

## **Acerca de los conflictos de pareja en jóvenes universitarios de La Habana**

### ***About couple conflicts of young university students from Havana***

Lilian Teresa García Pérez<sup>1</sup> <https://orcid.org/0000-0002-9500-9571/>

Eniuska Hernández Cedeño<sup>2</sup> <https://orcid.org/0000-0001-9407-6185>

Yadira María Pino Jauma<sup>3</sup> <https://orcid.org/0000-0001-6336-4192>

Elizabeth Salgado Cabeza<sup>4</sup> <https://orcid.org/0000-0002-6295-992/>

Dianelis Álvarez Millares<sup>5</sup> <https://orcid.org/0000-0002-7769-4587>

Adis López Bauta<sup>6</sup> <https://orcid.org/0000-0002-0005-6632>

Gretter Rey Rodríguez<sup>7</sup> <https://orcid.org/0000-0002-1068-8086>

<sup>1</sup> Hospital Clínico Quirúrgico Hermanos Ameijeiras, La Habana, Cuba.

<sup>2,3,4,5,6,7</sup> Universidad de La Habana, Cuba.

Autor/a para la correspondencia: [lilita9709@gmail.com/](mailto:lilita9709@gmail.com/)

### **RESUMEN**

**Objetivo.** El presente estudio se propuso caracterizar los conflictos en las relaciones de pareja de jóvenes estudiantes de la Universidad de La Habana. **Metodología.** Se adoptó un enfoque mixto, con diseño explicativo secuencial. La primera etapa, con una muestra de 627 sujetos, tuvo corte cuantitativo y empleó un diseño no experimental transversal descriptivo. La segunda etapa, cualitativa, con una muestra de 31 sujetos, tuvo un diseño fenomenológico. **Resultados.** El 74.8 % de la muestra afirma la existencia de conflictos en la relación de pareja, de ellos el 85.5 % calificó su vínculo con categorías asociadas a la felicidad. Aparece una correlación significativa entre la aceptación de existencia de conflictos y la convivencia. Los temas de conflicto más frecuentes se dividen en internos y externos a la relación. Se observa influencia de los estereotipos de género en el reconocimiento de existencia de conflicto y en las subjetivaciones de ello. **Conclusiones.** La existencia de conflictos en la relación de pareja no repercute en la satisfacción con la misma. A pesar de la influencia de las brechas de género, los jóvenes cuentan con diversidad de potencialidades que les permiten afrontar favorablemente los conflictos con flexibilidad y asertividad.

*Palabras claves:* relación de pareja, conflicto, convivencia, estrategia de afrontamiento, género.

#### **ABSTRACT**

**Objective.** *The present study aimed to characterize the conflicts in the couple relationships of young students of the University of Havana. **Methodology.** A mixed approach was adopted, with a sequential explanatory design. The first stage, with a sample of 627 subjects, had a quantitative cut; a nonexperimental cross-sectional descriptive design was used. The second stage, qualitative, with a sample of 31 subjects, had a phenomenological design. **Results.** 74.8% of the sample stated the existence of conflicts in the couple relationship, of which 85.5% rated their link with categories associated with happiness. A significant correlation appears between the acceptance of the existence of conflicts and coexistence. The most frequent conflict issues are divided into internal and external to the relationship. The influence of gender stereotypes is observed in the recognition of the existence of conflict and in the subjectivations of it. **Conclusions.** The existence of conflicts in the couple relationship does not affect satisfaction with it. Despite the influence of gender gaps, young people have a diversity of potentialities that allow them to favorably face conflicts with flexibility and assertiveness.*

*Key words:* couple relationship, conflict, coexistence, coping strategy, gender.

#### **Introducción**

En las últimas décadas, según estudios revisados (1,2), la demografía cubana se ha venido comportando de manera relativamente estable. Preocupan algunos pronósticos: se estima que para los años 2025 y 2030, las personas mayores de sesenta años representarán más del 30 % de la población cubana (3). Quiere esto decir, como se ha descrito en las mencionadas investigaciones, que nuestra población está envejecida. En el año 2020, los resultados estadísticos no muestran una desviación en las tendencias (2):

- la tasa de crecimiento poblacional va desde -3.1 a 2.3 por cada mil habitantes;

- la edad media del país alcanzó los 41.1 años, con La Habana como la segunda provincia más envejecida;
- la capital tuvo el mayor saldo migratorio del país.

El envejecimiento poblacional es indicador de grandes logros sociales, especialmente en el sistema de salud; sin embargo, tiene implicaciones a todos los niveles de funcionamiento social para las cuales hay que prepararse. Se describe que este fenómeno es más acelerado en el occidente y centro del país, por lo que estas zonas requieren especial atención desde las ciencias sociales (2).

Resalta entonces la necesidad de ubicar el punto de mira en la juventud, como piedra angular del futuro demográfico cubano. Si vamos un poco más a la esencia, se ha de estudiar a la pareja joven como principal decisora demográfica y como base de futuras estructuraciones y dinámicas de funcionamiento familiar. En Cuba, a diferencia de lo que ocurre en otros países, la juventud se extiende cada vez más como período psicológico. Centros académicos e investigativos del país, como la Facultad de Psicología de la Universidad de La Habana y el Centro de Estudios sobre la Juventud, se han dado a la tarea de definir qué causa esta dilatación (4):

- incremento de los años de preparación para el inicio laboral;
- selectividad en el momento de la elección profesional;
- respaldo familiar ante las decisiones tomadas;
- algunos jóvenes tienden a la poca estructuración de proyectos de vida o a que estos queden fuera de los espacios tradicionales de expresión.

Por consiguiente, los autores han consensuado ubicar los límites de la edad juvenil entre los 16 y 30 años (4).

Se ha descrito que el bienestar psicológico de los jóvenes se sustenta, en buena medida, en sus vidas afectivas. Al decir de Domínguez, es coherente por tanto que busquen relaciones interpersonales más estables que en la etapa vital anterior (adolescencia). De hecho, según se refiere en la literatura experta, la juventud tiende a establecer lazos interpersonales cada vez más intensos y duraderos (5).

Por supuesto, esto no significa que ocurra en la generalidad de los casos, pues si bien la búsqueda de estabilidad es una tendencia etaria, muchas estadísticas a lo largo de los

años han apuntado a una disminución de los vínculos estables y duraderos, especialmente después de la revolución sexual de la década de los setenta (6,7).

En Cuba, las tendencias de nupcialidad en el periodo 2016-2020 han mostrado valores más bajos que en el quinquenio anterior. Se observa una gran disminución en el último año, que obtuvo la tasa más baja desde 1975. Por su parte, las estadísticas relativas a los divorcios tuvieron un comportamiento similar, lo cual inclina a pensar en la existencia de cierta estabilidad en estos parámetros en Cuba (8). Lo anterior queda confirmado en estudios realizados en la Facultad de Psicología de la Universidad de La Habana, pues se encontró la existencia de dos tendencias en las muestras jóvenes: vínculos inestables con encuentros ocasionales y vínculos estables con convivencia (9,10).

Pero ¿cómo se define una relación de pareja? Existen diferentes teóricos que han ofrecido definiciones al respecto (11-13). En función de los objetivos del presente trabajo, se entenderá dicho vínculo como: un tipo de relación interpersonal que se establece entre dos sujetos, caracterizada por su selectividad, teniendo en cuenta las particularidades personológicas de los miembros. Es un vínculo emocional en el cual se incluyen componentes sexuales, comunicativos, morales, culturales y psicológicos, y que puede proporcionar bienestar a sus miembros.

Sostener una relación de pareja no es tarea fácil en tiempos en que lo superfluo y superficial inunda los mercados y se capitaliza el amor; la estabilidad de las relaciones de pareja se convierte entonces en una especie en extinción. La fórmula del éxito no está definida, pero existen investigaciones que han intentado acercarse a las experiencias de aquellos que han conseguido la estabilidad satisfactoriamente.

Según los estudios, resulta esencial la conciencia de que el vínculo no es eterno, sino perecedero y frágil, por lo que los sujetos se esfuerzan en lograr extender en el tiempo el bienestar que les genera la relación de pareja (14). Se destaca la importancia de la existencia de alto compromiso y placer erótico en el vínculo, acompañado de aceptación del otro como individuo. Las características personales de los miembros de la pareja apuntarán también a las dinámicas de su funcionamiento, describiéndose que aquellas personas empáticas y abiertas al diálogo tienen mayor éxito en sus relaciones. Por otro lado, llama la atención la descripción de una necesidad de establecer límites entre la

---

pareja y su contexto más cercano, con el objetivo de disminuir los involucrados en la toma de decisiones y la solución de problemáticas (15).

Es una creencia popular frecuente el hecho de que todas las parejas estables son felices y están libres de dificultades, probablemente generada bajo el concepto de «felices para siempre» de las grandes productoras de cine y literatura. La realidad no puede distar más de ello. La investigación científica ha demostrado que, aunque los conflictos representan una amenaza a la estabilidad de la pareja, estos son inherentes a ella (15); su desenlace dependerá del manejo que de estos hagan los miembros del vínculo. Más bien el manejo favorable de los conflictos representa una potencialidad en aras de conservar la aspirada estabilidad.

Las circunstancias conflictivas son caracterizadas por Sánchez y Díaz como situaciones en las cuales la pareja no es capaz de alcanzar un acuerdo o se le dificulta acomodar sus intereses personales, lo que trae como consecuencia una falta de entendimiento entre los miembros (16). Existen múltiples razones por las cuales pueden surgir los conflictos, pero hay temas que parecen ser más sensibles que otros. Entre los temas más comunes se encuentran (17,18):

- celos,
- cantidad de tiempo juntos,
- expresiones de afecto,
- diferencias en la personalidad, hábitos y valores,
- relaciones sexuales,
- familiares y/o amigos,
- economía de la pareja,
- proyectos futuros,
- educación de los hijos si existen,
- distribución de roles,
- infidelidad.

Los conflictos en la pareja pueden ser favorables para el vínculo, lo que los caracteriza como desarrolladores o no: es la vivencia de ambos miembros, así como las estrategias que se empleen para resolverlos (19). Son llamados modos de afrontamiento los medios por los que cada individuo, en función de su personalidad y situación vital, maneja su

---

malestar y hace uso de las posibilidades que se le presentan para adaptarse a diversas situaciones (16). Existen varios tipos de estrategias de afrontamiento. En el presente trabajo se asumirán las siguientes (20):

- *Retracción*: los miembros se apartan física y psicológicamente del conflicto. Ninguno de los involucrados logra conseguir lo que demanda. Hecho en forma repetitiva se puede deteriorar la relación, aunque puede resultar efectivo temporalmente.
- *Adaptación*: un miembro de la pareja cede a las necesidades del otro y desatiende las propias. Esto puede acarrear una mala toma de decisiones y dañar la propia concepción de la relación.
- *Obligación*: uno de los miembros ejerce presión o agresión para intentar satisfacer sus propias necesidades mediante amenazas físicas, ataques verbales, coacción o manipulación. Suele dañar profundamente las relaciones.
- *Compromiso*: implica el intento de resolver el conflicto proporcionando alguna satisfacción para ambos miembros; ambas personas tienen que abandonar parte de lo que en realidad creen o quieren, o tienen que negociar algo que quieran con el propósito de obtener más.
- *Colaboración*: implica tratar de atender completamente las necesidades y problemas de cada miembro y llegar a una solución satisfactoria mutua. Es el medio más eficaz y apropiado para manejar el conflicto de manera saludable.

Se ha de considerar el papel de la convivencia en la aparición y la temática de los conflictos en pareja. Al compartir espacios personales bien íntimos, cada miembro conoce a profundidad el estilo de vida, las costumbres y «defectos» del otro y es en ese escenario donde se pueden acrecentar los conflictos (21,22). A su vez, una variable esencial a considerar, es si la pareja convive sola, con hijos o con otros familiares y/o amigos, pues puede llegar a tener una gran influencia en la aparición y manejo de situaciones de conflicto (23). Este elemento cobra especial relevancia en Cuba, donde no son pocos los hogares extensos (24).

La pareja es el escenario ideal para que entren en juego los tan bien conocidos roles de género, especialmente si hay convivencia (25). Existen investigaciones que evidencian

las diferencias entre hombres y mujeres en cuanto a la vivencia que se tiene de los conflictos, con presencia de marcada influencia patriarcal (26). Por ejemplo, en muchas sociedades a la mayoría de las mujeres se les enseña, desde niñas, que expresar sus sentimientos es válido y hasta «recompensable», mientras que a los hombres se les recrimina por ello; lo estimulado es la demostración de poder y son «recompensados» socialmente por eso. Esta influencia social suele marcar profundamente las características de la comunicación en la pareja, con independencia del género de sus miembros (13,27,28).

El éxito en el afrontamiento a los conflictos y las formas de llegar a este, van forjando el estilo de funcionamiento de cada pareja. Su forma de comunicación repercutirá en todas las esferas del vínculo y, por tanto, su establecimiento como familia. Cada pareja tiene una forma singular de funcionar, que a futuro se traducirá, en el mejor de los casos, en una producción familiar también única. Sin duda la pareja joven de hoy colocará las pautas del futuro demográfico cubano, y comprender cómo se sostiene es esencial para desarrollar intervenciones que estimulen su estabilidad y satisfacción.

Nacen entonces las siguientes interrogantes:

- ¿cuáles son las causas de los conflictos de pareja de los jóvenes?,
- ¿cuáles son sus estilos de afrontamiento?,
- ¿cómo se comportan estos elementos según el sexo?

### **Metodología**

La investigación, nacida en la Facultad de Psicología de la Universidad de La Habana, se realizó desde un enfoque mixto, con diseño explicativo secuencial. En una primera etapa, de corte cuantitativo, se empleó un diseño no experimental transversal descriptivo. En una segunda etapa, cualitativa, se utilizó un diseño fenomenológico.

Todos los participantes fueron consultados sobre su voluntad y disponibilidad de participación en el estudio; además, recibieron explicaciones sobre sus objetivos y el manejo profesional de la información recogida. Antes de pasar a las aplicaciones, se obtuvo el consentimiento informado de cada uno de los sujetos. No existió conflicto de intereses en la investigación.

Los participantes en el estudio fueron seleccionados a partir de un muestreo no probabilístico, pues no se buscó representatividad estadística. Debían cumplir con los siguientes criterios de inclusión: 1) tener entre 16 y 30 años; 2) tener una relación de pareja o haber tenido una en el último año; 3) ser estudiante del curso regular diurno de la Universidad de La Habana. Este último criterio fue incluido debido al interés de la Universidad en conocer sobre sus estudiantes, además de la existencia de una amplia matrícula que permitiría obtener el tamaño muestral deseado.

En la primera fase la muestra estuvo compuesta por 627 jóvenes universitarios (57.6 % mujeres y 42.4 % hombres). La edad promedio fue de 20.7 años. El estado civil predominante fue el de soltero (64.6 % de los casos), seguido de unión consensual (33.1 %). En lo que respecta a la tenencia de hijos, la mayoría de los participantes (98.8 %) no tenía hijos en el momento del estudio.

En esta etapa se procedió a la aplicación del *Cuestionario sobre relaciones de pareja en la juventud*, elaborado por los autores de la investigación y validado por criterio de expertos. Dicho instrumento está dividido en dos partes: la primera recoge los datos sociodemográficos del sujeto, así como características generales de la relación; la segunda parte se compone de 14 preguntas, abiertas, cerradas y Escala Likert. Se realizó la tabulación de la información recogida en una base de datos del programa IBM SPSS Statistics para Windows versión 22, a partir de un libro de códigos previamente elaborado. Luego se ejecutó un análisis de estadística descriptiva de los datos obtenidos.

La segunda fase se propuso profundizar en los temas más significativos en el análisis de los resultados de la fase anterior. Se realizó la aplicación de un dispositivo de grupo focal dividida en tres grupos con diferentes participantes. La muestra estuvo compuesta por 31 estudiantes (8 varones y 23 mujeres). Los datos relativos al estado civil, edad y tenencia de hijos coincidieron con las tendencias de la fase anterior. Se utilizaron herramientas de psicodrama para trabajar la subjetivación de los conflictos más referidos en la fase anterior.

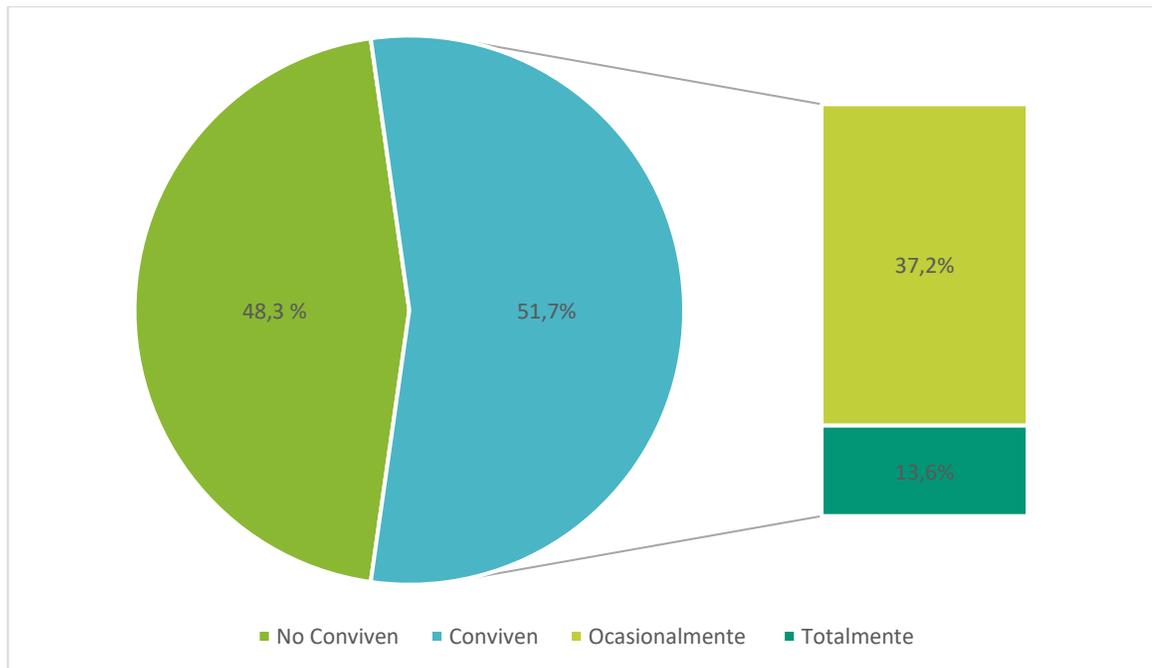
Finalmente se prosiguió con la triangulación de los resultados obtenidos, con el objetivo de obtener una visión completa de los objetivos de investigación planteados.

## Resultados

### *Fase cuantitativa*

Un balance del grado de felicidad global de la relación refleja que 85.2 % de los sujetos están por encima del grado medio. El 74.6 % de la muestra define su relación como noviazgo. La media de duración de los vínculos es de 17.8 meses. Sobre la convivencia, los resultados se reflejan en el siguiente gráfico:

FIGURA 1. CARACTERÍSTICAS DE LA CONVIVENCIA EN LA MUESTRA.



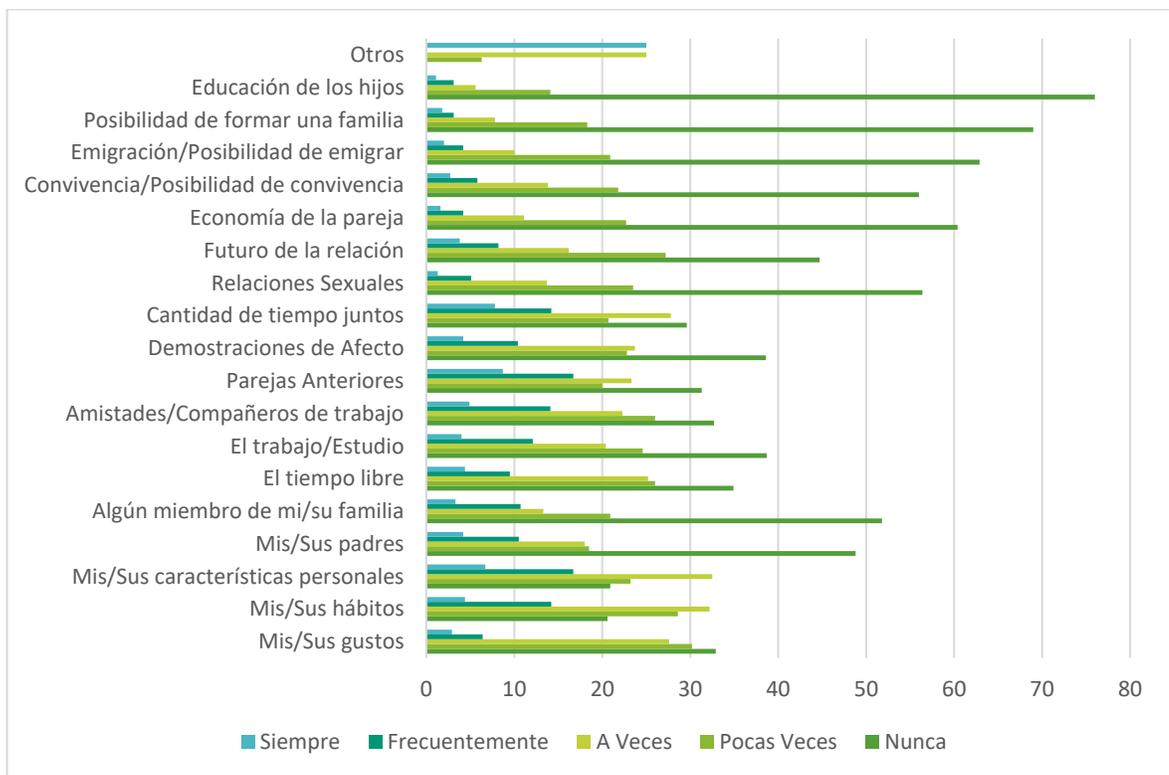
En general, la convivencia se realiza de forma independiente (la pareja convive sola en un espacio) o en la casa de uno de los miembros, con su familia o con la familia de la pareja.

El 74.8 % de la muestra afirma la existencia de conflictos en la relación de pareja; de estos, 62.5 % son mujeres. Por otro lado, el 85.5 % de los sujetos que aceptaron la existencia de conflictos en la relación, la calificó en categorías referentes a feliz.

Se encontró una correlación significativa en cuanto al tiempo de duración de la relación y la existencia de conflictos (-0.1). De este modo, se aprecia que a medida que aumenta la cantidad de meses, disminuye la aparición de conflictos. Además, aparece una correlación significativa (0.2) entre la aceptación de existencia de conflictos y la convivencia con la pareja; el 57.7 % de los sujetos convive y reconoce conflictos. Teniendo en cuenta que la mayoría de los estudiantes sostiene convivencia ocasional, es también en este grupo en el que se concentra la mayor cantidad de sujetos que tiene conflictos. La duración más frecuente de estos es de «días», aunque también son frecuentes «horas» y «aquellos que siempre están ahí de alguna forma».

Las posibles causas de conflicto se presentan en la siguiente figura:

FIGURA 2. FRECUENCIA DE OCURRENCIA DE POSIBLES CAUSAS DE CONFLICTO.



En relación con las estrategias de resolución de los conflictos, los resultados se presentan en la siguiente figura:

FIGURA 3. PREFERENCIA DE LAS ESTRATEGIAS DE RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS EN LA MUESTRA.



*Fase cualitativa*

En relación con los temas que frecuentemente provocan conflictos, sobresalieron los siguientes: familia y amigos, celos, cantidad de tiempo juntos, relaciones sexuales, características personales, emigración, economía de la pareja y distribución de las tareas del hogar.

Los sujetos expresaron que la convivencia «definitivamente» influye en la existencia de conflictos. Varios refirieron que la convivencia provoca rutina, «aburrimiento» y decrecimiento de la frecuencia de las relaciones sexuales, resaltándose la necesidad de tiempos individuales. A su vez, los sujetos sostienen que existe una relación entre el tiempo de duración del vínculo y la existencia de conflictos. Se refiere que «hay conflictos para cada etapa de la relación», con lo que se reconoce que existen diferentes fases en el ciclo vital de la pareja y que cada una tiene sus particularidades.

Respecto a las vivencias de los conflictos por parte de los sujetos, las opiniones presentaron dos líneas de respuesta: la primera, una vivencia negativa al explicar que «estos implican desacuerdos en la relación» y posibles repercusiones en el bienestar o mantenimiento de la pareja; la segunda, una vivencia «retadora», que entiende los conflictos como una oportunidad de crecimiento.

Los participantes del estudio reconocieron que existen diferencias en las vivencias de los conflictos según el sexo, especialmente en lo relacionado con los celos. En dos de las sesiones hubo enfrentamientos de criterios directos entre mujeres y varones: ellos mencionaron una «independencia emocional», refiriendo que la mujer «discute sola»,

mientras que ellas expresaron que de alguna manera «siempre termina siendo culpa de la mujer», aunque declaran que «sea de quien sea la culpa, se asume».

Ante las situaciones conflictivas presentadas, la mayoría de los jóvenes proponen como solución «conversar, dialogar y llegar a un consenso». Solo en algunos casos se evidenció que preferían utilizar la evitación y no el afrontamiento del problema, aun cuando reconocían que no es la estrategia más adecuada. Las situaciones relacionadas con la familia y las parejas anteriores generaron opiniones encontradas en los diferentes grupos. Esta última situación generó además identificaciones y reacciones emocionales intensas.

Los sujetos concluyeron que las estrategias de resolución de los conflictos dependen de: el tipo de conflicto, el tiempo de duración de la relación y las características personalógicas de los miembros de la pareja.

### **Discusión de los resultados**

Parecería que, independientemente del tiempo de relación y el sexo de la pareja, los conflictos suelen ser similares, lo que indica la existencia de generalidades en cada pareja que se cumplen a modo de «regla», que se pueden deber a determinantes macrosociales de esta época.

Tal como se describe en la literatura (15-18), la presencia de conflictos en la pareja es una realidad. Además, no necesariamente representa un obstáculo para la vivencia de satisfacción y felicidad en el vínculo. A pesar de que los jóvenes del estudio vivencian angustia en el momento del conflicto propiamente dicho, reconocen que, a mediano y largo plazos, estas situaciones pueden contribuir al fortalecimiento de la relación. Como ellos expresan, este resultado depende en gran medida del manejo que logran de la situación en cuestión. Resulta una potencialidad de la muestra el reconocimiento de la existencia de diferentes fases del ciclo vital de la relación y conflictos «típicos» de cada una de estas.

Las problemáticas de pareja que afrontan son de dos tipos: externas e internas. De modo que reconocen unas de índole social, como la familia y parejas anteriores, y otras asociadas a las características personalógicas de los miembros de la pareja. Estos resultados son coherentes con los obtenidos en otras investigaciones (15,17,18). Los conflictos externos tienden a generar mayores diferencias de opinión en la pareja y

---

mayores dificultades para llegar a un consenso. Ello puede deberse, en gran medida, a que estos transgreden los límites establecidos por la pareja y entran en juego los juicios y valores de terceros, complejizándose así la situación.

Más de la mitad de los sujetos que aceptaron la existencia de conflictos en sus relaciones de pareja mantienen convivencia en cualquiera de sus modalidades, lo cual indica coherencia con investigaciones anteriores en el tema (21,23). Aparece la convivencia como catalizadora de situaciones conflictivas pues, como es lógico, mientras más espacios de interacción tenga el vínculo, más posibilidades y escenarios conflictivos pueden aparecer. Lo anterior se sustenta en el énfasis hecho por los sujetos respecto a la necesidad de tiempos individuales —mucho más si existe convivencia total—, pues se infiere que si la cantidad de tiempo y espacios que comparte la pareja es excesivo, se puede llegar a «asfixiar» al otro.

Además, se encontró que la convivencia con terceros es potencialmente generadora de situaciones conflictivas, lo cual es muy frecuente en Cuba. Según se describe en estudios sociodemográficos en el país, si bien las familias extensas han dejado de ser una generalidad, la disponibilidad de viviendas sigue siendo insuficiente para cubrir la demanda y no en pocas ocasiones las parejas deben convivir con varias personas en el hogar (1,24). Una vez más entran en juego los límites establecidos por la pareja; al compartirse espacios privados con otras personas, se comienzan a desdibujar estos límites y se torna especialmente complejo el manejo de conflictos y la toma de decisiones.

La disminución de la presencia de conflictos en vínculos más estables da cuenta del éxito de estas relaciones. Si bien no existe una proporción directa entre la cantidad de situaciones conflictivas y la felicidad de la pareja, todo parece indicar que a medida que los miembros ganan en experiencia e intimidad psicológica, los conflictos disminuyen en frecuencia de aparición. Con el paso del tiempo, la pareja va encontrando maneras propias de comprenderse. También podría estar sucediendo que los jóvenes perciban ciertos desacuerdos como «normales» y pierdan la carga negativa. Según lo descrito por Grajales y Delgado, las parejas estables comienzan a ser más «pacientes» en su afrontamiento a conflictos, de modo que se conoce cómo el otro suele reaccionar y se piensa con más detenimiento los pasos a realizar (15).

En cuanto al plazo de resolución de los conflictos, se encuentra que una buena parte de los conflictos suele durar poco tiempo, coherente con el uso de estrategias saludables de afrontamiento que permiten no «enterrar» los conflictos sino solucionarlos. Otros reflejan que «hay problemas que siempre están ahí», como evidencia de que no siempre las parejas cuentan con los recursos de afrontamiento necesarios y que en algunas ocasiones pueden requerir ayuda o asistencia de terceros o profesionales. Se ha de considerar en estos casos la disponibilidad o indisponibilidad de los miembros del vínculo a reconocer que hay problemas que son incapaces de resolver y que pudieran necesitar ayuda.

Los modelos de relación y comunicación aprendidos por medios familiares no siempre son efectivos, ya que la sociedad y sus relaciones se encuentran en constante cambio. Se hacen necesarias intervenciones que promuevan la formación de habilidades para la identificación y resolución de conflictos en parejas jóvenes. Además, urgen campañas de comunicación social que desmitifiquen los estereotipos asociados a la terapia de pareja como «pérdida de tiempo» e «inefectiva» (como es mostrada por muchos medios de difusión). Que nuestros jóvenes sean capaces de buscar recursos propios para forjar vínculos estables y satisfactorios, ha de ser objetivo de las ciencias sociales.

En relación con las diferencias entre géneros, los datos obtenidos en la fase cuantitativa arrojaron que más de la mitad de los sujetos que reconocieron la existencia de conflictos son mujeres, lo cual es coherente con lo planteado en la literatura (13,25-28). Los autores describen una mayor tendencia de las mujeres a expresarse más libremente sobre sus emociones. La etapa cualitativa arrojó que existen contrastes en las vivencias de los conflictos entre ambos géneros. Se constata así que los mandatos patriarcales influyen en el entendimiento mutuo de las parejas y en su vivencia de satisfacción en la relación.

Visibilizar las diferencias de género y educar sobre sus efectos en las relaciones de pareja brindaría a los jóvenes recursos para optimizar su comunicación y, por tanto, su capacidad resolutive. Entender que hay elementos de la conducta del otro que no son «voluntarios», sino aprendidos y reproducidos acriticamente, puede facilitar la aceptación y la comprensión tan necesarias en un vínculo de pareja. La reproducción de estereotipos de género no es siempre generadora de malestar pues, tal y como se describe en la literatura (10), en algunos casos estos resultan funcionales para el vínculo.

---

El objetivo es que los individuos jueguen un papel activo en su realidad y en su comportamiento.

En lo que se refiere a las estrategias de afrontamiento de conflictos, se encontró que la más utilizada por los sujetos es buscar una solución entre ambos que beneficie la relación. Esta práctica es la más saludable para el vínculo, pues implica una colaboración entre los miembros y evidencia madurez, lo cual constituye una de las potencialidades de la muestra (20). Otra estrategia que apareció con frecuencia fue la evitación de lo que pueda causar el problema e ignorarlo si ocurre. El hecho de que se prefiera utilizar la evitación aunque se reconozca como estrategia no adecuada, podría relacionarse tanto con factores de género como con aspectos psicológicos. Los sujetos que participaron en el dispositivo grupal reconocieron, en concordancia con lo descrito en la bibliografía (15), la existencia de múltiples factores que influyen en la selección de un estilo de afrontamiento en un momento dado. Esto constituye otra potencialidad, ya que se aprecia flexibilidad y capacidad de reflexión, lo que habla a favor del desarrollo de sus vínculos.

### **Conclusiones**

La investigación ha permitido explorar las dinámicas de funcionamiento de las parejas que pudieran estar construyendo los cimientos de futuras configuraciones familiares. La presencia de numerosas potencialidades para sostener vínculos estables habla a favor de la madurez psicológica presente en los sujetos del estudio.

Queda nuevamente comprobado que las situaciones conflictivas no son sinónimas de insatisfacción o infelicidad, sino que son inherentes a la existencia humana, aún más a un vínculo tan complejo como el de pareja. Se ratifica el gran peso que tiene la convivencia para el desempeño de la pareja, lo que constituye un punto clave para comprender las problemáticas. Esto centra la atención en la importancia de formación de estilos de afrontamiento ante conflictos que implican a terceros, debido a lo movilizados que pueden llegar a ser para los jóvenes.

La prevalencia de las brechas de género se hace notar, aunque no parece estar influyendo de manera directa en la satisfacción con el vínculo. Se han de realizar investigaciones en este tema que permitan llevar a cabo análisis estadísticos profundos. Las parejas jóvenes están optimizando sus configuraciones y funcionamiento en pos de

mantenerse estables en el tiempo. Han encontrado herramientas que les permiten disminuir la frecuencia con la que las situaciones conflictivas aparecen.

Queda mucho por explorar en el complejo mundo de las relaciones de pareja; las problemáticas sociales cambian cada día y con estas las subjetivaciones de los individuos. Por tanto, resulta esencial la investigación continua de la pareja joven cubana como principal decisora demográfica en el panorama actual. Por el momento los jóvenes estudiados cuentan con una amplia lista de potencialidades que podrían funcionar como barrera protectora ante futuras amenazas a su vínculo amoroso.

### **Referencias bibliográficas**

1. Rodríguez G. La fecundidad cubana a partir de 1990. Las perspectivas sociales e individuales [tesis doctoral]. La Habana; 2006.
2. Oficina Nacional de Estadística e Información. Indicadores demográficos por provincias y municipios. La Habana; 2021. Disponible en: <http://www.onei.gob.cu/node/13815/>.
3. MINSAP. Envejecimiento poblacional en Cuba, logro y desafío. La Habana; 2019. Disponible en: <https://salud.msp.gob.cu/envejecimiento-poblacional-en-cuba-triunfo-y-desafio//>
4. Morales M. Libro blanco de la educación para la sexualidad. Málaga; s.f.
5. Domínguez L. Psicología del desarrollo de la adolescencia y la juventud. La Habana; s.f.
6. Fernández L. Amor y sexualidad. Algunos desafíos. Universidades. 2004 [citado Jun 2022]:21-33. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=37302804>
7. Acosta M. La pareja en tiempos de vértigo: del amor y lo contemporáneo [tesis de diploma]. Montevideo; 2017. Disponible en: <https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/handle/20.500.12008/10901/>
8. Centro de Estudios de Población y Desarrollo. Anuario demográfico de Cuba 2020. La Habana; 2021. Disponible en: <http://www.onei.gob.cu/node/16425/>

- 
9. Candó Y. Caracterización del comportamiento sexual de los jóvenes estudiantes de la Facultad de Psicología [tesis de diploma]. La Habana: Universidad de La Habana; 2019.
  10. García L, Rodríguez M, Pañellas D, Anido L. Autocategorización social y comportamiento sexual en pareja: un estudio correlacional [tesis de diploma]. La Habana: Universidad de La Habana; 2020.
  11. Fernández L. Personalidad y relaciones de pareja. La Habana: Editorial Félix Varela; 2002.
  12. Hernández E. La comunicación en parejas que inician la parentalidad [tesis de maestría]. La Habana: Universidad de La Habana; 2012.
  13. Melero R. La relación de pareja. Apego, dinámicas de interacción y actitudes amorosas: consecuencias sobre la calidad de la relación. Valencia; 2008. Disponible en: <https://roderic.uv.es/handle/10550/15428/>
  14. Blandón-Hincapié A, López-Serna L. Comprensiones sobre pareja en la actualidad: jóvenes en busca de estabilidad. Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud [serie en Internet] 2016 [citado Jun 2022];14(1):505-17. Disponible en: [https://www.researchgate.net/publication/307735132\\_Comprensiones\\_sobre\\_pareja\\_en\\_la\\_actualidad\\_Jovenes\\_en\\_busca\\_de\\_estabilida/](https://www.researchgate.net/publication/307735132_Comprensiones_sobre_pareja_en_la_actualidad_Jovenes_en_busca_de_estabilida/)
  15. Grajales A, Delgado L. Condiciones que favorecen la estabilidad en las relaciones de pareja, por parte de un grupo de mujeres adultas jóvenes de Cali [tesis de diploma] Cali; 2015. Disponible en: <https://bibliotecadigital.usb.edu.co/handle/10819/3408?mode=full/>
  16. Sánchez R, Díaz R. Patrones y estilos de comunicación de la pareja: diseño de un inventario. Anales de Psicología. 2003;19(2):257-77.
  17. Rojas J, Flores A. El noviazgo y otros vínculos afectivos de la juventud mexicana en una sociedad con características postmodernas. México, D.F.; 2013. Disponible en: <https://www.aacademica.org/dr.jose.luis.rojas.solis/13.pdf/>
  18. Romo J. Estudiantes universitarios y sus relaciones de pareja. De sus experiencias y proyectos de vida. Revista Mexicana de Investigación Educativa [serie en Internet]. 2008 [citado May 2022];13(38):801-23. Disponible en:
-

---

[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1405-66662008000300006/](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-66662008000300006/)

19. Correa N, Rodríguez J. Estrategias de resolución de conflictos en la pareja: negociando en lo cotidiano. *Psicología y Mundo Moderno*. 2017:89-96.
20. Alegría M. Estilos de comunicación y manejo de conflictos en noviazgos de estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad Veracruzana zona Xalapa [tesis de diploma] Xalapa; 2007. Disponible en: <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/683214/>
21. Garrido A, Reyes A, Ortega P, Torres L. La vida en pareja: un asunto a negociar. *Enseñanzas e Investigación en Psicología* [serie en Internet] 2007 [citado Jul 2020];12(2):385-96. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29212212/>
22. Carrasco E, Merino I. Percepción de conflictos de parejas casadas y convivientes del distrito de Mancora, Piura 2018 [tesis de diploma]. Piura; 2020. Disponible en: [https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/6987/1/REP\\_PSIC\\_FRANCIS.CARRASCO\\_PERCEPCI%C3%93N.CONFLICTOS.PAREJAS.CASADAS.CONVIVIENTES.DISTRITO.M%C3%81NCORA.PIURA.2018.pdf/](https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/6987/1/REP_PSIC_FRANCIS.CARRASCO_PERCEPCI%C3%93N.CONFLICTOS.PAREJAS.CASADAS.CONVIVIENTES.DISTRITO.M%C3%81NCORA.PIURA.2018.pdf/)
23. Pinto B, Miranda C, Ponce F, Palacios L, Reyes N. Problemas en la convivencia y la satisfacción de parejas bolivianas durante la pandemia de Covid-19. *Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UC BSP* [serie en Internet]. 2022 [citado Ene 2022];20(1):64-88. Disponible en: [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2077-21612022000100064/](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-21612022000100064/)
24. Gazmuri P. Familias cubanas en el siglo XXI. Desafíos a la política habitacional. *Arquitectura y Urbanismo* [serie en Internet]. 2017 [citado Abr 2022]:48-60. Disponible en: <https://rau.cujae.edu.cu/index.php/revistaau/article/download/398/373/>
25. Waisblat A, Sáenz A. La construcción sociohistórica de los roles masculino y femenino. *Patriarcado, capitalismo y desigualdades instaladas*. *Sexología y Sociedad* [serie en Internet]. 2013 [citado Jun 2022]:172-94. Disponible en:

<http://revsexologiaysociedad.sld.cu/index.php/sexologiaysociedad/article/view/195/281/>

26. Villanueva G, Rivera S, Díaz R, Reyes I. La comunicación en pareja: desarrollo y validación de escalas. Acta de Investigación Psicológica [serie en Internet]. 2012 [citado Feb 2022];728-48. Disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2007-48322012000200010/](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-48322012000200010/)
27. Montes B. Patrones de comunicación, diferenciación y satisfacción en la relación de pareja: validación y análisis de estas escalas en muestras españolas. Anales de Psicología [serie en Internet] 2009 [citado Jul 2022];25(2):288-98. Disponible en: [https://www.researchgate.net/publication/46171913\\_Patrones\\_de\\_comunicacion\\_diferenciacion\\_y\\_satisfaccion\\_en\\_la\\_relacion\\_de\\_pareja\\_Validacion\\_y\\_analisis\\_de\\_estas\\_escalas\\_en\\_muestras\\_espanolas/](https://www.researchgate.net/publication/46171913_Patrones_de_comunicacion_diferenciacion_y_satisfaccion_en_la_relacion_de_pareja_Validacion_y_analisis_de_estas_escalas_en_muestras_espanolas/)
28. Zamora D. Roles de género en parejas transregionales de novios universitarios pertenecientes a la generación millennial: una aproximación desde la construcción de sus creencias y acuerdos. Bogotá; 2019. Disponible en: <https://1library.co/document/q05lw43y-transregionales-universitarios-pertenecientes-generacion-millennial-aproximacion-construccion-cercanias.html//>

#### **Conflictos de intereses:**

Las autoras declaran que el trabajo no generó conflictos de intereses.

#### **Contribución de autoría:**

Lilian Teresa García Pérez: Conceptualización; Curación de datos; Análisis formal; Investigación; Metodología; Visualización; Redacción-borrador inicial; Redacción-revisión y edición.

Eniuska Hernández Sedeño: Conceptualización; Análisis formal; Metodología; Administración del proyecto; Redacción-revisión y edición.

Yadira María Pino Jauma: Conceptualización; Curación de datos; Análisis formal; Investigación; Metodología; Visualización; Redacción-borrador inicial.

Elizabeth Salgado Cabeza: Conceptualización; Curación de datos; Análisis formal; Investigación; Metodología; Visualización; Redacción-borrador inicial.

Dianelis Álvarez Millares: Conceptualización; Curación de datos; Análisis formal; Investigación; Metodología; Visualización; Redacción-borrador inicial.

Adis López Bauta: Conceptualización; Curación de datos; Análisis formal; Metodología; Administración del proyecto; Redacción-borrador inicial.

Gretter Rey Rodríguez: Conceptualización; Curación de datos; Análisis formal; Metodología; Administración del proyecto; Redacción-borrador inicial.

Fecha de recepción de original: 25 de noviembre de 2022.

Fecha de aprobación para su publicación: 20 de mayo de 2023