

**ROSAS Y ESPINAS EN LAS RELACIONES DE PAREJAS DE NOVIOS:
AMOR, EXPECTATIVAS Y PROBLEMAS
ROSES AND THORNS IN ROMANTIC RELATIONSHIPS:
LOVE, EXPECTATIONS, AND PROBLEMS**

Ana Isabel Isidro de Pedro
Isaac Peñil Fernández
Universidad de Salamanca
anyis@usal.es

<http://dx.doi.org/10.17060/ijodaep.2014.n1.v3.516>

Fecha de Recepción: 12 Febrero 2014
Fecha de Admisión: 30 Marzo 2014

ABSTRACT

The intimate relationships have a great value in the life of the persons and, for most of them, to find and to maintain a stable couple relation, well-established and happy continue to be occupying a preponderant role in his/her "ideal" of life (to short, half or long-term), while either his absence or failure is frequently detected as a negative or stressful condition that affects the life of their protagonists. The present work deals with a psychosocial approximation to the study of the sentimental relations in youngster's couples that are not yet living together neither they have done it in the past. In this phase it is accustomed to give rise the germ of future-conflicts and the couple behaviour patterns become established to be perpetuated and to constitute the guideline or the posterior relation model for it. Thus the way to understand love, the couple relationship, the conflict and the management skill to solve it, will be analyzed.

Keywords: Romantic relationships, Love, Conflict

RESUMEN

Las relaciones íntimas tienen un gran valor en la vida de las personas y, para la mayor parte, encontrar y mantener una relación de pareja estable, consolidada y feliz sigue ocupando un papel preponderante en su "ideal" de vida (a corto, medio o largo plazo), mientras que su ausencia o fracaso es frecuentemente percibida como una condición negativa o estresante que mediatiza la vida de sus protagonistas. El presente trabajo pretende una aproximación psicosocial al estudio de las relaciones sentimentales en parejas jóvenes que aún no conviven juntas ni lo han hecho en el pasado, es decir, lo que popularmente se denomina pareja de novios. Es en esta fase cuando suele fraguarse el germen de futuros conflictos y cuando se establecen los patrones de comportamiento de

ROSAS Y ESPINAS EN LAS RELACIONES DE PAREJAS DE NOVIOS: AMOR, EXPECTATIVAS Y PROBLEMAS

ROSES AND THORNS IN ROMANTIC RELATIONSHIPS: LOVE, EXPECTATIONS, AND PROBLEMS

pareja que tenderán a perpetuarse en el tiempo y a constituir la pauta o modelo de relación posterior entre ambos. Así se analizará la forma de entender el amor y la relación de pareja, el conflicto y las estrategias y habilidades exhibidas para resolverlo.

Palabras clave: Relaciones de pareja, amor, conflicto

ANTECEDENTES

Las relaciones íntimas tienen un gran valor en la vida de los seres humanos y, es lícito pensar que la ausencia o el deterioro de tales relaciones se perciba como una condición indeseable llegando, frecuentemente, a afectar el bienestar físico, psicológico y social de quienes se encuentran en tal situación (Lin, 1986; Sarason y Sarason, 1984, citado en Expósito y Moya, 2000) y una buena manera de evitar –o, al menos, paliar– los conflictos en la pareja es pertrechar a sus miembros de los conocimientos y habilidades que les permitan identificar y analizar la situación con la mayor objetividad y rigor de que sean capaces.

Parece lógico pensar que los problemas y las dificultades no comienzan con la convivencia marital, sino que son, en gran parte, un lastre atado en los antecedentes de cada pareja y en la socialización como sujetos individuales y, sin embargo, en la literatura científica (que acostumbra a asentarse en relaciones maritales ya constituidas y consolidadas o bien en parejas rotas y los motivos de su ruptura) no encontramos estudios basados en parejas jóvenes que aún no viven juntas, ni lo han hecho nunca.

Nosotros consideramos que es en esa fase de noviazgo cuando se establecen las expectativas, los patrones de comportamiento de pareja y las estrategias de gestión de conflictos –más o menos eficaces– que se perpetuarán en el tiempo, constituirán la pauta o modelo de relación entre ambos y se arrastrarán a la posterior relación marital consolidada. Esto es, la pareja que viene acarreado desde el noviazgo problemas de desconfianza, celos, pobre o inadecuada comunicación, escasas habilidades sociales, etc., éstos continuarán y se incrementarán al añadirsele, una vez que den el paso de convivir, otros más, propios de la convivencia (domésticos, reparto de tareas, económicos o relacionados con los hijos o con las respectivas familias).

La primera parte del trabajo hace referencia a las relaciones de pareja y al amor, el cual se va construyendo y va pasando por unas fases o estadios que no están perfectamente definidos ni apoyados en una ciencia exacta, pero que se dan con regularidad. La atracción interpersonal es el primer escalón, siendo la proximidad y la atracción física los factores principales que lo determinan. Consideramos que también debería estar reflejada, como otra variable importante, la competencia. A este respecto, Aronson (1999) defiende que las personas buscamos gente competente porque queremos estar en lo cierto y una forma de conseguirlo es rodeándonos de personas capaces y competentes, señalando la competencia como uno de los factores fundamentales para la construcción de una relación.

Para entender mejor el concepto del amor, nos apoyaremos en las teorías más extendidas sobre el mismo, propuestas por Sternberg (1986) y por su homólogo Lee (1977). En el caso del “triángulo del amor” de Sternberg, una de sus investigaciones apunta que “en las relaciones de pareja participan, aparentemente, solo dos personas; sin embargo, (...) dos intrusos forman parte permanente de esta relación: los ideales de pareja de cada uno de los miembros” (p. 162).

Por su parte, la investigación llevada a cabo por Ferrer, Bosh, Navarro, Ramis y García-Buades (2008), centrada en los “estilos de amor” de Lee, aporta mediante interesantes argumentos –apoyados en la Teoría de la Socialización Diferencial– la hipótesis de que el tipo de amor podría estar relacionado con la violencia de género.

La segunda parte de nuestro trabajo se centra en el conflicto de pareja. Indefectiblemente, los conflictos forman parte de las relaciones humanas y no saber gestionarlos o resolverlos puede lle-

var a un empobrecimiento, deterioro e incluso ruptura –en ocasiones traumática– de las mismas (Isidro, 2012). Así, abordaremos los conflictos más acuciantes que se manifiestan en dichas relaciones de pareja.

Entendemos los celos como una emoción que surge ante la sospecha, real o imaginaria, de amenaza a una relación que consideramos valiosa (García-Leiva, Gómez-Jacinto y Canto Ortiz, 2001) y que podría poner fin a ésta o, peor aún, someter a personas a una vida de violencia porque son utilizados frecuentemente como justificación de agresiones. Así, el mito romántico de los celos los considera requisito indispensable de un “verdadero” amor, lo que supone un grave problema en el ámbito de la violencia contra las mujeres al remitir al terreno de los sentimientos algo que no es más que una forma de poder y dominación y que se convierte en una estrategia de control más (Ferrer, Bosch, Navarro y Ferreiro, 2010). Ha de destacarse, también, el importante papel que desempeña la infidelidad –real o imaginada– en muchos de estos casos, puesto que puede ser la consecuencia o precedente de los celos.

Prosiguiendo con los distintos tipos de conflictos, nos centramos en los problemas que surgen dentro de la relación debidos a desajustes que permanecen sin resolver, bien por falta de habilidad en gestionar conflictos (Boyle y Vivian, 1996; Cohan y Bradbury, 1997) o por el uso de estrategias simples y/o erróneas (Shackelford y Buss, 1997). Como define Pareja-Fernández (2007), “el conflicto en sí mismo no es bueno ni malo sino que son los mecanismos, estrategias y recursos que se usen para manejarlo lo que determinará su signo” (p. 3).

Finalmente, formulamos una propuesta de intervención efectiva, la mediación, siendo ésta entendida como un proceso de resolución de conflictos entre dos partes enfrentadas, a través de un tercero imparcial: el mediador. Porque, como aseveran Pruitt y Carnevale (1993, citado en Serrano, 2008), la mediación resulta muy eficaz cuando el nivel de conflictividad es moderado o bajo, cosa que suele ocurrir en estas parejas. Así, consideramos la posibilidad de hacer uso de la mediación durante el noviazgo, para ayudar a las parejas en problemas que puedan ir surgiendo, pertrechándolas de habilidades para afrontarlos eficazmente y para que sean capaces de llegar a prevenirlos y anticiparse, facilitando el inicio de la convivencia y su evolución. Es decir, educar y formar, a través de la mediación, a las nuevas parejas.

OBJETIVOS

Como se ha referido, consideramos particularmente interesante el periodo de noviazgo, ya que es ahí cuando suele fraguarse el germen de futuros conflictos y cuando se establecen los patrones de comportamiento de pareja que tenderán a perpetuarse en el tiempo y a constituir la pauta o el modelo de relación posterior entre ambos.

Por ello, nuestra investigación persigue los siguientes objetivos fundamentales:

- Analizar la forma de entender el amor y la relación en una muestra de dichas parejas.
- Analizar los conflictos que sufren.
- Analizar las estrategias y habilidades que exhiben para resolver sus conflictos.

PARTICIPANTES

Para la elaboración de este estudio han participado, voluntariamente, 10 parejas heterosexuales que aún no viven juntas ni lo han hecho en el pasado. Constituyen un total de 20 sujetos, con edades que oscilan entre los 20 y los 25 años, ($=22,25$). La media de edad, diferenciando hombres y mujeres, es de 22,5 años en los hombres y 22 años en las mujeres. Por su parte, el tiempo medio de duración de la relación se acerca a los 2,6 años.

MÉTODO

Diseñamos una investigación de tipo explorativo-descriptivo, desde un enfoque cualitativo.

Se utilizó como instrumento de recolección de información, la técnica de la entrevista semi-estructurada –incluyendo preguntas cerradas y abiertas y escalas tipo Likert–, así como los datos descriptivos de las parejas, solicitados para elaborar la entrevista (edad, sexo, tiempo de duración de la relación de pareja...). Ésta consta de 17 preguntas, divididas en tres bloques.

El primer bloque indaga en las relaciones de pareja y el amor, el segundo en el conflicto de pareja y el tercero en las estrategias de resolución de conflictos.

La construcción de la entrevista se llevó a efecto a partir de información extraída de diversos estudios analizados, en la mayoría de los casos con parejas casadas y que conviven juntas, observando los conflictos más repetidos y acuciantes que les afectan y que, por extensión, podrían afectar a parejas no casadas y que no conviven ni han convivido juntas. También se han tenido en cuenta teorías consolidadas como, por ejemplo, “el triángulo del amor” de Sternberg (1988), así como ítems utilizados en cuestionarios relacionados con la temática, por ejemplo, “la escala de patrones de comunicación” de Christensen y Sullaway (1984, citado en Montes-Bergues, 2009).

Previamente a las entrevistas pertinentes, se proporcionó información sobre la finalidad de la investigación y las características de la entrevista para asegurar la confianza y sinceridad de los sujetos.

Una vez efectuadas y estructuradas las entrevistas, se pasó a separarlas en dos bloques, el primero con los hombres y el segundo con las mujeres. A continuación, se unió cada entrevista del primer bloque con su correspondiente del segundo bloque, identificando cada par de entrevistas con una letra (A-B-C...), para diferenciar las parejas (pareja-A, pareja-B...) preservando el anonimato y la confidencialidad.

RESULTADOS

Para analizar los resultados se siguió la estructura reseñada, comenzando con la primera cuestión: **la relación de pareja y el amor**.

Los resultados de las características más importantes a considerar en una pareja, demuestran que, para ambos sexos, la cualidad más relevante es la simpatía, con porcentajes del 100% en las mujeres y del 60% en los hombres. La muestra estudiada evidencia que existe una alta preocupación por el atractivo físico, puesto que el 70% de los hombres y el 60% de las mujeres así lo explicitan, con una media de 7,86 y 6,4 puntos, respectivamente, en una escala de 1 a 10. Además, el restante 30% de los hombres valoró dicha característica con una media de 7 puntos. Como dato curioso, destacar que el 50% de los varones señalaron como característica principal la fidelidad de la pareja. Respecto a la competencia, la cual Aronson (1999) señalaba como uno de los factores fundamentales para la construcción de una relación, los resultados avalan su importancia, pues las mujeres le otorgaron una puntuación media de 6,7 puntos y los hombres de 6,4 puntos.

Siguiendo con este bloque, procedimos a analizar los tipos de amor de Sternberg (1988), ciñéndonos a su Teoría del triángulo del amor. Para ello, los participantes tuvieron que señalar qué componente/s (intimidad, pasión y compromiso) se dan con mayor fuerza en su relación.

Para los hombres, el amor que más se repite es el “cariño” (30%), entendido como una verdadera amistad, sin compromiso ni pasión. Los siguientes tipos son el “amor fatuo” (20%), definido como el amor pasional que, con el tiempo, suele desaparecer y/o convertirse en otro tipo y el “amor consumado” (20%), interpretado como el amor completo, donde se conjugan los tres componentes.

En las mujeres es el “amor consumado” el que es más repetido (30%), seguido del “amor romántico” (20%), donde aún no existe ningún compromiso.

Y tan solo una pareja coincide entre sí en análisis de su relación, indicando el mismo tipo de amor, “amor consumado”.

Una vez vistos los tipos de amor procedimos a relacionarlos con los ideales de cada miembro de la pareja. Así, encontramos que en un 50% tanto de hombres como de mujeres coincide su relación actual (según ellos y ellas la perciben) con sus ideales de pareja.

Para cerrar este bloque, se propuso a cada sujeto que mostrara si se consideraba distinto, similar o complementario a su pareja y en qué grado, a través de una escala tipo Likert.

En primer lugar, diferenciando por sexos, encontramos los siguientes resultados:

Figura 1. Percepción de similitud, complementariedad o diferencia con la pareja en hombres.

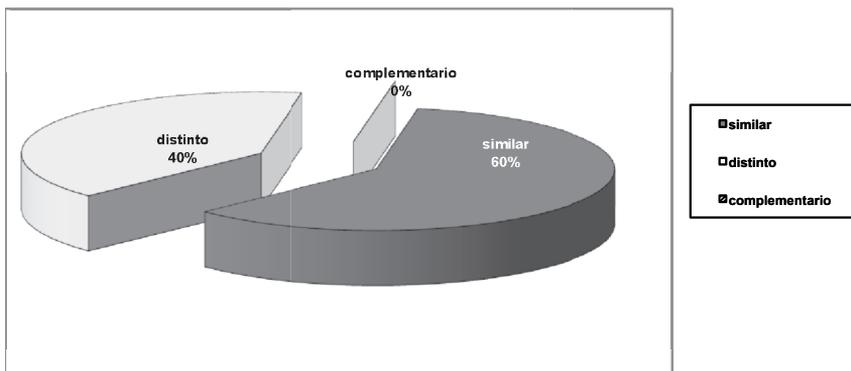
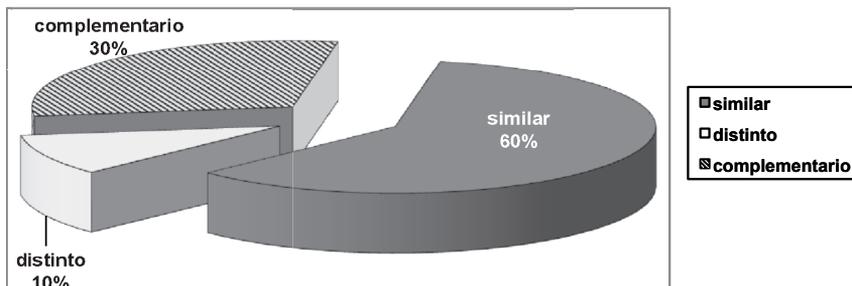


Figura 2. Percepción de similitud, complementariedad o diferencia con la pareja en mujeres.



Ahondando más en los datos, reparamos que en el 60% de las parejas coinciden ambos miembros en que su respectivo es “similar”. Además, tienen una media alta respecto al valor de similitud que consideran poseer (=7,75 puntos). No obstante, las demás parejas no coinciden: ellos consideran “distintas” a sus chicas y ellas, fundamentalmente, “complementarios” a sus chicos.

Entremos ahora a evaluar las respuestas obtenidas respecto al segundo bloque: **el conflicto**. Para comenzar, los participantes tuvieron que valorar cómo se consideraban a sí mismos, si dependientes o independientes, y de quién se consideraban más dependientes.

Los resultados encontrados mostraron que un 30% de los sujetos se considera dependiente, manifestándose la mitad dependientes de la familia y amigos y la otra mitad de la pareja. No obs-

ROSAS Y ESPINAS EN LAS RELACIONES DE PAREJAS DE NOVIOS: AMOR, EXPECTATIVAS Y PROBLEMAS ROSES AND THORNS IN ROMANTIC RELATIONSHIPS: LOVE, EXPECTATIONS, AND PROBLEMS

tante, de las personas que se identificaron como independientes (70%), el 30% se considera más dependiente de su pareja. Es decir, que del total de participantes, se consideraron dependientes un 50% de los entrevistados, siendo ligeramente superior la cifra en las mujeres (60%) que en los hombres (50%). Cabe remarcar que un 35% se consideró dependiente de los padres, vinculándolo generalmente al sustento económico.

Siendo conscientes de la importancia que tiene en el amor la dependencia de la pareja, es momento de valorar “el mito de los celos”: la creencia de que son una condición esencial de un verdadero amor. Para analizarlo, se realizó, en primer lugar, una pregunta que animaba a los sujetos a meditar sobre si padecer un sentimiento celoso era una muestra de afecto hacia su pareja.

En esta ocasión analizamos la puntuación de cómo se consideraban de celosos/as; siendo la media total de mujeres 5,6 puntos, con una desviación típica de 1,96, y la de hombres 4,6 puntos, con una desviación típica de 2,56. Igualmente, analizamos si consideraban los celos como muestra de amor, afirmándolo así el 60% de los hombres y el 50% de las mujeres (pero la mayor parte de éstas coinciden en que su exceso genera desconfianza e inseguridad). Cabe destacar que las mujeres que contestaron en contra de este mito, lo hicieron con más contundencia que las que se posicionaban a favor.

Solo una pareja discrepó respecto al mito de los celos, ella no está de acuerdo y él sí. En todas las demás ambos miembros piensan de la misma manera (concordando con el mito -50%- o discrepando -40%-).

Uno de los temas que, según Martínez-Sanz (2010), aparece con mayor frecuencia en las relaciones de pareja gira alrededor de la individualidad de la persona. Al respecto, se preguntó si se toman con alegría lo que alegra a su pareja cuando ésta lo vive con otras personas. Los resultados muestran que el 100% de las mujeres y el 70% de los hombres sí se alegra. El restante 30% de hombres discrepa, generalmente dicen alegrarse pero lo matizan añadiendo: “depende de con quién sea vivido y de la forma en que sea vivido” y otro, más rotundo, asevera: “no, porque me gustaría que fuera conmigo”. Es de destacar que estos sujetos obtuvieron un valor medio de 7 puntos respecto a cómo se consideraban de celosos.

Para terminar con este bloque, pasamos a analizar cómo afectaría una hipotética infidelidad a la pareja, teniendo que elegir cuál considerarían menos mala: si una infidelidad emocional o una sexual.

Los resultados mostraron que los hombres dicen sufrir más por una hipotética infidelidad sexual (60%) y las mujeres por la emocional (90%). Solo un 30% de los varones se inclinó por la infidelidad emocional y uno dio la misma importancia a la emocional que a la sexual. En cambio, vemos que las mujeres consideran la emocional como la infidelidad con la que más sufrirían, solo una señaló la sexual.

Finalmente, concluimos analizando *las estrategias de resolución de conflictos*, entendidas desde la manifestación de habilidades sociales, de comunicación, etc. por parte de los participantes.

Para comenzar, se realizó una doble pregunta cerrada donde los sujetos tenían que señalar con qué técnica de resolución de conflictos se identifican más y de qué forma, habitualmente, suele terminar una discusión con su pareja.

El 50% de ambos sexos dijo utilizar una técnica constructiva a la hora de manejar los problemas mientras que el 30% de los hombres y 20% de las mujeres apuntó hacia técnicas de evitación del problema. Con respecto a la segunda cuestión, el 40% de los hombres y 50% de las mujeres refirió el uso de técnicas de comunicación constructiva: “entendimiento mutuo”. El 30% de los hombres señaló: “tú te sientes culpable, tu pareja se siente herida”. Éste es un ítem complementario que solo en dos parejas las respuestas de ella fueron concordantes con las de él: “él se siente culpable,

tú te sientes herida”. Un nada desdeñable 40% de mujeres señalaron usar estrategias de acomodación, cediendo ante su pareja.

La siguiente cuestión, íntimamente relacionada con las anteriores, pedía a los sujetos señalar, en una escala de 1 a 10, con qué frecuencia animan a su pareja a expresar sus sentimientos, ya sean positivos o negativos. En este caso, tanto hombres como mujeres puntuaron alto. Los hombres obtuvieron una media de 7,3 puntos y las mujeres de 8,7 puntos.

A continuación, se incitaba a los sujetos a expresar si creían que a su pareja le cuesta expresar sentimientos y porqué lo creían. Al contrario que en otras investigaciones (todas ellas centradas en parejas ya consolidadas) encontramos que más de la mitad de los entrevistados (60%) no expresó dificultad a este respecto. El 40% sí manifestó que su pareja tiene dificultades para transmitirle y comunicarle sus sentimientos, achacándolo a diferentes motivos.

La siguiente pregunta la construimos a partir de una declaración de la investigación realizada por Baillo, Larumbe, Ramos y Serrano (1995), la cual sostenía que los sujetos varones estuvieron de acuerdo en expresar que “se ven obligados a asumir como propios los problemas de su pareja” (p. 627). En nuestra muestra, el 60% de los hombres confesaron sentirse obligados a asumir los problemas de su pareja. De ellos, a un 40% le disgusta hacerlo y solo a un 20% le agrada. En cambio, en las féminas, el 60% no se veían obligadas a asumir como propios los problemas de su pareja y el 40% sí lo cree. Pero todas coinciden en que es fundamental, como pareja, compartir los problemas y por ello les agrada.

Por último, se consultó a los sujetos si les gustaría compartir, algún día, la vida con su pareja actual (matrimonio, pareja de hecho, hijos, etc.) y, si así fuera, qué dificultades les impiden u obstaculizan hacerlo. Respondieron afirmativamente el 90% y las dificultades más repetidas fueron: “el trabajo”; “la edad”; y “la situación económica actual”.

CONCLUSIONES

Cierto es que los condicionantes sociales, económicos, culturales, familiares, etc. actuales no impelen de manera inexorable al matrimonio (pareja de hecho, etc.) pero también es cierto que, para la mayor parte de las personas, encontrar y mantener una relación de pareja estable, consolidada y feliz sigue ocupando el papel preponderante en su ideal de vida.

Los resultados de este trabajo nos indican que las desavenencias, los problemas, los obstáculos y las dificultades de pareja no comienzan con la convivencia, sino que vienen ya prescritos en los antecedentes de cada pareja y en nuestra socialización como sujetos individuales. Así, se muestra la fuerza de los celos y de la amenaza percibida de pérdida o de potencial infidelidad como un hecho importante a este respecto.

Uno de los objetivos era sondear los conflictos en las relaciones amorosas de parejas jóvenes sin experiencia en convivencia en común. Los hallazgos muestran que, efectivamente, el conflicto existe y se genera y desarrolla con un guión muy parecido al de las familias ya constituidas y asentadas. A partir de las respuestas emitidas, cabe señalar que el miedo hacia una potencial infidelidad muestra la inseguridad, la desconfianza, el mal hacer de los celos y todos aquellos síntomas que giran alrededor de esta quimera.

Otro de los grandes problemas radica en la comunicación, que es fundamental para mantener y consolidar una relación, al igual que el uso de habilidades, estrategias y técnicas saludables. En esta investigación hemos podido ver que existe un claro porcentaje de personas con unas deficientes técnicas de comunicación y exiguas habilidades, las cuales pueden entorpecer, dificultar o, incluso, acabar con la relación. Por ello es fundamental trabajar con las personas para capacitarlas y dotarlas de herramientas eficaces e instrumentos que sirvan de ayuda para entablar y mantener una convivencia armónica, superando los inevitables conflictos que surjan en la relación.

ROSAS Y ESPINAS EN LAS RELACIONES DE PAREJAS DE NOVIOS: AMOR, EXPECTATIVAS Y PROBLEMAS ROSES AND THORNS IN ROMANTIC RELATIONSHIPS: LOVE, EXPECTATIONS, AND PROBLEMS

A lo largo del trabajo hemos podido comprobar que el conflicto existe y puede que esta primera fase de noviazgo (que nosotros consideramos particularmente interesante, por asentarse en ella los cimientos de los patrones interactivos y de comportamiento mutuo que tenderán a perpetuarse con el tiempo y a constituir la pauta o modelo de relación entre ambos) sea la cuna que alimente futuros comportamientos inadaptados y violentos.

Otra cuestión en liza en este trabajo aludía a la ocasional similitud –o no– entre los conflictos de las parejas maritales y los conflictos de las parejas jóvenes.

Las parejas maritales frecuentemente refieren conflictos generados por situaciones que en las parejas de novios no se producen: son los conflictos de carácter doméstico (reparto de tareas, economía, hijos, respectivas familias, etc.). Dejando al margen éstos, los problemas que más dicen sufrir las parejas maritales responden a los celos, las infidelidades, la pobre o inadecuada comunicación y las escasas habilidades sociales. Todos ellos reafirmados, en mayor o menor medida, por nuestros participantes. Es decir, en una pareja que viene arrastrando desde hace años problemas de comunicación, celos, desconfianza..., éstos continuarán y se incrementarán al llegar otros problemas generados por la convivencia cotidiana.

Responda o no a este proceso, una solución o una forma de mitigar los conflictos, es formar y capacitar a las personas para que sepan lidiar eficazmente con los problemas propios de la convivencia, previniendo las asperezas que de ella emanan y gestionando adecuadamente los problemas que ya vienen de antemano. La mediación, a lo largo de los últimos años, ha pasado de ser, casi exclusivamente, una forma alternativa de resolver conflictos a ofrecer una compleja y completa filosofía, aunque aún queda mucho por hacer, muchas facetas que cubrir y muchos ámbitos a los que llegar. Consideramos de gran relevancia la figura del mediador, sobre todo en los casos de orientación más que de gestión judicial. Debe ser un profesional capacitado, creativo, empático, neutral e imparcial que sepa buscar siempre alternativas satisfactorias para ambos miembros de la relación y no centrarse únicamente en los aspectos legales. Una necesidad es capacitar a los mediadores para que, con su ser y saber, riguroso y profesional, transmitan el modelo, capaciten a las personas, las preparen y las doten y pertrechen de habilidades y técnicas efectivas para afrontar eficazmente las desavenencias, problemas y conflictos de pareja.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aronson, E. (1999). *El animal social*. Madrid: Alianza Editorial.
- Baillo, M.; Larumbe, M. A.; Ramos, T y Serrano P. (1995). Las relaciones interpersonales: El conflicto en la pareja. En J. C. Sánchez, A. M. Ullán (Comps.) *Procesos Psicosociales Básicos y Grupales* (pp. 621-636). Salamanca: Eudema.
- Boyle, D. J. y Vivian, D. (1996). Generalized versus spouse specific anger-hostility and men's violence against intimates. *Violence and Victims*, 11, 293-317.
- Christensen, A. y Sullabay, M. (1984). *Communication Patterns Questionnaire*. Unpublished questionnaire. University of California: L.A.
- Cohan, C. L. y Bradbury, T. N. (1997). Negative life events, marital interaction, and the longitudinal course of newlywed marriage. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 114-128.
- Expósito, F. y Moya, M. (2000). *Percepción de la Soledad*. Granada: Facultad de Psicología, Universidad de Granada.
- Ferrer, V. A.; Bosh, E.; Navarro, C.; Ramis, M. C. y García-Buades, E. (2008). *El concepto de amor en España*. Palma de Mallorca: Universidad de las Islas Baleares.
- Ferrer, V. A.; Bosh, E.; Navarro, C. y Ferreiro, V. (2010). El mito romántico de los celos y su aceptación en la sociedad española actual. *Apuntes de Psicología*, 28 (3), 391-402.
- García-Leiva, P.; Gómez-Jacinto, L. y Canto Ortiz, J. M. (2001). Reacción de celos ante una infidelidad.

- dad: Diferencias entre hombre y mujeres y características del rival. *Psicothema*, 13 (4), 611-616.
- Isidro, A. I. (2012). Apuntes de Conflicto Psicosocial y Mediación. Inédito
- Lee, J. A. (1976). *The colors of love*. Englewood Cliffs: Prentice-Hall.
- Lin, N. (1986). Modeling the effects of social support. En N. Lin Dean y W. Ensels (Eds.) *Social support, life events, and depression* (pp. 173-212). Orlando: Academic-Press.
- Martínez-Sanz, R. (2010). Claves para la intervención psicoterapéutica en la pareja. *Revista Información Psicológica*, (98), 33-41.
- Montes-Bergues, B. (2009). Patrones de comunicación, diferenciación y satisfacción en la relación de pareja: Validación y análisis de estas escalas en muestras españolas. *Anales de Psicología*, 25 (2), 288-298.
- Pareja-Fernández, J. A. (2007). Conflicto, comunicación y liderazgo escolar: Los vértices de un triángulo equilátero. *Profesorado: Revista de Curriculum y Formación del Profesorado*. Granada: Universidad de Granada.
- Pruitt, D. y Carnevale, P. (1993). *Negotiation in Social Conflicts*. Open-University Press. Buckingham.
- Sarason, I. G. y Sarason, B. R. (1984). Life Changes, moderators of stress and health. En A. Braun; S.E. Taylor y J.E. Singer (Eds.) *Handbook of Psychology and Health*. New-Jersey: Hillsdale.
- Serrano, G. (2008). Eficacia y Mediación Familiar. *Boletín de Psicología*, 92, 51-63.
- Shackelford, T. K. y Buss, D. M. (1997). Spousal esteem. *Journal of Family Psychology*, 11, 478-488.
- Sternberg, R. J. (1988). *The triangle of love*. Nueva York: Basic Books.

