

## Percepciones, acciones y claves del amor sólido en parejas de las diversas etapas de la adultez\*

*Perceptions, actions and clues of solid love in couples at different stages of adulthood*

Cristina Angulo-Martínez\*\*  
Ibeth Cristina Conde - Forero\*\*\*  
Elizabeth Huertas-Bonilla\*\*\*\*  
Martha Yaneth Ruiz-Garzón\*\*\*\*\*

Recibido 01. 04. 2016 • Arbitrado 26. 04. 2016 •  
Aprobado 05.05. 2016

- \* Artículo presenta resultados de investigación realizada para optar por el título de Magíster en Asesoría Familiar y Gestión de Programas para la Familia. Llevada a cabo desde el 2013 hasta el 2015 en la Universidad de la Sabana.
- \*\* Magíster en Asesoría Familiar y Gestión de Programas para la Familia en la Universidad de la Sabana. Licenciada en educación preescolar de la Universidad Pedagógica Nacional. Docente de la Secretaría Distrital de Educación de Bogotá. [Cristinaanma@unisabana.edu.co](mailto:Cristinaanma@unisabana.edu.co)
- \*\*\* Magíster en Asesoría Familiar y Gestión de Programas para la Familia en la Universidad de la Sabana. Especialista en el desarrollo y la familia de la Universidad de la Sabana. Licenciada en pedagogía reeducativa de la Fundación Universitaria Luis Amigó. Conferencista y Coaching en familia. [Ibeth.conde@unisabana.edu.co](mailto:Ibeth.conde@unisabana.edu.co)
- \*\*\*\* Magíster en Asesoría Familiar y Gestión de Programas para la Familia en la Universidad de la Sabana. Psicóloga de la Universidad Manuela Beltrán. Docente Orientadora de la Secretaría Distrital de Educación de Bogotá. [Elizabethhubo@unisabana.edu.co](mailto:Elizabethhubo@unisabana.edu.co)
- \*\*\*\*\* Magíster en Asesoría Familiar y Gestión de Programas para la Familia en la Universidad de la Sabana. Especialista en Orientación Educativa y Desarrollo Humano de la Universidad del Bosque. Licenciada en Psicología y Pedagógica de la Universidad Pedagógica de Colombia. Docente de la Secretaría Distrital de Educación de Bogotá. [Martharuga@unisabana.edu.co](mailto:Martharuga@unisabana.edu.co)

### Resumen

Este artículo describe las diferencias y similitudes entre las percepciones del amor en parejas de jóvenes adultos, adultos intermedios y adultos mayores, para conocer las percepciones del amor sólido en cada una de estas etapas y lo que genera estabilidad y permanencia en una pareja. En el estudio participaron quince parejas de la ciudad de Bogotá, Colombia. Se utilizó la metodología cualitativa y una perspectiva descriptiva hermenéutica. La indagación concluyó que las parejas conciben el amor con características activas que se manifiestan desde la voluntad y la inteligencia en actos como: la comprensión, la entrega, el cariño, el buen manejo de conflictos, la comunicación y la confianza y las características pasivas donde prima el sentimiento y sensaciones.

**Palabras clave:** amor sólido, etapas de la adultez, claves del amor, perdurabilidad, inteligencia, voluntad.

## Abstract

This article describes the differences and similarities between the perceptions of love in pairs of young adults, middle adults and older adults, and love perception of solid love in each of these stages and also, to learn how to generate stability and permanence in a partner. The study included fifteen couples in Bogota, Colombia. A qualitative methodology and descriptive hermeneutics perspective was used. The inquiry concluded that couples conceive love with active features that manifest from the will and intelligence in acts such as: understanding, delivery, affection, good conflict management, communication and trust and with passive characteristics where what raw is the feelings and sensations.

**Keywords:** solid love, stages of adulthood, key of love, longevity, intelligence, will.

---

## Introducción

Una de las palabras más escuchadas y utilizadas en la historia de la humanidad es el amor, concepto que es vivido por el ser humano, quien responde y actúa según sus vivencias personales y la cultura a la que pertenece, "...el amor es siempre una relación mutua de personas, que se funda a su vez en la actitud de ellas individual y común respecto del bien" (Wojtyła, 1978, p. 34).

Según Chapman (2011a) en su libro "Los 5 lenguajes del amor" el amor constituye la fuerza básica en todos los vínculos afectivos que se establecen entre las personas, convirtiéndose en la esencia de las relaciones humanas y la clave para establecer vínculos estables de cohesión interpersonal, base para enlaces sólidos y perdurables.

Bauman (2005) habla de la sociedad contemporánea como una sociedad y modernidad líquida, es decir, una modernidad que parece sólida desde el exterior, pero que en realidad es maleable, débil y muy frágil. En este tipo de sociedad se da también el amor líquido, caracterizado por inestabilidad, el temor a entablar relaciones duraderas, la tendencia a evitar compromisos a largo plazo, el establecimiento de relaciones que se pueden usar y desechar, de las que se saca un beneficio propio y luego se abandonan. Ante esto, es pertinente buscar y fortalecer criterios que puedan contribuir a consolidar relaciones sólidas, capaces de mantenerse a través del tiempo en medio de las adversidades y de las transformaciones sociales. Teniendo en cuenta lo anterior, las relaciones entre un hombre y una mujer en las edades de la adul-

tez, basadas en las percepciones del amor sólido, han generado claves en el actuar de las parejas, permitiéndoles responder a los desafíos derivados de las transformaciones culturales, las insatisfacciones personales, los limitantes de espacio y tiempo, entre otros.

A partir de este panorama general dentro de esta investigación se entendió por amor sólido aquella relación en la cual sus miembros tienen la capacidad de cuidar, conservar, hacer crecer y restaurar su unión de los conflictos y desafíos que se generan en la cotidianidad. Es por esto que el objetivo de este proyecto fue describir las diferencias y similitudes y claves en las percepciones del amor en parejas de jóvenes adultos, adultos intermedios y adultos mayores, basadas en las características activas o voluntarias y pasivas o afectivas del amor, que permitan a un hombre y a una mujer conocer el sentido de permanecer juntos.

## Materiales y métodos

Para desarrollar la investigación se utilizó la metodología cualitativa y una perspectiva descriptiva hermenéutica. La recolección de la información se realizó a través de fuentes primarias y secundarias. En las fuentes primarias se efectuó una entrevista semiestructurada, que permitió obtener respuesta de manera consecuente con el objetivo de la investigación (Flick, 2004), cuyas preguntas fueron basadas en el marco teórico elegido como referencia para la definición del concepto de amor sólido, al cual se hace mayor énfasis en los planteamientos de Gary Chapman (2011b).

Para realizar este estudio se contactó personalmente a las parejas quienes dieron su consentimiento informado, con este documento se garantizó el cumplimiento de los principios éticos como el respeto, la integridad física y psicológica de los sujetos participantes, incorporados en los códigos éticos (Rueda Castro, 2004). El estudio permitió conocer las vivencias de quince (15) parejas de los diferentes estratos socioeconómicos de la ciudad de Bogotá, con edades comprendidas en alguna de las tres etapas del ciclo vital de la adultez (temprana, intermedia y tardía). Siguiendo a Cornachione (2006) puede afirmarse que la adultez temprana comprende las edades entre los 20 y 40 años; la etapa intermedia entre los 40- 60 años y la etapa de adultez tardía de los 60 años en adelante. Los entrevistados fueron matrimonios y parejas de hecho, con convivencia entre los cinco meses, en la etapa de la adultez temprana, y los 46 años en la etapa de la adultez tardía, las entrevistas se realizaron en el año 2014 y el primer semestre de 2015.

Como fuentes secundarias se retomaron varios autores que por medio de

investigaciones y/o libros han realizado aportes frente al tema (Cervantes, 2005; Acevedo, Restrepo, & Tovar, 2007; Zicavo & Vera, 2011; Chapman, 2011b; Becerra, Roldan, & Flores, 2012; Domínguez, 2012).

Para el logro de los objetivos propuestos, la consolidación de los resultados y el análisis e interpretación de los datos, se retomó la propuesta de Germán Mariño (2004) quien habla de la secuencia de recolección, ubicación y consolidación de la información. Esto permitió establecer y evaluar las diferencias, similitudes y claves del amor sólido, basados en características pasivas o afectivas y características activas o voluntarias del amor sólido.

## Resultados

Chapman (2011d) propone siete acciones voluntarias que toda persona que ama debe practicar: la amabilidad, la paciencia, el perdón, la cortesía, la humildad, la generosidad y la sinceridad, cualidades o acciones que se tuvieron en cuenta a la hora de formular las preguntas en la entrevista semiestructurada y en el análisis de los resultados del estudio, teniendo en cuenta también las siguientes categorías: percepciones del amor, características activas o voluntarias y pasivas o afectivas del amor y la construcción de vida en común en parejas de edad adulta.

A continuación se presentan los resultados que apuntan al desarrollo del objetivo propuesto para este estudio, basados en las categorías y sustentados en algunas transcripciones de los entrevistados:

### *Características de la adultez temprana*

Para todas las etapas de la edad adulta las percepciones del amor sólido se ven reflejadas en las características activas o voluntarias con acciones tales como: en la etapa temprana el amor se caracteriza por compartir sueños y proyectos, también implica sacrificio de intereses, la comodidad, el compromiso, la confianza, el tiempo que se dedican, la complacencia a la persona objeto de ese amor; así mismo, se establece que el respeto, la sinceridad, la confianza, la unión y el mantenerse alejados de la familia de origen son características fundamentales en la solidez de las relaciones.

Las características anteriores, manifiestan las personas entrevistadas, se reflejan en sus respuestas: “se comparte todo, los dos van por el mismo camino, una pareja que se comprenden, saben escucharse y se respeta” (hombre, 37 años, 9 años de casado, estrato 2); “es aquella relación donde se ha llegado a la comprensión de sus diferencias y donde se ha llegado a un punto en común

donde se busca beneficiar el uno al otro, donde la confianza y el amor son suficientes para poder aceptar las debilidades de la otra persona. Y donde se busca es hacer feliz a la pareja” (Mujer, 26 años, un año de casada, estrato 5); “El mantenerse unidos, el compartir en pareja y con la familia; el ser francos y sinceros desde el principio; mantener alejados de las familias de origen y apoyarse siempre ante cualquier dificultad” (hombre, 32 años, 12 años de convivencia, estrato 2); “el amor se incrementa cuando se permite que Dios sea quien guíe la relación” (mujer, 36 años, 9 años de casada, estrato 4); “tratóndose uno bien, con palabras cariñosas, con el tinto, con la comida, con la ropa al día, consintiéndolo, cosechando la relación, como regar una planta. Consintiendo a la pareja, rascándole la cabeza, la espalda, cocinándole; apoyándose” (Mujer, 32 años, 12 años en unión libre, estrato 2); “Hay comunicación, respeto y confianza” (Mujer, 34 años, 12 años de casada, estrato 1).

Se encontró también que en esta etapa hay poca vivencia de cualidades del amor como la paciencia y perdón. Las claves que se descubrieron para que el amor se incremente y sea sólido es la aceptación del otro, él salir de la rutina, los actos de servicio y mantener una relación con Dios.

### *Características de la adultez intermedia*

En la edad intermedia una unión sólida está basada en las características activas del amor como la comprensión y en compartir los mismos ideales, siendo el perdón y la superación de dificultades lo más significativo, como se puede ver en las siguientes expresiones: “El amor se incrementa cuando la pareja (consciente o inconscientemente) ha establecido reglas de respeto, comprensión, tolerancia y apoyo, para afrontar una vida llena de obstáculos” (mujer, 55 años, 30 años de casada, estrato 3); “El tiempo tiene el problema que hace que la rutina aparezca, pero también tiene la ventaja que cada vez se comparte más con calidad, se conoce más y se aprovecha más los momentos de pareja necesarios en la relación” (hombre, 55 años, 35 años de casado, estrato 4); “una unión solida es cuando yo estoy segura de lo que hago y con este compromiso que asumí con la otra persona; a pesar de todas las dificultades que se puedan presentar ya sean económicas, afectivas no van hacer que la relación se rompa; una pareja solida tiene responsabilidad ante sus actos y fundamenta bien su familia” (mujer, 52 años, 27 años de casada, estrato 2); “la superación de dificultades es la raíz y el principio de todo; acepta todo, lo fácil y lo difícil, lo bonito y lo feo; implica perdón; es la raíz de un hogar y toda relación, sin amor no hay nada, el perdón y la ayuda sin amor no se puede” (hombre, 50 años, 27 años de casados, estrato 3); “Una unión sólida es cuando en la pareja hay comprensión y entendimiento” (hombre, 48 años, 13 años de Unión libre, estrato 1).

La clave para que el amor se incremente y sea sólido es la calidad de tiempo compartido.

### *Características de la adultez tardía*

En la edad tardía, a diferencia de las otras edades, se evidenciaron todas las características activas o voluntarias del amor como son la amabilidad, la paciencia, el perdón, la cortesía, la humildad, la generosidad y la sinceridad, además, este amor sólido involucra los sentimientos del otro, la fidelidad, el compromiso, los sueños y la administración de las finanzas. Las claves para que se incremente este amor y sea sólido son: tener presente a Dios en la pareja, la colaboración y el desinterés. Como se evidencia en las siguientes expresiones: “una relación que es hasta la muerte, donde hay comprensión, respeto y tolerancia; una relación que respeta el juramento de matrimonio, se respeta la palabra de Dios y no se juega con ella. La unión hace la fuerza” (hombre, 66 años, 46 años de unión libre, estrato 2); “Cuando se comparte “todo”, lo bueno, lo malo y también lo feo, en salud y enfermedad, en la bonanza y en la pobreza, en la felicidad y en las desdichas” (hombre, 70 años, 42 años de casado, estrato 6); “comprensión, cuidándolo, llevándolo a las citas médicas, sacando las citas, acompañándolo; con la comida; hay cariño, atención en el hogar, cuando llegue el esposo se debe atender, eso viene atrás de los hogares de los padres, a uno le queda lo que vio con sus padres y a uno le queda para seguir en las mismas, así yo lo viví con mis padres, los problemas que hay no son tan grandes y uno debe soportar todo eso, pues se pueden solucionar, uno tiene que soportar todo eso, porque si con el primer disgusto se saca la maleta, no funciona nada” (Mujer, 77 años, 44 años de casada, estrato 3).

La clave para que este amor sea sólido es a través de la comunicación, la confianza y un buen manejo de los conflictos.

En cuanto a los elementos pasivos o afectivos que tienen en común las percepciones y acciones del amor, en las etapas de la adultez son: que el amor se concibe como un sentimiento que necesita trascender hacia la comprensión, el cariño y la entrega. Se evidencia en las siguientes expresiones: “el amor es solo un sentimiento” (mujer, 36 años, 9 años de casado, estrato 4); “el amor se expresa con palabras bonitas y de aliento, con caricias, besos, entre otros” (mujer, 32 años, 4 años de casada, estrato 4); “El amor es una condición sentimental del ser humano” (hombre, 62 años, 40 de casados, estrato 1).

Con relación a la construcción de la vida en común para ninguna de las tres edades fue relevante el tiempo de convivencia como factor que solidifica

el vínculo. Como se evidencia en la siguientes expresiones: “un sentimiento que crece a diario por la persona que se tiene al lado” (hombre, 29, 12 años casado, estrato 2); “El amor es sentir que la persona que tienes al lado te hace sentir completa. El amor es incondicional, es respetuoso, es confidente, es amigo, te hace sentir protegido, con quien compartes todo, bueno y malo” (mujer, 68 años, 42 años de casado, estrato 6); “No, el tiempo no es el factor que solidifica una relación, depende más de la calidad de la relación” (hombre, 68 años, 45 años de casado, estrato 4); “No. En ocasiones simplemente se acostumbran a compartir el mismo techo pero no afianzan su amor ni su convivencia (hombre, 45 años, 13 de unión libre, estrato 1).

Para todos los rangos de edades contemplados en este estudio, una relación líquida implica falta de compromiso, inestabilidad, irrespeto, apariencias, placer y falta de comprensión. Como se evidencia en la siguientes transcripciones: “no se entienden, ni se comprenden, no se interesan por lo del otro, lo que siente y piensa, ya no hay amor, sino interés, están juntos solo por los hijos o por que le conviene ya sea por la plata o por aparentar” (mujer, 29 años, 12 años de casado, estrato 2); “Cuando una relación de pareja está basada en situaciones inestables, como la moda, la apariencia física, el dinero, etc. de tal forma que cuando faltan algunas de estas, la relación se acaba” (hombre, 55 años, 35 años de casado, estrato 4); “no está muy bien la relación y se puede disolver en cualquier momento” (hombre, 45 años, 13 años de unión libre, estrato 1).

## Discusión

Para el desarrollo de la investigación se retomaron algunos antecedentes sobre la temática, con el objetivo de confirmar la vivencia de las características del amor que se presentan en este estudio. En primer lugar, se encontró que en la investigación de Carlos Cervantes (2005) realizada en Jalisco México, tenía como objetivo central encontrar el significado que las personas dan al amor, a las relaciones de pareja y al matrimonio, Según lo referenciado por Cervantes (2005) las palabras amor, relaciones de pareja y matrimonio tienen que ver con la suma de dos aspectos fundamentales: las conductas, por un lado, y las intenciones que están detrás de ellas.

Por otra parte, las características activas o voluntarias del Amor Sólido visibles en esta investigación a través de las cualidades que describe Chapman (2011e), como son la amabilidad la generosidad, paciencia, perdón, cortesía, humildad y sinceridad se relaciona con una de las similitudes que mostró el estudio al darnos cuenta que en todas las etapas de la edad adulta el amor es

un sentimiento que trasciende hacia acciones de cariño, comprensión, no se queda en el simple recibir, es una entrega hacia la pareja haciendo el bien a quien se elige, planteamiento que Fromm afirma al describir el amor como una actividad, un permanecer continuo que no se queda solo en un efecto pasivo de solo recibir, sino que evoluciona en el dar.

En la investigación desarrollada por Acevedo V et al (2007) en la ciudad de Cali, Colombia, cuyo objetivo fue conocer cuáles son los elementos que a su juicio han sido útiles para construir y mantener el matrimonio satisfactoriamente. Encontraron que el factor esencial para establecer, mantener y fortalecer una buena vida en común es reconocer las implicaciones de la vida en pareja y construir un vínculo amoroso, donde la confianza, el compartir, el admirarse mutuamente, el conocerse, afianza y vitaliza la relación. Esta investigación fue relevante en la medida que permitió ver como las acciones activas del amor se pueden ejercer a través de actos de la voluntad y la inteligencia, que de acuerdo a Selles el hombre posee voluntad y busca el bien, porque cada miembro de la pareja decide las manifestaciones que desea realizar para el otro, para su relación y que le generan a su vez felicidad. Aunque para este estudio solo se tuvo en cuenta las parejas de la adultez media.

La investigación de Zicavo & Vera (2011), realizada en la ciudad de Concepción Chile, señala que la importancia de estudiar la satisfacción marital, radica en el hecho de buscar una explicación de por qué las parejas llegan a sentirse satisfechas en su relación. Este estudio tenía como objetivo analizar la incidencia del sentido del humor y el ajuste diádico en la satisfacción marital de parejas casadas. Con una muestra de 170 personas se logró determinar que el humor y el cariño durante situaciones conflictivas disminuyen las sensaciones negativas al conducir a un mejor entendimiento. El presente estudio permitió mostrar como las características pasivas y activas del amor sólido permiten solucionar dificultades construyendo diadas sólidas.

De igual manera la importancia de desarrollar las características del amor sólido es señalado por Sara Becerra et al. (2012) en Lima Perú, quienes definieron la satisfacción marital como la actitud de satisfacer las necesidades emocionales de la pareja, y los aspectos estructurales, como el establecimiento y cumplimiento de las reglas en la pareja al igual que la educación de los hijos. Investigación que solo fue desarrollada en parejas de estratos altos. Puede compararse los resultados de esta investigación con las características que mantienen sólida una relación en cualquier edad y que deben ser recíprocas en la pareja como son el compromiso, la amabilidad, la paciencia, los actos de servicio, la sinceridad y la buena comunicación, que se vivencia en una relación de amor sólido.



Esther Domínguez (2012) en investigación realizada en España cuyos objetivos consistieron en analizar las variables que influyen en la satisfacción marital de los cónyuges, como individuos y como pareja, al igual que la influencia de las diferentes variables en la calidad de la relación matrimonial. En los resultados arrojados se encontró que en las 265 parejas entrevistadas existe una elevada satisfacción marital, que se debe a la existencia de valores compartidos y la reciprocidad. El matrimonio no se ha basado en intereses económicos, hay coincidencia en lo que respecta al modo de criar los hijos; experimentan apoyo por parte de la familia extensa y valoran positivamente a su pareja. Dentro de la investigación sobre percepciones de amor sólido se evidenció que no solo los valores permiten solidez en una relación, ni tampoco los intereses económicos, más allá de mantener unos valores en pareja es la decisión y el compromiso de desarrollar las características voluntarias de los actos, de igual manera, los intereses económicos, aunque son de importancia para el bien de la relación no es un factor que de estabilidad, como sí lo son las decisiones conjuntas a la hora de planificar, solucionar y prevenir estos desafíos. Para la edad adulta temprana con respecto a la familia extensa este estudio tuvo por resultado la importancia de mantenerse alejados de la familia de origen, tanto emocional, espacial y económicamente, permitiéndoles un crecimiento saludable en pareja que da bienestar e incrementa su vínculo afectivo.

Por su parte en la investigación realizada por las autoras del presente artículo; se pudo analizar de acuerdo a las entrevistas realizadas a las parejas de adultos jóvenes, intermedios y tardíos que lo que mantiene relaciones solidas de pareja es el compromiso y la decisión de cada uno de los integrantes para mantenerse en un continuo desarrollo de las características voluntarias de los actos de amor, de igual manera, aunque se reconoce que la situación económica es de importancia para el bienestar de la relación, no la reconocen como un factor predominante que brinde estabilidad, en cambio resaltan al importancia de las decisiones conjuntas a la hora de planificar, solucionar y prevenir estos desafíos.

Los entrevistados de la edad adulta temprana hacen especial énfasis en que el factor que brinda estabilidad a la pareja es mantenerse alejados de la familia de origen, tanto emocional, espacial y económicamente, permitiéndoles un crecimiento saludable en pareja que da bienestar e incrementa su vínculo afectivo.

De acuerdo a lo anterior se puede ver en las investigaciones anteriormente nombradas que centran las acciones en las relaciones de pareja, que están sostenidas en los actos que cada persona de manera voluntaria vive y da. Al

entenderse voluntad como: la capacidad que tienen los seres humanos de tomar decisiones de manera libre. En el amor de voluntad es una fuerza capaz de darse en bien del otro en libre decisión. “La voluntad es una potencia creadora, capaz de sacar de sí misma el bien para darlo y no solamente de asimilarse un bien ya existente. El amor de voluntad se expresa sobre todo en el deseo del bien para la persona amada. El hecho de desear la persona para sí no revela aún la potencialidad creadora de la voluntad, ni constituye el amor en el sentido positivo de esta palabra. De suyo la voluntad quiere el bien, el bien infinito, es decir, la felicidad” (Wojtyla, 1978, p. 68).

Las acciones humanas están dirigidas por estados emocionales y afectivos. Igualmente lo están las características pasivas y activas del amor; las pasivas, se originan en el atractivo, en un conocimiento intelectual, sin una reflexión acerca de quién es el otro, prima la atracción y los sentimientos. “Los sentimientos nacen de una manera espontánea por esto el atractivo hacia una persona surge muchas veces de manera inesperada, pero esta reacción es, en el fondo, ciega” (Wojtyla, 1978, p. 36). Mientras que en las características activas del amor pasan de ser solo un sentimiento a ser actos visibles, de libertad, en el desarrollo de acciones que lleva a la pareja a ser feliz y entender que el amor es una decisión firme, basada en la voluntad y la inteligencia; donde la inteligencia se entiende como la capacidad de la mente de aprender nuevas cosas, adaptarse a ellas y poder solucionar problemas, juega un papel primordial en el momento de establecer vínculos amorosos pues permite contar con cualidades fundamentales como el autocontrol, la empatía, la perseverancia que hacen parte de lo expresado por Daniel Goleman (1996) en sus estudios sobre la inteligencia emocional. Las habilidades anteriormente mencionadas si bien dependen también de la genética es necesario una educación y un contexto que las favorezcan. Enrique Rojas (1997) considera a la inteligencia como “un ingrediente del amor conyugal” (p. 89) el cual permite mejorar la convivencia al poder “conocer al otro y a uno mismo”, le da firmeza a la relación, “se expresa como un acto reflexivo que conduce hacia un acoplamiento gradual cada vez más armónico” (p. 91).

En este sentido es importante encontrar un equilibrio perfecto entre la razón y la emoción, que lleva a la capacidad de amar después de pasar la etapa del enamoramiento, asumiendo una actitud frente al amor, “estoy casado contigo y decido velar por tus intereses, luego el que decide amar encontrará maneras adecuadas para expresar esa decisión” (Chapman, 2013, p.35).

Por su parte, Conen también refiere estas maneras desde la responsabilidad de conservar, de desarrollar y hacer crecer y restaurar una relación, cuando se dan los conflictos normales de toda convivencia a partir de la actitud y aptitud dando como resultado el amor sólido.

## Conclusiones

Los resultados arrojados por la investigación indican que la clave o pauta para mantener y disfrutar el amor entre un hombre y una mujer es vivir las cualidades del amor, como lo son: amabilidad, paciencia, perdón, cortesía, humildad, generosidad y sinceridad; ya que estas posibilitan y consolidan en todas las etapas de la adultez relaciones saludables y por lo tanto relaciones de pareja sólidas. Estas acciones que pueden desarrollarse en las parejas, llevan a satisfacer la necesidad emocional por amor de las personas, por el contrario la ausencia de ellas puede provocar vínculos inestables, sin propósito, ni calidad y sin la oportunidad de estar soportados en el amor sólido, por lo tanto se convierte en un enlace sin futuro y sin permanencia.

El matrimonio y las relaciones de pareja no están soportadas solamente en el sentimiento, el amor que necesita este vínculo requiere un involucramiento total de la persona que decide unirse a otra y una educación en la importancia de las características activas o voluntarias y pasivas o afectivas del amor, ya que estas acciones permiten satisfacer la necesidad emocional de las personas y por el contrario la ausencia de este conocimiento e involucramiento puede provocar vínculos inestables sin propósito, sin calidad y sin la oportunidad de estar soportados en la reciprocidad, generando relaciones líquidas.

Cada relación de pareja, de acuerdo a estos resultados, es benefactora al poseer una vivencia nutrida con amor sólido, que es capaz de perdurar en el tiempo, de ser un estado natural deseado, porque desarrolla todas las cualidades o actos que le hacen bien a la otra persona a la cual se ama y permite una propuesta de vida para que no solo sus integrantes puedan disfrutar de los resultados de este amor, sino también la familia, la sociedad que se beneficia de la estabilidad de este vínculo.

El amor en las relaciones de pareja no puede ser concebido solo como un sentimiento que va y vuelve, donde ni la inteligencia, ni la voluntad hace parte de él. Es de gran importancia hacer que ese sentimiento se construya con dedicación y trabajo, educar en la afectividad es una tarea para las nuevas generaciones, que permee su vida en pareja y se conviertan en relaciones saludables, capaces de perdurar en el tiempo y enfrentar satisfactoriamente los retos de los cambios culturales y sociales.

El no asumir una decisión de amar a alguien en el tiempo y momento correcto por miedos, orgullos, egoísmos o por quedarse solo en el sentimiento puede llevar a la persona a perder la oportunidad de experimentar un amor sólido.

La dinámica del amor sólido recrea y enriquece a quienes lo viven, ya que permite la experiencia personal cargada de decisiones razonamientos y sentimientos y le concede una correspondencia solo del ser humano el de amar bien y ser amado.

La investigación permitió conocer las percepciones del amor sólido en la diferentes etapas de la adultez, contó con algunas limitaciones al seleccionar sólo parejas con permanencia y solidez en su relación sin tener en cuenta la estabilidad emocional y el adaptado desarrollo social de los hijos, se espera que la investigación motive a los profesionales a realizar estudios sobre el efecto del amor sólido sobre los hijos, temática que aportaría al fortalecimiento de los vínculos de las familias.

En esta investigación, se observó que para las personas entrevistadas el tiempo de convivencia no es un factor que solidifique una relación de pareja, las cualidades sobresalientes en cada etapa de la adultez son las que permiten estabilidad y permanencia en estas uniones.

Finalmente, teniendo en cuenta las características del presente estudio, se pretende promover futuras investigaciones sobre el efecto de la educación en el amor sólido en todo el ciclo vital del ser humano, donde se involucre el desarrollo espiritual, la disciplinal, lo moral y lo ético de las personas que deciden involucrarse en una diada para que esta permanezca en el cambio de las épocas y vaya hasta el fin.

## Referencias

- Acevedo, V., Restrepo, L., Tovar, J. (2007). Parejas satisfechas de larga duración en la ciudad de Cali. *Revista Pensamiento psicológico*, 3(8), pp. 85-107, Disponible en <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80130808>
- Bauman, Z. (2005). *Amor líquido. Acerca de la fragilidad de los vínculos humanos*. Madrid: Fondo de cultura Económica.
- Becerra, S., Roldan, W., Flores, W. (2012). Factores de enriquecimiento, mantenimiento, comunicación y bienestar en la relación marital. *Revista de Psicología GEPU*, 3(1), 37-62. Disponible en <http://revistadepsicologiagepu.es.tl/Factores-de-Enriquecimiento,-Mantenimiento,-Comunicaci%F3n-y-Bienestar-en-la-Relaci%F3n-Marital-.htm>.
- Cervantes, J. (2005). Relaciones de pareja, matrimonio y amor. *Estudios sobre familia*. Vol. 4. 21-30. Disponible en [http://sistemadif.jalisco.gob.mx/apps/ceninf/centro\\_de\\_informacion/FAMILIA/Relacion\\_de\\_pareja\\_autor\\_mtro\\_jose\\_carlos\\_](http://sistemadif.jalisco.gob.mx/apps/ceninf/centro_de_informacion/FAMILIA/Relacion_de_pareja_autor_mtro_jose_carlos_)

- cervantes\_rios\_revista\_estudios\_sobre\_las\_familias\_dif\_jalisco.pdf.
- Chapman, G. (2011a). *Los 5 Lenguajes del amor*. Primera Edición: El secreto del amor que perdura. Nueva York: Editorial Unilit.
- Chapman, G. (2011b). *Lo que me hubiera gustado saber antes de casarme*. Michigan: Editorial Portavoz, Filial de Kerger.
- Chapman, G. (2013). *Las cuatro estaciones del matrimonio*. New York: Tyndale house Publisher.
- Conen, C. (2010). *El amor en tu camino de vida. Dialogo con jóvenes de grupo sólido acerca del amor sexuado*. Buenos Aires: Editorial Dunken.
- Cornachione Larrínaga, M. (2006). *Psicología del Desarrollo. Adulthood. Aspectos biológicos, psicológicos y sociales*. Buenos Aires: Editorial Brujas.
- Domínguez, E. (2012). *Estudio sobre satisfacción marital y variables asociadas en parejas españolas*. Disponible en: [http://gredos.usal.es/jspui/bitstream/10366/121029/1/TFM\\_DominguezJoveE\\_Marital.pdf](http://gredos.usal.es/jspui/bitstream/10366/121029/1/TFM_DominguezJoveE_Marital.pdf)
- Flick, U. (2004). *Introducción a la investigación cualitativa*. Madrid: Ediciones Morata S. L.
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Editorial Kairós S.A
- Mariño, G. (2004). *Cómo analizar información*. Disponible en <http://www.germanmarino.com/descarga-mi-obra/creando-categorias.html>.
- Rueda Castro, L. (2004). *Consideraciones éticas en el desarrollo de investigaciones que involucran a seres humanos como sujetos de investigación. Las investigaciones en terapia ocupacional comunitaria*. Disponible en: <http://www.revistas.uchile.cl/index.php/RTO/article/viewFile/158/138>.
- Rojas, E. (1997). *El amor inteligente*. Madrid: Ediciones planeta S.A
- Wojtyla, K. (1978). *Amor y Responsabilidad. Estudio de Moral Sexual*. Madrid: Razón y Fe, S.A.
- Zicavo, N., Vera, C. (2011). Incidencia del ajuste diádico y sentido del humor en la satisfacción marital. *Revista Psicología Trujillo*, 13(1). 74-89. Recuperado 2014, 30 de octubre. Disponible en: [http://sisbib.unmsm.edu.pe/BVRevistas/rev\\_psicologia\\_cv/v13\\_2011\\_1/pdf/a06.pdf](http://sisbib.unmsm.edu.pe/BVRevistas/rev_psicologia_cv/v13_2011_1/pdf/a06.pdf).