplar que me enviaron. La calidad y la presentación de la revista es muy buena y concuerdan con la agradable imagen que me formé de la Universidad Simón Bolívar en el pasado congreso de psicología en Bogotá.

Les adjunto copia de un artículo sobre el amor, que resume lo que dije al respecto en Bogotá, para que estudien la posibilidad de publicarlo en esa prestigiosa revista.

Atentamente,
LENA PÉREZ NARANJO
Psicóloga
Universidad de la Habana, Cuba.

EL AMOR Presente y perspectivas en su estudio

POR LENA PÉREZ NARANJO

*Venid a dormir conmigo,
No haremos el amor, él nos hará
Ars Amandi.*

Desde la antigüedad, varios pensadores, artistas, científicos y hasta biólogos han tratado de entender y explicar cómo y por qué se siente amor. Otros han ido más allá tratando de desentrañar los componentes que conforman este sentimiento así como las reacciones asociadas al mismo.

Resulta que el amor se habla cotidianamente. Aquel que se ha sentido enamorado puede decir con certeza que ha pasado por lo mejor y lo peor, y aquel que no lo ha experimentado, de la vida ha perdido una parte.

Lo que si queda claro es que diariamente, se recibe en consulta psicológica personas solas y parejas

cuyo trastorno principal se lo achacan el amor, siendo esto la causa de disfunciones sexuales, estrés y en casos más graves hasta intentos de suicidio y homicidio.

Cuando se habla de amor, es de vital importancia para aquellas personas dedicadas a la práctica clínica, la orientación o la consejería en relaciones maritales y de pareja, tener claridad en la concepción sobre la cual apoyar el trabajo. Durante mucho tiempo ha reinado en el campo de los sentimientos amorosos cierta ambigüedad respecto al tema. Como se trata de la experiencia vivencial, lo sentido, escapa su análisis a cualquier razonamiento o explicación plausible quedando su comprensión en el campo de lo esotérico, abstracto y donde solo un lenguaje apartado de la ciencia es capaz de encontrar las palabras exactas que lo expliquen.

Sin embargo; en la actualidad existen múltiples teorías que no solo tratan de entender y explicar el amor, sino que también tratan de encontrar su esencia, aquello que lo compone, todo lo cual para el terapeuta es de vital importancia pues de esta manera su labor de orientador estará encaminada a que el otro pueda discernir entre un sentimiento pasajero o uno más perdurable y profundo.

Una vez esclarecida la cuestión, se podrán modificar creencias, mitos, ideas irracionales, valores, pautas de interacción, y enriquecer el mundo subjetivo de los sujetos propiciando cambios en la percepción de este sentimiento para que se experimente de un modo sano.

Al mismo tiempo, la persona que se beneficia con este tipo de orientación ganará claridad y comprensión en aquello que siente no dejándose arrastrar solo por las primeras impresiones, que aunque en un momento constituyen el punto de partida y de mayor ilusión e idealización de la persona elegida, no por eso debe pensarse que lo experimentado es lo definitivo.

El amor, al igual que todo proceso humano es un hacer que se construye en la interacción y atraviesa varias etapas, cada una de las cuales se vive de un modo particular e irreplicable. El amor recién estrenado y eufórico es bello, exalta el espíritu y

transmite para quienes lo experimentan gran vigor y energía, pero el amor consolidado, el conocido, brinda seguridad y confianza al tiempo que permite a la pareja desnudarse cada uno sin dobleces, mostrando su intimidad, sin temor al rechazo o la burla y si desde la comprensión y aceptación plena del otro.

Cuenta Platón, tratando de explicar el surgimiento del amor, que en los albores de la humanidad hombre y mujer formaron un solo ser, resultó que con el tiempo se hicieron seres perfectos al punto de no necesitar la ayuda de los dioses. Estos al ver la suficiencia de estos seres decidieron separarlos, y desde entonces hombre y mujer están condenados a buscar su otra parte complementaria para sentirse en total plenitud. También la Biblia nos habla de cómo Adán en el Jardín del Edén a pesar de estar rodeado de numerosos animales y plantas se sentía solo. Dios decide darle una compañía que fuera sangre de su sangre y carne de su carne, por lo que le hace caer en un sueño profundo y de una de sus costillas crea a la mujer y a partir de ese momento hombre y mujer se unen de por vida.

El padre del psicoanálisis, Sigmund Freud, plantea que el amor se origina en la sublimación de la sexualidad. El objeto amoroso es el medio para obtener la satisfacción de las pulsiones sexuales, apuntaladas en las de autoconservación. Es decir, amamos a la mujer que desempeña el papel materno o al hombre que nos recuerda el padre. Posteriormente Freud describió la elección narcisista del objeto basada en la relación del sujeto consigo mismo, donde amamos la imagen de lo que quisiéramos ser, o sea, del ideal del yo.

Otro seguidor del psicoanálisis, Erich Fromm (1981) propuso una teoría opuesta a la de Freud. Para Fromm el amor es un aprendizaje que se adquiere y no una actitud que se da a priori. El amor no sería entonces un sentimiento espontáneo ni se activa con el encuentro del objeto que se desea. Tampoco identifica el amor con el flechazo del primer momento ya que considera que este por sí solo no perdura. Amar sería un arte que demanda un esfuerzo el cual solo puede llevar a cabo la persona que desarrolla una orientación productiva en la vida. El amor es la respuesta madura del ser humano con respecto a la angustia, la vergüenza y la culpa, que le genera su conciencia de separación. Cuidado, responsabilidad, respeto y conocimiento son los ingredientes esenciales del amor y los que el individuo debe perfeccionar a lo largo de su existencia.

Posteriormente, otros seguidores del psicoanálisis consideran que "la capacidad de permanecer enamorado se puede describir como la adquisición de la habilidad para desarrollar empatía, de profundizar en la relación con uno mismo y con los otros, de valorar la responsabilidad para con él otro, al igual que el compromiso con los valores y las experiencias de una vida compartida" (Estrada, 1990). Ya el amor no es solamente la capacidad que uno desarrolla, sino que se incluye la relación con el otro como la mantenedora de lo que se siente.

Desde el punto de vista biológico se ha propuesto que "el enamoramiento en los seres humanos —entendido como aquel período en que una pareja inicia una relación y en la que ambos integrantes experimentan un estado físico y emocional "especial"— es semejante al estado eufórico (sensación de bienestar, disminución del apetito y de la necesidad de sueño, etc), que producen los agonistas noradrenérgicos como la amfetamina y sus derivados. Por tanto, el sustrato neuroquímico del enamoramiento pudiera ser una elevación en la concentración cerebral —principalmente al nivel del hipotálamo— de las aminas biológicas. La hipótesis parte del hecho de que los llamados "centros del placer" en el hipotálamo utilizan monoaminas para su comunicación y que el enamoramiento se parece, hablando en términos de la conducta, al comportamiento de autorreforzamiento continuo que tiene los animales con electrodos plantados en dichos centros. Estos animales pasan la mayor parte del tiempo ejecutando la conducta que produce la estimulación de estos centros, el animal deja de comer y dormir utilizando todas sus energías y su tiempo en estimularse con la presencia real o imaginaria de su pareja, también su apetito disminuye y su dormir se altera. (...) la administración crónica de anfetaminas produce un fenómeno de tolerancia, o sea, que para conservar el efecto placentero de la droga, la dosis debe incrementarse. En el caso de que sea imposible aumentar la dosis, desaparecen las manifestaciones conductuales de la intoxicación, es decir, la euforia. Es probable de que en el enamoramiento exista un fenómeno de tolerancia a las catecolaminas endógenas que se libera crónicamente al inicio de una relación más estable, cuyo sustrato neurobiológica tal vez radique en los sistemas de opiodes endógenos y otras hormonas como la oxitocina puesto que las monoaminas activan estos sistemas de neurotransmisión (Ortega y Brunner, 1994).

Todas estas investigaciones apuntan a la explicación del amor, en este caso a la fase de enamoramiento, basado en estudios sobre el sistema nervioso, las hormonas y su incidencia en el campo de los sentimientos. Aquí se intenta buscar los determinantes de la conducta humana haciendo hincapié en los elementos biológicos. Si bien estos estudios arrojan alguna luz sobre este particular, no debemos olvidar que la conducta humana es mucho más compleja y difícilmente puede encerrarse en la acción de los neurotransmisores sobre el sistema nervioso. Aunque consideremos estos estudios de gran utilidad debemos tener un enfoque multicausal en el análisis de estos complejos fenómenos.

También los conductistas y reflexólogos han aportado su grano de arena en torno a las explicaciones sobre el amor. Para ellos la base del amor estaría en una exposición continua o intermitente a un estímulo reforzante que hace que se incrementen la conducta de atracción. Albert y Bernice Lott (1974) basados en estos principios dicen que la atracción es una actitud positiva hacia otra persona, el querer es la respuesta anticipada a un logro, y la persona querida es alguien que actúa como reforzador directo o indirecto. Uno encuentra que los atributos de la otra persona son primariamente reforzadores, y debido a que la otra persona posee continuamente esos atributos, de la otra persona se convierte secundariamente en reforzadora. Así, uno puede llegar a querer a alguien no por lo que la persona es, sino porque uno experimenta refuerzos positivos en su presencia. Así también podemos llegar a no querer a personas que asociamos a circunstancias poco placenteras.

Detrás de esta explicación sobre la forma de enamorarse, descansan los principios de la teoría comportamental, en particular el condicionamiento clásico de Pavlov y el condicionamiento operante de Skinner.

Según Prada (1994) el amor es una disposición de ánimo en la que la entrega al otro, en la ternura, el respeto y la libertad, resulta esencial para la propia felicidad. Esta definición no se enreda en distinciones de sentimiento o emoción, insiste en lo esencial del darse, se afianza en la libertad del ser humano (no en el espontaneísmo) y deja abiertos los caminos de la autorrealización.

Aquí se aprecia el amor no como el sentimiento que únicamente nace de uno mismo hacia el otro, sino que se interpreta como una entrega total entregarse ciega y desinteresadamente con el

objetivo de que en la entrega se encuentra el camino de la autorrealización o lo que es lo mismo, el camino de ser un sujeto satisfecho de sí mismo consigo y con lo que hace.

Hasta ahora hemos visto el amor entendido como sublimación arte del que se requiere aprendizaje, habilidad para lograr empatía con uno mismo y con otro, también se ha entendido como reflejo condicionado y otros han tratado de hallar su explicación en el cuerpo humano a través de la acción de las hormonas en el organismo. Sin restar crédito a ninguna de estas explicaciones quizá pudiéramos pensar que para entender el amor ciertamente se requiere de un aprendizaje, que de este aprendizaje se dieran habilidades, en ocasiones expresadas como reflejo o como sublimación producto de necesidades inconscientes, y sin dudas, todo nuestro organismo es partícipe de lo que sentimos. Esta emocionalidad se refleja en todo el cuerpo y somos cómplices de las reacciones que experimentamos. Los psicólogos de concepción marxista también han realizado investigaciones sobre el tema tan complejo de las relaciones interpersonales y en particular refiriéndose al tema de las relaciones de pareja han tratado de encerrar en conceptos el fenómeno del amor entendiéndolo de la manera siguiente:

El amor es la vivencia positiva el sentimiento favorable de acercamiento de aproximación hacia el otro en la medida que las expectativas propias logran satisfacer en esa relación. Apunta hacia la necesidad de aproximación, de unión, de comunión, de entrega e identificación, de fuerte atracción física y espiritual. Se trata aquí de emociones estables y profundas. El amor, en tanto expresión libre, es una expresión de la individualidad. En el amor, los deseos, las emociones y sentimientos son en extremos dominantes. Supone simpatía, unión afectiva, sentir con el otro. Este sentimiento no sobreviene de manera repentina sino que deriva de una unión compleja, de un proceso de conformación de vínculo, no exento de escollos y vicisitudes (Fernández, 1994).

A partir de esta concepción encontramos que se introducen elementos nuevos y significativos al abordar este tema. Aquí el amor no solo se entiende como aquel sentimiento agradable vivenciado y construido individualmente, sino que es un resultado de la historia anterior del sujeto. No basta para la total explicación de este que se sienta desde lo personal, sino que para llegar a él es imprescindible

su construcción en la propia interacción, cuando dos seres se encuentran y comienzan la relación. No es algo que se da de antemano sino que se forma poco a poco. Y por último, pero no por ello menos significativo, es el hecho de que la construcción del amor debe ser un proceso estable, permanente, intencionado y en buena medida consciente que requiera del concurso de ambos miembros en la pareja.

El estudio del amor y sus múltiples explicaciones no tendría sentido si no tuviéramos también en cuenta el marco en el que se expresa. Es precisamente en la relación de pareja donde encuentra una de sus ocasiones se analizan como algo contradictorio que escapa a cualquier razonamiento.

Este autor propone elementos muy interesantes sobre los componentes del amor y realizada por Sternberg (1990) expresión de estos componentes dentro de la relación de pareja basándose en los modelos estructurales de la inteligencia. Propone una teoría triangular del amor en la que se distingue tres elementos esenciales de los vínculos amorosos: la intimidad, la pasión y la decisión-compromiso.

Sternberg (1990) considera varios factores que forman parte de la intimidad.

1. Deseo de promover el bienestar de la persona amada.
2. Sentimiento de felicidad junto a la persona amada.
3. Gran respeto por el ser amado.
4. Capacidad para contar con la persona amada en momentos de necesidad.
5. Entendimiento mutuo con la persona amada.
6. Entrega de uno mismo y de sus posesiones a la persona amada.
7. Recepción de apoyo emocional de la persona amada.
8. Entrega de apoyo emocional de la persona amada.
9. Comunicación íntima con la persona amada.
10. Valoración de la persona amada.

La intimidad es un factor importante para la perdurabilidad de las relaciones amorosas, aunque es difícil de lograr. Tiene una estrecha vinculación con la transparencia y la autorrevelación en la relación de pareja.

La intimidad en la pareja aparece lentamente hasta alcanzar una cima. Entonces se mezcla con la cotidianidad y la rutina, por lo que a veces no es claro ni para la pareja misma, si la intimidad ha desaparecido o si la estrecha vinculación amorosa

no permite su justo reconocimiento. Cuando ocurren situaciones inesperadas de separación repentina o un cambio brusco de ambiente este factor puede activarse generando una reacción positiva y de acercamiento frente al cambio.

La pasión es un componente que se relaciona con la expresión de necesidades y deseos, con cualquier forma de despertar psicofísico como la necesidad sexual, de pertenencia, sumisión, aceptación, etc., aunque la necesidad sexual es uno de los elementos más valiosos de la pasión, no debe restar crédito a otras necesidades imperantes. La pasión es poco estable y poco controlable por la conciencia mientras que su relevancia experiencial es muy alta.

Para Sternberg el estímulo que enciende la pasión tiene su fundamento en el aprendizaje de las relaciones con la familia de origen. La pasión evoluciona con mucha rapidez, alcanza su cima velozmente y luego declina. A la vez genera saturación o costumbre, que por un lado actúa como una fuerza opuesta a la pasión y por otro provoca un malestar y añoranza, al existir un rompimiento de la relación.

La decisión-compromiso es el componente más racional y se refiere a la decisión consciente de amar y el compromiso de mantener este amor. Los dos aspectos pueden presentarse juntos o separados, la decisión sin el compromiso como en la relación de amantes o el compromiso sin la decisión como en los matrimonios arreglados. Resulta fundamental en las relaciones de larga duración y permite la continuidad del vínculo amoroso a través de períodos de conflictos y desavenencias. La decisión y compromiso del amor puede surgir de una relación íntima o del despertar emocional entre dos individuos. La evaluación del componente decisión-compromiso se inicia gradualmente y va en aumento hasta estabilizarse. Está estrechamente ligado a los demás componentes.

Intimidad, pasión y decisión —compromiso— tendrían a conformar los tres vértices del triángulo y a partir de la combinación de cada uno de estos elementos, se puede realizar una tipología de los distintos tipos de amor. Cuando los tres elementos se conjugan en igual manera, dan lugar a lo que se conoce como amor maduro, un amor que aunque no carece de conflictos, le permite a cada miembro su bienestar dentro y fuera de la relación así como su crecimiento en pareja. Si bien cada relación conformada podemos— teniendo en cuenta las

características que presenta clasificarla y ubicarla partiendo de una tipología preestablecida, también es cierto que toda relación pasa desde el momento de su conformación por varias etapas, y en cada una de ellas el amor puede expresarse de modos diversos, lo cual varía teniendo en cuenta el tiempo que lleva la relación de conformada, el tipo de vínculo establecido y la historia anterior de los sujetos que la constituyen.

✓ Puede ser muy gratificante para los amantes, que cuando conforman la relación exista un máximo apego entre ambos, dedicados todo el tiempo el uno al otro, pero esta situación de ser casi como uno solo mantenida durante mucho tiempo, puede crear agobio, asfixia y sentirse ambos extenuados de tanto roce y cercanía permanente. Con esto quiero apuntar al hecho de que la relación, encontrar un equilibrio en el que cada componente se exprese en la medida satisfactoria para sí y para el otro, es algo bien difícil aunque no una utopía.

Un estudio reciente sobre los elementos necesarios para tener una relación satisfactoria plantea como factores esenciales el deseo-atracción, la admiración el humor, sintonía, la sensibilidad entrega, el respeto y la comunicación-honestidad (Riso 1996). Según Walter Riso psicología de formación cognitivo comportamental, el deseo-atracción sería la química que surge de modo espontáneo las ganas del otro porque si lo irracional sin que medie algún criterio o juicio al que pueda dársele explicación, un revuelo y desorganización del cual es partícipe todo el cuerpo. La satisfacción y saciedad solo es momentánea. Cuando se siente que el deseo se ha perdido, la pérdida es irrecuperable quedando para los más audaces la opción de volver a empezar.

La admiración vendría dada por el orgullo y fascinación que se siente al estar acompañado por alguien en el que se encuentran características que uno mismo valora y aprecia. Es la fuente de elogio al otro, sintiéndose admirado y saberse importante por quien se ama.

El humor-sintonía se refiere al hecho de coincidir en gustos y preferencias, no al cien por ciento ya que siempre pueden estar dadas por el aprendizaje y educación desde la infancia.

Cuando la pareja logra establecer una buena sintonía, los avatares cotidianos son más fáciles de resolver debido a que el modus operandi es similar en cada uno, sin tener que desgastarse en explicaciones. Cuando esto no ocurre el desgaste va ago-

tando la relación y el humor, la risa alegre, fácil, creativa que se comparte sería el puente más corto para lograr esta sintonía.

La sensibilidad-entrega es la preocupación por la pareja, es un grado de comprometimiento tal que se comparten alegrías y penas, al tiempo que se da de modo desinteresado cariño, apoyo y presencia, que el otro sienta que se puede contar con uno aunque en determinado momento no se compartan las mismas ideas y que uno está ahí, para lo que se necesite.

En el respeto se encierra el enaltecimiento a la vida, es tolerancia y reconocimiento de los derechos del otro, dejar que el otro desarrolle su propia individualidad y sea un ser independiente. El respeto es enemigo de las malas formas, ofensas, recriminaciones e ironía. Es un valor que se educa, se aprende y se cultiva toda la vida, y por último en la comunicación-honestidad, este autor hace especial énfasis en la manera de comunicar las emociones de forma asertiva, decir que lo que se siente y piensa de un modo adecuado, sin ofender aunque tal vez en ocasiones al otro no guste lo dicho.

Siempre la pareja apreciará la sinceridad y honestidad con que se refiera una idea, y es la base para propiciar un acuerdo común. Si bien es cierto que la asertividad tiene un papel importante dentro de la comunicación, cuando se habla de amor y de pareja considero también importante explicitar que dentro de esa comunicación, la transmisión de afecto e información debe hacerse en momentos precisos y oportunos, momentos en que el otro este más receptivo a cualquier señalamiento evitando en lo posible los malos entendidos y transmitiendo lo que se quiere decir de un modo claro, sin cabida a la ambivalencia o ambigüedad.

También considero importante destacar entre las cuestiones a tener en cuenta cuando se habla de desarrollar una consecuencia se necesita la presencia de ambos. En muchas ocasiones esto se interpreta como la tenencia de hijos, lo cual es evidentemente una de las cuestiones más compartidas que puede tener una pareja, pero la de identidad y pertenencia a un otro con quien se comparte la vida, cuando los hijos crecen y se marchan del hogar, tener cosas compartidas permite un reencontro cara a cara, y de la manera en que se afronte esta etapa permitirá la perdurabilidad de la relación.

Actualmente el compromiso amoroso ha disminuido su importancia en nuestra sociedad, ya que a veces el compromiso es mayor hacia el desarrollo

individual, y a desaparecer la relación íntima y pasional, el compromiso no es tan fuerte como para evitar la ruptura. Cada miembro de la pareja aspira a tener logros ya sea en la esfera profesional o en las relaciones interpersonales todo lo cual requiere esfuerzos y dedicación. De esta manera, áreas muy distintas a las de la relación de pareja van ganando espacio y tiempo, reduciendo el espacio que se le dedica a la relación. Sobreviene entonces el desencanto o la relación se convierte en un área inexplorada, en un terreno donde nada hay que hacer pues esta a la buena de Dios porque se considera lo sólido y lo ganado y aunque el compromiso se haya establecido. La falta de brisas nuevas o de frescura que toda relación necesita un buen día se descubre que han desaparecido. Comienza entonces el estancamiento y la rutina, condiciones estas que promueven situaciones vulnerables y conllevan en muchos casos a la separación.

El estudio del amor expresado en la relación de pareja, exige de un abordaje exhaustivo para su comprensión, desde la perspectiva social hasta el estudio clínico. Muchos han sido las ramas del saber, como se ha visto hasta aquí que tratan de buscar la quinta esencia del mismo, no obstante aún queda una pregunta que pude y requiere profun-

dizar de su explicación ¿qué es el amor? hemos realizado una mirada panorámica a algunas de sus explicaciones quedando la posibilidad de la continuación de su estudio a través de la ciencia y por nuestra propia experiencia.

REFERENCIAS

- ESTRADA, Lauro. 1990 Para entender el amor. México. Ediciones Grijalbo.
- FERNANDEZ, Lourdes. 1994. Relaciones de pareja y personalidad. Tesis de Doctorado. Facultad de Psicología. Universidad de la Habana.
- FROMM, Erick. 1981. El arte de amar. Barcelona. Paidós Studios.
- LOTT, A. y LOTT, B. E. 1974. The rol of reward in the formation of positive interpesonal attitudes. En Ti Houston. Foundations of interpersonal Attration. ORTEGA, H. Y BRUNNER, E. 1994. Cit. Antología de la sexualidad humana. México.
- PRADA RAMIREZ, R. 1994. Sexualidad y amor. Santa Fe de Bogotá. Ediciones San Pablo.
- RISO, W. 1996. Deshojando margaritas. Acerca del amor tradicional y otras malas costumbres. Santa Fe de Bogotá. Editorial Norma.
- STERBERG, J. 1990. El triángulo del amor. Barcelona. Paidós Ediciones.

“América, a pesar de su gloriosa independencia, camina con los ojos vendados sobre las huellas de la cultura europea; en América no alienta un pensamiento propio, nada original, nada característico. Su filosofía remeda formas vetustas, ha llegado ya el momento de formular la declaración de una segunda independencia, la independencia intelectual y crear la cultura Americana”

Andrés Bello