
Artículo original

Programa de intervención psicosocial para potenciar el vínculo amoroso desarrollador en parejas jóvenes

Program of psychosocial intervention to develop the improving loving bond in young couples

Juan Carlos Vázquez Pérez,* Carlos Joaquín Blanco Colunga**

* Licenciado en Psicología. Máster en Intervención Psicosocial. Profesor asistente, Policlínico Mártires de Manatí, Las Tunas, Cuba.

** Licenciado en Psicología. Máster en Intervención Psicosocial. Profesor asistente, Departamento de Psicología, Universidad de Oriente, Santiago de Cuba, Cuba.

Policlínico Mártires de Manatí (Las Tunas), Universidad de Oriente (Santiago de Cuba)

E-MAILS: jcarlos@ltu.sld.cu; carlosj@uo.edu.cu

RESUMEN

La presente investigación fue realizada en el municipio de Manatí, provincia de Las Tunas, durante los meses de enero a octubre de 2016. Partió de la necesidad de trabajar y comprender la pareja como un espacio vincular, enfoque ausente en la mayoría de los estudios realizados sobre el tema, pues se enfatiza el aspecto personalógico de los miembros que integran el vínculo y se resuelven problemáticas existentes fundamentalmente relacionadas con cuestiones de la salud sexual y reproductiva, estos últimos en estudios de corte interventivo. *Objetivo.* Diseñar un programa de intervención psicosocial encaminado a potenciar el vínculo amoroso desarrollador en parejas de jóvenes heterosexuales. *Metodología.* Se asumió la metodología cualitativa para llevar a cabo el estudio, y de esta el método etnometodológico para llevar adelante la estrategia de estudio de casos múltiples, empleando técnicas como la entrevista en profundidad, el escudo de la pareja y el grupo de discusión. Se estudiaron tres parejas de jóvenes heterosexuales, en las que afloraron malestares y disfunciones tomados como punto de partida con el fin de elaborar el programa de intervención con un enfoque educativo para potenciar el vínculo amoroso, y más tarde se sometió a la valoración del criterio de especialistas. *Resultados.* Se identificaron la intimidad, la comunicación, el manejo de conflictos, los roles, los límites y las expectativas como indicadores de un vínculo amoroso desarrollador en el funcionamiento de las parejas estudiadas. Dichos indicadores fueron instrumentados en un programa de intervención para potenciarlos, programa que se consideró pertinente para consolidar la diada como espacio de desarrollo.

Palabras claves: vínculo amoroso desarrollador, jóvenes, intimidad, comunicación, conflicto, roles, límites, expectativas.

ABSTRACT

This research was carried out in the municipality of Manatí, Las Tunas province, during the months of January to October 2016. It started from the need to work and understand the couple as a bonding space, an approach absent in most of the studies carried out on the subject, since the personological aspect of the members that make up the bond is emphasized and existing problems fundamentally related to issues of sexual and reproductive health are resolved, the latter in interventional studies. Objective. Design a psychosocial intervention program aimed at enhancing the developing of love bond in young heterosexual couples. Methodology. The qualitative methodology was assumed to carry out the study and from this the ethnomethodological method to carry out the multiple case study strategy, using techniques such as the in-depth interview, the couple's shield and the discussion group. Three couples of young heterosexuals were studied, in which discomfort and dysfunctions emerged taken as a starting point in order to develop the intervention program with an educational approach to enhance the loving bond, and later it was subjected to the evaluation of the criterion of specialists. Results. Intimacy, communication, conflict management, roles, limits and expectations were identified as indicators of an improving loving bond in the functioning of the couples studied. These indicators were implemented in an intervention program to strengthen them, a program that was considered pertinent to consolidate the dyad as a space for development.

Keywords: improving loving bond, youth, intimacy, communication, conflict, roles, limits, expectations.

Introducción

Las relaciones de pareja constituyen uno de los ámbitos vinculares más importantes en los que el ser humano se implica. Sin embargo, en los últimos años, de acuerdo con investigaciones (1,2), se viene observando en el vínculo amoroso cierta incapacidad para resolver conflictos, dificultades en la comunicación, insuficiente conocimiento del otro, así como una visión no compartida de intereses y propósitos, que ocasionan la presencia de numerosas crisis, muchas de las cuales inciden en la ruptura, lo que ocurre de manera más acentuada en la edad juvenil.

Las altas tasas de divorcialidad existentes en nuestro país constituyen elementos visibles de esta problemática. Según el informe del Centro de Estudios de Población y Desarrollo (CEPDE) del 2015, se plantea que en 2014 la tasa de divorcio en el país fue alta; y en su Anuario Demográfico se contabilizaron en ese año 32 934 divorcios, lo que significa una tasa de divorcialidad de 2.9 por cada 1 000 habitantes. Es importante declarar que del total de divorcios consumados, 2 230 ocurrieron antes del año de haberse oficializado el vínculo (3).

Esta situación es similar a la del municipio de Manatí, donde se notificó la existencia de 140 divorcios en 2015, o sea, un aumento de 69 divorcios más respecto a los 71 registrados en 2014 (4).

Se ha identificado por los autores del presente estudio durante el trabajo de campo realizado que otras manifestaciones asociadas a esta problemática en el municipio de Manatí se relacionan con la promiscuidad, el valor que se confiere a los atributos físicos o económicos del otro para su selección como pareja, las discusiones frecuentes y las fluctuaciones en las rupturas amorosas, en las que ocurren de manera reiterada reconciliaciones con mucha facilidad.

Estos aspectos denotan la importancia de orientar y educar a las nuevas generaciones en relaciones amorosas. Para dar respuesta a algunas de estas problemáticas descritas, en Cuba desde 1996 el Centro Nacional de Educación Sexual (CENESEX) ha desarrollado programas como «Crecer en la adolescencia» (5) y «Mi proyecto de vida» (6), destinados a educar a adolescentes y jóvenes con el fin de prevenir o reducir problemas de salud, como el embarazo no deseado, el aborto y las infecciones de transmisión sexual, entre otros vinculados a la edad. Siguiendo esta línea de trabajo, se han realizado otras intervenciones que tienen en cuenta la comunicación y el género (7,8) para promover una conducta sexual responsable en los jóvenes.

Todas estas acciones profesionales centran la atención en los aspectos sexuales y de género, que si bien resultan de utilidad para lograr una visión de pareja satisfactoria, no son los únicos elementos que deben tenerse en cuenta en la educación de los jóvenes al prepararlos para las relaciones amorosas.

Ofrecer una mirada que priorice fundamentalmente los aspectos sexuales para favorecer el desarrollo de las relaciones de pareja, podría explicar la situación actual que muestra el vínculo amoroso en jóvenes. A pesar de numerosos esfuerzos realizados y recursos empleados para resolver el problema, los jóvenes mantienen dificultades para establecer y desarrollar relaciones enriquecedoras, y manejar las complejas situaciones que ocurren en este ámbito.¹

Por tanto, se hace necesario: sistematizar, desde la ciencia psicológica, qué sería una pareja funcional que opere de manera satisfactoria; y facilitar espacios para un aprendizaje de este modo de vivir en pareja.

Las investigaciones realizadas en nuestro contexto (2,9-11) referidas a este campo, se adscriben a una tradición científica de comprender la relación de pareja e intervenir en esta a partir de configuraciones psicológicas, como el ideal de la relación; la autovaloración; las representaciones en torno al amor, el género y la sexualidad; y la concepción del mundo. Estas configuraciones permiten explicar cómo los sujetos regulan su comportamiento en la esfera amorosa. Si bien son importantes para que un individuo desarrolle una relación de pareja, esta no puede reducirse solamente al aspecto psicológico. Se demuestra de ese modo que se ha insistido en lo individual y no en ese tipo de subjetividad especial, compartida, que emerge cuando dos personas se unen y que no puede ser entendida a partir de la suma de cada subjetividad en particular.

Al respecto, Guerrero y Pérez han planteado la necesidad que tiene la psicología, como disciplina científica, de explorar los procesos psicológicos que intervienen en la construcción y expresión de un vínculo afectivo profundo (12). Por tanto, constituye una prioridad formular una mirada de la pareja desde esta perspectiva.

Según la realidad antes presentada y tomando en consideración las insuficiencias que todavía existen en la formación de las nuevas generaciones para una vida en pareja y la necesidad de promover desde la psicología intervenciones profesionales que ayuden a vivir en pareja de un modo enriquecedor. Se trata de argumentos que justifican el desarrollo de la presente investigación, que se plantea como *problema científico*: ¿cómo potenciar el vínculo amoroso desarrollador en parejas de jóvenes heterosexuales?

Para dar respuesta a este problema, se elaboran sus objetivos.

Objetivo general: diseñar un programa de intervención psicosocial encaminado a potenciar el vínculo amoroso desarrollador en parejas de jóvenes heterosexuales.

Objetivos específicos:

- identificar indicadores de un vínculo amoroso desarrollador;
- caracterizar las manifestaciones del vínculo amoroso en parejas de jóvenes heterosexuales;
- evaluar la pertinencia de un programa de intervención psicosocial encaminado a potenciar el vínculo amoroso desarrollador en parejas jóvenes heterosexuales.

Se asume como *idea a defender* de la investigación: un programa de intervención psicosocial encaminado a potenciar un vínculo amoroso desarrollador en parejas de jóvenes heterosexuales, será una herramienta pertinente si asume un enfoque educativo que dinamice las relaciones dialécticas existentes entre las expectativas, la comunicación, los límites y los roles, que a su vez permitan que geste una intimidad afectivo-sexual y se manejen adecuadamente los conflictos.

La investigación que se presenta, aporta un programa educativo destinado a jóvenes que se inician en esta etapa del desarrollo y en un vínculo amoroso estable, a quienes se preparará para la vida en pareja. A raíz de los aprendizajes que adquieran, se estará previniendo la aparición de cuestiones que funcionen a un nivel patológico, dada la intencionalidad de gestionar procesos educativos que generen desarrollo, como puede ser la capacidad para establecer vínculos con otros de manera desarrolladora.

No habría que esperar entonces que la pareja entrara en crisis para hacer psicoterapia y dinamizar aspectos vinculares que se pueden enseñar a alguien que inicia una relación de pareja estable, para que no llegue al punto de vivir sus relaciones amorosas de modo frustrante.

Métodos

La investigación que se presenta, fue realizada en el municipio de Manatí, provincia de Las Tunas, de enero a octubre de 2016, con la intencionalidad de proponer un programa de intervención psicosocial que potencie, a partir de un enfoque educativo, un vínculo amoroso desarrollador en parejas jóvenes.

Para ello se utilizó la *metodología cualitativa* como la más apropiada para obtener una comprensión detallada en torno a las relaciones de parejas jóvenes heterosexuales.

Es importante esclarecer que el presente estudio tuvo un primer momento en que se identificaron indicadores de un vínculo amoroso desarrollador y se caracterizaron las manifestaciones del vínculo amoroso en parejas jóvenes heterosexuales.

Para dar cumplimiento a los objetivos propuestos, se empleó como estrategia investigativa el *estudio de casos múltiples*, caracterizado por el examen minucioso, sistemático y profundo de cada pareja.

La *selección de las parejas* que participaron en la investigación, se realizó de manera intencional, teniendo en cuenta como criterios de inclusión aquellos sujetos jóvenes que fueran residentes del área de salud con disposición a colaborar con la investigación y que mantuvieran una relación de pareja con más de un año de conformado el vínculo amoroso, dado que en ese período de tiempo ya han construido una intimidad afectivo-sexual, para poder visualizar la manera en que: a) se han definido los roles y los límites, b) se negocian y clarifican expectativas y conflictos, por medio de un proceso comunicativo. Estos aspectos permiten ver si las parejas configuran o no la diada como espacio de desarrollo. A partir de estos elementos, se conformó un grupo de individuos que incluyó un total de tres parejas.

En este sentido, para la recogida de información primeramente se dio a conocer a las parejas el objetivo del estudio; luego se aplicaron las técnicas, en tres sesiones de trabajo, siguiendo el orden en que a continuación se presentan:

- *Entrevista en profundidad*. Se aplicó en un primer momento (sesión 1) con el objetivo de evaluar la manera en que las parejas construyen la intimidad, explicitan expectativas, se comunican, negocian conflictos, definen límites y roles, y cómo todo repercute en gestar un vínculo amoroso desarrollador.
- *Técnica del escudo de la pareja*. Explorar, de manera proyectiva, el tipo de vínculo que tienen estas parejas, cómo se explicitan las expectativas y negocian los conflictos.
- *Grupo de discusión*. Identificar las representaciones compartidas en torno a cómo se construye un vínculo que favorece el desarrollo, a partir de las relaciones entre el modo en que opera el ideal que tienen las parejas estudiadas con la manera en que funcionan concretamente los indicadores definidos en el estudio.
- *Observación incluida*. Se realizó durante todo el proceso investigativo con el objetivo de describir las manifestaciones de los indicadores definidos en el estudio, como el empleo de miradas cómplices; las expresiones de cortesía, afecto, maltrato y apoyo al otro; la capacidad dialógica en la comunicación; la declaración diáfana de las expectativas que se tienen y cómo se llega a un acuerdo para explicitarlas; la distribución del poder; y la presencia de invasiones o respeto al espacio personal y diádico.

Para el análisis de los datos obtenidos, se clasificó cada pareja por números ordinales (1, 2 y 3); y sus miembros, de acuerdo con las iniciales de sus nombres, con vistas a

garantizar la confidencialidad como valor profesional. Por otro lado, la información recogida se procesó mediante la *categorización*, en la que se acudió al empleo de símbolos al otorgarse un color diferente a cada frase que se relacionara con uno de los indicadores en particular. Después de las frases señalizadas, se interpretó la información de lo implícito a lo explícito.

A partir de las informaciones brindadas por los sujetos, se pudo definir los contenidos de la propuesta interventiva diseñada, que formó parte del segundo momento de la investigación, en el que se consideró al grupo de reflexión como dispositivo de cambio.

Más tarde se dio paso al tercer momento del estudio, encaminado a validar el programa de intervención diseñado. Para llevar a cabo este propósito, se utilizó como método el *Criterio de Expertos*: se convocaron a cinco especialistas de la provincia que accedieron a evaluar el programa. Para ello dispusieron de la información que contiene todo el diseño del programa y tuvieron en cuenta como criterios de evaluación: justificación del programa de intervención psicosocial, destinatarios, recursos, número de sesiones y contenidos de cada una (objetivos, técnicas, procedimientos y relación entre estos), y si el enfoque (tanto teórico como metodológico) en que se concibe el programa logra potenciar un vínculo amoroso desarrollador.

Por tanto, se les aplicó de manera oral una *entrevista semiestructurada*, con el objetivo de evaluar los criterios relacionados con la pertinencia del programa de intervención diseñado.

Resultados

Durante la caracterización de las parejas, emergieron aspectos que dan cuenta de la expresión de los indicadores de un vínculo amoroso desarrollador. Tal es el caso de la *Intimidación Afectivo-Sexual*, la cual se señala por los sujetos como el proceso que permite el conocimiento, la apertura y el acercamiento al otro.

En este sentido, la sexualidad es una de las esferas que los sujetos mayormente vinculan a la expresión de la intimidad, con informaciones concernientes a la satisfacción, sobre todo por la frecuencia con que se tiene el coito y la correspondencia entre los deseos sexuales de ambos miembros.

La manera en que se ha construido la intimidad, no solo viabiliza la constitución de la pareja, la apertura al otro y la satisfacción en la esfera sexual, sino también la configuración de expectativas respecto al vínculo.

Sin embargo, *dichas expectativas no son explicitadas* en la totalidad de las situaciones que se vivencian, lo que ha repercutido en que aparezcan conflictos, los cuales se han empleado como espacio para clarificar lo que se quiere y espera del otro y de la diada. En este sentido, la mayoría de las expectativas de los vínculos amorosos estudiados se encuentran asociadas al cuidado y apoyo mutuo entre los miembros, el afecto brindado, la fidelidad, la responsabilidad para con el otro, el cumplimiento de normas y el mantenimiento de la confianza, aspectos que permitirían consolidarse como pareja y formar una familia.

En el espacio de discusión grupal creado, los sujetos reconocen la necesidad de explicitar expectativas, como elemento positivo que incide a favor de la construcción de un vínculo amoroso desarrollador.

Por otro lado, existen parejas cuyas expectativas elaboradas privilegian el plano vincular (caso 1) o bien no logran manejar la divergencia entre las expectativas individuales (caso 2), pero estas situaciones se mueven al plano de la negociación de las necesidades de cada quien en el vínculo, lo que a su vez representa una *realidad conflictiva* en las parejas estudiadas.

Otras de las situaciones conflictivas, presentes en las parejas estudiadas (caso 3), se relacionan con la manera que emplean para comunicarse y su influencia en el ejercicio del poder, en el que ambos miembros luchan entre sí para quién debe ejercer un rol dominante en la relación.

Es importante referir que las situaciones descritas antes han sido manejadas mediante un estilo complaciente (pareja 1) o competitivo (parejas 2 y 3) como modos de evadir o ganar respectivamente.

Al igual que los indicadores ya analizados cuando este tema se abordó en el contexto grupal, las parejas reconocen la importancia de un enfoque colaborativo, a lo que ellas denominan «ponerse de acuerdo para resolver los problemas»; de nuevo en este caso se observa que se difiere con lo que se define en un plano ideal y lo que se realiza en un plano real, dando cuenta de la existencia de un conflicto entre el ser y el deber ser, que incide en las prácticas cotidianas de estas parejas.

En el caso de la *comunicación*, esta no funciona como proceso de explicitación y negociación, fundamentalmente por el desequilibrio entre sus funciones, ya que predomina la función informativa sobre la afectiva y reguladora; estas últimas se manifiestan mediante la imposición de criterios y la incapacidad para escuchar al otro y ser receptivos.

De acuerdo con la observación realizada y la entrevista en profundidad, las mujeres inician el diálogo con su pareja respecto a temas concernientes al vínculo (parejas 1 y 2 fundamentalmente), mientras que los hombres se centran en aspectos como la planificación de actividades (parejas 1 y 2), lo que evidencia diferencias significativas de los roles de género y su protagonismo en el proceso comunicativo.

Si se considera lo analizado hasta este momento, se puede observar que existe una relación dialéctica entre la negociación de expectativas, los conflictos que se generan por la divergencia de estas y las estrategias de manejo para este tipo de situaciones, y la comunicación. Precisamente, el modo que emplean las parejas para comunicarse, está mediatizando la expresión de los demás indicadores, sobre todo en la definición de los límites y roles.

Ejemplo de lo anterior es la valoración que en el espacio grupal realizan los sujetos sobre el proceso comunicativo para definir límites y roles. Al intercambiar sobre este tema, de nuevo se evidencia que difieren las manifestaciones de este indicador en torno a lo discutido en grupo y las prácticas cotidianas de las parejas, al existir

dificultades en la definición y respeto a los límites, sobre todo los intradiádicos (caso 2) y los conflictos acerca del ejercicio del poder (caso 3).

Otra de las situaciones en que se puede observar la relación existente entre los indicadores analizados, es en la manera en que se ha definido los *límites* en una de las parejas (la 2), debido a que en ocasiones se expresan rígidos en torno al cómo se negocian las expectativas y en otras ausentes; este último aspecto está presente en otros de los casos estudiados (el 1 y el 3), los cuales definen un modelo de pareja caracterizado por la presencia de unos límites ausentes, evidenciándose invasiones al espacio personal que afecta el desarrollo de la diada.

Aunque los sujetos no ofrecieron informaciones relativas a invasiones a los límites extradiádicos, en el grupo de discusión se reconoció la existencia de estas problemáticas (parejas 1 y 3) y se identificó como una situación a resolver para el desarrollo del vínculo amoroso.

En el caso de los *roles*, se trata de un indicador que solo se expresa de manera flexible en torno a la distribución de funciones y tareas en el hogar. En el ejercicio del poder los roles se manifiestan con mayor inequidad. Puede observarse que existen casos en que los roles de género se han asumido de manera estereotipada y acrítica, y no existe un cuestionamiento al respecto (pareja 1); en otros, la mayoría de los problemas vinculares se refieren a la presencia de conflictos en torno al ejercicio del poder (pareja 3), situaciones que afectan la construcción de la pareja como espacio desarrollador.

Durante el trabajo grupal también se evidencia que este indicador opera de manera diferente en un plano real y en un plano ideal; un ejemplo son las dificultades que vivencian las mujeres con que una persona «debe mandar» en la relación, por cuanto señalan que las decisiones deben tomarse en un marco de consenso (parejas 2 y 3).

La interrelación de estos elementos analizados en el hacer diario de estas parejas incide en que existan aspectos que se manifiestan de manera regresiva o progresiva en la dinámica relacional de las parejas estudiadas.

En el caso de los procesos que potencian el desarrollo, se pueden mencionar la construcción de una intimidad afectivo-sexual, que ha favorecido la capacidad de ambos miembros para dialogar sobre sus deseos sexuales, lo que a su vez denota que la comunicación en esta esfera discurre de manera diáfana, asertiva y con un carácter dialógico. Otro de los elementos que repercuten positivamente en el plano interactivo de estas parejas, es la flexibilidad con que se manifiestan los roles respecto a compartir funciones hogareñas.

Sin embargo, están presentes varias situaciones que atentán contra el hecho de gestar una pareja como espacio de desarrollo y que inciden regresivamente en su dinámica relacional, ya sea porque no se logre manejar con adecuación la divergencia de expectativas individuales; no se definan convenientemente los límites (pareja 2); existan conflictos asociados al ejercicio del poder que son manejados de forma competitiva (pareja 3); o se construyan un vínculo que prescribe la opresión de un miembro sobre el otro en torno al ejercicio del poder y una comunicación inadecuada, en la que predomina la imposición de criterios (pareja 1).

Todo lo anterior difiere de la manera en que estos indicadores se manifiestan en un plano ideal, según lo analizado en el Grupo de Discusión. Por tanto, a partir de cómo se mueve la relación entre el real de los indicadores teóricos construidos y el ideal que estas parejas tienen de lo que es un vínculo amoroso desarrollador, se puede sistematizar que los indicadores de un vínculo amoroso desarrollador consisten en la construcción de una intimidad afectivo-sexual que requiere del empleo de una comunicación explícita y adecuada para la clarificación de expectativas, la negociación de conflictos de forma colaborativa, el respeto a los límites intra y extradiádicos, y la definición y asunción de roles de forma equitativa y flexible.

Evaluación del Programa de Intervención

Según los especialistas, el enfoque del Programa diseñado les parece adecuado. Un aspecto que evidencia lo anterior es que «los indicadores elaborados permiten explicar y comprender la noción de vínculo amoroso desarrollador. Las diferentes teorías de las que parten tanto los indicadores como la categoría central del Programa permiten comprender cómo se puede dar el desarrollo desde la diada» (experto 4).

Existe además un consenso respecto a que los indicadores están claros en cuanto a su conceptualización y a la manera en que se tratarán en el Programa.

Respecto a la justificación de la propuesta de intervención, los especialistas coinciden en que viene a ocupar un espacio insuficientemente atendido hasta el presente; para ello se apoyan en argumentos como: «Hoy la pareja se mueve mucho más hacia lo sexual o lo económico. Tocar lo afectivo, lo vincular, le aporta solidez al vínculo» (experto 1).

Se valoran además los objetivos del Programa y de las sesiones como claramente formulados. Estos se encuentran estrechamente relacionados con las acciones interventivas y tienen en cuenta lo afectivo dentro de la pareja; también muestran la tendencia al crecimiento y a la consolidación del vínculo amoroso.

También existe una coherencia entre las diferentes actividades planificadas y los usuarios a los que se dirige el Programa. Para ello los expertos se sustentan en que los aspectos que se tratan en cada uno de los encuentros son propios de la juventud y que las técnicas empleadas son accesibles a este tipo de población.

El trabajo en grupo es otro de los indicadores evaluado como positivo para gestar el cambio, al ser percibido como instrumento de trabajo que promueve el desarrollo en las relaciones de pareja.

Se llega al consenso de que ocho sesiones, según el contenido planificado, permite el cumplimiento de los objetivos propuestos. Se tiene en cuenta además que en la práctica real puede sufrir cambios, debido a que las propias elaboraciones que el grupo realice sobre determinados temas pueden repercutir en que se diseñen otras sesiones.

Conclusiones

1. En la dinámica relacional de las parejas estudiadas, el manejo inadecuado de la divergencia de expectativas individuales, las invasiones a los límites intradiádicos, el empleo de un estilo competitivo para manejar los conflictos y

una comunicación inadecuada, repercuten de modo regresivo, mientras que la construcción de una intimidad afectivo-sexual y la flexibilidad con que se manifiestan los roles respecto a compartir funciones hogareñas, están potenciando el desarrollo del vínculo amoroso.

2. A partir estas manifestaciones se identificaron como procesos que dinamizan un vínculo amoroso desarrollador: el empleo de una comunicación abierta, clara y adecuada; la construcción de una intimidad afectivo-sexual; la explicitación de expectativas; la negociación de conflictos de manera colaborativa; el ejercicio de los roles de manera equitativa y flexible; y el respeto a los límites.
3. La comunicación adquiere gran importancia por cuanto constituye el eje que atraviesa todo lo interactivo en el vínculo amoroso al ser el proceso mediante el cual se construye la intimidad, se explicitan las expectativas, se negocian las situaciones conflictivas de forma colaborativa, se definen límites intra y extradiádicos, y se asumen roles.
4. Si se consideran los indicadores analizados, se puede declarar su pertinencia para ser empleados en el Programa de Intervención Psicosocial de carácter educativo, diseñado para preparar a las jóvenes generaciones en la construcción de un vínculo amoroso desarrollador.
5. El Programa de Intervención Psicosocial fue evaluado por los expertos como pertinente para potenciar el vínculo amoroso desarrollador en parejas jóvenes heterosexuales, lo que lo convierte en un instrumento válido para realizar acciones profesionales en este campo de estudio.

Anexo. Programa de Intervención «Vivir desarrolladoramente en pareja»

Objetivos generales

- Promover la reflexión crítica en torno a los procesos que dinamizan un vínculo amoroso desarrollador.
- Facilitar la apropiación por parte de los participantes de recursos que le permitan construir un vínculo amoroso desarrollador.

Usuarios

El Programa está dirigido a relaciones de parejas conformadas por sujetos jóvenes entre 18 y 20 años, porque precisamente en esta etapa comienzan un vínculo amoroso estable. Educarlos en este momento sobre los procesos que dinamizan un vínculo amoroso desarrollador, les ayudaría a construir una pareja que contribuya al espacio compartido y al crecimiento humano de los sujetos que forman parte de la diada.

Contenidos del Programa

- 1) Modelos de pareja: fusional-dependiente, independiente.
- 2) Procesos a dinamizar para un vínculo amoroso desarrollador:
 - comunicación,

- intimidad afectivo-sexual,
- explicitación de expectativas,
- conflictos: manera de negociarlos (competitivo, complaciente, evasivo y colaborativo),
- roles: género y distribución del poder de manera equitativa y flexible,
- límites: intradiádicos y extradiádicos.

3) Vínculo amoroso desarrollador, como modelo de pareja que permite crecer.

Etapas de aplicación

Consta de tres etapas. La primera contiene la primera sesión, destinada al diagnóstico, sobre todo identificar las representaciones sobre el modelo de pareja que se posee.

La segunda etapa se refiere al desarrollo, a la construcción, al trabajo con todos los procesos estudiados que dinamizan el vínculo amoroso desarrollador.

Por último, la tercera etapa tiene que ver con la integración y evaluación, en la que se observarán los cambios que han acontecido en el grupo.

Formas de evaluación

Se realizarán evaluaciones sistemáticas en todas las sesiones: cuando se recupera lo tratado en el encuentro anterior; y en el momento de cierre, cuando el coordinador tiene una devolución de lo que los sujetos se han apropiado.

Existe además una evaluación final que consiste en aplicar la misma técnica que se utilizó en el Planteamiento Temático de la primera sesión, con el objetivo de observar los cambios alcanzados, como el nivel de reflexión y los recursos apropiados por las parejas.

Tiempo de duración y frecuencia

Se diseñaron un total de ocho sesiones, las que se aplicarán con una frecuencia semanal y una duración aproximada de una hora y treinta minutos. Están constituidas por un momento inicial, un planteamiento temático, un momento de elaboración y el cierre.

Primera sesión. ¿Cómo vivimos nuestra relación de pareja?

Objetivos:

- propiciar empatía y crear un clima favorable para el trabajo grupal;
- identificar las expectativas de las parejas con relación a los encuentros.

Segunda sesión. Para comunicarnos mejor

Objetivos:

- facilitar la reflexión crítica en torno a la comunicación abierta, clara y adecuada en la pareja;
- proponer estilos alternativos que promuevan la escucha activa, la expresión emocional en primera persona y la asertividad a lo interno del vínculo amoroso.

Tercera sesión. Intimando

Objetivos:

- cuestionar críticamente los modos en que se interactúa en pareja;
- promover la expresión de la afectividad.

Cuarta sesión. Aclarando expectativas

Objetivos:

- valorar la importancia de la clarificación de expectativas en el vínculo amoroso;
- desarrollar estilos de explicitación de expectativas.

Quinta sesión. Estableciendo acuerdos

Objetivos:

- valorar críticamente los modos en que se gestionan los conflictos en la relación de pareja;
- proponer un enfoque colaborativo en la negociación de conflictos.

La evasión, que se caracteriza por esquivar, posponer o retirarse del conflicto.

Sexta sesión. Diferentes pero iguales

Objetivos:

- promover la reflexión crítica sobre la asignación y asunción de los roles a lo interno de la pareja.

Séptima sesión. Mi frontera, la tuya y la nuestra

Objetivo:

- valorar críticamente el respeto a los límites como aspecto crucial para una relación de pareja desarrolladora.

Octava sesión. ¿Con qué llegamos?, ¿con qué nos vamos?

Objetivos:

- evaluar los emergentes de cambio alcanzados por el grupo, de acuerdo con las cuestiones fundamentales que se han tratado en encuentros anteriores;
- integrar en la noción del vínculo amoroso desarrollador todo lo que se ha ido aprendiendo;
- generar propuestas de cambio;
- cerrar el espacio grupal.

Nota

¹ Situación observada por los autores y también descrita por la máster en Ciencias Elia Marino Brito Hidalgo, en entrevista realizada el 21 de septiembre de 2015.

Referencias bibliográficas

1. Palacio S. Propuesta de indicadores para la orientación psicológica en situaciones de crisis a parejas con hijos [tesis para la opción al título de licenciada en Psicología]. Santiago de Cuba: Universidad de Oriente; 2010.
2. Quintana M. Sistema de intervención para incidir en los componentes dinámicos que orientan a estudiantes universitarios a formar parejas estables [tesis presentada en opción al grado científico de doctor en Ciencias Psicológicas]. Santa Clara: Universidad Central Martha Abreu de Las Villas; 2013.
3. Centro de Estudios de Población y Desarrollo (CEPDE). Anuario demográfico de Cuba 2014. Ciudad de La Habana: Centro de Estudios de Población y Desarrollo; 2015.
4. Oficina Municipal de Estadísticas e Información (ONEI). Anuario Estadístico Las Tunas 2015. Las Tunas: La Oficina; 2016.
5. Castro M, Cano López AM, Rebollar M. Crecer en la adolescencia. La Habana: Pueblo y Educación; 1995.
6. Castro M. El Programa Nacional de Educación Sexual en la estrategia cubana del desarrollo humano. Sexología y Sociedad. 2002;(20):4-9.
7. Carreño F, Hernández Y, Valdés Z. Sistemas comunitarios competentes: sus potencialidades en la promoción de una cultura integral de salud de jóvenes y adolescentes. Experiencias en la Escuela Latinoamericana de Medicina [ponencia]. VI Congreso Cubano de Educación, Orientación y Terapia Sexual; 2012; La Habana, Cuba.
8. Díaz M. Conserva tus sueños. Manual educativo para la formación de promotoras y promotores adolescentes. La Habana: Editorial CENESEX; 2008.
9. Bradshaw I, Matos S. Programa de Orientación Psicológica para la vida en pareja [tesis para opción al título de licenciada en Psicología]. Santiago de Cuba: Universidad de Oriente; 2008.
10. Fernández L. Personalidad y relaciones de pareja. La Habana: Editorial Félix Varela; 2006.
11. Valdés M. Desarrollo de recursos personológicos para las relaciones de pareja de jóvenes universitarios. Su promoción a partir de una alternativa de trabajo grupal [tesis para opción al título de máster en Psicología Clínica]. Ciudad de La Habana: Universidad de La Habana; 2008
12. Guerrero N, Pérez M. ¿Qué preceptos teóricos y metodológicos deben sustentar el estudio y la educación integral de la sexualidad en adolescentes y jóvenes? Sexología y Sociedad. 2013;19(1):17-30.

Fecha de recepción del original: 9 de septiembre de 2020

Fecha de aprobación para su publicación: 11 de diciembre de 2020
