

**FELICIDAD EN LAS RELACIONES DE PAREJA: UN ESTUDIO EN JÓVENES  
UNIVERSITARIOS DEL MUNICIPIO DE ENVIGADO- ANTIOQUIA**

LISETH OCHOA GARRO

NATALIA ESCOBAR GALLEGO



INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DE ENVIGADO

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

PSICOLOGÍA

ENVIGADO

AÑO 2018

**FELICIDAD EN LAS RELACIONES DE PAREJA: UN ESTUDIO EN JÓVENES  
UNIVERSITARIOS DEL MUNICIPIO DE ENVIGADO- ANTIOQUIA**

**LISETH OCHOA GARRO**

**NATALIA ESCOBAR GALLEGO**

Trabajo de grado presentado para optar al título de Psicólogo

Asesor:

**JONATHAN ANDRES HERNANDEZ**

Magíster (MSc) en [Epidemiología].



INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DE ENVIGADO

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

PSICOLOGÍA

ENVIGADO

AÑO 2018

### **Dedicatoria**

Este trabajo se lo dedico en primera instancia a Dios por brindarme fortaleza, para desarrollarlo a cabalidad, a mis padres por darme la oportunidad de estudiar y superarme, a Sebastián por que ha sido mi más grande apoyo, quien me soporto en mis momentos difíciles y me animo hacer día tras día mejor persona, me dio la fuerza y el apoyo que se necesita para superar los obstáculos con los que nos encontramos en el recorrido de la vida, a él y a todas las personas que han influido en mi vida les estaré gratamente agradecidos toda la vida.

Gracias por ayudarme a crecer y a ser más y mejor persona de lo que era, ustedes mi mayor bendición.

Con todo cariño le dedico este trabajo a mi mamá Ofelia quien con sus sacrificios y esfuerzos me permitió culminar la carrera, a mi hermana Viviana, quien creyó en mí, me motivo y me dio alas para luchar y hacer realidad este sueño de ser psicóloga y sin duda alguna a Harry quien día tras día me acompañó en las alegrías y las tristezas, llenándome de valor para seguir adelante en este proceso.

### **Agradecimientos**

Agradecemos a la vida por darnos la oportunidad de conocernos y poder concluir esta etapa juntas, a cada docente que hizo parte de nuestra preparación y formación académica y sin duda alguna aquellas personas a quienes dedicamos nuestra tesis, además y en especial a nuestro asesor quien nos dirigió, nos aguantó y gozo con nuestras barbaridades pues su acompañamiento fue indispensable para la realización y culminación exitosa de esta investigación, a todos ellos nuestros más grandes gratitudes por sus múltiples contribuciones a esta etapa de nuestras vidas.

## Tabla de contenido

|  |    |
|--|----|
| Resumen .....                                  | 7  |
| Abstract .....                                 | 8  |
| Introducción .....                             | 9  |
| 1. Planteamiento del problema .....            | 10 |
| 2. Justificación .....                         | 14 |
| 3. Objetivos .....                             | 15 |
| 3.1 Objetivo General .....                     | 15 |
| 3.2 Objetivos Específicos .....                | 15 |
| 4. Marco Referencial .....                     | 17 |
| 4.1 Marco de antecedentes .....                | 17 |
| 4.2 Marco teórico .....                        | 24 |
| 4.2.1 Capitulo 1 La felicidad.....             | 24 |
| 4.2.2 Capitulo 2 Medición de la felicidad..... | 28 |

|  |    |
|--|----|
| 4.2.3 Capitulo 3 Relaciones de pareja .....                    | 29 |
| 4.2.4 Capitulo 4 Felicidad en pareja .....                     | 33 |
| 4.3 Marco ético legal .....                                    | 36 |
| 5. Metodología .....   | 38 |
| 5.1 Tipo de estudio .....                                      | 38 |
| 5.2 Población.....   | 38 |
| 5.3 Muestra.....   | 39 |
| 5.3.1 Criterios de inclusión .....                             | 39 |
| 5.3.2 Criterios de exclusión.....                              | 39 |
| 5.4 Instrumento / Técnicas de recolección de información ..... | 39 |
| 5.5 Procedimiento.....   | 41 |
| 5.6 Operacionalización de variables .....                      | 42 |
| 5.7 Análisis de datos.....                                     | 44 |
| 6. Resultados .....  | 45 |
| 7. Discusión.....  | 54 |
| 8. Conclusiones... ..  | 58 |
| 9. Recomendaciones.....  | 59 |
| 10. Referencias .....  | 60 |
| 11. Anexos.....  | 67 |



## Resumen

El propósito de esta investigación consistió en identificar los componentes de la felicidad, para ello se realizó un estudio en relaciones de parejas jóvenes universitarios del municipio de envigado de la IUE, desde un enfoque cuantitativo de tipo no experimental y con la participación de 49 estudiantes entre los 18 y 29 años quienes mantenían una relación de pareja actualmente. Esto se logró a través de la escala de la felicidad en pareja de Pozos, Rivera, Reyes, y Lopez y una encuesta sociodemográfica, encontrando que el componente romance es el que más aporta a la felicidad en la relación de pareja, mientras que sexualidad, exclusividad, independencia, comprensión empática, bienestar económico material, compromiso, independencia y bienestar social se encuentran dentro de los límites normales, no influyen en la felicidad de las parejas según la orientación sexual- religiosa, el estado civil, el tiempo de relación y el estrato socioeconómico. sin embargo, se encontró que por sexo en los hombres el factor tranquilidad es el más importante para el control y equilibrio de su relación, y, que a mayor edad mayor nivel de bienestar social, en donde la estabilidad económica y social se convierte en algo indispensable para la relación.

**Palabras clave:** Jóvenes, universitarios, felicidad, parejas, componentes del amor.

## Abstract

The purpose of this research was to identify the components of happiness, for it was conducted a study in relationships of young couples University of the municipality of Envigado of the Sui, from a quantitative approach of experimental type and with the Participation of 49 students between the ages of 18 and 29 who were currently in a couple relationship. This was achieved through the scale of happiness in couple of wells, Rivera, Reyes, and Lopez and a survey Socio demographic, finding that the component romance is the one that contributes most to happiness in the relationship of partner, while sexuality, exclusivity, Independence, empathic understanding, material economic well-being, commitment, independence and social welfare are within normal limits, which do not influence the happiness of couples according to the sexual-religious orientation, marital status , time of relationship and stratum Socio economic, however it was found that by sex in men the factor tranquility is the most important for the control and balance of its relationship, which at greater age higher level of social welfare, where economic stability and SOCI It becomes indispensable to the relationship.

**Keywords:** Young people, University students, Happiness, Couples, love components

## Introducción

Hablar de felicidad ha sido por mucho tiempo un motivo que incita a las personas a preguntarse cuál es la razón de su felicidad, llegando al punto en que este concepto se considera una construcción social que cada persona dentro de su cultura, sus creencias, sus sueños y sus relaciones interpersonales, subjetivamente determina para alcanzarla. Alarcón, (2001) La felicidad es definida como el estado subjetivo de estar bien o sentirse bien con la vida, permitiendo un manejo de la espiritualidad, la resolución de conflictos familiares, la economía y la sexualidad logrando con esto experimentar afectos positivos, es así que, la felicidad es generada por experiencias gratificantes que promueven sentimientos agradables o emociones positivas.

La felicidad es favorable para los seres humanos ya que proporciona paz interior y plenitud, permitiendo hacer frente a los altibajos que se presentan en la vida, además mejora la motivación, la capacidad intelectual, la empatía, el interés por el mundo y trae consigo beneficios para la salud. Martínez, et al ,(2014).

Según Diaz-Loving y Rivera (como se citó en García et al, 2016) la felicidad en las relaciones interpersonales han sido por mucho tiempo, un tema importante en la existencia humana por lo que las relaciones se les puede pensar como una asociación característica entre dos o más personas. Lo cual involucra, tener mayor empatía, motivación, confianza, afecto, romance, paz interior y beneficios para la salud. Martínez, et al, (2014). Por tal motivo en esta investigación nos preguntamos no solo por la felicidad en general sino por la felicidad en las parejas jóvenes universitaria.

## 1. Planteamiento del Problema

A lo largo de la historia la felicidad ha preocupado a la humanidad, su definición ha sido y será una cuestión del tiempo y una construcción personal, pues en última instancia desde la existencia del ser humano se ha reflexionado acerca de esta. (Román y Montero, 2013).

La felicidad es un tema universal y muy significativo para los seres humanos, este deseo por ser felices se ha considerado importante, en la actualidad los países miden su desarrollo en función del índice de felicidad per cápita, partiendo de esto, en los últimos tiempos la ciencia de la psicología ha dejado de prestar atención a lo patológico, encaminándose en descifrar el funcionamiento óptimo de la mente que permita a los seres humanos ser felices. El profesor Martin Seligman fue el creador de la psicología positiva y a través de esta se investiga como los sujetos según su cultura y creencias pueden ser más felices. (Martínez, Moya, Sanchez, y Ruiz, 2014).

Las investigaciones científicas indican que la felicidad es favorable para los seres humanos ya que proporciona paz interior y plenitud, permitiendo hacer frente a los altibajos que se presentan en la vida, además mejora la motivación, la capacidad intelectual, la empatía, el interés por el mundo y trae consigo beneficios para la salud. Martínez, et al ,(2014). De tal manera que la felicidad aporta a la consecución de buenos resultados en la vida, en materia de empleo, relaciones interpersonales, salud, entre otros, permitiendo desarrollar acciones para alcanzar objetivos vitales. (Martinez et al, 2014).

Según lo anterior, las personas que se encuentran en un estado de felicidad , se consideran mas estables, lo cual les permite un equilibrio de las cargas emocionales y racionales, así en cierto sentido la felicidad es un constructo que se ha venido desarrollando desde su mismo concepto,

pues socialmente se ha reconocido como calidad de vida, bienestar o prosperidad y que la apreciación de esta dependerá de la cultura, del estado de ánimo y de las diversas influencias circunstanciales, además de las experiencias gratificantes que fomenta que una persona obtenga una valoración positiva de su vida, amortigue el estrés y preserve la salud mental, siendo la felicidad indispensable para la vida de los seres humanos. (Pozos, Rivera, Reyes y Lopez, 2013)

Asumiendo que la felicidad en general facilita contactos sociales, encuentros auténticos e involucra al individuo en las necesidades y emociones de los demás, no para llenar vacíos sino para su satisfacción personal. Csikszentmihalyi, (citado por Garduño et al, 2005) quien en sus investigaciones encontró que tendemos a sentirnos mejor en compañía que solos, debido a que el otro nos complementa en la consecución de objetivos mentales y físicos, de ahí lo importante de preguntarnos sobre la felicidad en la pareja. Acevedo y Restrepo,(2010) explican que la elección de la pareja se da a través de los sueños e ideales que se tengan, en donde los valores y la filosofía de vida son necesarios para la relación, puesto que a través del otro se espera suplir una falencia.

La estabilidad emocional y psicológica sirve para el manejo y la resolución de los conflictos, la economía, la sexualidad, la expresión de afecto, la espiritualidad y la crianza de los hijos, por esto, la felicidad es definida como el estado de estar bien subjetivamente, sentir satisfacción con la vida y con la pareja. (Alarcon, 2001)

Con respecto a esto se encontraron factores que inciden en la obtención de la felicidad en pareja, Pozos, et al,(2013) plantean 10 factores; compromiso, sexualidad, exclusividad, romance, independencia, bienestar económico-material, tranquilidad, mantenimiento comprensión empática y estabilidad social, siendo estos elementos base para la relación en pareja.

En la investigación realizada por Alarcon,(2001) no se encontraron diferencias significativas al comparar las medias aritméticas obtenidas por varones y mujeres en la Escala de Satisfacción con la Vida, siendo ambos géneros igualmente felices, mostrando que la felicidad y el sexo no estaban asociados.

Pozos, Rivera, Reidl, Vargas y López, (2013) Encontraron que, para definir la felicidad, hombres y mujeres, independientemente de estar casados o solteros, manifiestan que este constructo se constituye de amor y familia, y los aspectos que proporcionan seguridad en la pareja son dinero, trabajo y salud, elementos hallados en los estudios sobre calidad de vida y bienestar subjetivo. Respecto a las diferencias halladas por los autores según el sexo, se observó que para las mujeres la felicidad es sonreír y vivir en armonía y en los hombres la felicidad es diversión, estar bien con los demás, comida, sexo y alegría.

Las investigaciones realizadas por Pozos, et al,(2013) indican que existen elementos comunes entre la felicidad general y la felicidad en la relación de pareja, en ambos casos la felicidad tiene elementos afectivos y materiales, pero en la relación de pareja son más importantes los afectivos (amor, comprensión, paciencia, respeto, compromiso y empatía). Según los autores, la felicidad en pareja se define como la estimación emocional positiva, en donde prevalece el afecto, el cariño y la necesidad de compromiso, la cual conlleva a una responsabilidad conyugal, si en una pareja están presentes los elementos base para una relación y si se corrigen los errores partiendo del dialogo será una relación que aspirará a alcanzar la felicidad.

Algunos autores afirman que la infelicidad en la relación de pareja se debe a componentes que desatan los conflictos internos de la misma, entre estos se encuentran la falta de tiempo, los celos, la monotonía, la falta de pasión, la falta de sexo, la falta de sinceridad y la

infidelidad; barreras que destruyen y afectan la relación, por lo tanto, si no hay una sana convivencia, esto provocará desinterés tanto en hombres como en mujeres, obteniendo con esto personas infelices. (Pozos, et al, 2013).

La separación es una solución recurrente cuando se presentan conflictos en la relación de pareja, si bien es cierto en ocasiones se considera importante el conflicto, ya que este se puede entender como un factor de crecimiento, cuya resolución implica un trabajo de ambos, no obstante, los problemas no siempre terminan en situaciones de progresión familiar sino más bien en el divorcio. (Cabrera, Cuervo, Martínez y Cabrera, 2016)

En el tercer trimestre del año 2014, los matrimonios civiles y los divorcios en Colombia aumentaron un 10.79% y un 1.50% respectivamente al ser comparados con el mismo periodo del año 2013. De enero a octubre en las notarías de Bogotá se habían registrado 9.025 matrimonios civiles y 3.918 divorcios; en proporción por cada divorcio registrado, también se escribieron 2.3 matrimonios civiles; en Medellín se casan más y se divorcian menos; los divorcios en la ciudad de Medellín en el año 2014 disminuyeron 25.53%, en el periodo de enero a octubre se registraron 633 divorcios, 217 menos que en el mismo periodo del año 2013, pero aumentaron los matrimonios civiles en un 8.79%; en este periodo se realizaron en las notarías 3.984 matrimonios. (Enrique, 2014).

Finalmente, considerando que la felicidad es un elemento indispensable para el ser humano, en la resolución de conflictos, en la motivación personal, en el autocuidado, en los afectos positivos, en la espiritualidad, en las relaciones inter personales, en el equilibrio de la salud mental, entre otros. Esta investigación pretende responder la siguiente pregunta:

**¿Cuáles son los componentes de la felicidad en la relación de pareja en la población joven universitaria del municipio de Envigado?**

## 2. Justificación

En esta investigación nos enfocaremos en la felicidad; específicamente en la relación de pareja, la cual cuenta con antecedentes de investigación a nivel nacional e internacional, buscando, responder a la pregunta ¿Cuáles son los componentes causales de la felicidad en la pareja?

La felicidad ha sido un tema de interés no solo para la filosofía sino también para las ciencias sociales y humanas, como la psicología, la sociología, la historia, la antropología, entre otras disciplinas preocupadas por entender los estados emocionales y el comportamiento del hombre ante sí mismo, el mundo y los demás.

Desde la psicología y en especial desde la psicología clínica, es conveniente el abordaje de las emociones positivas en la relación de pareja para fortalecer, construir, y/o facilitar conductas más adaptativas y flexibles, posibilitando la superación de situaciones adversas presentes en la relación de pareja. Se espera que los hallazgos encontrados en esta investigación sean una herramienta teórica y útil en procesos clínicos realizados en psicoterapia de pareja. Ya que la psicología clínica se había centrado, en la resolución de conflictos, dificultades, trastornos problemas de salud mental y sus tratamientos. Pero ha mediado de 1900 el doctor Martin Seligman, aporto a la psicología; la psicología positiva dando un nuevo punto de vista científico, abordando todo aquello que hace feliz al ser humano, de este modo se le podría ayudar y enseñar a las personas a construir una realidad más satisfactoria, trabajando tres dimensiones; la vida placentera, construir una buena vida y una vida significativa.

A nivel social, esta investigación aportará información útil tanto para promocionar aquellos factores que favorecen la felicidad en la pareja, como para prevenir aquellos que generen

infelicidad. Dado que la felicidad es una emoción indispensable en lo social, donde el desarrollo de estrategias específicas, programas de promoción y prevención de las emociones positivas, generarían conductas adaptativas y una mayor armonía en el distinto contexto y campos donde se encuentre inmerso cada persona.

Académica y profesionalmente, la psicología positiva y los hallazgos encontrados en la investigación, será de gran apoyo para el manejo, estratégico de las terapias de pareja, en donde la felicidad se considerara uno de los elementos, para trabajar, la resolución de conflictos, la armonía, la toma de decisiones, la aceptación y responsabilidad de los actos, con el fin de la conservación de la felicidad en la pareja, a nivel individual, social, familiar y laboral.

El presente estudio será un antecedente para futuras investigaciones en la Institución Universitaria de Envigado, así como para otras instituciones y universidades, interesadas en temas relacionados con la psicología positiva, buscando que el conocimiento y la ampliación de estos temas les servirán a los estudiantes en la apertura de nuevas investigaciones, nuevos tratamientos y a los ya profesionales les será de ayuda para nuevos enfoques de abordaje en terapias, por medio de las emociones positivas en el contexto actual.

### **3. Objetivos**

#### **3.1. Objetivo General**

- ♣ Identificar los componentes de la felicidad en la relación de pareja en la población joven universitaria de la Institución universitaria de Envigado.

### 3.2. Objetivos específicos

- ♣ Describir las condiciones sociodemográficas de la población joven universitaria con pareja.
- ♣ Determinar en la población joven universitaria los componentes que más aportan a la felicidad en la relación de pareja.
- ♣ Analizar en estudiantes universitarios las condiciones demográficas que están relacionadas con los componentes de la felicidad en la relación de pareja.

## 4. Marco Referencial

### 4.1. Marco de antecedentes

A continuación, se reportarán algunos artículos e investigaciones científicas a nivel internacional y nacional en orden cronológico y sus aportes en relación con el tema de la felicidad en la pareja.

#### **Internacionales**

El artículo científico “*Relaciones entre felicidad, género, edad y estado conyugal*”<sup>2</sup> fue realizado por el profesor Reynaldo Alarcón en el año 2001 en Lima Perú, el tipo de investigación fue descriptivo y correlacional, de enfoque cuantitativo no experimental, su objetivo fue establecer la relación entre felicidad, género, edad y estado conyugal; asimismo, determinar los niveles de felicidad que con mayor frecuencia experimentan las personas, los instrumentos utilizados fueron la Escala de Satisfacción con la Vida de Diener, además, se utilizó un ítem que evaluó el grado de

felicidad que por lo general experimentaban las personas examinadas. La población estuvo integrada por 163 personas: 81 varones y 82 mujeres; se formaron cinco grupos de edades -20, 30, 40, 50 y 60 años. En los resultados obtenidos se logró verificar que la variable de género no tiene ningún tipo de interferencia en la felicidad determinando que esta no es ningún tipo de sesgo, identificando que tanto hombres como mujeres pueden ser igual de felices en una relación de pareja. Con respecto a la edad de las parejas se puede llegar a la conclusión que la felicidad no declina con el pasar del tiempo, por el contrario, esta se hace cada vez más fuerte puesto que las personas entre los 50 y 60 años comparten las estrechas con sus parejas. En cuanto a la relación entre estado conyugal y felicidad, se consiguió establecer que los sujetos que se encuentran consagrados bajo matrimonio son más felices que las personas que se hallaron en estado civil de solteros.

- En el año 2007, se realiza la investigación por el autor Díaz, E. M. de “*Bienestar subjetivo: midiendo satisfacción vital, felicidad y salud en población chilena de la Región Maule*”, partiendo del tipo de estudio correlacional, con el objetivo de evaluar el bienestar subjetivo a través de sus componentes cognitivo (satisfacción general y por dominios) y afectivo (felicidad), y analizar su relación con variables sociodemográficas, utilizando tres instrumentos la Escala de Felicidad Subjetiva (EFS) (Lyubomirsky, 1999), la Escala de Satisfacción con la Vida (ESV) (Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985) y el Índice de calidad de vida relativo a la salud (ICVRS, de Hennessy et al. 1994). Adicionalmente, se agregaron y administraron 4 reactivos tipo likert para evaluar creencias acerca de cuatro fuentes de felicidad: la familia, el trabajo, el ocio y los amigos. En general los resultados obtenidos evidenciaron que respecto a la felicidad no hay diferencias entre sexo, respecto a su estado civil los casados se reportan más felices que los solteros, pero no hay diferencia con los viudos o separados, en cuanto a la edad revelo que las personas con un menor nivel de felicidad están dentro los 25 años hacia atrás;

además se revela que su primera fuente de felicidad es la familia, seguida por el trabajo, el ocio y los amigos. Finalmente, las personas que son más felices y satisfechas con sus vidas tienen una mejor condición de salud.

- En un estudio exploratorio – no experimental que lleva por título “*Elementos mediadores de la felicidad y el bienestar subjetivo en hombres y mujeres*”, elaborado por Sánchez y Méndez (2011), junto con la participación de universitarios voluntarios de la ciudad de México, se tuvo por objetivo observar y explorar las diferencias entre los dos géneros en relación a la cultura, recursos personales, auto-monitoreo, y procesos de regulación emocional, a través de 10 instrumentos como son: Inventario de premisas histórico-socio-culturales de la expresión emocional de la felicidad (PHSCEEF, Sánchez Aragón y Díaz Loving, 2009), Prueba de percepción emocional (Sánchez Aragón et al., 2010), Evaluación multimétodo de expresión emocional-pictórica, Prueba de entendimiento emocional (Sánchez Aragón et al., 2008), Escala de auto-monitoreo (A-M, Sánchez Aragón, 2008), Escala de estrategias de regulación emocional (EERE, Sánchez Aragón y López Becerra, 2008), Estimación cognoscitiva de la regulación emocional para la felicidad (ECREF, Carrasco Chávez y Sánchez Aragón, 2008b), Escala de autoeficacia en el ejercicio de las estrategias de regulación emocional (Sánchez Aragón et al., 2008), Indicadores de utilidad (Sánchez Aragón et al., 2010 y la Escala de bienestar subjetivo (Murrieta Sánchez, 2004), obteniendo resultados diferenciales en las causas y consecuencias de la felicidad en ambos géneros, indicando que son las mujeres quienes reconocen más los efectos y las emociones que la desencadenan, debido a que tienen la creencia de que la felicidad, está en su expresión, autenticidad, autopercepción y extroversión principalmente con las amistades quienes les proporciona más bienestar, Además tienen la idea que quien esté cerca notan si se siente feliz, a diferencia de los varones quienes son más reservados y con tiene una baja expresión de la

felicidad debido a un mayor control de la expresión emocional, no obstante ambos creen que la felicidad debe de compartirse.

- El artículo científico “*Evaluación de la Felicidad: Análisis Psicométrico de la Escala de Felicidad Subjetiva en Población Chilena*”, realizado en el año (2011), por los autores Vera, Celis, y, Córdova. Esta investigación de tipo correlacional tuvo como objetivo, obtener indicadores preliminares de confiabilidad en la escala de Felicidad Subjetiva (Lyubomirsky & Lepper, 1999); instrumento que mide globalmente de la felicidad subjetiva; esta escala considera la felicidad desde la perspectiva de quien responde, asumiendo el supuesto que aun cuando existen diversos motivos para ser feliz, la mayoría de las personas tiene su propia idea de qué es ser feliz, cuando lo son o cuando no lo son, siendo capaces de reportarlo (Lyubomirsky, 2008). Se contó con la participación de 300 personas de la ciudad de Santiago de Chile (119 hombres y 181 mujeres) entre 13 y 75 años, los resultados de los 4 ítems correspondientes a este instrumento no evidenciaron ninguna diferencia entre hombres y mujeres teniendo en cuenta que dos ítems miden la caracterización de cómo se sienten consigo mismo y con los demás, y los otros dos ítems miden la felicidad en relación a las circunstancias de la vida y determinan que la infelicidad no siempre es patológica.

- “*Más que una manera de ser feliz: una tipología de felicidad conyugal*”. Esta investigación fue realizada por Rauer, A., Volling, B. en el (2013), realizado en la universidad de Michigan, con la participación de 59 parejas heterosexuales casadas, utilizando como instrumento una escala de 7 puntos de "perfectamente infeliz" a "perfectamente feliz", la cual evalúa qué tan felices están las parejas con su matrimonio, además, se evaluó la calidad conyugal con 25 ítems de Braiker y Kelley (1979). A través de un tipo de estudio exploratorio y según el tipo de compromiso se pretende identificar aquellos aspectos que hacen parejas felices e infelices. Con base en los principales resultados de esta investigación se halló que la resolución de conflictos, el

apoyo mutuo, la compañía, el respeto por las diferencias y el mantenimiento de la intimidad favorecen a la felicidad en pareja, teniendo en cuenta que la no obtención de dichos factores provoca la infelicidad aun sin importar el número de hijos, los años de casados y los ingresos socioeconómicos.

- El artículo científico “*Escala de felicidad en la pareja: Desarrollo y validación*”, fue desarrollado por Pozos, Rivera, Reyes y López Parra en el año 2013 en México, el tipo de investigación fue exploratorio, el objetivo del trabajo fue desarrollar y validar una escala de felicidad en la pareja, culturalmente adecuada y confiable que mide la evaluación de la felicidad en la pareja, así como los elementos que necesita una pareja para ser feliz. La población evaluada fue de 619 participantes voluntarios, 299 hombres y 320 mujeres, residentes de la ciudad de México, 345 casados y 274 solteros. En conclusión, entre los 65 reactivos hallados, los principales factores que determinan la felicidad en la pareja fueron Compromiso, Sexualidad, Exclusividad, Romance, Independencia, Bienestar económico y material, Tranquilidad, Mantenimiento, Comprensión empática y Estabilidad social.

- El artículo científico “*Felicidad general y felicidad en la pareja*”, fue realizado por Pozos, Rivera, Reidl, Vargas y López, en enero- junio del 2013 en la ciudad de México, el diseño de la investigación fue descriptivo y correlacional, de enfoque cuantitativo no experimental, su objetivo consistió en conocer el significado de la felicidad general por sexo y estado civil, la felicidad en la relación de pareja y las causas de la infelicidad en la relación. El instrumento se construyó con un cuestionario ex profeso con las siguientes frases cortas: “Para mí, la felicidad es...”, “Para ser feliz con mi pareja necesito...” y “Lo que me hace infeliz en mi relación de pareja es frases fueron analizadas mediante la técnica de redes semánticas naturales modificadas (Reyes, 1993). La población evaluada estuvo compuesta por 200 participantes voluntarios, 100 hombres y 100 mujeres (82 de ellos casados y 118 solteros). El rango de edad de la muestra fue

de 14-73 años. En los resultados arrojados por la investigación se encontró que las mujeres y los hombres establecen por igual que la felicidad es amor, familia, tener hijos, pareja, entre otros, para ser felices en su relación, se resalta que ambos sexos se inclinan por la necesidad de amor (cariño y afecto). El punto principal para sostener la solvencia de la relación se basa primordialmente en el amor. En conclusión, la felicidad en general y en pareja está determinada por el amor y ligada estrechamente con el respeto, la estabilidad emocional y económica, no se encuentran diferencias relevantes entre los sexos.

- *“La Felicidad y Bienestar Psicológico: Estudio Comparativo Entre Argentina y España”*, fue una investigación realizada en el año 2015 de tipo transversal-correlacional, por los autores Muratori, Zubieta, ubillos, Gonzales, y Bobowik, con el objetivo de comparar los niveles de felicidad y bienestar psicológico en los españoles y argentinos residentes en sus países. Se utilizó como instrumento un ítem de la Escala de Felicidad Subjetiva (Subjective Happiness Scale; Lyubomirsky & Lepper, 1999) y la escala de Bienestar Psicológico de Ryff (Díaz et al., 2006), aplicado a 355 participantes siendo 193 argentinos/as y 162 españoles/as. De acuerdo con los resultados encontrados, se está más cerca de la felicidad cuando se tienen relaciones positivas con los otros y un dominio del entorno, además, si se está casado o con pareja se potencializa el crecimiento personal y se genera un estado de bienestar subjetivo.

- El artículo científico *“Amor satisfaccion en la pareja y resolucion de conflictos en adultos jovenes”*, fue creado por, García, Fuentes y Sánchez, en agosto del 2016 en la paz Bolivia, el diseño de la investigación fue descriptivo y correlacional, el objetivo de este consistió en determinar la relación existente entre la actitud hacia el amor, los componentes del amor y la resolución de conflictos y la satisfacción en la pareja en adultos jóvenes, casados y convivientes de la provincia de Concepción. Utilizaron como instrumento la Escala de Ajuste Marital (LWMAT), Escala de Triangular del Amor, Conflicto Resolution Style Inventory (CRSI), Escala

hacia el amor, y un cuestionario sociodemográfico, participaron 160 sujetos heterosexuales, 97 mujeres y 63 hombres, de edades entre 23 y 40 años, quienes mantenían una relación mayor a un año, en los resultados obtenidos se logró determinar que en las parejas de los tres componentes del amor (pasión, compromiso e intimidad), compromiso es aquel que mayor puntuación obtiene determinando que este es un factor primordial para el bienestar de una relación. El eros es aquella actitud que presenta mayor tendencia a la satisfacción de las parejas, manteniendo así una relación activa, por otro lado, entre los estilos de resolución de conflictos se puede apreciar que las mujeres presentan mayor tendencia a la confrontación de los problemas, mientras que los hombres tienden a la sumisión de ellos, en conclusión las parejas independientemente del género, mientras posean habilidades para la resolución de conflictos, tendrán mayor capacidad para mantener una relación equilibrada y estable, puesto que el nivel de compromiso y amor (eros), permite un nivel más alto de satisfacción haciéndolas duraderas en el tiempo.

### **Nacional**

- El artículo científico “*Parejas satisfechas de larga duración en la ciudad de Cali*”, fue realizado por Acevedo, Restrepo y Tovar en el año 2007 en la ciudad de Cali- Colombia, el tipo de investigación se trata de un estudio exploratorio, multimodal, con un componente cualitativo y uno cuantitativo, el objetivo caracterizar a las parejas en la ciudad de Cali, Colombia, unidas por vínculo civil o religioso, que han logrado mantener relaciones estables y satisfactorias por un tiempo no inferior a 10 años, el instrumento utilizado fue la Escala de Satisfacción Marital (ESM), la escala de satisfacción marital de Pick y Andrade y una encuesta sociodemográfica, voluntariamente participaron 50 parejas, la edad promedio de los hombres fue de 55 años con valores mínimos y máximo de 35 y 91 respectivamente. En el caso de las mujeres la media fue de 50 años en un rango que iba de los 29 a los 75 años. La mayor parte de los hombres eran

universitarios y tenían estudios de postgrado, en tanto en las mujeres era menor la proporción con estudios de postgrado. En los resultados se logró determinar que hombres y mujeres reconocen que es importante la vida en pareja, la construcción del vínculo amoroso en la pareja. En el estudio las mujeres creen que es más importante el vínculo amoroso y los hombres piensan más sobre las consecuencias que acarrea. Ambos sexos dicen que la satisfacción en la pareja se debe a una buena comunicación y resolución conjunta de problemas, ambos sexos puntuaron como satisfechos en la escala.

- Los autores Acevedo, V. E., y Restrepo, L. en el año (2010) en la ciudad de Cali (Colombia) realizaron su investigación de “*Experiencias de parejas sobre vivir feliz en pareja*” de tipo cualitativo fenomenológico, en la cual utilizaron como instrumento la Cartilla “Vivir feliz en pareja” un material educativo, estructurado a partir de seis temas: creencias y costumbres, legados familiares; los hijos: educación y crianza, asuntos financieros, la expresión del afecto, y manejo del tiempo libre, con el objetivo de evaluar la cartilla para el enriquecimiento de la vida conyugal y su aporte a fin de generar nuevos materiales de apoyo para el trabajo psicoeducativo con parejas. Los participantes fueron doce de las cincuenta parejas que participaron en la primera fase de la investigación, "Parejas satisfechas de larga duración en la ciudad de Cali, Colombia" (Acevedo et al., 2007). Al analizar los resultados se obtuvo que las parejas manifiestan dar mayor importancia a temas relacionados con lo económico, la comunicación, el tiempo libre, el diálogo, la comprensión, el altruismo, la resolución de conflictos, la escucha, el control de las emociones, la tolerancia, el amor, y la fe, siendo esto lo que contribuye a la felicidad en pareja.

A partir de los antecedentes anteriores, se entiende que los factores más importantes para la felicidad en la pareja serían la sexualidad, el amor, la comunicación, el control emocional, la resolución de conflictos, el apoyo, la escucha, la tolerancia, la responsabilidad, el respeto, la

buena economía y la religión que traen consigo beneficios tales como la estabilidad emocional y psicológica, la duración de la relación y su sostenimiento.

## **4.2. Marco teórico**

# **Capítulo 1**

## **4.2.1 La felicidad**

Desde la antigüedad el interés y la necesidad de adquirir un conocimiento sobre la felicidad, ha motivado a que sea estudiada, investigada y definida a través de diferentes teorías: filosóficas, antropológicas, biológicas, psicológicas, económicas y religiosas, las cuales han desarrollado hipótesis a favor del sentido de la vida, la obtención de metas y el gozo personal, grupal e individual. (Martínez, Moya, Sanchez, y Ruiz, 2014).

Pero ¿qué es la felicidad?, a través de múltiples acercamientos y reflexiones en la filosofía clásica y moderna, grandes pensadores, identificaron similitudes generales en cuanto a que la felicidad es un bien supremo y el anhelo de toda la especie humana. (Alarcón, 2007).

Según el diccionario de la lengua española, define el vocablo “felicidad” como “el estado del ánimo que se ejecuta cuando se está bien y pleno, como satisfacción, gozo y regocijo y en últimas como un destino feliz”. Según el Diccionario Enciclopédico Santillana, felicidad es: “el deseo de cada persona, la satisfacción de lograr lo anhelado, alguna cosa que produce o favorece el estado de felicidad o la ausencia de sucesos displacenteros, indisposición, angustia, sufrimiento y desgracia (Alarcon, 2006, pp.3)

## Teorías sobre la felicidad

En la antigua Grecia surge la doctrina del Eudaimonismo, sosteniendo que el único fin del hombre es adquirir la felicidad (Eudaimonía), como símbolo de anhelo, pero si desea alcanzarla debe buscarla, evitando el sufrimiento, entendiendo que el placer y el displacer orientan las acciones de la vida; la felicidad es placer según Platón y sabiduría según Sócrates, por lo tanto, la mezcla de ambas permite en el hombre la satisfacción en la construcción de su vida. (Alarcón, 2007).

El gran filósofo griego Aristóteles (384-322 a.c.) afirma que la felicidad no es solo suerte, o algo que llega del exterior, la felicidad realmente es la consecuencia de una elección o acción. (Martínez, et al, 2014)

Asimismo, Aristóteles sostiene que el hombre tiene un buen comportamiento, es feliz y dichoso, debido a una vida recta y llena de sabiduría. (Alarcón, 2007).

En tanto, John Locke (1632-1704): dice que el hombre olvida que la felicidad no se debe a las circunstancias de la vida, sino a una disposición mental. (Martínez, et al, 2014).

La economía posee diferentes teorías que explican la felicidad (teoría de las necesidades, teoría de las aspiraciones, teoría de la utilidad y teoría de los estándares relativos). (Pozos, 2012).

La teoría de las necesidades de Maslow (1943 citado en pozos, 2012) sostiene que los individuos que experimentan un bienestar subjetivo y satisfacen las necesidades humanas universales son más felices al cubrirlas, por tanto, quien posee una buena economía para solventar sus necesidades básicas tendrá un mayor bienestar, físico, psicológico y social.

La teoría de las aspiraciones de Meadow, Mentzer, Rathz y Sirgy (citados por Pozos, 2012) afirman que la obtención de un deseo está en concordancia al grado de satisfacción o

insatisfacción personal, sostienen que la felicidad está en la obtención de los deseos y que la economía solo sirve en la medida que ayuda a lograrlos.

La teoría de la utilidad de Cantril (1965 citado en Pozos ,2012) indica que, si un país tiene mayores niveles de economía, habrá mayor bienestar en su población. Lo anterior se fundamenta en que, si el ingreso económico incrementa, mayor cantidad de necesidades serán solventadas.

(Producción y consumo)

La teoría de los estándares relativos, Parducci (citado por Fuentes, 2005) sustenta que la felicidad personal está directamente relacionada con las expectativas y aspiraciones de los sujetos en el momento actual y de las situaciones pasadas, según esto, si las personas se perciben en un mejor estado económico, son individuos más felices.

Por otra parte, hablar de felicidad es un asunto también de las neurociencias entre las cuales se encuentran la neuroanatomía, neurofisiología y neuropsicología.

Gracias a los avances de las investigaciones biológicas las ciencias han encontrado en el cerebro que la felicidad corresponde a un estado, derivado de la actividad de circuitos cerebrales, diseñados por la evolución del hombre para generar un bienestar subjetivo. (Muñoz, et al, 2013).

La felicidad es el contraste entre el hemisferio izquierdo y el hemisferio derecho del cerebro, encargándose la corteza prefrontal del lateral izquierdo de reflejar los sentimientos positivos y el lado derecho del cerebro los sentimientos negativos. (Davison, 2004)

George et al. (1995 como se citó en Muñoz et al, 2013), señala que la felicidad no es la desaparición o lo contrapuesto a la tristeza, sino que en esta participa una serie de neurotransmisores que han sido establecidos por experiencias de vida, constructos psicosociales y códigos genéticos. Es decir, que la felicidad no sólo depende de variables genéticas y neuroanatomías, sino también de factores psicosociales. (Pp.112-113)

“La Base Mundial de Datos sobre Felicidad” (World Data base of Happiness), a través de investigaciones psicológicas reportan que los estudios sobre felicidad han aumentado y tomando fuerza a partir de las décadas de los 60 y 70, orientados hacia el análisis de la felicidad en relación a elementos psicológicos; emocionales, cognitivos, sociales, económicos, demográficos, y etnológicos. (Alarcón, 2007).

Es fundamental mencionar el importante desarrollo de la psicología positiva planteada desde la década de 1990 por el creador, el Doctor Martin Seligman, el cual cuestiono a la psicología por limitarse únicamente a la patología; trastornos psicológicos, enfermedades físicas, violencia escolar, prejuicios, racismo entre otros, demostrando la importancia de estudiar de manera rigurosa los principios del bienestar psicológico, las emociones positivas, las fortalezas y las virtudes humanas que permiten que la vida tenga sentido, sin desestimar ni dejar a un lado que dentro de la psicología positiva está el manejo de los aspectos negativos que provocan sufrimiento. (Hervás, 2009).

Existe un abanico de variables significativas, como el optimismo, el humor, la creatividad, el agradecimiento, la resiliencia, las cualidades positivas, la valentía, la sabiduría, el altruismo y la satisfacción vital, siendo puntos claves de la investigación en psicología positiva. (Vera, 2006).

Sin embargo, cabe señalar que la psicología positiva no se puede confundir; ya que no es una inclinación filosófica, ni espiritual, no tiene como principal objetivo el crecimiento personal, no es un método mágico de autoayuda para alcanzar la felicidad, no busca atrapar seguidores, realmente y según lo planteado por el doctor Seligman, es una rama de la psicología cuyo objetivo principal es comprender las cualidades y emociones positivas del ser humano, las cuales han estado olvidadas por la psicología. (Vera, 2006).

Como se dijo anteriormente, el conocimiento de las emociones positivas y las investigaciones científicas pretende desde la psicología positiva, mejorar la calidad de vida y el bienestar subjetivo de las personas, además simboliza una nueva perspectiva para entender la psicología y la salud mental. (Vera, 2006).

## **Capítulo 2**

### **4.2.2 Medición de la felicidad**

Desde los años 90 y hasta la fecha, el tema de la felicidad ha motivado a múltiples investigadores tanto nacionales e internacionales a construir instrumentos que estadísticamente puedan medirla, teniendo estos como base, evidencias y hallazgos de aquellas investigaciones que iban surgiendo por el interés de validar aquello que se había utilizado; además de analizar cuáles serían los factores o condiciones que influían para ser feliz. (Betya y calvo, 2011).

Rodríguez, (2010) afirma que las variables psicológicas medidas en los instrumentos de la felicidad están asociadas con condiciones que pueden ser biológicas (género, salud, malformaciones), psicológicas (rasgos de personalidad, autoestima, valores, creencias) y socioculturales (matrimonio, ingreso económico, familia, marginación, entre otros), teniendo en cuenta que estas condiciones interactúan provocando respuestas positivas ante la felicidad.

Medir la felicidad resulta complejo, dado que está se ancla al presente, a los pensamientos, sentimientos y a la vida en general, tratándose de un fenómeno interior de cada persona, es decir que sería adecuado medir o al menos reconocer la felicidad por niveles y no catalogar las personas como felices e infelices. (Toribio, González, Valdez, González, 2012).

Algunos autores han elaborado instrumentos para medir la felicidad, utilizando uno o varios reactivos para distintas dimensiones, a continuación, se mencionarán los primeros hasta los

más recientes que se han compartido a través de artículos e investigaciones científicas, tal como lo expone Pozos et al, (2013, pp.1284-1285):

- Life as a Whole Index (Andrews & Whitney, 1976). Medida directa de la felicidad global con un solo reactivo.
- Satisfaction with life scale (Diener, Emmons, Larsen, & Griffi, 1985). Evaluación de la felicidad mediante la propuesta del bienestar subjetivo a través de cinco ítems.
- Escala de Bienestar Psicológico (Carullo, 2001). Evaluación de la felicidad mediante el bienestar psicológico con un total de 13 reactivos.
- “Escala multidimensional para la medición del bienestar subjetivo (Anguas, 2000/2005). Medida de felicidad a través de bienestar subjetivo con un total de 80 reactivos”
- “Escala de felicidad de Lima (Alarcón, 2006). Medida de felicidad personal con 27 ítems distribuidos en cuatro factores.

Alarcón, (2006) refiere que falta más investigación cuando se aplican las pruebas para medir la felicidad, ya que pueden existir confusiones en relación con la utilización del concepto, por lo que se hace necesario que se sigan elaborando instrumentos. Además, Betya, (2011) refiere que, para implementar estos instrumentos, se requiere de un conjunto de preguntas mínimas, que miden la felicidad de forma económica y eficiente, ya que las preguntas son contestadas rápidamente.

## Capítulo 3

### 4.2.3 Relaciones de pareja

Desde el momento en que nacemos, nuestra vida gira en torno a múltiples experiencias, relaciones sociales, conexiones y vínculos filiales, que permitirán la construcción de una historia de integración con el mundo y con los otros que nos rodean. ( Blandón y López ,2014).

Por lo tanto, en el transcurso de la vida se da una amplia amalgama de relaciones interpersonales, que son indispensables para el ser humano, entre ellas se encuentra la relación de pareja, la cual permite que las personas den y reciban amor, entrega, afecto, entre otros componentes. (Cervantes, 2011).

La relación de pareja se diferencia de los otros tipos de relaciones porque, no solo busca la satisfacción pasajera, sino la compañía y la entrega; se podría plantear, que la época y la historia cultural influye en el establecimiento, elección y mantenimiento de los vínculos de pareja. Blandón y López,(2014). Por lo general es una dinámica relacional que va a estar dada por diferentes medidas dependiendo de la sociedad donde esa relación se dé, estudiar el fenómeno de ser pareja amerita conocer el contexto cultural en donde ambos individuos han sido formados y donde se desenvuelven, ya que esto influirá directamente en la forma en que ambos ven y actúan dentro de una relación. (Maureira, 2011).

Hasta hace poco, en nuestro sistema social, las parejas estaban constituidas por un par de personas de diferentes sexos, los cuales decidían compartir su vida para siempre, apoyarse en la salud, en la enfermedad, en la tristeza, en la alegría, en la riqueza y en la pobreza o hasta que la muerte los separara, siendo un institución que tenía como fin y objeto social la creación de la familia; pero en la actualidad muchas personas no quieren comprometerse, ni crear una familia, en la contemporaneidad el concepto de pareja se ha hecho más amplio, el rol de la pareja y la familia en la sociedad ha ido cambiando a lo largo de los tiempos, en los últimos doscientos años, la familia ha pasado de unidad de producción a unidad de consumo. (García, 2002).

Cuando dos personas se unen en una relación, están en búsqueda de que sus anhelos se conviertan en realidad, por lo tanto, se espera que la expresión de afecto sea madura, capaz de complementar al otro, útil para la construcción de un refugio seguro contra el mundo, el cual

puede ser amenazante, en donde el otro sea un apoyo para los momentos difíciles y cruciales en la pareja, que permita tomar las mejores elecciones en la vida. (Acevedo y Restrepo, 2010)

En consecuencia, en la actualidad, entre los propósitos para incorporarse a una relación de pareja es recibir un trato digno y para ello intercambian algunos aspectos fundamentales tales como: el cuerpo; la sexualidad, los bienes económicos, la resolución de conflictos, el compromiso, la responsabilidad, las creencias religiosas, el amor, el afecto y la entrega, como elementos fundamentales para la construcción de la pareja. (García, 2002).

### **Pilares de las Relaciones de pareja**

Para el sostenimiento de la felicidad en la relación de pareja, existen elementos indispensables que la favorecen, entre estos factores los más importantes son: la sexualidad, el compromiso, la exclusividad, el romance, el bienestar económico y material, la tranquilidad, el mantenimiento, la empatía, el amor y el cariño. (Pozos, et al, 2013).

La sexualidad; representa la importancia del contacto íntimo en la relación. La exclusividad; representa la necesidad de interacción con la pareja. El romance; es la llama que da vida a la relación, es una etapa en donde abunda el afecto y la ilusión. El bienestar económico y material; simboliza que, la falta de estabilidad económica genera conflictos internos en la pareja ya que las responsabilidades son divididas. La tranquilidad; implica en la pareja conductas repetitivas que favorecen la estabilidad y el compromiso en la relación. El mantenimiento; además de ser indispensable para la estabilidad, implica resolver conflictos originarios de la convivencia, permite dar y recibir afecto, amor y compañía. La empatía; beneficia el altruismo,

brinda ayuda en la resolución de conflictos y promueve la satisfacción marital. (Pozos, et al, 2013).

En las relaciones de pareja el amor; está definido como una fuerte inclinación emocional hacia una persona y en un sentido más amplio hacia un grupo de personas u objetos, es un sentimiento humano universal, ya que tanto hombres como mujeres de distintas épocas, sociedades y niveles socioeconómicos han sido seducidos, perturbados, desconcertados por este poder, dominados por este sentimiento que muchos denominan mágico. (Garza, 2010)

Sternberg (como se citó en Mazadiego y Garcés, 2011) propuso la teoría triárquica del amor o componentes básicos en la trayectoria de una relación, realizó tres postulados indispensables para la relación de pareja, el compromiso, la intimidad y la pasión erótica, los cuales hacen referencia al interés y responsabilidad que se tiene con y hacia la pareja en donde se busca mantenerla por encima de los problemas, permitiendo un vínculo necesario para el crecimiento y la convivencia, con el objetivo de tener mayor confort, acercamiento y conexión generando un estado de deseo y atracción física, por el otro.

Al mismo tiempo Sternberg propone los 7 tipos de amor, El Cariño, el encaprichamiento, el amor vacío, el amor romántico, el amor sociable, el amor fatuo y el amor consumado, que combinados con los tres elementos; Compromiso, intimidad y pasión, da como resultado un grado intenso de pasión afecto y buena amistad. Indispensables para la conservación de la relación de pareja y el sostenimiento del matrimonio (Mazadiego y Garcés, 2011).

## CAPITULO 4

### 4.2.4 Felicidad en pareja

Si hablar de la felicidad general, en los seres humanos se hace complejo, debido a su variedad de definiciones, se hace aún más arduo entender y estudiarla particularmente en las parejas, por la gran vinculación que se tiene con diversos elementos, tales como las creencias, las costumbres, los legados familiares, la educación, la crianza de los hijos, los asuntos financieros, la expresión del afecto y el manejo del tiempo libre. (Pozos, et al, 2013).

Elegir una pareja es un proceso que se ha ido transformando a través de las distintas culturas y sociedades, anteriormente se elegía por lo económico, etnias e interés político de las familias, pero actualmente se han venido conformando con base en las metas, habilidades, gustos y objetivos con la libertad de elegir pareja a quien se desee, sin embargo, se siguen manteniendo otras variantes subjetivas para la formación de parejas. (Garrido, Reyes, Torres y Ortega, 2008).

Además Argyle (como se citó en pozos, et al, 2013) ha sugerido como aspectos importantes para la relación satisfacer las necesidades básicas tales como la comida, el vestido y el dinero, además, de obtener apoyo social, sexualidad e intimidad y por último realizar actividades lúdicas de esparcimiento, las cuales traen como consecuencia una gratificación mutua y una recompensa recíproca; en efecto varias investigaciones han identificado que los comportamientos espontáneos, la flexibilidad cognitiva, la persistencia, los elementos positivos y la creatividad en la pareja, facilita la resolución de conflictos y la calidad en las relaciones cotidianas.

Desde la psicología Bulcroft & O'Connor, (como se citó en pozos, et al, 2013) sostienen que una de las fuentes que incrementa o aumenta la felicidad está en relación con la interacción y compañía de personas cercanas y significativas como los compañeros, amigos, familia y la

pareja; siendo la pareja sin importar el sexo, quien juega el papel más importante para alcanzar la felicidad y un equilibrio emocional.

Según Diener & Myers, (como se citó en pozos, et al, 2013) afirmaron que entre más formalizada se encuentre la relación se es más feliz, en comparación con las personas que se encuentran solteras, divorciadas o viudas.

Hasta ahora las investigaciones encontradas sobre felicidad en pareja, han reportado que la obtención de la felicidad no depende del género, aunque se tiene variaciones en el concepto de felicidad por ejemplo, los hombres definen la felicidad según los beneficios que obtiene en su relación como atención, apoyo, cariño y sexo, por el contrario las mujeres a través del soporte social en la familia, la seguridad, la tranquilidad, la simpatía, el agrado y la confianza, experimentan un estado de felicidad; se espera que cada aspecto influya positivamente en la relación, fortaleciendo los lazos en la comunicación, la trasmisión y el vínculo en la pareja.(Pozos, et al,2013).

Las personas en una relación están en búsqueda de sueños y expectativas por alcanzar, independientemente del género y el estado civil, tener pareja, proporciona formar una familia, obtener lujos, tener seguridad financiera y algún tipo de reconocimiento social, a través de esto indudablemente los individuos serán felices. (Blais, Sabourin, Boucher y Vallerand, 1990).

La felicidad en la relación de pareja no tiene que ver con el género, sin embargo, toda relación que este dentro del grupo LGTBI son cuestionadas y discriminadas por creencias, que ha impuesto la sociedad al estereotipar o determinar que la unión y conformación de una pareja se da tan solo por la unión de dos personas del sexo opuesto.

No obstante, cuantitativamente a través Ubillos et al., (2001), Ubillos, Paéz y Zubieta (2003), Butler y cols. (1995) y Hendrick y Hendrick (1993) (como se citó en Rodríguez, Negroni, 2018) han clasificado dentro de las relaciones homosexuales un tipo de amor stronge, basado en la amistad, el compromiso duradero, el interés, el afecto, la convivencia, la intimidad y el cariño, seguido del ágape, el cual es una combinación del stroge y eros que favorece la relación y promueve la felicidad pues consiste en dar antes de recibir, exige un auto sacrificio y ser idealista.

Advirtiéndose también que se han identificado en este tipo de relaciones el pragma y el ludus como tipos de amor en relaciones más casuales, con menos expectativas hacia el futuro, donde le búsqueda de la pareja está regida por condiciones socioculturales. (Rodríguez y Negroni, 2018).

Con respecto a las características de amor que debe tener una relación, se ha encontrado que el colectivo LGTBI espera que una relación sea sincera, donde no se involucren terceros y no se presenten comportamientos de celos, control, dominación, promoviendo confianza, comunicación, igualdad, sean libres, amados y más que nada tengan la atención del uno al otro, donde ambos construyan sueños, se apoyen y se desarrollen como personas sanas y felices. (Rodríguez, Negroni, 2018)

Se puede concluir que la felicidad en la relación de pareja esta evaluada como el elemento emocional positivo de la relación, en donde sobresale el amor, el cariño y la necesidad de interacción constante de los miembros que la componen, siendo importante contar con aspectos materiales y/o económicos que ayuden a mantener la relación en el tiempo. (Pozos, et al, 2013).

### **4.3. Marco ético legal**

#### **Salud mental**

Según la O.M.S la salud mental es un estado perfecto y equilibrado de bienestar físico, mental y social, no solamente es la ausencia de enfermedades, por lo que abarca un amplio grado de actividades relacionadas con el bienestar, además está estrechamente relacionada con los programas de promoción y prevención de trastornos mentales, en donde se busca un diagnóstico oportuno, un adecuado tratamiento y rehabilitación de las personas perjudicadas. (O.M.S, 2013)

En Colombia prima la labor de promoción y prevención de la salud mental, fundamentada en el artículo 49 de la constitución política de Colombia la cual vela por la Calidad de vida de los colombianos, a través de estrategias y principios de Atención Primaria en Salud. (Ley 1616 de, 2013)

La salud mental está definida como un estado dinámico, relacionado directamente con la vida cotidiana, el comportamiento, la interacción, los recursos emocionales y mentales, además de las relaciones significativas esenciales para el bienestar general y el mejoramiento de la calidad de vida de las personas, por lo cual los programas de promoción y prevención, garantizan la atención integral e integrada en donde está incluida el diagnóstico, el tratamiento y la rehabilitación de trastornos mentales, por tal razón el estado se ve en la obligación de tener entidades que garanticen y prioricen la atención oportuna, el seguimiento y evaluación de los colombianos que estén en factor de riesgo. (Ley 1616 de ,2013)

Esto quiere decir que el ministerio de salud deberá involucrar en sus acciones la inclusión social, la eliminación del estigma, la discriminación, el buen trato, erradicar el acoso, el matoneo escolar, el consumo de sustancias psicoactivas, velando por la prevención del suicida, la

participación social, la seguridad económica y alimentaria, acciones de la vida cotidiana que afectan la calidad de vida de los colombianos, no obstante la Comisión de Regulación en Salud deberá incluir para la prevención, diagnóstico, tratamiento y rehabilitación, una amplia cobertura de actividades, procedimientos, intervenciones, insumos y dispositivos médicos que se requieran para la atención integral e integrada en salud mental . (Ley 1616 de ,2013)

Además, el Ministerio de Protección Social debe priorizar y promover la salud mental positiva, a través de la relación entre salud mental, medio ambiente, actividad física, seguridad alimentaria y nutricional como aspectos fundamentales en el desarrollo de la autonomía, garantizando a través de múltiples acciones la calidad de vida y el bienestar subjetivo de los colombianos. (Ley 1616 de ,2013)

### **Consideraciones éticas**

La presente investigación fue regida por la ley 1090 del 2006 del código deontológico del psicólogo, el cual regula las acciones frente a la investigación. El manejo de las fuentes estuvo de acuerdo con las normas vigentes que estipulan su utilización. Se procedió con el máximo de los cuidados con todo lo que tiene que ver con la participación de los estudiantes universitarios, los derechos de autor y lo que pueda significar respeto y rigor por el conocimiento.

Para la investigación, se contó primordialmente con la participación voluntaria de los estudiantes universitarios de Envigado que cumplieron con los criterios de inclusión, se realizó la firma del consentimiento informado donde se aclararon las siguientes cláusulas:

Clausula # 1; Se explicó a los participantes que la investigación tenía finalidades netamente académicas, no se recibió ni se cobró dinero por la participación en dicha investigación.

Clausula # 2; La información plasmada en la encuesta sociodemográfica y en la prueba psicométrica no fue alterada por ningún motivo, además la información se mantuvo de manera anónima.

Clausula # 3; No se completó la información faltante de las encuestas con información falsa que beneficie la investigación.

Clausula # 4; No se presionó u obligo a los estudiantes universitarios a responder la encuesta y la escala de la felicidad en pareja a favor de la investigación, las respuestas fueron de total autonomía por parte de los participantes.

## **5. Metodología**

### **5.1. Tipo de estudio**

Se realizó una investigación de corte cuantitativo, el tipo de estudio fue no experimental, ya que no se manipularon las variables del fenómeno ha estudiado, se observó en su ambiente natural, el tipo de diseño fue transversal, puesto que se evaluó en un único momento y lugar; el fenómeno de la felicidad en las relaciones de pareja en estudiantes universitarios, lo que permitió analizar y describir las variables obtenidas. El nivel fue correlacional, ya que el objetivo consistió en describir los factores demográficos y los componentes que determinan la felicidad en las relaciones de pareja.

### **5.2. Población**

Estudiantes universitarios residentes en el municipio de Envigado.

### 5.3 Muestra

La muestra no probabilística estuvo compuesta por 49 estudiantes universitarios de la Institución Universitaria de Envigado (IUE). La selección se realizó teniendo en cuenta los criterios de inclusión y exclusión.

#### 5.3.1 Criterios de inclusión

Hombres y mujeres con pareja sin importar su estado civil. Con edades entre los 18 y 29 años que estaban cursando una carrera universitaria en la IUE.

#### 5.3.2 Criterios de exclusión

Estudiantes universitarios que no vivían en el municipio de Envigado no participaron en la investigación.

### 5.4. Instrumento / técnicas de recolección

1. La Escala de la felicidad en pareja consta de dos partes: La primera indaga el nivel de felicidad de las personas en su relación con una sola pregunta: **En tu relación de pareja ¿Qué tan feliz estás?**, su formato de respuesta es tipo Likert con 10 opciones (1 totalmente infeliz-10 totalmente feliz); la segunda parte mide los elementos necesarios para ser felices en la relación con la frase: **Para ser feliz con mi pareja necesito** con 65 reactivos con formato de respuesta pictórico tipo diferencial semántico de cinco opciones (que van de mucho a nada). (Pozos, J. L, Rivera, S. , Reyes, I. y Lopez, M. 2013).

Las dimensiones que mide la escala de felicidad en la pareja son dos :

1) **Interacción positiva.** Esta compuesta por siete factores:

- **Romance;** describe las expresiones de afecto para la vida en pareja.
- **Compromiso;** conductas y cogniciones necesarias para entender y continuar la relación;

- **Exclusividad;** acuerdo implícito o explícito que indica la dedicación del espacio y tiempo disponible, donde se excluye a personas ajenas a la relación.
- **Mantenimiento;** son acciones y actividades que desarrollan las personas para que la relación se conserve.
- **Comprensión empática;** habilidad para entender la posición y la forma de ver las cosas desde el punto de vista del otro.
- **Sexualidad;** conjunto de sentimientos y experiencias eróticas que la persona experimenta con sí misma y/o en interacción con su pareja.
- **Independencia;** es la necesidad de mantener la individualidad dentro de la relación de pareja

2) **Estabilidad Básica;** está compuesta por tres factores:

- **Tranquilidad;** es la estabilidad en términos de patrones de conductas repetitivas y consistentes de la vida en pareja.
- **Bienestar económico-material;** enuncia la búsqueda y el uso de bienes materiales, seguridad económica y beneficios en la relación de pareja.
- **Estabilidad social;** Equilibrio que resulta de la integración de los elementos base para la relación de pareja.

Los criterios para su validez se obtuvieron a través de un estudio exploratorio de 188 indicadores para la escala, después de examinarlos, se les aplicó el análisis factorial de componentes principales con rotación ortogonal varimax-, eligiéndose los reactivos con cargas factoriales mayores a .40. Al final del análisis quedaron estimados 65 reactivos distribuidos en 10 factores: compromiso, sexualidad, exclusividad, romance, independencia, bienestar económico-

material, tranquilidad, mantenimiento, comprensión estabilidad social. ( Pozos, Rivera, Reyes, y Lopez, 2013, pp.1287)

Los resultados muestran una escala valida y confiable ya que mide e interroga la evaluación de la felicidad en la pareja y los elementos que necesita una pareja para ser feliz. ( Pozos, Rivera, Reyes, y Lopez, 2013).(pp.1280).

2. La encuesta sociodemografica incluyó la descripción de las características sociales y demográficas de la población joven universitaria del municipio de Envigado, tales como: edad, sexo, orientación sexual, estado civil, orientación religiosa, número de hijos, nivel educativo, tiempo de relación y estrato socio económico, los estudiantes marcaron con una x la respuesta que consideraban y se ajustaba mejor a su estilo de vida; la encuesta fue anónima.

## **5.5. Procedimiento**

A los estudiantes se les pidió la cooperación voluntaria para la participación en la investigación, a quienes accedieron a participar bajo las cuatro cláusulas establecidas en el consentimiento informado, se les proporcionó un instrumento en el cual estuvo incluido el objetivo general del estudio, se les explicó que debían realizar una encuesta sociodemográfica la cual constaba de 9 preguntas y su debida respuesta serie marcada con una (x). Por último, se indicó que la escala de la felicidad en pareja era un instrumento que tenía un formato de respuesta que constaba de cinco opciones que van de mucho a nada, conformado por 65 elementos necesarios para ser felices en la relación de pareja.

Inicialmente se realizó una prueba piloto a 10 personas con pareja entre ellos 5 hombres y 5 mujeres, para evidenciar si los instrumentos eran entendidos por la población joven universitaria,

se observó que los estudiantes no tenían alguna dificultad para resolver la escala. Luego se aplicó la encuesta sociodemográfica diseñada por las investigadoras y la Escala de felicidad en la pareja de Pozos, Rivera, Reyes y Lopez, a 49 estudiantes que cumplieron con los criterios de inclusión del estudio. Se llevó a cabo en la Institución Universitaria de Envigado en espacios convenidos con los coordinadores de las carreras de psicología, derecho, negocios internacionales e ingeniería del cuarto, quinto y sexto semestre.

Durante el proceso, se garantizó la confidencialidad y se les informó que los resultados sólo se utilizarían con fines de divulgación científica y académica.

### 5.6. Operacionalización de variables

| <b>Variable</b>       | <b>Definición</b>  | <b>Tipo o naturaleza</b> | <b>Categoría o valor</b>                    |
|-----------------------|--|--------------------------|---|
| Sexo                  | Condición orgánica, anatómica y fisiológica que distingue al macho de la hembra        | Cualitativa              | 1: Mujer<br>2: Hombre                       |
| Orientación sexual    | Gusto o atracción física por un hombre, o una mujer del mismo sexo o de diferente sexo | Cualitativa              | 1: Heterosexual<br>2: Homosexual o Bisexual |
| Edad                  | Tiempo transcurrido desde el nacimiento de una persona                                 | Cuantitativa             | Número natural                              |
| Orientación Religiosa | Inclinación o preferencia por una creencia hacia una divinidad.                        | Cualitativa              | 1: Católico<br>2: Otros                     |

|                        |  |              |  |
|------------------------|--|--------------|--|
| Tiempo de la relación  | Tiempo de compartir en una relación formal   | Cualitativa  | Número entero  |
| Estado civil           | Situación legal de una persona según el registro civil en función de si tiene o no pareja  | Cualitativa  | 1: Soltero<br>2: Casado o Unión libre<br>4: Separado<br>5: Viudo |
| Estrato socioeconómico | Agrupación social en la que se clasifica la posición económica en la sociedad  | Cualitativa  | 1: Bajo (2-3)<br>2: Medio (4)<br>3: Alto (5)                     |
| Interacción positiva   | Intercambio mutuo entre los miembros de la pareja en donde se resalta el amor, el cariño y la necesidad constante de compartir tiempo y espacio exclusivo con la pareja. | Cuantitativa | Número decimal   |
| Estabilidad básica     | Elementos fundamentales para alcanzar la felicidad en la relación.   | Cuantitativa | Número decimal   |

## 5.7. Análisis de datos

Se realizó un análisis univariado para responder a los dos primeros objetivos específicos, que incluyó la descripción de las variables de interés mediante medidas de tendencia central y dispersión para las variables de naturaleza cuantitativa, y, tablas de frecuencias para las cualitativas. Adicionalmente, se hizo un análisis bivariado mediante pruebas de hipótesis para responder al tercer objetivo del estudio, teniendo en cuenta la distribución de las variables.

Se realizaron comparaciones entre grupos utilizando la prueba U de Mann Whitney (para dos grupos) y la prueba Kruskal Wallis (para tres o más grupos). Además, se empleó el coeficiente de correlación de Spearman, medida de relación lineal entre dos variables aleatorias cuantitativas, con un nivel de significancia estadística  $<0,05$ . Los resultados se procesaron mediante el paquete estadístico SPSS versión 22 para Windows.

## 6. Resultados

### Análisis de resultados univariado

A partir de las respuestas de la encuesta sociodemográfica representadas en la *Tabla,1* se encontró que la mayoría de la población participante corresponde al género femenino, la Orientación sexual más predominante es heterosexual y la religión dominante es católica, entre las edades, la edad media de los participantes pertenece a los 22 años, con una edad mínima de 19 años y una edad máxima de 29 años, el 75% de los participantes reportaron 24 años o menos , el 50% 21 años más o menos y el 25% 19 años o menos, dentro de la variable de estado civil se encuentra que el 69.4% de los estudiantes están solteros y un 30.6% de estos se encuentran en estado de unión libre o casados, el estrado socio- económico predominante es el bajo con un 67.3 %, seguido del medio con un 26.5% y en su minoría alto con un 6.1 %. Finalmente, se encuentra que el 75% de la población tienen 78 meses o menos de tiempo de relación, el 50% más o menos 48 meses y el 25% 12 meses o menos de relación.

**Tabla 1**

*Descripción de los componentes sociodemográficos un estudio en jóvenes universitarios*

| <b>Variable</b>           | <b>Categoría</b> | <b>N</b> | <b>Porcentaje valido</b> |
|---------------------------|------------------|----------|--------------------------|
| <b>Sexo</b>               | Mujer            | 35       | 71.4                     |
|                           | Hombre           | 14       | 28.6                     |
| <b>Orientación sexual</b> | Heterosexual     | 45       | 91.8                     |
|                           | Homo-Bisexual    | 4        | 8.2                      |
| <b>Religión</b>           | Católica         | 34       | 69.4                     |
|                           | Otras            | 15       | 30.6                     |
| <b>Edad</b>               | Percentil25%     | 19       | ----                     |
|                           | Percentil50%     | 21       | ----                     |
|                           | Percentil 70%    | 24       | ----                     |
| <b>Estado civil</b>       | Soltero          | 34       | 69.4                     |
|                           | casado-U. Libre  | 15       | 30.6                     |

|                               |               |    |       |
|-------------------------------|---------------|----|-------|
| <b>Estrato socioeconómico</b> | Bajo          | 33 | 67.3  |
|                               | Medio         | 13 | 26.5  |
|                               | Alto          | 3  | 6.1   |
| <b>Tiempo de relación</b>     | Percentil 25% | 12 | ----- |
|                               | Percentil 50% | 48 | ----- |
|                               | Percentil 70% | 78 | ----- |

Al comparar la puntuación de la muestra respecto a la puntuación de referencia de los componentes relacionados con la felicidad en la pareja, se tiene que en general el compromiso, la sexualidad, la exclusividad, la independencia, el bienestar económico-material, la tranquilidad, el mantenimiento, la comprensión empática y el bienestar social, en estudiantes universitarios de Envigado están dentro de una puntuación media, mientras que es el componente del romance es el que más aporta a la felicidad dentro de la relación de pareja (ver tabla 2).

**Tabla 2**

*Descripción de los componentes de la felicidad en parejas jóvenes de envigado una muestra en estudiantes universitarios*

| <b>Factores</b>                     | <b>Puntuación de la muestra</b> |           | <b>Puntuación de referencia</b> |           |
|-------------------------------------|---------------------------------|-----------|---------------------------------|-----------|
|                                     | <b>X</b>                        | <b>DS</b> | <b>Li</b>                       | <b>Ls</b> |
| <b>Compromiso</b>                   | 48.32                           | 8.46      | 40.65                           | 53.61     |
| <b>Sexualidad</b>                   | 46.69                           | 6.17      | 35.13                           | 52.99     |
| <b>Exclusividad</b>                 | 33.32                           | 4.21      | 28.47                           | 39.37     |
| <b>Romance</b>                      | 38.83                           | 3.42      | 25.15                           | 34.17     |
| <b>Independencia</b>                | 19.46                           | 3.57      | 15.88                           | 23.94     |
| <b>Bienestar económico-material</b> | 15.51                           | 4.77      | 8.79                            | 17.73     |
| <b>Tranquilidad</b>                 | 12.42                           | 3.70      | 6.53                            | 15.55     |
| <b>Mantenimiento</b>                | 21.89                           | 3.38      | 16.82                           | 24.28     |
| <b>Comprensión empática</b>         | 18.14                           | 2.08      | 13.97                           | 19.67     |
| <b>Bienestar social</b>             | 12.57                           | 4.09      | 11.51                           | 19.01     |

*Nota:* x= media de la muestra, DS: Desviación estándar, Li: Límite inferior, Ls: Límite superior.

### Análisis resultados bivariado

Analizando los datos por género *Tabla 3*, los resultados muestran que entre hombres y mujeres el factor de sexualidad, exclusividad, bienestar económico y bienestar social las mujeres puntuaron más alto en comparación con los hombres, el factor compromiso presenta una puntuación mayor en los hombres, aun así no se encuentra diferencias estadísticamente significativas, respecto a los factores de mantenimiento y comprensión empática la puntuación mediana es igual en ambos grupos, por otro lado, se observa una diferencia estadísticamente significativa en el factor de tranquilidad ( $p=0.028$ ), indicando que los hombres en las relaciones e areja presentan mayor tranquilidad en el Control, las Costumbre, los Hábitos, la Rutina y la monotonía en la relación.

**Tabla 3**

*Análisis correlacional entre género y factores que miden la felicidad en la pareja*

| Factores                            | Mujeres       |      | Hombres       |     | U de Mann Whitney | Valor P |
|-------------------------------------|---------------|------|---------------|-----|-------------------|---------|
|                                     | Mediana (R.I) |      | Mediana (R.I) |     |                   |         |
| <b>Compromiso</b>                   | 50.0          | 10.0 | 51.5          | 9.5 | 245.000           | 1.000   |
| <b>Sexualidad</b>                   | 50.0          | 9.0  | 46.5          | 8.5 | 199.000           | 0.307   |
| <b>Exclusividad</b>                 | 34.0          | 7.0  | 32.5          | 5.5 | 195.500           | 0.271   |
| <b>Romance</b>                      | 31.0          | 6.0  | 30.0          | 8.0 | 224.500           | 0.647   |
| <b>Independencia</b>                | 20.0          | 5.0  | 20.5          | 6.0 | 230.500           | 0.747   |
| <b>Bienestar económico-material</b> | 15.0          | 7.0  | 13.5          | 5.5 | 175.500           | 0.122   |
| <b>Tranquilidad</b>                 | 12.0          | 5.0  | 14.0          | 2.5 | 146.000           | 0.028*  |
| <b>Mantenimiento</b>                | 23.0          | 6.0  | 23.0          | 6.0 | 231.000           | 0.752   |
| <b>Comprensión empática</b>         | 19.0          | 2.0  | 19.0          | 2.3 | 213.500           | 0.474   |
| <b>Bienestar social</b>             | 13.0          | 7.0  | 12.5          | 4.8 | 240.500           | 0.920   |

Nota= \* el valor de  $p < .05$  muestra diferencia entre los valores estadísticos.

Los resultados hallados en la *Tabla,4* muestran que los heterosexuales en los factores de exclusividad, romance y bienestar social puntúan más alto en comparación a los homosexuales-bisexuales, quienes en los factores de compromiso, independencia y mantenimiento puntuaron más alto, aunque en estos no se halla una diferencia estadísticamente significativa, para los factores de sexualidad, bienestar económico material, tranquilidad y comprensión empática la puntuación mediana es igual en ambos grupos, Lo cual muestra que la orientación sexual no influye en la felicidad en la relación en la pareja.

**Tabla 4**

*Análisis entre la orientación sexual y factores de la felicidad en la pareja*

| <b>Factores</b>                              | <b>Heterosexual<br/>Mediana (R.I)</b> |      | <b>Homo-Bisexual<br/>Mediana (R.I)</b> |      | <b>U de Mann<br/>Whitney</b> | <b>Valor P</b> |
|--|---------------------------------------|------|--|------|------------------------------|----------------|
| <b>Compromiso</b>                            | 50.0                                  | 10.5 | 52.5                                   | 0.0  | 46.000                       | 0.115          |
| <b>Sexualidad</b>                            | 48.0                                  | 8.5  | 48.5                                   | 17.5 | 89.500                       | 0.986          |
| <b>Exclusividad</b>                          | 34.0                                  | 5.5  | 33.0                                   | 11.8 | 77.500                       | 0.660          |
| <b>Romance</b>                               | 31.0                                  | 6.0  | 29.0                                   | 6.5  | 75.000                       | 0.609          |
| <b>Independencia</b>                         | 20.0                                  | 5.5  | 21.5                                   | 3.3  | 58.500                       | 0.261          |
| <b>Bienestar<br/>económico-<br/>material</b> | 15.0                                  | 7.5  | 15.0                                   | 7.5  | 65.000                       | 0.385          |
| <b>Tranquilidad</b>                          | 13.0                                  | 4.0  | 13.0                                   | 9.3  | 88.500                       | 0.958          |
| <b>Mantenimiento</b>                         | 23.0                                  | 6.0  | 24.5                                   | 2.5  | 55.000                       | 0.217          |
| <b>Comprensión<br/>empática</b>              | 19.0                                  | 3.0  | 19.5                                   | 1.0  | 47.000                       | 0.124          |
| <b>Bienestar social</b>                      | 13.0                                  | 6.5  | 11.5                                   | 3.3  | 82.000                       | 0.792          |

Nota: \* el valor de  $p < .05$  muestra diferencia entre los valores estadísticos.

De acuerdo con la *Tabla 5* se encuentra que el factor de sexualidad, exclusividad, romance, independencia, bienestar económico-material, comprensión empática y bienestar social tienen una puntuación más alta en la mediana el grupo de los católicos en comparación con otras religiones, sin embargo no se encuentra una diferencia estadísticamente significativa entre ambas, para el factor de compromiso y tranquilidad se encuentra una mayor puntuación en el grupo de otras

religiones, aunque no se encuentre diferencias estadísticamente significativas entre los grupos, y finalmente el factor de mantenimiento presenta una puntuación mediana igual en ambos grupos, demostrando que la orientación religiosa no interviene en la felicidad de las parejas jóvenes universitarias.

**Tabla 5**

*Análisis entre la orientación religiosa y los factores de la felicidad en la pareja*

| <b>Factores</b>                     | <b>Católica</b>      |     | <b>Otras</b>         |      | <b>U de</b>    | <b>Valor P</b> |
|-------------------------------------|----------------------|-----|----------------------|------|----------------|----------------|
|                                     | <b>Mediana (R.I)</b> |     | <b>Mediana (R.I)</b> |      | <b>Mann</b>    |                |
|                                     |                      |     |                      |      | <b>Whitney</b> |                |
| <b>Compromiso</b>                   | 50.5                 | 9.0 | 51.0                 | 12.0 | 212.000        | 0.348          |
| <b>Sexualidad</b>                   | 49.0                 | 8.3 | 46.0                 | 16.0 | 177.000        | 0.090          |
| <b>Exclusividad</b>                 | 34.0                 | 7.0 | 32.0                 | 6.0  | 237.500        | 0.703          |
| <b>Romance</b>                      | 31.0                 | 4.8 | 30.0                 | 7.0  | 207.000        | 0.293          |
| <b>Independencia</b>                | 20.0                 | 4.3 | 18.0                 | 8.0  | 179.000        | 0.097          |
| <b>Bienestar económico-material</b> | 15.0                 | 6.5 | 14.0                 | 9.0  | 205.000        | 0.276          |
| <b>Tranquilidad</b>                 | 12.5                 | 3.5 | 13.0                 | 5.0  | 253.000        | 0.965          |
| <b>Mantenimiento</b>                | 23.0                 | 4.3 | 23.0                 | 8.0  | 232.500        | 0.618          |
| <b>Comprensión empática</b>         | 19.0                 | 2.0 | 18.0                 | 3.0  | 198.000        | 0.204          |
| <b>Bienestar social</b>             | 13.5                 | 7.0 | 12.0                 | 4.0  | 232.000        | 0.616          |

*Nota:* \* el valor de  $p < .05$  muestra diferencia entre los valores estadísticos.

En la tabla 6 , se observa que en el grupo de los solteros los factores de sexualidad, tranquilidad, comprensión empática y bienestar social tienen mayor puntuación en comparación a los casados/unión libre, pero no se encuentra diferencia estadísticamente significativa entre ambos grupos, en los factores de compromiso, exclusividad, romance y mantenimiento se encuentra que el grupo de los casados/unión libre obtienen mayor puntuación que el grupo de los solteros, pero tampoco se hallan diferencias estadísticamente significativas, en los resultados se observa una puntuación igual en la mediana de ambos grupos en los factores de independencia y bienestar económico material. Determinando que en los jóvenes universitarios el estado civil no tiene ninguna influencia sobre felicidad en la relación de pareja.

**Tabla 6***Análisis entre estado civil y factores de la felicidad en la pareja*

| Factores                            | Soltero       |     | Casado-Unión libre |       | U de Mann<br>Whitney | Valor P |
|-------------------------------------|---------------|-----|--------------------|-------|----------------------|---------|
|                                     | Mediana (R.I) |     | Mediana            | (R.I) |                      |         |
| <b>Compromisos</b>                  | 50.5          | 9.5 | 51.0               | 11.0  | 232.500              | 0.623   |
| <b>Sexualidad</b>                   | 48.0          | 9.0 | 47.0               | 10.0  | 224.500              | 0.507   |
| <b>Exclusividad</b>                 | 33.0          | 6.3 | 35.0               | 6.0   | 209.000              | 0.317   |
| <b>Romance</b>                      | 30.5          | 5.5 | 33.0               | 7.0   | 205.500              | 0.278   |
| <b>Independencia</b>                | 20.0          | 6.0 | 20.0               | 6.0   | 228.500              | 0.563   |
| <b>Bienestar económico-material</b> | 15.0          | 7.0 | 15.0               | 8.0   | 233.500              | 0.640   |
| <b>Tranquilidad</b>                 | 13.0          | 5.0 | 12.0               | 3.0   | 233.500              | 0.639   |
| <b>Mantenimiento</b>                | 23.0          | 5.3 | 24.0               | 7.0   | 245.000              | 0.825   |
| <b>Comprensión empática</b>         | 19.0          | 2.0 | 18.0               | 2.0   | 186.500              | 0.127   |
| <b>Bienestar social</b>             | 13.0          | 4.3 | 12.0               | 7.0   | 244.000              | 0.811   |

*Nota:* \* el valor de  $p < .05$  muestra diferencia entre los valores estadísticos.

Según la tabla, 7 se reportan los resultados del estrato socioeconómico en donde se observa que los factores de compromiso, exclusividad y romance, tienen mayor puntuación en el estrato medio en comparación a los otros, los factores de sexualidad y bienestar social poseen una mayor puntuación en el estrato alto en comparación a los otros, asimismo, se identifica que en el estrato económico bajo y medio los factores de independencia, tranquilidad, bienestar económico material y mantenimiento tienen la misma puntuación en la mediana, finalmente se halla que el factor de comprensión empática tiene el mismo puntaje en la mediana en los tres estratos (bajo, medio, alto), por lo tanto, no se encuentran ninguna diferencia significativa entre los factores de felicidad y el estrato socioeconómico de las parejas jóvenes universitarias.

**Tabla 7***Análisis entre el estrato socioeconómico y los factores de la felicidad en la pareja*

| <b>Factores</b>                     | <b>E. Bajo</b> |     | <b>E. Medio</b> |      | <b>E. Alto</b> |     | <b>Kruskal</b> | <b>Valor P</b> |
|-------------------------------------|----------------|-----|-----------------|------|----------------|-----|----------------|----------------|
|                                     | <b>Mediana</b> |     | <b>Mediana</b>  |      | <b>Mediana</b> |     | <b>Wallis</b>  |                |
|                                     | <b>(R.I)</b>   |     | <b>(R.I)</b>    |      | <b>(R.I)</b>   |     |                |                |
| <b>Compromiso</b>                   | 51.0           | 8.5 | <b>52.0</b>     | 9.0  | 33.0           | 0.0 | 6.990          | 0.030          |
| <b>Sexualidad</b>                   | 48.0           | 8.0 | 50.0            | 12.0 | <b>51.0</b>    | 0.0 | 0.047          | 0.977          |
| <b>Exclusividad</b>                 | 33.0           | 6.0 | <b>34.0</b>     | 6.0  | 30.0           | 0.0 | 0.213          | 0.899          |
| <b>Romance</b>                      | 31.0           | 5.0 | <b>32.0</b>     | 8.0  | 27.0           | 0.0 | 0.747          | 0.689          |
| <b>Independencia</b>                | 20.0           | 5.5 | 20.0            | 5.5  | 18.0           | 0.0 | 1.002          | 0.606          |
| <b>Bienestar económico-material</b> | 15.0           | 6.0 | 15.0            | 8.5  | 17.0           | 0.0 | 1.453          | 0.484          |
| <b>Tranquilidad</b>                 | 13.0           | 4.0 | 13.0            | 5.0  | 12.0           | 0.0 | 0.519          | 0.771          |
| <b>Mantenimiento</b>                | 23.0           | 6.0 | 23.0            | 6.0  | 21.0           | 0.0 | 1636           | 0.441          |
| <b>Comprensión empática</b>         | 19.0           | 2.5 | 19.0            | 2.5  | 19.0           | 0.0 | 0.207          | 0.902          |
| <b>Bienestar social</b>             | 13.0           | 6.0 | 11.0            | 6.5  | 14.0           | 0.0 | 0.075          | 0.963          |

*Nota:* \* el valor de  $p < .05$  muestra diferencia entre los valores estadísticos.

En cuanto a la edad y los factores de felicidad en la pareja en la tabla 8, se observa que el factor de bienestar social presenta una correlación positiva, ( $p=0.006$ ) con la edad, lo cual demuestra que a mayor edad mayor bienestar social en las relaciones de parejas en donde el tener casa, hijos y trabajo es indispensable y prioritario. Sin embargo, los factores de comprensión, sexualidad, exclusividad, romance, independencia, bienestar económico-material tranquilidad, mantenimiento y comprensión empática, no presentan ninguna correlación con la edad.

**Tabla 8**  
*Correlación entre la edad y los factores de la felicidad*

| <b>Factores</b>                     | <b>Coefficiente de correlación</b> | <b>Valor P</b> |
|-------------------------------------|------------------------------------|----------------|
| <b>Compromiso</b>                   | -0.039                             | 0.790          |
| <b>Sexualidad</b>                   | 0.034                              | 0.814          |
| <b>Exclusividad</b>                 | 0.098                              | 0.503          |
| <b>Romance</b>                      | 0.155                              | 0.286          |
| <b>Independencia</b>                | -0.025                             | 0.864          |
| <b>Bienestar económico-material</b> | 0.144                              | 0.323          |
| <b>Tranquilidad</b>                 | 0.187                              | 0.197          |
| <b>Mantenimiento</b>                | 0.045                              | 0.758          |
| <b>Comprensión empática</b>         | 0.025                              | 0.865          |
| <b>Bienestar social</b>             | 0.392                              | 0.006*         |

*Nota:* \* el valor de  $p < .05$  muestra diferencia entre los valores estadísticos.

Finalmente, en la tabla 9, se muestran los resultados de la correlación entre tiempo de relación y los factores de la felicidad en la pareja, dichos resultados no arrojaron ningún tipo de correlación existente entre ambas variables, indicando que el tiempo de relación no influye en la felicidad de las parejas jóvenes universitarias del municipio de Envigado.

**Tabla 9**  
*Correlación entre tiempo de relación y los factores de la felicidad*

| <b>Factores</b>                     | <b>Coefficiente de correlación</b> | <b>Valor P</b> |
|-------------------------------------|------------------------------------|----------------|
| <b>Compromiso</b>                   | -0.031                             | 0.832          |
| <b>Sexualidad</b>                   | -0.179                             | 0.219          |
| <b>Exclusividad</b>                 | 0.142                              | 0.330          |
| <b>Romance</b>                      | 0.135                              | 0.354          |
| <b>Independencia</b>                | 0.041                              | 0.779          |
| <b>Bienestar económico-material</b> | -0.004                             | 0.978          |
| <b>Tranquilidad</b>                 | 0.022                              | 0.879          |
| <b>Mantenimiento</b>                | 0.053                              | 0.717          |
| <b>Comprensión empática</b>         | 0.037                              | 0.801          |
| <b>Bienestar social</b>             | 0.172                              | 0.237          |

*Nota:* \* el valor de  $p < .05$  muestra diferencia entre los valores estadísticos.

## 7. Discusión

El propósito de esta investigación consistió en describir los factores sociodemográficos e identificar los componentes de la felicidad que influyen en las relaciones de parejas jóvenes universitarias del municipio de Envigado.

Los resultados permitieron distinguir que el romance es el factor que más aporta a la felicidad en la relación de pareja, este factor es conformado por los abrazos, el afecto, las caricias, la ternura, la entrega y la armonía, los cuales juegan un papel importante en la felicidad de las parejas. Estos resultados guardan correspondencia con Pozos, Rivera, Redil, Vargas y López (2013) dentro de su investigación, "*Felicidad general y felicidad en la pareja*" encontraron que ambos sexos se inclinan por la necesidad de cariño y afecto, permitiendo el sostenimiento y la solvencia de la relación. Asimismo, Acevedo, E y Restrepo, L. (2010), al evaluar el tema de la felicidad en las relaciones de pareja estos autores confirman que la expresión del afecto; las caricias, las palabras amorosas, el reconocimiento, la entrega y la armonía, dan nuevos significados a las experiencias y la expresión del sentir en pareja.

Por otra parte, los resultados hallados en esta investigación, registraron que los factores de sexualidad, exclusividad, independencia, comprensión empática, bienestar económico material, compromiso, independencia y bienestar social tienen una puntuación media, indicando que los jóvenes universitarios del municipio de Envigado, se encuentran dentro de los límites normales para estos factores y que estos a su vez no representan relevancias significativas en la felicidad de las parejas.

Sin embargo, García, Fuentes y Sánchez (2016) por otro lado enuncian que, los componentes más relevantes de la felicidad en una relación de pareja son; el compromiso,

seguido por la intimidad y la pasión, los cuales ayudan a consolidar una relación positiva y significativa, promoviendo la satisfacción y el bienestar en la pareja.

Además, Ojeda, Torres y Moreira, 2010 (como se citó en García, Fuentes y Sánchez, 2016), plantean, el compromiso como una construcción en la relación de pareja dentro del ciclo vital, respondiendo a expectativas tales como: el rol en la pareja, los deberes, los sentimientos y emociones que llevan a la unificación psicológica de ambos para la continuidad de la relación y a través de sus experiencias moldear el futuro. Ortiz y García (como se citó en Díaz y Rojas, 2010) afirman que la sexualidad es un proceso que acompaña la vida humana, donde el ser humano comparte experiencias gratificantes en sus encuentros sexuales, aumentando la libertad en la expresión de sus deseos a plenitud.

Alarcón (2001) encontró que no existen diferencias significativas al comparar la variable género con la felicidad o satisfacción en la vida en pareja, puesto que, las medias aritméticas obtenidas por hombres y mujeres determinaron que ambos son felices. Resultados que no guardan correspondencia con lo hallado, puesto que los hombres en la escala de felicidad en la pareja presentan diferencias significativas en el factor de tranquilidad, indicando que ellos mantienen una mayor serenidad en las relaciones de pareja en comparación con las mujeres, en donde los hábitos y las costumbres les facilitan construir con calma y equilibrio una buena relación, aportando al funcionamiento y control de esta. Sin embargo, Argyle y Lu, (como se citó en Alarcón, 2001) sostienen que el origen de la felicidad y la satisfacción con la vida pueden ser diferentes para mujeres y varones.

En cuanto a las variables de compromiso, sexualidad, bienestar económico material, bienestar social, romance, exclusividad, independencia y mantenimiento, no se encontró ninguna diferencia significativa entre hombres y mujeres, lo cual significa que ambos en las relaciones de

pareja necesitan de estos componentes para ser felices, es así como en iguales proporciones disfrutan del buen sexo, de la compañía, del bienestar, de la entrega, del compartir juntos y de las actitudes que les permiten tomar buenas decisiones en la relación.

A diferencia, Mazadiego y Norberto (2011) encontraron que en las relaciones de pareja los hombres prefieren en alto grado relaciones de intimidad y pasión por encima de cualquier otra cosa, dejando de lado el compromiso; a diferencia de las mujeres las cuales buscan relaciones comprometidas y menos sexuales.

En relación con la orientación sexual y religiosa en la población joven universitaria no se encuentra ninguna diferencia relevante y significativa, que demuestre que ambas influyen en la felicidad en las relaciones de pareja, en cambio, Swinyard, Kau y Phua (como se citó en Alarcón, 2002) examinaron las relaciones entre felicidad, materialismo y experiencia religiosa, encontrando que las personas son felices si tienen una relación positiva con la religiosidad. Viendo, su religión no como algo que ellos "hacen", sino como lo que ellos "son".

Albornoz, 2009 (como se citó García et al, 2017) también encontró, que no existen diferencias en los componentes de la felicidad y el amor, de acuerdo con su orientación sexual, aunque sí según el sexo, pues los hombres (heterosexuales y homosexuales) obtenían niveles más altos en compromiso dentro de las relaciones de pareja, seguido de la intimidad y en último lugar la pasión. Las mujeres, en cambio, puntúan más alto en intimidad y, luego, el compromiso y la pasión. Respecto a las diferencias por orientación sexual, Peplau & Fingerhut, 2007 (como se citó en García et al, 2017) determinan que anteriormente se consideraba a las personas homosexuales en comparación con los heterosexuales como infelices. Por consiguiente, Araguez, 2012 (como se citó en García et a, 2017) encontró que no existe una diferencia significativa entre los niveles de bienestar psicológico en parejas heterosexuales y homosexuales argentinas en convivencia.

Los resultados muestran que el estado civil no influye en la felicidad de las relaciones de pareja, tanto los solteros como aquellos que se encuentran casados o en unión libre disfrutan de igual forma de la relación de pareja sin importar su estado civil, Erbes y Heddderson, (1984 como se citó en Veenhoven, 1998) concluyen que: “...El bienestar psicológico afecta al estado civil y no el estado civil al bienestar psicológico” (p.937).

. Myers, Diener, Lu, 2000 (como se citó en Alarcón, 2001) estiman que la felicidad no obedece totalmente a factores externos, sino que usualmente guarda correspondencia con el género, la edad, el estatus socioeconómico y la raza. Sin embargo, se encontró que la felicidad de las parejas jóvenes universitarias no depende del estrato socioeconómico, ni del tiempo de relación, pero guarda correspondencia con lo planteado por Wood, Rhodes y Whelan, 1989 (como se citó en Alarcon, 2001), cuando dicen que depende del género y la edad, puesto que a más edad mayor bienestar social, cuando las parejas aumentan de edad esto trae consigo madurez y equilibrio lo que ayuda a solventar y conformar relaciones más estructuradas, es preciso decir que con el pasar del tiempo el tener casa, familia, trabajo y dinero se convierten en prioridades que contribuyen al bienestar psicológico y a la felicidad en la pareja.

Para finalizar cabe señalar que esta investigación al ser de tipo transversal y no longitudinal, no puede evaluar constantemente las variables que influyen en la felicidad de la población joven universitaria, debido a esto no se permite determinar si los componentes encontrados son constantes o varían circunstancialmente, de modo que, esto podría ser una limitación a la hora de identificar los componentes que influyen en la felicidad de las parejas

## 8. Conclusiones

La presente investigación se dedicó a encontrar cuales componentes de la escala de felicidad son importantes e indispensables en las relaciones de pareja para ser felices. En el desarrollo de este trabajo de investigación, se han logrado, los objetivos planteados inicialmente.

En conclusión, la felicidad en parejas jóvenes universitarias está unida directamente al romance, en donde las demostraciones de amor y afecto son importantes y necesarias para el mantenimiento de la felicidad en la pareja, puesto que este factor es el que mayor otorga placer en las relaciones. Cuando se habla de cuales factores hacen más felices a las parejas se llega a pensar que la sexualidad y el bienestar económico material son los que presentan mayor implicación, pero los hallazgos arrojados permiten distinguir claramente que el romance, la tranquilidad en los hombres y el bienestar social se convierten en los pilares de la felicidad en las parejas jóvenes universitarias de la Institución Educativa de Envigado, siendo estos tres factores quienes guardan estrecha relación con la felicidad y estabilidad de las relaciones de pareja. En cuanto a los componentes sociodemográficos se encuentra que el género y la edad son los únicos que influyen de forma diferente y significativa en la felicidad de las parejas.

## 9. Recomendaciones

- ♣ Una vez concluida la investigación se considera interesante investigar sobre otros aspectos relacionados con la felicidad en las parejas como los celos, el divorcio, la fidelidad e infidelidad, los componentes del amor, entre otros.
  
- ♣ Ampliar la población y no limitarse a estudiantes universitarios, puesto que, en Colombia no todos los jóvenes acceden a la educación superior.
  
- ♣ Ampliar el rango de edad de la población porque esta podría ser una limitación en este tipo de investigaciones, por ejemplo, indagar por la felicidad en la pareja en los adultos mayores
  
- ♣ Realizar un estudio de tipo longitudinal, donde se evalué en varios periodos la población, con el fin de determinar si los factores asociados a la felicidad de las parejas son cambiantes a través del tiempo.
  
- ♣ Tomar una muestra de la población más amplia, la cual permita tener mejores resultados.

## 10. Referencias

- Acevedo, V. E., Restrepo, L., y Tovar, J. R. (2007). Parejas satisfechas de larga duración en la ciudad de cali. *Revista científica javeriana*,3(8), pp. 85-107. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80130808>
- Acevedo, V. E.,y Restrepo, L. (2010). Experiencias de parejas sobre vivir feliz en pareja. *Pensamiento Psicológico*,8(15),.63-67. Obtenido de <http://www.redalyc.org/pdf/801/80115648006.pdf>.
- Alarcon, R. (2001). Relaciones entre felicidad, género, edad y estado conyugal.*revista psicologia PUCP. XIX* (1) Recuperado, de <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/3620/3599>
- Alarcon, R. (2002).Fuentes de felicidad:¿Qué hace feliz a la gente? *psicologia PUCP.XX*,2 Recuperado de <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/3710/3692>
- Alarcón, R (2006) Desarrollo de una Escala Factorial para Medir la Felicidad. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology* 40, (1) pp.99-106, recuperado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rip/v40n1/v40n1a10.pdf>
- Alarcon, R. (2007). investigaciones sobre psicología de la felicidad.*colaepsi*, (3-4). Recuperado de <http://www.colaepsi.psicológico.cl/tematicayponentes/REYNALDOALARCON.pdf>
- Betya. P., Calvo. E., (octubre, 2011) ¿Cómo medir la felicidad?, *Claves para Políticas Públicas*. (4) Recuperado de <http://www.core.ac.uk/download/pdf/16389273.pdf>
- Blais, M.R., Sabourin, S., Boucher y Vallerand, R.J (1990) Toward a motivational model of couple happinnes. *Journal of personality and social psychology*. 59 (5) pp. 1021-1031, Recuperado de

[https://selfdeterminationtheory.org/SDT/documents/1990\\_BlaisSabourinBoucherVallera\\_d\\_JPSP.pdf](https://selfdeterminationtheory.org/SDT/documents/1990_BlaisSabourinBoucherVallera_d_JPSP.pdf)

Blandón, A.I y López, L.M (20014) Comprensiones sobre pareja en la actualidad: jóvenes en busca de estabilidad. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 14 (1), pp. 505-517. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77344439034>.

Cabrera García, V.E., Cuervo Ríos, J.C., Martínez Castro, Z. y Cabrera Campos, M.A. (2016, enero-junio). Estrategias para afrontar el divorcio en personas de las Fuerzas Militares de Colombia. *Rev. Cient. Gen. José María Córdova* 14(17), 135-154. Recuperado el 18 de 03 de 2018, de <http://www.scielo.org.co/pdf/recig/v14n17/v14n17a06.pdf>

Cervantes, L. (2011). Análisis de los conflictos psicosociales de las adolescentes durante el embarazo. Recuperado de: [http:// bibliotecavirtual.dgb.umich.mx:8083/jspui/bitstream/123456789/116/1/ ANALISISDELOSCONFLICTOSPSICOSOCIALESDELASADOLESCENTES DURANTE ELEMENTARAZO.pdf](http://bibliotecavirtual.dgb.umich.mx:8083/jspui/bitstream/123456789/116/1/ANALISISDELOSCONFLICTOSPSICOSOCIALESDELASADOLESCENTESDURANTEELEMENTARAZO.pdf) .

Davison, R. (2004). Well-Being and affective style. Neural substrates and biobehavioural correlatos. *The royal society*, 359, pp. 1395-1411. recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1693421/>.

Díaz, E. M. (2007). Bienestar subjetivo: midiendo satisfacción vital, felicidad y salud en población chilena de la Región Maule1. *Revista Universum*, Vol. 2(Nº 22). Obtenido de [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0718-23762007000200012&lng=en&nrm=iso&ignore=.html](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-23762007000200012&lng=en&nrm=iso&ignore=.html)

Díaz, E., Rojas, F (2010) Formas de relación entre la satisfacción marital y la satisfacción sexual en un grupo de parejas heterosexuales que residen en la ciudad de Bogotá (Tesis trabajo de grado). Pontificia Universidad Javeriana, Facultad de psicología, Recuperado de <https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/7932/tesis202.pdf?sequence=1>

Enrique, J.V. (Bogotá diciembre de 2014) matrimonios civiles y divorcios. Boletín de estadísticas notariales

<https://www.supernotariado.gov.co/PortalSNR/?nodeId=%2FSNRContent%2FWSSWCCPORTAL01149611%2F%2FidcPrimaryFile&revision=latestreleased>. L

- Fuentes, N. C. (2005). El ingreso, la felicidad y el bienestar psicológico. En E. L. Garduño., A. B. Salinas y H. M. Rojas (Eds.), *Calidad de vida y bienestar subjetivo en México* (pp. 143- 166).
- García, F., Fuentes, R y Sánchez, A, (agosto, 2016) amor, satisfacción en la pareja y resolución de conflictos en adultos jóvenes, *Ajayu. Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología de la Universidad Católica Boliviana "San Pablo"*, 14(2), pp. 284-302 recuperado de <http://www.scielo.org.bo/pdf/rap/v14n2/v14n2a4.pdf>
- García, C., García, C., Hein, H., Hernández, A., Torres, P, Valdebenito (2017) Relaciones de parejas homosexual y heterosexual: un estudio comparativo, *Actualidades en psicología*. 31(122)pp 31-43 recuperado de <http://www.scielo.sa.cr/pdf/ap/v31n122/2215-3535-ap-31-122-00031.pdf>
- García, J.A (2002) La estructura de la pareja: implicaciones para la terapia cognitivo conductual, *Clínica y Salud*, 13 (1), pp.89-125 recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=180618083004>.
- Garduño. L., Salinas. B., Rojas. M., (2005) calidad de vida y bienestar subjetivo, en *Mexico. Mexico: plaza y valdes, S.A. de C.V.* pp. 17-56 recuperado de:<https://personal.eur.nl/veenhoven/Pub2000s/2005m-fulls.pdf>
- Garrido, A., Reyes. A.G., Torres. L.E., Ortega. P., (2008) Importancia de las expectativas de pareja en la dinámica familiar. *Enseñanza e investigación en psicología*, 13(2). Pp (231-238) Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/292/29213203.pdf>.
- Garza. I (2009) Neurobiología del amor. *El residente*, 1, pp. 6-8 recuperado de <http://www.medigraphic.com/pdfs/residente/rr-2010/rr101b.pdf> .
- Hervás, G. (2009). Psicología positiva: una introducción. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 23 (3), pp.23-41. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27419066003>

Ley N° 1616 de salud mental, (21 de enero 2013). Ministerio de salud y protección social, Congreso de Colombia recuperado de <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/ley-1616-del-21-de-enero-2013.pdf>.

Mazadiego, T. y Norberto, J. (2011). El amor medido por la Escala Triangular de Sternberg. *Psicolatina*. 22, (1-10), recuperado de [https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/45361084/amor\\_stemberg.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A&Expires=1538673821&Signature=EqeTw7uX9K7RM73VV8%2BiW%2FYjvZs%3D&response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DEl\\_amor\\_medido\\_por\\_la\\_Escala\\_Triangular.pdf](https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/45361084/amor_stemberg.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A&Expires=1538673821&Signature=EqeTw7uX9K7RM73VV8%2BiW%2FYjvZs%3D&response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DEl_amor_medido_por_la_Escala_Triangular.pdf)

Martinez, M., Moya. I., Sanchez, S., y Ruiz, N., (2014). Como reprogramar tu cerebro para ser feliz. *Agora de Orcellón*, (28), pp.1-6. Recuperado de <http://manuelamartinez-ortiz.com/wp-content/uploads/2016/03/C%C3%93MO-REPROGRAMAR-TU-CEREBRO-PARA-SER-FELIZ.pdf>

Maureira F, (marzo, 2011) Los cuatro componentes de la relación de pareja. *Revista electrónica de psicología Iztacala*, 14 (1) pp. (312-332) recuperado de [https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/37976801/cuatro\\_componentes\\_relacion\\_pareja.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A&Expires=1523906226&Signature=W3ejeQGq14x0vHagLYbJu%2F1A%2FC8%3D&response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DLOS\\_CUATRO\\_COMPONENTES\\_DE\\_LA\\_RELACION\\_DE.pdf](https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/37976801/cuatro_componentes_relacion_pareja.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A&Expires=1523906226&Signature=W3ejeQGq14x0vHagLYbJu%2F1A%2FC8%3D&response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DLOS_CUATRO_COMPONENTES_DE_LA_RELACION_DE.pdf)

Maslow, A. (1943). A theory of human motivation. *Psychological review*, 50, pp.370- 396. Recuperado de [https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/34195256/A\\_Theory\\_of\\_Human\\_Motivation\\_-\\_Abraham\\_H\\_Maslow\\_\\_Psychological\\_Review\\_Vol\\_50\\_No\\_4\\_July\\_1943.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A&Expires=1524766422&Signature=sVMvp%2BOHVCtUchJvIZuYsxb5pk%3D&response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DA\\_THEORY\\_OF\\_HUMAN\\_MOTIVATION.pdf](https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/34195256/A_Theory_of_Human_Motivation_-_Abraham_H_Maslow__Psychological_Review_Vol_50_No_4_July_1943.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A&Expires=1524766422&Signature=sVMvp%2BOHVCtUchJvIZuYsxb5pk%3D&response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DA_THEORY_OF_HUMAN_MOTIVATION.pdf).

Muratori, M., Zubieta, E., Ubillos, S., Gonzales, J.LY Bobowik, M.(noviembre,2015). Felicidad y Bienestar Psicológico: Estudio Comparativo Entre Argentina y España.

Muñoz, D.A., Osorio.F., Rojas.J.A., Vera.w., Uribe.J.M., Vergara.C.E., Ortiz.C.P., Restrepo.J.C., (2013) La felicidad: perspectivas y abordajes desde las ciencias sociales. *Caldas, Colombia: Artesy Letras S.A.S* recuperado de [http://repository.lasallista.edu.co/dspace/bitstream/10567/453/1/felicidad\\_montaje.pdf](http://repository.lasallista.edu.co/dspace/bitstream/10567/453/1/felicidad_montaje.pdf)

O.M.S (2013) salud mental un estado de bienestar, recuperado de [http://www.who.int/features/factfiles/mental\\_health/es/](http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/es/)

Oramas,A.,Santana,S., y Vergara,A,(2006) El bienestar psicológico , un indicador positivo de la salud mental, *Revista cubana de salud y trabajo*, 7(1-2),34 recuperado de <http://roa.ult.edu.cu/bitstream/123456789/1424/1/Bienestar%20Psicologico...Salud%20Mental.pdf>

Pozos, J. L., Rivera S., Reidl, L. M.,Vargas B.I., y Lopez.M.S (enero-junio de 2013). felicidad general y felicidad en la pareja diferencias por sexo y estado civil. *Enseñanza e investigación en psicología*,18(1), p.69-84 . Recuperado de <http://www.redalyc.org/html/292/29228948005/>

Pozos,J.L.,Rivera,S.,Reyes,I., y Lopez,M.(2013).Escala de la felicidad en la pareja: desarrollo y validación pdf.*acta de investigación psicológica* 3.(3).(pp.1280-1297)recuperado de <http://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/actasip/2013articulosc/AIPfaculta de psicología UNAM 33 1280 1297 Escala de felicidad en la pareja.pdf>

Pozos, J.L. (2012) Etnopsicología de la felicidad en pareja. (Tesis Doctorado en psicología), Universidad Nacional Autónoma de México. México

Román, R., y Montero, M, M. (2013). Repensar el hedonismo: de la felicidad en Epicuro a la sociedad hiperconsumista de lipovetsky, *ÉNDOXA: Series Filosóficas*, (31) pp. 191-210. Recuperado de <http://e-spacio.uned.es/fez/eserv/bibliuned:Endoxa-2013-31-1035/Documento.pdf>

- Rodríguez, L. M., y Negroni, L. (marzo de 2018). Imaginarios del amor en gays, lesbianas y bisexuales de México y España. Una investigación cualitativa. *Margen 88* recuperado de [http://www.margen.org/suscri/margen88/otero\\_88.pdf](http://www.margen.org/suscri/margen88/otero_88.pdf).
- Rodríguez, E. (2004). La pareja y su formación. En E. Dulanto (2004). La familia: Un espacio de encuentro y crecimiento para todos.
- Rodríguez, C. (enero-junio 2010). Variables psicológicas asociadas con la felicidad en centros peri-urbana y urbana marginales de Lima. *UCV-Scientia*, 2(1), 61-68 recuperado de <http://revistas.ucv.edu.pe/index.php/UCV-SCIENTIA/article/view/489/362>.
- Rauer, A., Volling, B. (2013). Más que una manera de ser feliz: una tipología de felicidad conyugal. *Proceso de familia*, 52 (3) pp.519-534. recuperado de <https://deepblue.lib.umich.edu/bitstream/handle/2027.42/100129/famp12028.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Sánchez, R. y Mendez. R. (2011). Elementos mediadores de la felicidad y el bienestar subjetivo en hombres y mujeres. *Costarricense de psicología*, 30, (45-46) (pp 51- 76). Recuperado de <http://www.redalyc.org/html/4767/476748709003/>
- Toribio.L., González.N.I., Valdez.J.L., González.S (enero-junio 2012) Validación de la Escala de Felicidad de Alarcón para adolescentes mexicanos, *Psicología Iberoamericana*, 20 (1) pp. 71-79 Recuperado de <http://www.redalyc.org/html/1339/133924623008/>.
- Veenhoven,R,(1998) La utilidad de la felicidad, *Investigación de indicadores sociales*,20,pp (333-334) Recuperado de [http://www.academia.edu/2975660/la\\_utilidad\\_de\\_la\\_felicidad](http://www.academia.edu/2975660/la_utilidad_de_la_felicidad)
- Vera, P., Celis, k., y Córdova, N. (2011, Julio).Evaluación de la Felicidad: Análisis Psicométrico de la Escala de Felicidad Subjetiva en Población Chilena, *Ter Psicol*, 29, (1), pp.(127-133)recuperado de [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0718-48082011000100013&script=sci\\_arttext](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0718-48082011000100013&script=sci_arttext).

Vera, B. (2006) Psicología positiva: una nueva forma de entender la psicología, *Papeles del Psicólogo*, 27(1), pp. 3-8 recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77827102>.

## 11. Anexos

### Consentimiento Informado.

Fecha: \_\_\_\_\_

Yo \_\_\_\_\_ identificado con cédula de ciudadanía número \_\_\_\_\_, después de conocer ampliamente los objetivos de la investigación **“Felicidad en las relaciones de pareja: un estudio en jóvenes universitarios del municipio de Envigado- Antioquia”**, autorizo ser incluido/a dentro de éste y acepto participar, libre y de manera voluntaria. Acepto mi participación en el ejercicio pedagógico bajo las siguientes clausulas, las cuales están sustentadas en la ley 1090(2006) del código deontológico del psicólogo:

Clausula # 1; Se explicará a los participantes que la investigación tiene finalidades netamente académicas, no se recibirá ni se cobrará por la participación en dicha investigación.

Clausula # 2; La información plasmada en la encuesta sociodemográfica y en la prueba psicométrica no será alterada por ningún motivo, además la información se mantendrá de manera anónima.

Clausula # 3; No se completará la información faltante de las encuestas con información falsa que beneficie la investigación.

Clausula # 4; No se presionará u obligara a los estudiantes universitarios a responder la encuesta y el test de la felicidad en la pareja a favor de la investigación, las respuestas serán de total autonomía por parte de los participantes.

\_\_\_\_\_

Estudiante investigador 1

CC:

\_\_\_\_\_

Estudiante Investigador 2

CC:

\_\_\_\_\_

Participante (Firma)

CC:

## Encuesta sociodemográfica

Como participante de la investigación, lo invitamos antes de aplicar la prueba de la escala de la felicidad en parejas, responder con total transparencia y honestidad los siguientes 9 ítems, marcando con una (x) la línea seguida de las opciones.

1. Sexo 1.F\_\_ 2.M\_\_

2. Edad \_\_

3. Orientación sexual

1.Heterosexual \_\_ 2. Homosexual \_\_ 3. Bisexual \_\_

4. Estado civil

1.soltero\_\_ 2. Casado\_\_ 3. Unión libre\_\_ 4. Separado\_\_ 5. Viudo

5. Orientación religiosa

1.católico\_\_ 2. Cristiano\_\_ 3. Evangélico\_\_ 4. Ateo\_\_ 5. Otra\_\_

6. Tiempo de relación \_\_\_\_\_

7. Número de hijos \_\_\_\_\_

8. Nivel educativo \_\_\_\_\_

9. Estrato socioeconómico

1.Estrato.1\_\_ 2. Estrato.2\_\_ 3. Estrato.3\_\_ 4. Estrato.4\_\_ 5. Estrato5

## ESCALA DE FELICIDAD EN LA RELACIÓN DE PAREJA

Marque con una "X" la opción que considere adecuada a partir de la siguiente frase:

1. En tu relación de pareja ¿Qué tan feliz estás?

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |

2. PARA SER FELIZ CON MI PAREJA NECESITO...

|    |  |   | MUCHO                    |                          |                          |                          | NADA                     |
|----|--|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1  |  | Privacidad                                | <input type="checkbox"/> |
| 2  |  | Que esté conmigo                          | <input type="checkbox"/> |
| 3  |  | Intensidad                                | <input type="checkbox"/> |
| 4  |  | Libertad                                  | <input type="checkbox"/> |
| 5  |  | Buena calidad de vida                     | <input type="checkbox"/> |
| 6  |  | Constancia                                | <input type="checkbox"/> |
| 7  |  | Atenciones                                | <input type="checkbox"/> |
| 8  |  | Erotismo                                  | <input type="checkbox"/> |
| 9  |  | Controlar                                 | <input type="checkbox"/> |
| 10 |  | Disposición                               | <input type="checkbox"/> |
| 11 |  | Que salgamos juntos                       | <input type="checkbox"/> |
| 12 |  | Damos espacio                             | <input type="checkbox"/> |
| 13 |  | Abrazos                                   | <input type="checkbox"/> |
| 14 |  | Gastar                                    | <input type="checkbox"/> |
| 15 |  | Empatía (ponerse en los zapatos del otro) | <input type="checkbox"/> |
| 16 |  | Dinero                                    | <input type="checkbox"/> |
| 17 |  | Afecto                                    | <input type="checkbox"/> |

|    |                  |                          |                          |                          |                          |                          |
|----|------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 18 | Contacto físico  | <input type="checkbox"/> |
| 19 | Sexo             | <input type="checkbox"/> |
| 20 | Espacio personal | <input type="checkbox"/> |
| 21 | Humildad         | <input type="checkbox"/> |
| 22 | Corregir errores | <input type="checkbox"/> |
| 23 | Intimidad        | <input type="checkbox"/> |
| 24 | Costumbre        | <input type="checkbox"/> |
| 25 | Satisfacción     | <input type="checkbox"/> |
| 26 | Tener trabajo    | <input type="checkbox"/> |
| 27 | Voluntad         | <input type="checkbox"/> |
| 28 | Besos            | <input type="checkbox"/> |
| 29 | Cercanía         | <input type="checkbox"/> |
| 30 | Pasión           | <input type="checkbox"/> |
| 31 | Estabilidad      | <input type="checkbox"/> |
| 32 | Independencia    | <input type="checkbox"/> |
| 33 | Tener carro      | <input type="checkbox"/> |
| 34 | Hábito           | <input type="checkbox"/> |
| 35 | Rutina           | <input type="checkbox"/> |
| 36 | Consideración    | <input type="checkbox"/> |
| 37 | Romance          | <input type="checkbox"/> |
| 38 | Tener hijos(as)  | <input type="checkbox"/> |
| 39 | Cariñas          | <input type="checkbox"/> |
| 40 | Aceptación       | <input type="checkbox"/> |
| 41 | Decidir          | <input type="checkbox"/> |
| 42 | Protegerlo(a)    | <input type="checkbox"/> |
| 43 | Temura           | <input type="checkbox"/> |
| 44 | Compatibilidad   | <input type="checkbox"/> |
| 45 | Viajar           | <input type="checkbox"/> |

|    |                        |                          |                          |                          |                          |                          |
|----|------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 46 | Paciencia              | <input type="checkbox"/> |
| 47 | Arrumacos              | <input type="checkbox"/> |
| 48 | Que piense en mí       | <input type="checkbox"/> |
| 49 | Que me de regalos      | <input type="checkbox"/> |
| 50 | Actitud                | <input type="checkbox"/> |
| 51 | Que compartamos tiempo | <input type="checkbox"/> |
| 52 | Bienestar              | <input type="checkbox"/> |
| 53 | Estar a su lado        | <input type="checkbox"/> |
| 54 | Dedicación             | <input type="checkbox"/> |
| 55 | Seducción              | <input type="checkbox"/> |
| 56 | Monotonía              | <input type="checkbox"/> |
| 57 | Solidaridad            | <input type="checkbox"/> |
| 58 | Entendimiento          | <input type="checkbox"/> |
| 59 | Entrega                | <input type="checkbox"/> |
| 60 | Que nos veamos         | <input type="checkbox"/> |
| 61 | Apapachos              | <input type="checkbox"/> |
| 62 | Tener casa             | <input type="checkbox"/> |
| 63 | Deseo                  | <input type="checkbox"/> |
| 64 | Amonía                 | <input type="checkbox"/> |
| 65 | Tener para comer       | <input type="checkbox"/> |