

Universidad de los Andes  
Facultad de Ciencias Sociales  
Departamento de Psicología

REGULACIÓN EN EL NOVIAZGO: FACTORES PERSONALES Y DE LA RELACIÓN

Trabajo de grado para optar al título de  
MAGISTER EN PSICOLOGÍA

Mónica Natalí Sánchez Nítola

Bajo la dirección de Karen Ripoll Núñez, PhD.  
Bogotá, D.C., 08 de Agosto de 2014

## Tabla de contenido

Justificación y planteamiento del problema.....	1
Revisión de literatura.....	6
Las relaciones románticas en la adultez temprana.....	6
Relaciones románticas y estrategias de mantenimiento.....	8
La regulación como estrategia de mantenimiento.....	10
Factores personales.....	10
Consistencia ideal-percepción.....	10
Orientación hacia la relación.....	14
Orientación de comunal.....	15
Orientación de intercambio.....	16
Comunión no mitigada.....	17
Orientación hacia la relación y regulación.....	18
Factores de la Relación.....	19
Satisfacción con la relación.....	20
Nivel de inversión.....	20
Calidad de las alternativas.....	20
Factores de la relación y estrategias de mantenimiento.....	20
Regulación y percepción del otro en la relación de pareja.....	21
Regulación en relaciones de noviazgo: factores personales y de la relación.....	21
Método.....	23
Diseño.....	23
Participantes.....	24

Instrumentos.....	25
Escala de los ideales de pareja y relación.....	25
Factores personales.....	27
Consistencia ideal-percepción.....	27
Escala de orientación comunal.....	27
Escala de orientación de intercambio.....	28
Escala revisada de comunión no mitigada.....	28
Factores de la relación.....	29
Escala del modelo de inversión.....	29
Regulación.....	30
Escala de regulación .....	30
Cuestionario demográfico.....	31
Procedimiento.....	31
Análisis de datos.....	32
Consideraciones éticas.....	32
Resultados .....	33
Estadísticos descriptivos.....	33
Análisis de correlaciones.....	35
Dimensión calidez y confianza.....	36
Dimensión vitalidad y atractivo.....	37
Dimensión estatus y recursos.....	39
Dimensión intimidad y lealtad.....	40
Dimensión pasión.....	41
Modelos de regresión lineal múltiple.....	42

Dimensión calidez y confianza.....	43
Dimensión vitalidad y atractivo.....	44
Dimensión estatus y recursos.....	46
Dimensión intimidad y lealtad.....	47
Dimensión pasión.....	48
Diferencias entre factores de la relación según la dimensión de los ideales.....	50
Discusión.....	51
¿Qué factores personales explican la regulación?.....	52
Consistencia ideal percepción y regulación.....	52
Orientación hacia la relación y regulación.....	54
Orientación comunal, comunión no mitigada y regulación.	54
Orientación de intercambio y regulación.....	56
¿Qué factores de la relación explican la regulación?.....	58
Satisfacción con la relación y regulación.....	58
Calidad de las alternativas propias y regulación.....	60
Inversión en la relación y regulación.....	60
Percepción de los factores de la relación y regulación.....	61
Conclusiones.....	62
Limitaciones y futuras investigaciones.....	63
Referencias.....	68

## Lista de Apéndices

Apéndice A. Formato de Consentimiento Informado.....	80
Apéndice B. Resumen Análisis Factoriales.....	82

## Lista de Figuras

Figura 1. Dimensiones de los ideales en la relación de pareja.....	11
Figura 2. Relación entre regulación y consistencia ideal-percepción moderada por el éxito percibido de la regulación.....	14
Figura 3. Modelo de relación entre variables.....	22
Figura 4. Relaciones esperadas entre variables del modelo y regulación.....	36
Figura 5. Modelos de regresión lineal para todas las dimensiones ideales.....	51

## Lista de Tablas

Tabla 1. Características demográficas de los participantes.....	24
Tabla 2. Índices de confiabilidad de las sub-escalas de los instrumentos empleados y número de ítems de los instrumentos.....	26
Tabla 3. Estadísticos descriptivos de las variables del estudio.....	33
Tabla 4. Correlaciones en la dimensión calidez y confianza.....	37
Tabla 5. Correlaciones en la dimensión vitalidad y atractivo.....	38
Tabla 6. Correlaciones en la dimensión estatus y recursos.....	39
Tabla 7. Correlaciones en la dimensión intimidad y lealtad.....	40
Tabla 8. Correlaciones en la dimensión pasión.....	41
Tabla 9. Resultados de la regresión múltiple estándar para regulación en la dimensión calidez confianza.....	43
Tabla 10. Resultados de la regresión múltiple estándar para la regulación en la dimensión vitalidad y atractivo.....	45
Tabla 11. Resultados de la regresión múltiple estándar para regulación en la dimensión estatus y recursos.....	46
Tabla 12. Resultados de la regresión múltiple estándar para la regulación en la dimensión intimidad y lealtad.....	47
Tabla 13. Resultados de la regresión múltiple estándar para la regulación en la dimensión pasión.....	49
Tabla 14. Resultados análisis factorial instrumento escala de los ideales de pareja.....	82
Tabla 15. Resultados análisis factorial instrumento escala de los ideales de relación.....	83
Tabla 16. Resultados análisis factorial instrumento escala de consistencia ideal-percepción pareja.....	83
Tabla 17. Resultados análisis factorial instrumento escala de consistencia ideal-percepción relación.....	84
Tabla 18. Resultados análisis factorial instrumento escala de regulación persona.....	85

Tabla 19. Resultados análisis factorial instrumento escala de regulación relación.....	85
Tabla 20. Resultados análisis factorial instrumento escala del modelo de inversión factores de la relación propios.....	86
Tabla 21. Resultados análisis factorial instrumento escala del modelo de Inversión factores de la relación percibidos en la pareja.....	87
Tabla 22. Resultados análisis factorial instrumento escala de orientación comunal.....	88
Tabla 23. Resultados análisis factorial instrumento escala de orientación de intercambio.....	89
Tabla 24. Resultados análisis factorial instrumento escala revisada de comunión no mitigada.....	90



## Resumen

En este estudio se evaluaron los efectos de variables personales (consistencia ideal-percepción y orientación hacia la relación) y de la relación (satisfacción, inversión, alternativas y la percepción de estos factores en la pareja), sobre las conductas que usan mujeres y hombres para cambiar las características de la pareja y de la relación (regulación). La muestra se constituyó de 206 individuos (71 hombres y 135 mujeres) heterosexuales, entre 18 y 25 años, en una relación de noviazgo entre 6 meses y 3 años de duración. Para recolectar los datos se aplicaron cuestionarios de auto-reporte para evaluar las variables del estudio. El modelo propuesto se evaluó para cada dimensión de los ideales (Fletcher et al., 1999) empleando regresiones lineales múltiples. Los resultados mostraron que tener una baja consistencia entre el ideal y la percepción de la pareja o la relación, predice altos intentos por cambiar las características de estas, en todas las dimensiones ideales. Por otro lado, se encontró que baja satisfacción con la relación predecía más intentos de cambiar las características de la pareja o la relación, en casi todas las dimensiones ideales. Sumado a esto, los resultados mostraron que tener más alternativas de calidad a la relación, predice significativamente la regulación de características de la pareja y la relación como la vitalidad, el atractivo y la pasión. La discusión se enfoca en las implicaciones de estos resultados, para la investigación sobre regulación en relaciones románticas.

**Palabras claves:** Relaciones románticas; regulación; consistencia ideal-percepción; orientación hacia la relación; satisfacción, inversión, calidad de las alternativas.

## Justificación y Planteamiento del Problema

En el desarrollo de un noviazgo<sup>1</sup> muchas personas intentan cambiar características de su compañero/a y/o de la relación, debido a que estas no concuerdan con lo que consideran ideal. Esto ha sido denominado *regulación* (Overall, Fletcher & Simpson, 2006), desde el modelo de estándares ideales.

Según estos autores, la regulación<sup>2</sup> se refiere a una serie de conductas que se usan para cambiar las características de la pareja y de la relación. De acuerdo con esto, la regulación se considera una estrategia de mantenimiento ya que, al lograr el cambio de las características, adapta la relación a los ideales de la persona. Hacer ese ajuste permite a la persona disminuir la brecha entre el ideal y la percepción, que tiene sobre su pareja y su relación, y aumenta su satisfacción con estos dos (Overall et al., 2006).

Así, el modelo de estándares ideales explica que la regulación surge cuando una persona observa inconsistencias entre sus ideales y la percepción que tiene de su relación y/o su pareja (Overall et al., 2006). A pesar de lo anterior, se ha encontrado en algunas investigaciones, que los participantes reportan tener deseos de cambiar características de su pareja o su relación, que no corresponden con sus ideales y, sin embargo, no realizan ningún intento específico por cambiar dichas características (Martínez, 2009). Esto sugiere que el hecho de que haya inconsistencia entre el ideal y la percepción, no necesariamente se asocia con una mayor probabilidad de regular.

Ahora bien, aunque Martínez (2009) encontró estas inconsistencias, ninguna investigación ha indagado posibles explicaciones, fuera del modelo de estándares ideales, que permitan reconocer otras variables predictoras de los intentos de regular. De acuerdo con este problema, se infiere que hay un vacío en la explicación de la regulación. Con base en esta carencia, la presente investigación se propone probar empíricamente la teoría del modelo de estándares ideales, para corroborar el poder explicativo de la consistencia ideal percepción sobre la regulación, pero además, busca evaluar otras variables, que surgen de teorías de Intercambio Social (Thibaut & Kelley, 1959), y que podrían predecir o estar asociadas con la regulación.

---

<sup>1</sup> En este texto se entenderá por “noviazgo” aquellas relaciones afectivas de pareja establecidas por adultos jóvenes, que no impliquen convivencia. “Relación romántica” y “noviazgo” serán tratados como sinónimos.

<sup>2</sup> Si bien algunos autores como Martínez (2009) y Hira & Overall (2010) se refieren tanto a los deseos como a los intentos de regulación, a lo largo de este texto Regulación se referirá a las acciones explícitas realizadas para lograr cambiar características de la pareja o la relación; es decir, a los intentos de regulación.

De acuerdo con lo anterior, los factores que se proponen para explicar la regulación, en el modelo de este estudio, pueden ser personales o relacionales. Evidentemente, entre los factores personales está la consistencia ideal percepción, sin embargo, en esta investigación se propone evaluar la relación entre la regulación y un factor personal adicional: la orientación que una persona tiene hacia la relación (*orientación hacia la relación*). Se propone esta evaluación, ya que esta variable se encuentra relacionada de manera positiva con la transformación de las motivaciones personales dentro de una relación (Rusbult, Olsen, Davis, & Hannon, 2004); esto permite que la orientación hacia la relación se asocie con la ejecución de conductas de mantenimiento como la acomodación (Rusbult, Verette, Whitney, Slovik, & Lipkus, 1991), la voluntad para el sacrificio (Van Lange et al., 1997), la ilusión positiva (Murray, Holmes & Griffin, 2004), entre otras. Concretamente, se esperaría que, tal como sucede con otras estrategias de mantenimiento, la regulación esté asociada con el tipo de orientación hacia la relación que posea la persona.

Por otra parte, se podría esperar que además de factores personales como la falta de consistencia ideal-percepción o la orientación hacia la relación, existan algunos factores de la relación que incidan en el proceso de iniciar y mantener los intentos de regulación. Según lo encontrado en varias investigaciones (Rusbult et al., 1991; 2004; Van Lange et al., 1997), las estrategias para mantener las relaciones de pareja, se vinculan fuertemente con variables de la relación como la satisfacción con la relación, la inversión que se haya hecho en dicha relación y la calidad de las otras alternativas de relación. Debido a que la regulación se considera una estrategia para mantener la relación (Overall et al., 2006), podría esperarse que estos tres factores (satisfacción, inversión, alternativas) estén asociados con dicha conducta.

Por otro lado, existe evidencia de que los comportamientos que se presentan en una relación de pareja se generan en la interacción de quienes la conforman y se basan en lo que se percibe de la conducta del otro (Fletcher, Overall, & Friesen, 2006). Martínez (2009) por ejemplo, encontró que hay una asociación negativa entre los intentos de regulación y la percepción respecto a la pareja, específicamente la percepción sobre su compromiso con la relación. De acuerdo con esto, se esperaría que la percepción de los factores de la relación, respecto a la pareja, predijera significativamente la regulación.

Para resumir, la literatura sobre la regulación se ha originado solamente en el modelo de estándares ideales, sin embargo, se ha hecho evidente que esta propuesta no explica totalmente que las personas intenten cambiar características de su pareja o su relación. De acuerdo con el anterior vacío, esta investigación propone evaluar otros factores, tanto personales como de la relación, en asociación con la regulación. Estos pueden ser predictores significativos de los intentos por modificar características de la pareja o la relación, debido a que han resultado fuertemente asociados con otras estrategias de mantenimiento de las relaciones de pareja.

Llegado a este punto, esta investigación se propuso responder la siguiente pregunta: ¿En qué medida, los factores personales (consistencia ideal percepción y orientación hacia la relación), los factores de la relación (satisfacción, calidad de las alternativas e inversión) y la percepción sobre la pareja respecto a estos últimos, predicen la regulación de jóvenes adultos en relaciones de noviazgo? Al responder esta pregunta, este estudio buscó aportar varias cosas.

En primer lugar, esta investigación pretendió hacer un aporte teórico al ampliar la explicación sobre la regulación, porque no solamente se tuvieron en cuenta factores personales, sino que se analizaron variables de la relación, que son fundamentales para la explicación del comportamiento social complejo (Vangelisti, 2012). Al tener en cuenta estas variables en un nuevo modelo de explicación de la regulación, esta investigación pretendió que el vacío encontrado se hiciera más pequeño y que la regulación se entendiera desde una perspectiva más relacional que individual.

En segundo lugar, se esperaba que con los resultados de esta investigación se pudiese aportar de manera práctica, porque al ampliar el conocimiento sobre los factores que predicen la regulación, en futuros estudios experimentales se podrán diseñar intervenciones que apunten a modificar las variables predictoras de la regulación, 1) para que las relaciones de noviazgo de adultos jóvenes mejoren, 2) para que el adulto joven desarrolle un sentido de identidad positivo y 3) para que se prevengan futuros fracasos en otras relaciones.

Respecto al primer punto, trabajar sobre la regulación para mejorar las relaciones de pareja puede ser efectivo en la medida en que se ha encontrado que tiene consecuencias importantes para los involucrados en la relación. Por ejemplo Lewis, Butterfield, Darbes, y

Johnston-Brooks (2004) demostraron que la regulación de hábitos poco saludables de la pareja tiene efectos positivos significativos en la salud de quién fue regulado. Por el contrario, Overall et al. (2006) encontraron que la regulación (en este caso no se habló de alguna característica o conducta en específico) tiene un efecto negativo sobre la calidad de la relación percibida de quien es regulado.

Sumado a lo anterior, se ha encontrado que algunas estrategias para cambiar las características de la pareja, prevalecen en los conflictos de relaciones de noviazgo. Por ejemplo, Rey (2009) encontró en un estudio con jóvenes colombianos, que el 32,5% de sus participantes reportaban haber vivido alguna vez en su relación de pareja, una situación de burla, sarcasmo, amenazas o coerción. Relacionado con esto, el modelo de estándares ideales ha denominado estas conductas dentro de la relación como estrategias negativas directas, y se ha encontrado que cuando son usadas tiende a disminuir la satisfacción con la relación (Overall et al., 2009). Por otro lado, se ha encontrado que estos comportamientos hacen parte del ciclo de violencia de pareja (O`Leary & Smith, 2006).

De acuerdo con lo anterior, si se aclaran cuáles son las variables predictoras de los intentos por cambiar características de la pareja, podrán dilucidarse los antecedentes de la regulación y explorar más a fondo, a través de un estudio experimental, si al cambiar estos factores también cambia la regulación. Esto permitirá el diseño de intervenciones que permitan mejorar las relaciones de pareja, disminuyendo la regulación en el caso en que esté afectando la relación o haga parte de un ciclo de violencia (burla, sarcasmo y coerción), o manteniéndola en el caso en que la esté beneficiando (negociar, razonar, persuadir).

Por otro lado, respecto a la modificación de la regulación para garantizar que el adulto joven tenga un autoconcepto positivo, es necesario aclarar que gracias a las relaciones de noviazgo en esta etapa, los jóvenes desarrollan un sentido de identidad sobre sí mismos, como parte de una relación de pareja y, por lo tanto, estos vínculos son una pieza fundamental para el desarrollo de relaciones satisfactorias en la adultez (Arnett, 2007). Además, según Conolly y Konaski (1994, citados en Burgos, 2003), las experiencias románticas juegan un papel fundamental en el desarrollo del sentido de identidad, ya que a través de este tipo de relaciones los jóvenes desarrollan distintas percepciones de sí mismos en el plano romántico, esto se conoce como auto-concepto romántico. De acuerdo con lo

anterior, los jóvenes que han tenido experiencias románticas satisfactorias, desarrollan un auto-concepto romántico positivo, mientras que los que han tenido experiencias adversas, se describen como personas con pocas habilidades para atraer a parejas o para tener éxito en las relaciones (Burgos, 2003).

Ahora bien, teniendo en cuenta que el fracaso en la regulación de la pareja genera insatisfacción con la relación (Overall et al., 2006), un joven que viva esta situación puede sentirse incapaz de llevar una relación de pareja que le satisfaga, además de sentir que no llena los ideales de su pareja (Overall y Fletcher, 2010), por tanto puede formar un auto-concepto romántico negativo. En el caso contrario, cuando la regulación sea positiva y garantice el éxito en el cambio de las conductas de la pareja a largo plazo (Overall, Fletcher, Simpson, & Sibley, 2009), y por tanto la satisfacción con la relación (Overall et al., 2006), la probabilidad de que la persona desarrolle un auto-concepto romántico positivo puede ser alta. Por ende, ampliar el conocimiento sobre los factores que llevan a intentar cambiar las características de la pareja, implica tener más información que permita formular intervenciones, que busquen mejorar las relaciones de noviazgo de adultos jóvenes y en consecuencia, mejorar su auto-concepto romántico.

Respecto al último punto sobre las implicaciones prácticas, estudiar la regulación en las relaciones de noviazgo permitiría predecir la aparición de esta conducta en relaciones futuras. Sobre esto, Houts, Robins y Huston (1996) y Niehuis, Huston y Rosenband (2006) explican que las relaciones románticas influyen en los comportamientos que adoptan los individuos en sus relaciones a corto (otras relaciones de noviazgo) y a largo plazo (relaciones maritales). De acuerdo con esto, al determinar los factores asociados a la regulación en las primeras relaciones románticas del sujeto, sería más fácil predecir si en relaciones futuras la regulación es una conducta que va a ser usada como una estrategia positiva o negativa. Esto ayudaría a formular intervenciones para la promoción de conductas saludables para relaciones futuras.

Ahora bien, el último aporte que se esperaba que hiciera este estudio, tiene que ver con la construcción de conocimiento transcultural. Respecto a esto, aunque el estudio de la regulación en la cultura colombiana ha venido fortaleciéndose en los últimos años (Pinilla & Salmona, 2010; Cabra y Daza, 2010; Gómez y Córdoba, 2011), estas investigaciones se han enfocado en el tipo de estrategia que usa la persona para regular, con excepción de

Martínez (2009). Así, la presente investigación tuvo el objetivo de contribuir a la exploración de la regulación desde una nueva perspectiva, que se sale de los estudios con población anglo parlante y aporta al conocimiento de la cultura colombiana, pero además hace aportes novedosos más allá de lo que se ha investigado en el país.

En conclusión, se esperaba que esta investigación hiciera un aporte teórico en la medida en que llena un vacío en la literatura; tendría un aporte social, ya que favorece la construcción de conocimiento que puede ser usado para futuras intervenciones enfocadas en mejorar las relaciones de noviazgo de adultos jóvenes; y, tendría un aporte en términos culturales, porque el modelo propuesto se evalúa en una cultura diferente a la que tradicionalmente se ha probado.

### **Revisión de Literatura**

A continuación se presentan los antecedentes teóricos y empíricos que orientaron el planteamiento de este estudio. En primer lugar se explica la importancia de investigar las Relaciones Románticas en la Adulthood Temprana. En seguida, se hace una revisión de literatura sobre las Estrategias de Mantenimiento.

Por otro lado, se describen las variables más importantes del modelo de la investigación: la Regulación, los Factores Personales (Consistencia Ideal-Percepción y Orientación hacia la Relación) y los Factores de la Relación (Satisfacción, Inversión y Calidad de Alternativas), que se introdujeron en la formulación del problema. Además, se explica la importancia de estudiar los factores de la relación, no solamente desde la percepción sobre sí mismo, sino desde la percepción que se tiene sobre la pareja. Finalmente, y con base en lo anteriormente mencionado, se retoma la pregunta y el modelo de la presente investigación, para dar paso a la metodología que se usó en este estudio.

### **Las Relaciones Románticas en la Adulthood Temprana**

Las relaciones románticas se definen como aquellas en las que la persona busca establecer intimidad, compromiso y pasión con otro sujeto (Cornachione, 2006), de manera estable, exclusiva y a largo plazo (Karandashev, Benton, Edwards, & Wolters, 2012). Así, la pareja se convierte en la figura más importante respecto al apego, a la recepción de cuidados y al intercambio sexual en la adultez temprana (Furman & Wehner, 1997).

Estas relaciones se caracterizan por tener un curso temporal en el que sus componentes cambian (Yela, 1997). Respecto a esto, en la literatura se propone que hay

una fase inicial en la que la persona se obsesiona con su ser amado, busca ser correspondido por este, disminuye o anula las características poco deseables de su enamorado y hay mucha pasión en la relación (Tennov, 1979). La siguiente fase de este curso temporal, se conoce como el amor compañero. Hatfield (1988) afirma, respecto a este momento, que las personas sienten por su pareja intimidad emocional, apego y un profundo afecto, sin embargo, la pasión y la idealización disminuyen, pero a pesar de que esto sucede, la relación se vuelve profundamente interdependiente (Berscheid, 1983).

Por otro lado, se sabe que este tipo de relaciones prevalecen en la adultez temprana<sup>3</sup> (Cui, Fincham & Pasley, 2008) y se definen como una de las tareas del desarrollo más importantes en este momento de la vida (Erikson, 1968; Feldman, Gowen, & Fisher, 1998). Respecto a esto, Fincham y Cui (2010) afirman que este es un periodo del desarrollo en el que las personas ganan experiencia relacional, antes de decidirse por vivir con alguien toda su vida. Así mismo, Clark y Beck (2010) explican que en esta fase, las personas suelen reflexionar sobre sus objetivos, teniendo en cuenta que pueden compartir su vida con otra persona.

Respecto al tema, Cui et al. (2008) mencionan que las relaciones románticas tienen implicaciones importantes en el adulto joven, ya que una relación exitosa promueve el bienestar personal. A su vez, explican estos autores, fallar en establecer o mantener este tipo de relaciones, se asocia con alteraciones emocionales y físicas.

Sumado a lo anterior, en la literatura se plantea que gracias a estas interacciones, los adultos jóvenes desarrollan un sentido de identidad sobre sí mismos, como parte de una relación de pareja y, por lo tanto, son parte importante del desarrollo hacia relaciones satisfactorias en la adultez (Arnett, 2007). En relación con lo anterior, Conolly y Konaski (1994) citados en Burgos (2003) afirman que las experiencias románticas juegan un papel fundamental en el desarrollo del sentido de identidad ya que, a través de este tipo de relaciones, las personas desarrollan distintas percepciones de sí mismos en el plano romántico, esto se conoce como autoconcepto romántico. De acuerdo con esto, los adultos jóvenes que han tenido experiencias románticas positivas se ven como parejas atractivas,

---

<sup>3</sup> Se entiende como un momento de la vida, entre los 18 y 25 años, durante el cual los individuos no son adolescentes, pero tampoco son adultos con responsabilidad completa sobre sí mismos o sobre otros (Stephanou, 2012).



mientras que los que han tenido experiencias adversas se describen como personas con pocas habilidades para atraer a parejas o para tener éxito en las relaciones (Burgos, 2003).

Una última implicación es la que mencionan Houts et al. (1996) y Niehuis et al. (2006), cuando explican que las relaciones románticas influyen en los comportamientos que adoptan los individuos en sus relaciones a corto (otras relaciones de noviazgo) y a largo plazo (relaciones maritales).

Llegado a este punto, teniendo en cuenta lo que se mencionó a lo largo de este apartado, es coherente pensar que aquellas personas que se encuentren en la primera fase de las relaciones románticas, no tiendan a intentar cambiar características de su pareja. Esto, debido a que la idealización del ser amado es alta y la persona ignora los defectos que, en otro estado, podría encontrar en su pareja (Mora, 2007). Por el contrario, en la fase de amor compañero, cuando la pasión ha disminuido y la persona se desenfoca de su compañero/a (Zeifman & Hazan, 2000), es más probable que identifique aspectos de su pareja o de la relación que no le satisfacen. Diversos autores se han interesado por examinar las reacciones de las personas ante esta situación y las estrategias que usan para mantener la relación a pesar de la desilusión. En el siguiente apartado se sintetizan sus hallazgos.

### **Relaciones Románticas y Estrategias de Mantenimiento**

Para que la desilusión y los conflictos -que surgen cuando la pareja o la relación no cumplen totalmente las expectativas- no afecten la estabilidad de la relación, surgen mecanismos específicos que permiten su permanencia, continuidad y buen funcionamiento a largo plazo. Estos mecanismos se conocen como estrategias de mantenimiento (Sánchez, 2009).

Son varios los autores que han estudiado estas estrategias. Por ejemplo, Canary, Stafford y Semic (2002), afirman que estas se usan para reparar, conservar y continuar la relación de la manera en que se quiere que ésta sea. Así, el uso de las estrategias de mantenimiento permite a las parejas resolver los conflictos que se generan con los cambios en la relación, y lograr de nuevo la homeostasis de características importantes en la unión tales como el compromiso, el control mutuo y la intimidad.

Estas estrategias de mantenimiento tienden a ser usadas a lo largo de la relación, sin embargo, se ha encontrado que dejar de usarlas en las relaciones, está asociado con la disminución de la satisfacción con la relación a largo plazo (Stafford & Canary, 1991

citados en Canary et al., 2002). Lo anterior indica que los miembros de la pareja deben comprometerse a poner en práctica dichas estrategias para que sean efectivas a lo largo del tiempo.

Por otro lado, según el Modelo de Inversión (Rusbult et al., 2004), las estrategias de mantenimiento tienen una función positiva para la relación, ya que ayudan a las parejas a persistir a pesar de amenazas como la incertidumbre, los objetivos que no corresponden y las alternativas tentadoras. Además, este modelo explica que el mantenimiento de la relación implica un proceso, la *Transformación de las Motivaciones*, en el que se presentan conductas para lograr dicho objetivo. Este proceso consiste en abandonar las preferencias hedonísticas basadas en intereses personales inmediatos y, en lugar de eso, actuar de acuerdo a los intereses de la pareja o de la relación.

Paralelamente, la transformación de las motivaciones se asocia con estrategias comportamentales como: a) conductas de acomodación, que suponen la voluntad del individuo para inhibir las tendencias a reaccionar destructivamente y a desarrollar respuestas constructivas ante los comportamientos destructivos de la pareja (Rusbult et al., 1991); b) la voluntad para el sacrificio, que se refiere a la propensión para dejar los intereses inmediatos y promover el bienestar de la pareja o de la relación (Van Lange et al., 1997); y c) el perdón de la traición, que se refiere a la voluntad de la víctima de traición de abandonar el deseo de venganza y la exigencia de reparación, llevándola a reaccionar de una manera más constructiva y con menos juicios (Rusbult et al., 2004).

Además, la transformación de las motivaciones también se asocia con estrategias cognitivas como: a) la interdependencia cognitiva, que se ha definido como la reestructuración de las representaciones mentales del sí mismo en la relación, incluyendo tendencias a percibirse como parte de un colectivo conformado por sí mismo y la pareja (Agnew, Van Lange, Rusbult & Langston, 1998); b) la ilusión positiva, que se refiere al desarrollo de creencias ideales acerca de la pareja y la relación, a través de la construcción de narrativas y representaciones cognitivas, que disminuyen los sentimientos de incertidumbre y atenúan las dudas con respecto a la relación (Murray et al., 2004); y c) la derogación de las alternativas tentadoras, que implica disminuir el valor de las características de las personas ajenas a la relación, volviéndolas menos deseables (Simpson, Gangestad & Lerma, 2004).

Ahora bien, una conducta que ha sido recientemente identificada como estrategia de mantenimiento es la regulación (Overall et al., 2009; Hoog & Vaughan, 2010). A continuación se describen los principales hallazgos respecto a esta estrategia de mantenimiento.

**La regulación como estrategia de mantenimiento.** La regulación se refiere a los intentos que hace una persona para cambiar características de su pareja o de su relación, con el fin de mejorar su satisfacción con esta (Overall et al., 2006). Según Overall et al. (2006), la regulación depende de que la persona haga una evaluación de su pareja y de su relación. En esta, el individuo compara sus ideales con la percepción que tiene de estos dos, dándose cuenta si hay consistencia entre ellos. Si sucede esto, se considera que hay una evaluación positiva; en el caso de que no haya consistencia, será una evaluación negativa.

Respecto a lo anterior, los autores encontraron que la evaluación negativa está asociada a la percepción de menor calidad de la relación. Así, quienes no tengan una evaluación positiva, tenderán a intentar cambiar las características de su pareja o de su relación, para hacerlas coincidir con su ideal, para poder continuar con la relación. Es por esta razón que la regulación se considera una estrategia de mantenimiento.

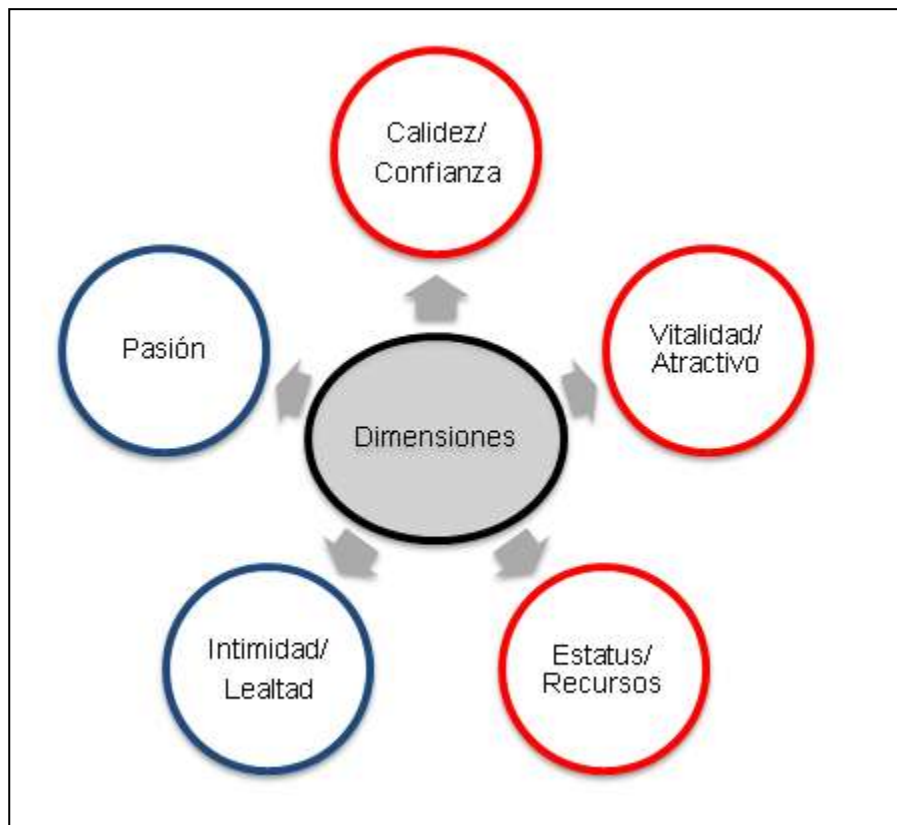
Según lo anterior, la regulación aparece sólo cuando se presenta inconsistencia entre el ideal y la percepción que tiene la persona sobre su pareja o su relación, sin embargo, de acuerdo a lo que encontró Martínez (2009), a pesar de que las personas reportaban tener esta falta de consistencia, no intentaban regular. Lo anterior da cabida al uso de más variables, además de la propuesta por el modelo de Overall et al. (2006). Así, tal como ya se ha explicado, este estudio pretende evaluar la relación entre factores personales (consistencia ideal percepción y orientación hacia la relación), de la relación (satisfacción, calidad de las alternativas e inversión) y la percepción sobre la pareja respecto a estos últimos); que pueden estar relacionados con la regulación y que permitirían comprender la inconsistencia entre las investigaciones de Martínez (2009) y de Overall et al. (2006). A continuación se profundiza en cada uno de estos factores.

### **Factores Personales**

**Consistencia Ideal-Percepción.** La explicación de la consistencia ideal-percepción surge del *Modelo de Estándares Ideales* (Overall et al., 2006; Overall, Fletcher, Simpson & Sibley, 2009; Overall & Fletcher, 2010). Este modelo propone que las personas desarrollan

durante su vida estructuras cognitivas (ideales), que les sirven como estándares para evaluar su percepción de la relación.

Como se observa en la figura 1, existen cinco dimensiones de los ideales, tres de ellas se refieren a características de la persona (en rojo) y las dos restantes son características de la relación (en azul) (Fletcher, Simpson, Thomas & Giles, 1999).



*Figura 1.* Dimensiones de los ideales en la relación de pareja (Fletcher et al., 1999).

La primera dimensión de la persona (calidez/confianza) abarca características como intimidad, calidez, confianza y lealtad. La segunda dimensión (vitalidad/atractivo) involucra características de personalidad y apariencia física (atractivo, salud y energía). La última dimensión de la persona (estatus/recursos) hace referencia a la capacidad de la pareja de lograr cierto estatus social y brindar recursos a la relación de pareja, por ejemplo dinero o posición social (Overall et al., 2006).

Respecto a las dimensiones restantes, Intimidad/Lealtad se refiere a aquellas características de la relación que son importantes para lograr cercanía y estabilidad, por ejemplo ser honesto y ser confiable. La otra dimensión es la Pasión, que indica qué tan

excitante y emocionante es la relación (Fletcher, et al., 1999). Con base en estas cinco dimensiones Fletcher et al. (1999) diseñaron el instrumento *Partner Ideal Scale*, que ha sido usado no solamente para medir los ideales de las personas, sino también sus intentos de regular dichas características.

Ahora bien, Overall et al. (2006) analizaron la diferencia en los ideales respecto al sexo. De acuerdo con esto, encontraron que tal como lo explica la Teoría Evolucionista, las mujeres reportaban tener ideales más altos en características de la pareja relacionadas con el estatus y la confianza. Por otro lado, los hombres reportaron tener ideales más altos en características relacionadas con el atractivo y la confianza. Además, Fletcher et al. (1999) encontraron respecto a estas diferencias, que a pesar de que para ambos sexos es importante la dimensión de calidez/confianza, para los hombres esta dimensión es más importante que para las mujeres.

Paralelamente, estos autores encontraron, respecto a las dimensiones ideales de la relación (Intimidad/ Lealtad y Pasión), que había diferencias significativas entre hombres y mujeres. Además, observaron que tanto para hombres como para mujeres, las características relacionadas con la pasión resultaron ser menos importantes que las relacionadas con la intimidad y la lealtad. Así mismo, los hombres reportaron ideales más altos en estas últimas características, en comparación con las mujeres.

Por otro lado, Narváez (2007) corroboró algunos resultados de estos autores, ya que encontró diferencias significativas entre los ideales de las mujeres y los hombres, en una muestra de parejas bogotanas. De acuerdo con esto, la autora afirma que las mujeres tenían mayores ideales respecto a características de la dimensión estatus/recursos, mientras que los hombres, contrariamente a lo que se pensaba, le daban más importancia al compromiso, la confianza y el apoyo (la dimensión calidez/confianza). Ahora bien, respecto a las dimensiones ideales de la relación, esta autora también comprobó que los hombres tenían ideales más altos respecto a características de la dimensión Intimidad y Lealtad.

Por otra parte, aunque en su estudio Martínez (2009) no evaluó directamente los ideales de las personas, si encontró cuestiones interesantes en relación con variables asociadas. Por ejemplo, encontró para el caso de las mujeres, que había puntajes más altos en la flexibilidad de los ideales, en la dimensión Estatus y Recursos. Por otro lado, encontró que los hombres tenían puntajes más altos respecto a la flexibilidad de los ideales, en la

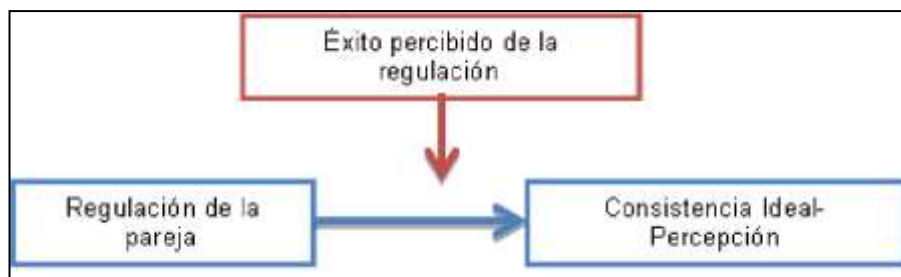
dimensión Vitalidad y Atractivo. Finalmente, encontró que los hombres tenían mayor puntaje en la consistencia Ideal-Percepción, en la dimensión Vitalidad-Atractivo.

Ahora bien, con base en lo anteriormente descrito, Overall et al. (2006) afirman que el nivel de consistencia entre los estándares ideales y la percepción del otro, es el factor individual que orienta los juicios evaluativos sobre la relación y señala la necesidad de regular. Estos autores observaron que la consistencia entre estos criterios está relacionada de manera negativa con la regulación: entre menos consistencia hay entre el ideal y la percepción de la pareja más serios e intensos son los intentos de regulación. A su vez, encontraron que la regulación siempre está dirigida hacia características ideales específicas y no a un ideal de la pareja o de la relación en general. Además, hallaron que no hay diferencias significativas entre hombres y mujeres al relacionar la consistencia ideal-percepción con la regulación. Lo anterior ha sido corroborado en estudios como el de Martínez (2009) en una muestra de jóvenes en Bogotá.

Por otro lado, se ha comprobado que existe relación entre varios factores individuales propuestos desde el modelo de estándares ideales (flexibilidad de los ideales, percepción de sí mismo, éxito percibido de la regulación) y la regulación.

Respecto a la flexibilidad, Overall et al. (2006) hallaron que las personas con ideales más altos y rígidos, tienden a regular más y le dan más importancia a la discrepancia entre sus ideales y la percepción de su pareja. Por otro lado, Martínez (2009) encontró que la flexibilidad de los ideales tiene un efecto significativo sobre la regulación de características relacionadas con el estatus y los recursos. En este mismo estudio, Martínez halló que la percepción de sí mismo tiene un efecto significativo sobre la regulación de características de calidez/confianza y estatus/recursos. Además, la autora encontró que las personas que se perciben a sí mismas como más cálidas y confiables reportan regular menos a su pareja respecto a estas mismas características. Finalmente, observó que las mujeres que se evalúan positivamente respecto a características de estatus y recursos suelen reportar menos intentos de regular a su pareja, en estas mismas características.

Ahora bien, respecto al éxito percibido de la regulación, Overall et al. (2006) encontraron que éste incide en la frecuencia e intensidad de los intentos de regular (Ver figura 2). En otras palabras, la relación entre el éxito percibido y la regulación retroalimenta la consistencia entre el ideal y la percepción.



*Figura 2.* Relación entre regulación y consistencia ideal-percepción moderada por el éxito percibido de la regulación. Adaptado de Overall et al. (2006).

Por ejemplo, una persona que no percibe éxito en sus intentos por cambiar a su pareja o a su relación, tenderá a regular más, sin embargo, en la medida en que aumente la frecuencia de regulación y no vea cambios, la consistencia entre el ideal y la percepción será menor.

Ahora bien, respecto a las consecuencias de la Regulación, Overall y Fletcher (2010) identificaron que quienes son objeto de intentos de regulación, por parte de su pareja, sienten que no se ajustan a los ideales de su pareja. Además, estos sujetos perciben menor calidad de su relación, tienen una auto-percepción más negativa y mayor tendencia a intentar cambiar las características, en sí mismos, que su pareja intentó regular.

**Orientación hacia la relación.** Desde la perspectiva de la Teoría de Intercambio Social, la Orientación hacia la Relación se define como un estándar que usa el individuo para comportarse en contextos interpersonales. En estas situaciones, el sujeto utiliza este esquema dependiendo del tipo de relación de intercambio que se esté dando (Sabatelli & Shenan, 1993; Williamson & Clark, 1989). Respecto a esto, Kelley (1984, citado en Rusbult et al., 2004) afirma que las orientaciones son patrones con los que se responde a los dilemas de interdependencia<sup>4</sup>, que aparecen en las relaciones románticas. De acuerdo con lo anterior, estos estándares varían en cada persona según su disposición; así, algunos tienden a orientarse hacia sí mismos y otros suelen orientarse hacia la relación.

Rusbult et al. (2004) reconocen que la diferencia primordial entre estas dos orientaciones son los motivos que guían al sujeto, para comportarse en situaciones que implican conflictos. Por un lado, la persona tiene razones importantes para perseguir de manera inmediata sus propios intereses, por ejemplo defenderse frente a un ataque o

<sup>4</sup> Situación en la que el bienestar inmediato de la persona es incompatible con el bienestar inmediato de la pareja (Rusbult et al., 2004)

proteger su dignidad. Por otro lado, hay razones de peso para promover los intereses de su relación, por ejemplo llegar a un acuerdo y mantener la relación. En ese sentido, estos autores afirman que resolver los dilemas de interdependencia siempre tendrá algún grado de sacrificio y costo personal.

Ahora bien, algunas investigaciones han mostrado que la orientación hacia la relación influye de manera determinante en la exhibición de conductas de mantenimiento de la relación, por ejemplo la acomodación (Rusbult et al., 1991), la voluntad de sacrificarse (Van Lange et al., 1997), la ilusión positiva (Murray et al., 2004) y otras. Es decir, aquellas personas que han transformado sus motivaciones a una orientación hacia la pareja y la relación, actúan en pos de que la unión se mantenga y sea de calidad (Rusbult et al., 2004). De acuerdo con lo anterior, se espera que el uso de la regulación como una estrategia de mantenimiento, se asocie de manera significativa con el tipo de orientación a la relación que tenga el sujeto.

Al respecto, Williamson y Clark (1989) proponen que hay dos tipos de orientaciones que se pueden reconocer en las decisiones que toman las personas, respecto a la repartición de beneficios dentro de una relación: la Orientación Comunal y la Orientación de Intercambio. Para el caso de esta investigación, se tuvieron en cuenta estas dos orientaciones, pero además, se agregó una tercera, que fue propuesta por Helgeson (1998): la Comunion no Mitigada. A continuación se explica cada una de estas orientaciones y en un apartado final de esta sección se explica cómo se espera que las diferentes orientaciones hacia la relación se asocien con la regulación.

***Orientación Comunal.*** La teoría explica que, en este tipo de orientación, la persona beneficia a su pareja con base en la preocupación que tiene por el bienestar de esta. Además, algo característico de esta orientación es que quien ayuda no espera ser retribuido de la misma manera ni inmediatamente (Mills & Clark, 1994; 2001).

Sumado a esto, algunas investigaciones han encontrado que las personas con este tipo de orientación, suelen creer que cada individuo, en una relación, debería dar lo que sea necesario para satisfacer las necesidades del otro (Clark & Jordan, 2002). A su vez, estas personas no tienen problemas particulares si hay una discrepancia entre lo que dan y lo que obtienen en una relación (Kenrick, Neuber, & Cialdini, 2010).



Específicamente, Williamson y Clark (1989) explican que hay cuatro conductas que reflejan la orientación comunal de una persona. Según estos autores, estos comportamientos “reflejan sentimientos de una obligación especial por las necesidades del otro y una expectativa de que el otro va a sentir una obligación especial por las necesidades propias” (p. 87). Ahora bien, estas conductas son: 1) dar ayuda, 2) sentirse bien ayudando y sentirse mal si no se hace, 3) posicionarse en la perspectiva del otro y tener un registro de sus necesidades, 4) responder positivamente a las expresiones de emoción del otro, 5) tener en cuenta las necesidades del otro cuando se distribuyen los beneficios que se han ganado juntos, 6) tener la voluntad para contarle al otro de las necesidades propias y 7) aceptar la ayuda del otro sin intentar devolverle la ayuda o pagársela.

Por otro lado, en varios estudios se ha encontrado que los sujetos con alta orientación comunal, encuentran más satisfactorias sus relaciones (Mills & Clark, 2004; Peck, Shaffer & Williamson, 2004). Sumado a esto, autores como Clark, Mills, y Corcoran (1989) y Mills y Clark (2001) mencionan que hay una asociación positiva entre la duración de la relación y este tipo de orientación. Es decir, que las personas que están en una relación a largo plazo, o que quieren establecer una relación como esta, dejan de hacer seguimiento a las recompensas que dan a su pareja. En vez de eso, ellos ponen atención a lo que la persona necesita. También se ha observado que cuando estos sujetos actúan en beneficio del otro, su pareja se vuelve más cuidadosa y eso mejora la relación (Lemay & Clark, 2008).

***Orientación de Intercambio.*** Las personas en las que predomina este tipo de orientación, benefician a otro como respuesta de una recompensa recibida en el pasado, o que esperan recibir en el futuro (Mills & Clark, 1994). Además, estos sujetos se sienten mejor cuando son tratados con equidad, y se sienten infelices cuando no obtienen mucho u obtienen demasiado a cambio (Buunk, Doosje, Jans & Hopstaken, 1993). Lo anterior, según explican Williamson y Clark (1989), sucede porque el sujeto con alta Orientación de Intercambio espera que en su relación haya justicia. A pesar de esto, Chen, Lee-Chai y Bargh (2001), muestran que, en una situación en que la persona tiene poder, si puntúa alto en este tipo de orientación, suele estar más interesada en resolver sus propios objetivos y no en satisfacer los del otro.

Ahora bien, las conductas que se conciben como propias de una persona con alta Orientación de Intercambio son: 1) retribuir inmediatamente los beneficios que se reciban, 2) exigir la retribución de los beneficios que se han dado, 3) dar y recibir beneficios comparables, en vez de recibir o dar beneficios no comparables y 4) mantener un registro de las cosas que se dan y se reciben, además de las tareas conjuntas, para facilitar el equilibrio en los beneficios.

Al respecto, algunas investigaciones muestran que, en una relación, cuando la persona con orientación de intercambio ha dado algún beneficio (bienes materiales, conductas o verbalizaciones de gratitud, etc.) y no se le retribuye en la misma cantidad, hay disminución en la atracción y un incremento de sentimientos de explotación (Murstein, Cerreto & MacDonald, 1977; Waddell & Clark, 1982). Además, se ha visto que sujetos con alta Orientación de Intercambio, están generalmente más infelices con sus relaciones románticas (Buunk & Van Yperen, 1991). De acuerdo con Clark, Lemay, Graham, Pataki y Finkel (2010), cuando la persona opera dentro de su relación con una conducta basada en la orientación de intercambio, el apoyo que provee está vinculado a un deseo de retribución. Si este no se cumple, las necesidades y deseos de la pareja pueden descuidarse, provocando que en la relación ya no haya un balance entre los beneficios percibidos y dados.

***Comunión no Mitigada.*** Fritz y Helgeson (1998) explican que esta orientación implica enfocarse en los otros, olvidándose de uno mismo. Por otro lado, Helgeson (1994) afirma que las personas que se comportan bajo este esquema, tienden a subyugar sus propias necesidades a las necesidades de los demás, aún si esto resulta ser costoso.

Además, se ha encontrado que tener este tipo de orientación está asociado con la disminución en el bienestar de la persona. Por ejemplo, Helgeson (1993) concluyó que hay una asociación positiva entre puntuaciones altas en Comunión no Mitigada y el incremento del estrés psicológico. Además, encontró que hay una asociación negativa con la recuperación de eventos coronarios.

Sumado a lo anterior, varios autores han encontrado que la Comunión no Mitigada se asocia con la depresión (Helgeson, 1994; McBride & Bagdy, 2006 citados en Bassett & Aubé, 2013). Igualmente, Helgeson y Fritz (1998) explican que los sujetos con este esquema están demasiado centrados en la evaluación que los demás hacen de ellos. Esto,

explica el autor, puede llevar a descuidarse a sí mismo, a tener angustia psicológica y baja autoestima.

Ahora bien, las conductas que se conciben como propias de una persona con alta Comunion no Mitigada son: 1) Tomar los problemas de los demás como propios, 2) inmiscuirse demasiado en los problemas de otros, 3) controlar lo que los demás hacen, 4) no buscar apoyo de los demás (Helgeson, 2003). Debido a estos comportamientos, se ha encontrado que personas con este tipo de orientación suelen tener relaciones de pareja con altos niveles de conflicto, lo que provoca que tengan mayor probabilidad de que sus relaciones terminen (Aubé, Zettlage, Di Dio, & Zuckerman, 2008).

***Orientación hacia la Relación y Regulación.*** Tal como se define cada orientación, resulta evidente que hay cuestiones que generan una clara diferencia, pero otras que indican algo en común. En primer lugar, si se compara la Orientación Comunal con la Comunion no Mitigada, podría llegar a pensarse que se trata de lo mismo porque en ambas orientaciones el sujeto se preocupa en primera medida por el otro. Sin embargo, de acuerdo con las características que menciona Fritz y Helgeson (1998), la diferencia más clara entre estas dos orientaciones se encuentra en la importancia que se le da a las necesidades propias. Así, para alguien con Comunion no Mitigada alta, sus necesidades ni siquiera son evaluadas, porque el objetivo es cumplir y satisfacer todo lo que el otro exija. Mientras que en el caso de una persona con alta Orientación Comunal, esta buscaría beneficiar al otro, pero también aceptaría su ayuda y permitiría que el otro conozca y trate de satisfacer sus necesidades.

Por otra parte, estas dos orientaciones difieren de la Orientación de Intercambio, principalmente en el foco de atención en las necesidades. Es decir, como ya se había mencionado, la Comunion no Mitigada y la Orientación Comunal se enfocan en conductas que benefician al otro. En contraste, la Orientación de Intercambio, se enfoca en conductas que beneficien a las dos personas, porque busca equilibrio y justicia en la relación. Sin embargo, la persona con alta Orientación de Intercambio, siempre estará pendiente de que las necesidades propias nunca se descuiden (Williamson & Clark, 1989).

Ahora bien, las diferentes orientaciones podrían llegar a estar asociadas con la Regulación. De acuerdo con Rusbult et al. (2004), las decisiones que toma una persona frente a su bienestar o el de su pareja, en una situación en donde se presentan dilemas de

interdependencia, se basan en el tipo de orientación que tenga. Así, en su estudio empírico, estos autores encontraron que existe una relación positiva entre la Orientación hacia la Relación y la transformación de la motivación, a la hora de enfrentarse a estas situaciones en su relación. Es decir, entre más orientado hacia la relación esté una persona, existen mayores posibilidades de que despliegue conductas para mantener su relación y que disminuya su interés por satisfacer sus propias necesidades.

En ese sentido, podría esperarse que una persona con alta Orientación Comunal tienda a hacer muchos intentos por cambiar características de su pareja o de su relación, porque piensa que puede mejorar el bienestar de su unión y que se puede mantener a lo largo del tiempo. Por otro lado, puede suceder que las personas con alta Orientación de Intercambio regulen más, porque procuran intercambiar beneficios comparables con su pareja, si esto no sucede, tenderían a exigir que se les retribuya lo que se les ha dado. Finalmente, se esperaría que las personas con alta Comunción no Mitigada regulasen menos, porque prefieren satisfacer las necesidades de su pareja, pasando incluso por encima de sus propias necesidades de tener una pareja cercana a su ideal.

### **Factores de la Relación**

Llegado a este punto, es importante decir que dentro de esta investigación no solo hubo un interés por evaluar factores personales, por el contrario, se buscó evaluar la relación entre Factores de la Relación y Regulación. Para comprender esto, a continuación se describirán, desde el Modelo de Inversión, los factores de la relación que se asocian significativamente con diferentes estrategias de mantenimiento (Rusbult et al., 2004; Van Lange et al., 1997; Agnew et al., 1998). Además, se explicará uno a uno estos factores.

Para iniciar, este modelo se basa en la teoría del intercambio social propuesta por Thibaut & Kelley (1978 citados en Sabatelli & Shehann, 1993), que afirma que los individuos buscan maximizar beneficios en sus relaciones. Siguiendo esta teoría, el modelo de inversión plantea que un individuo está más satisfecho con su relación en la medida en que continúa recibiendo recompensas y teniendo bajos costos, además de que la relación debe exceder sus expectativas generales con respecto a lo que para él es una buena relación (Rusbult, 1983).

En este modelo se proponen tres factores de la relación asociados al compromiso que se han relacionado significativamente con las conductas de mantenimiento, estos son:

a) la *satisfacción con la relación*; b) la *inversión en la relación*; y c) la *calidad de las alternativas* (Wieselquist, Rusbult, Foster, & Agnew, 1999).

**Satisfacción con la relación.** Esta se deriva de la evaluación de los resultados de una relación. Dicha evaluación se hace comparando el equilibrio percibido entre los reforzadores y costos, con las expectativas y estándares del individuo (Sabatelli & Shehan, 1993). El nivel de satisfacción es alto cuando la relación logra llenar las necesidades sexuales, de intimidad y de compañía (Wieselquist et al., 1999).

**Nivel de Inversión.** Se refiere a los recursos que el individuo ha puesto a disposición de la relación, por ejemplo tiempo, dinero y esfuerzo por comprender al otro, y una red de amigos compartida (Wieselquist et al., 1999). Sabatelli y Shehann (1993) explican que cuando el individuo incrementa su inversión en la relación, las expectativas de tener una buena relación aumentan.

**Calidad de las Alternativas.** Se refiere a la capacidad que tienen otras relaciones (otra pareja, familia, etc.), de llenar las necesidades más importantes del individuo (Wieselquist et al., 1999). Cuando la relación de pareja no satisface tales necesidades y hay otras alternativas (otras posibles parejas) que podrían hacerlo, existe mayor probabilidad de que esa persona deje la relación de pareja (Thibaut & Kelley, 1959).

**Factores de la Relación y estrategias de mantenimiento.** Rusbult (1983) encontró, en un estudio longitudinal, que la percepción que tenían sus participantes al comienzo de la investigación, era de alta satisfacción con la relación, bajo tamaño de inversión y baja calidad de alternativas. Según el autor, esto promovió altos niveles de compromiso y estuvo asociado con la continuidad de la relación al final del estudio. Además, encontró que para quienes se mantuvieron juntos la satisfacción creció, la calidad de las alternativas disminuyó, la inversión aumentó y el nivel de compromiso incrementó.

Respecto a la asociación de estos factores con algunas conductas de mantenimiento, Van Lange et al. (1997) hallaron que la voluntad de sacrificio (propensión para dejar los intereses inmediatos para promover el bienestar de la pareja o de la relación), está relacionada de manera positiva con la satisfacción y con la inversión en la relación, además está asociada de manera negativa con la calidad de las alternativas.

Además, Agnew et al. (1998) encontraron que la satisfacción, la inversión y las alternativas a la relación en combinación con el compromiso, explicaron un 51% de la

varianza en la interdependencia cognitiva (la reestructuración de las representaciones mentales del sí mismo en la relación, incluyendo tendencias a percibirse como parte de un colectivo conformado por sí mismo y la pareja).

Finalmente, Rusbult et al. (2004) demostraron que la acomodación (voluntad del individuo para inhibir las tendencias a reaccionar destructivamente y a desarrollar respuestas constructivas ante los comportamientos destructivos de la pareja), aumentaba en personas que reportaban estar más satisfechas con su relación, que tenían pocas alternativas de calidad y que habían invertido mucho en su relación.

De acuerdo con lo revisado en este apartado, en esta investigación se esperaba encontrar una relación estadísticamente significativa entre los Factores de la Relación y la Regulación, tal como se ha encontrado con respecto a la asociación entre estos factores y otras estrategias de mantenimiento de la relación.

### **Regulación y Percepción del Otro en la Relación de Pareja**

Vangelisti (2012) afirma que existen estructuras cognitivas que permiten a las personas evaluar su relación y a su pareja; según los resultados de esta evaluación pueden sentirse bien o mal respecto a su pareja y se comportan de acuerdo a estos sentimientos en su relación. Esto se ha corroborado en varias investigaciones que se basan en algunas de las teorías sobre relaciones de pareja más importantes: la del Intercambio Social (Huston & Burgess, 1979), la Teoría de la Equidad (Walster, Walster, & Berscheid, 1978), la Teoría de Interdependencia (Kelley & Thibaut, 1978; Thibaut & Kelley, 1959) y la de Inversión (Rusbult, 1983).

Respecto a la regulación, Overall y Fletcher (2010) encontraron por ejemplo, que en la medida en que los participantes percibían que no llenaban los ideales de sus parejas, tendían a auto-regularse, es decir, a cambiar las características por las cuales eran regulados. Por otro lado, Martínez (2009) encontró que el compromiso percibido de la pareja tiene un efecto significativo sobre la regulación de características relacionadas con el estatus y los recursos. Específicamente, encontró que los hombres regulan más estas características si perciben menor compromiso de su pareja hacia la relación.

### **Regulación en Relaciones de Noviazgo: Factores Personales y de la Relación.**

Para resumir, se considera que la Regulación es una estrategia de mantenimiento. En esa medida, podría estar asociada, no solamente con la inconsistencia entre el ideal y la

percepción que tiene una persona de su pareja y su relación, sino también con otras variables personales y de la relación. Por ejemplo, de acuerdo con lo reportado en la literatura, puede inferirse que estaría asociada con el tipo de orientación que tenga la persona. Además, la regulación podría asociarse con factores como la satisfacción, el nivel de inversión, la calidad de las alternativas y la percepción de estos factores en la pareja; tal como se ha encontrado con otras estrategias de mantenimiento de las relaciones románticas.

A partir de lo anterior, se formuló la siguiente pregunta de investigación: ¿En qué medida, los **factores personales** (Consistencia Ideal Percepción y Orientación hacia la Relación), los **factores de la relación** (satisfacción, calidad de las alternativas e inversión) y la **percepción sobre la pareja** respecto a estos últimos, predicen la regulación de jóvenes adultos en relaciones de noviazgo? Para resolver esta pregunta se propuso el modelo que aparece en la figura 3.

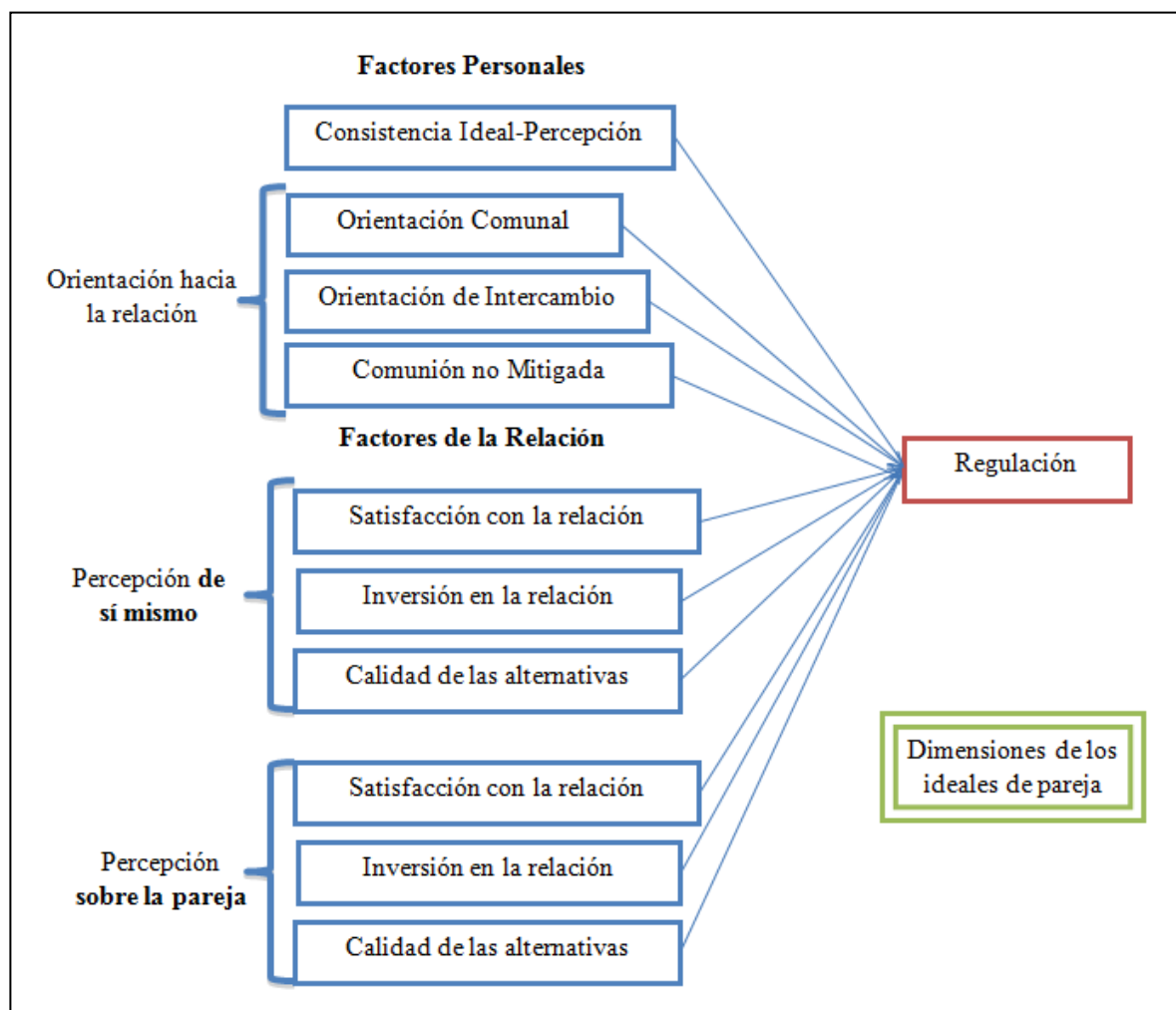


Figura 3. Modelo de relación entre variables.

Como se observa en el modelo, se evaluó la relación entre la Regulación y dos factores personales: Consistencia Ideal-Percepción y Orientación hacia la Relación. Para este último, se tuvo en cuenta la medición de los tres tipos de orientaciones.

Además de lo anterior, se evaluó la asociación entre los Factores de la Relación propuestos por el modelo de inversión (Satisfacción con la Relación, Inversión en la relación y Calidad de las Alternativas) y la Regulación. En este caso se tuvo en cuenta, tanto la percepción que tiene el individuo sobre su satisfacción, inversión en la relación y calidad de alternativas, como la percepción que tiene sobre estas variables en su pareja.

Este modelo se puso a prueba para evaluar la Regulación en cada una de las dimensiones propuestas por el modelo de estándares ideales. De acuerdo con lo anterior, se plantearon las siguientes hipótesis:

Hipótesis 1. Los factores de la relación contribuirán de manera significativa a la varianza explicada de la regulación, independientemente de la varianza explicada por la consistencia ideal-percepción.

Hipótesis 2. Los factores de la relación percibidos en la pareja contribuirán de manera significativa a la varianza explicada de la regulación, independientemente de la varianza explicada por los factores de la relación percibidos en sí mismo.

Hipótesis 3. La orientación hacia la relación contribuirá de manera significativa a la varianza explicada de la regulación, específicamente:

H3a. La Orientación comunal se asociará de manera positiva con la regulación.

H3b. La Orientación de Intercambio se asociará de manera positiva con la regulación.

H3c. La Comunion no Mitigada se asociará de manera negativa con la regulación.

Hipótesis 4. No se encontrarán diferencias significativas en la relación entre factores de la relación y la regulación, al evaluar el modelo para cada dimensión de los ideales (atractivo/vitalidad, estatus/recursos, calidez/confianza, pasión e intimidad).

## **Método**

### **Diseño**

El diseño de esta investigación fue transversal ya que se recogieron datos en un solo momento. Además, fue correlacional debido a que se buscaron asociaciones entre variables



predictoras y de resultado, que a pesar de que no se pueden identificar como causas, pueden implicar una posible explicación causal (De Vaus, 2001).

### Participantes

Se reunió una muestra de 206 individuos heterosexuales, cuyas edades oscilaban entre los 18 y 25 años. El tamaño de la muestra fue calculado con el programa G-Power 3 (Faul, Erdfelder, Buchner, & Lang, 2009), teniendo en cuenta un alfa de 0,05, un tamaño del efecto anticipado bajo (0,10), un poder estadístico de 0,80, y 10 variables predictoras.

Como se observa en la tabla 1, la mayoría de los participantes fueron mujeres, además, el mayor porcentaje de participantes estaba entre los 18 y 19 años. Por otro lado, las personas estaban en relaciones de noviazgo con una duración mínima de 6 meses y máxima de 3 años.

Tabla 1

*Características demográficas de los participantes*

		Frecuencia (n = 206)
<b>Sexo</b>		
	Hombre	71 (34,5)
	Mujer	135 (65,5)
<b>Edad</b>		
	18	41 (19,9)
	19	47 (22,8)
	20	34 (16,5)
	21	31 (15,0)
	22	24 (11,7)
	23	14 (6,8)
	24	9 (4,4)
	25	6 (2,9)
<b>Sexo de la pareja</b>		
	Hombre	135 (65,5)
	Mujer	71 (34,5)
<b>Meses de duración de la relación</b>		
	6 a 12	77 (37,38)
	13 a 18	41 (19,90)
	19 a 24	22 (10,68)
	25 a 30	36 (17,48)
	31 a 36	30 (14,56)

*Nota.* Las cifras entre paréntesis representan los porcentajes correspondientes a las frecuencias reportadas.

Con respecto a los criterios de exclusión para participar en la investigación, algunos de estos fueron: tener hijos, estar viviendo o haber vivido con su pareja y haber estado casado/a. Por otra parte, la selección de la muestra se hizo por medio de visitas a salones de clase en diferentes universidades de la ciudad.

### **Instrumentos**

**Escala de los ideales de pareja y relación.** (*Partner and Relationship Ideal Scale*, Fletcher et al., 1999). Este instrumento midió los ideales que la persona tiene respecto a su pareja y a su relación. Fue traducido y adaptado al español por Narvaez (2007). Se compone de 30 ítems que se dividen en cinco subescalas: calidez y confianza (ej. sensible), vitalidad y atractivo (ej. sexy), estatus y recursos (ej. tiene un buen trabajo), intimidad (ej. honesta) y pasión (ej. divertida). Las preguntas del instrumento se respondieron en una escala Likert de siete puntos que iba desde 1 = “Nada importante” a 7= “Muy importante”. Para la calificación se obtuvieron 5 puntuaciones correspondientes a las escalas anteriormente mencionadas. Puntajes altos en cada subescala evaluada indicaron mayor importancia de los ideales respecto a esas características.

Los coeficientes de confiabilidad (Cronbach alfa) reportados por los autores del cuestionario son apropiados para las cinco sub-escalas del ideal de pareja, estos oscilan entre 0,80 y 0,89 (Fletcher et al., 1999). Sin embargo, para los propósitos de este estudio, se examinó la estructura factorial del instrumento de acuerdo con los métodos usados para el análisis de la escala original (Fletcher et al., 1999). Así, por medio de un análisis de componentes principales, con rotación Oblimín, se identificaron tres factores relacionados con las características de la persona (Calidez/Confianza, Vitalidad/Atractivo y Estatus/Recursos), que explican el 62,28% de la varianza ( $KMO= 0,79$ ; Índice de Barlett  $\chi^2(136) = 1370,64$ ,  $p = 0,000$ ). Además, se identificaron dos factores que tienen que ver con las características de la relación (Intimidad/Lealtad y Pasión), que explican el 56,44% de la varianza ( $KMO= 0,82$ ; Índice de Barlett  $\chi^2(45) = 689,93$ ,  $p = 0,000$ ). Como se observa en la tabla 2, estos factores fueron similares a los descritos por Fletcher et al. (1999) en el instrumento original y tienen unos coeficiente alfa adecuados (entre 0,75 y 0,85). La

descripción de los factores obtenidos por cada su-escala y la carga factorial de cada ítem incluido en estas se encuentran en el Apéndice B

Este instrumento se usó para permitirle al participante identificar los estándares que tenía respecto a su pareja y su relación. A partir de esto, el participante pudo contestar con más claridad el instrumento de consistencia ideal-percepción y el de regulación.

Tabla 2

*Índices de confiabilidad de las sub-escalas de los instrumentos empleados y número de ítems de los instrumentos*

Instrumento	Factores encontrados	# ítems	$\alpha$
Ideales	Calidez/Confianza	6	0,75
	Vitalidad/Atractivo	4	0,85
	Estatus/Recursos	5	0,80
	Intimidación/Lealtad	6	0,82
	Pasión	4	0,75
Consistencia Ideal Percepción	Calidez/Confianza	5	0,73
	Vitalidad/Atractivo	3	0,85
	Estatus/Recursos	5	0,86
	Intimidación/Lealtad	6	0,86
	Pasión	4	0,80
Regulación	Calidez/Confianza	6	0,81
	Vitalidad/Atractivo	4	0,77
	Estatus/Recursos	5	0,87
	Intimidación/Lealtad	6	0,87
	Pasión	6	0,74
Factores de la Relación Propios	Satisfacción	5	0,89
	Alternativas	5	0,74
	Inversión	5	0,71
Factores de la Relación Percibidos	Satisfacción	5	0,88
	Alternativas	5	0,68
	Inversión	4	0,77
Orientación Comunal	Preocupación recíproca	3	0,64
	Tendencia a ayudar	2	0,69
Orientación de Intercambio	---	3	0,53
Comunión no Mitigada	---	5	0,68

### **Factores Personales.**

**Consistencia ideal-percepción** (*Ideal-Perception Consistency Scale*, Overall et al., 2006). Este instrumento midió qué tan de acuerdo estaba la percepción que tenía el participante sobre su pareja y sobre su relación, respecto a los ideales de estos mismos. Esta escala fue traducida y adaptada al español por Martínez (2009). Para este instrumento se usaron los mismos ítems de la Escala de Ideales, manteniendo las mismas sub-escalas (calidez y confianza, vitalidad y atractivo, estatus y recursos, intimidad y pasión). Sin embargo, el enunciado de la respuesta cambió: 1= “Mi pareja/relación no concuerda para nada con mi ideal” hasta 7= “Mi pareja/relación concuerda con mi ideal completamente”. Para la calificación se obtuvo un puntaje que indicó la consistencia ideal-percepción para cada una de las 5 subescalas mencionadas anteriormente. Así, puntajes altos en cada subescala indicaron mayor consistencia entre el ideal y la percepción respecto a las características evaluadas.

Los coeficientes alfa de Cronbach obtenidos en el estudio de Martínez (2009) al usar este instrumento oscilaron entre 0,80 y 0,89. Sin embargo, para los propósitos de este estudio, se examinó la estructura factorial del instrumento de acuerdo con los métodos usados para el análisis de la escala original (Overall et al., 2006). Así, por medio de un análisis de componentes principales, con rotación Oblimín, y se identificaron tres factores relacionados con las características de la persona (Calidez/Confianza, Vitalidad/Atractivo y Estatus/Recursos), que explican el 56,67% de la varianza ( $KMO= 0,80$ ; Índice de Barlett  $\chi^2(105) = 1148,66$ ,  $p = 0,000$ ). Además, se identificaron dos factores que tiene que ver con las características de la relación (Intimidad/Lealtad y Pasión), que explican el 61,83% de la varianza ( $KMO= 0,84$ ; Índice de Barlett  $\chi^2(66) = 890,298$ ,  $p = 0,000$ ). Como se observa en la tabla 2, estos factores fueron similares a los descritos por Fletcher et al. (1999) en el instrumento original y tienen unos coeficiente alfa adecuados (entre 0,73 y 0,86). La descripción de los factores obtenidos en este estudio, por cada sub-escala, y la carga factorial de cada ítem incluido en estas se encuentran en el Apéndice B

**Escala de Orientación Comunal** (*Communal Orientation Scale*, Clark, Oullette, Powell, & Milberg, 1987). Esta escala midió el nivel de orientación comunal que tenía la persona, en su relación con los demás. El instrumento estuvo compuesto por 14 ítems. Las respuestas se dieron en una escala tipo Likert de 5 puntos (1 = “No es nada parecido a mí”, 3 = “Se parece en algo a mí”, 5= “Se parece completamente a mí”).

Para esta escala, Clark et al. (1987) obtuvieron una confiabilidad de 0,78. Sin embargo, al examinar la estructura factorial del instrumento, por medio de un análisis de componentes principales, con rotación Oblimín, se identificaron dos factores. El primero estuvo relacionado con la preocupación recíproca y el segundo, con la tendencia a ayudar, estos factores explican el 39.81% de la varianza (KMO= 0,59; Índice de Barlett  $\chi^2(55) = 309,38$ ,  $p = 0,000$ ). Como se observa en la tabla 2, estos factores tienen alfas adecuados (0,64 y 0,69). La descripción de los factores obtenidos por cada sub-escala y la carga factorial de cada ítem incluido en estas se encuentran en el Apéndice B

***Escala de Orientación de Intercambio*** (*Exchange Orientation Scale*, Judson y Clark, 1994). Esta escala midió el nivel de orientación de intercambio que tenía la persona en su relación con los demás. El instrumento estuvo compuesto por 9 ítems. Las respuestas se dieron en una escala tipo Likert de 5 puntos (1 = “No es nada parecido a mí”, 3 = “Se parece en algo a mí”, 5= “Se parece completamente a mí”).

Para esta escala, no se reportaron índices de confiabilidad de los autores originales. Sin embargo, se examinó la estructura factorial del instrumento, por medio de un análisis de componentes principales, con rotación Oblimín, y se identificó un factor. Este explicó el 54,05% de la varianza (KMO= 0,62; Índice de Barlett  $\chi^2(28) = 115,11$ ,  $p = 0,000$ ); la carga factorial de cada ítem incluido en esta escala se encuentra en el Apéndice B.

Por otro lado, como se observa en la tabla 2, este factor tuvo un alfa bajo ( $\alpha = 0,53$ ), lo que impidió que el instrumento fuese usado para realizar la medición de orientación de intercambio. Las implicaciones sobre esta situación se desarrollan en la sección de discusión.

***Escala Revisada de Comunión no Mitigada*** (*Revised Unmitigated Communion Scale*, Fritz & Helgeson, 1998). Esta escala midió el nivel de comunión no mitigada que tenía la persona en su relación con los demás. El instrumento estuvo compuesto por 9 ítems. Las respuestas se dieron en una escala tipo Liker de 6 puntos (0 = “Totalmente en desacuerdo”, 3 = “Ni de acuerdo ni en desacuerdo”, 5= “Totalmente de acuerdo”).

Para esta escala, Bassett y Aubé (2013) reportaron una confiabilidad de 0,88. Sin embargo, para los propósitos de este estudio, se examinó la estructura factorial del instrumento de acuerdo con los métodos usados para el análisis de la escala original (Fritz & Helgeson, 1998). Así, por medio de un análisis de componentes principales, con rotación

Varimax, y se identificó un factor. Este explicó el 51,53% de la varianza (KMO= 0,73; Índice de Barlett  $\chi^2(21) = 197,99, p = 0,000$ ). Como se observa en la tabla 2, este factor tuvo un alfa adecuado ( $\alpha = 0,68$ ). La descripción de los factores obtenidos por cada sub-escala y la carga factorial de cada ítem incluido en estas se encuentran en el Apéndice B

### **Factores de la Relación.**

*Escala del modelo de inversión* (*Investment Model Scale*, Rusbult, Martz, & Agnew, 1998). Este instrumento fue usado para medir la percepción del participante respecto a su Satisfacción, su Inversión y su Calidad de Alternativas a la relación. También se midió la percepción que tiene el participante, respecto a estos mismos, en su pareja. Para medir esto último, se ajustaron las preguntas de manera que se refieran a la pareja. La escala de respuesta fue la misma. Cada una de estas sub escalas se compuso de 5 ítems. Las tres sub escalas se responden en una escala tipo Likert de 9 puntos (0 = “totalmente en desacuerdo”, 4 = “Ligeramente de acuerdo”, 8 = “totalmente de acuerdo”). Puntajes altos en cada sub escala evaluada indicaron mayor satisfacción con la relación, mayor calidad de las alternativas a la relación y mayor inversión en la relación, respectivamente.

Este instrumento fue traducido y adaptado al español por Otazzi (2009). Consta de cuatro sub escalas de las cuales sólo se utilizaron tres en este estudio: Nivel de Satisfacción (ej. Me siento satisfecho(a) con nuestra relación), Calidad de las Alternativas (ej. Mis alternativas me parecen atractivas) y Tamaño de Inversión (ej. Me siento muy involucrado(a) en nuestra relación, como si hubiera invertido mucho en esta).

Los coeficientes de confiabilidad de las tres sub escalas encontrados por los autores del instrumento, se consideran adecuados: para Nivel de Satisfacción el alpha de Cronbach va de  $\alpha=0,92$  a  $\alpha=0,95$ ; para la sub escala Calidad de Alternativas de  $\alpha=0,82$  a  $\alpha=0,88$  y para Tamaño de Inversión de  $\alpha=0,82$  a  $\alpha=0,84$  (Rusbult et al., 1998). En su estudio con población peruana Otazzi (2009) también encontró niveles adecuados de confiabilidad, estos iban desde 0,80 a 0,94.

En este estudio se examinó la estructura factorial del instrumento, por medio de un análisis de componentes principales, con rotación Oblimín, tal como se hizo el análisis factorial del instrumento original. Con este, se identificaron tres factores que explicaron el 57,60% de la varianza (KMO= 0,79; Índice de Barlett  $\chi^2(105) = 1082,65, p = 0,000$ ), estos factores tuvieron alfas adecuados (ver Tabla 2). Por otro lado, respecto a los Factores de la

Relación Percibidos, también se realizó este análisis con los mismos criterios. Se identificaron tres factores que explicaron el 59,73% de la varianza ( $KMO= 0,79$ ; Índice de Barlett  $\chi^2(91) = 1020,52, p = 0,000$ ), estos factores tuvieron alfas adecuados (ver Tabla 2). La descripción de los factores obtenidos por cada sub-escala y la carga factorial de cada ítem incluido en estas se encuentran en el Apéndice B

### **Regulación.**

*Escala de Regulación* (*Regulation Scale*, Overall et al., 2006). Este instrumento fue traducido y adaptado al español por Martínez (2009). Con este se evaluaron los intentos de regulación de características, en las diferentes dimensiones ideales de la pareja (calidez y confianza, vitalidad y atractivo, estatus y recursos, intimidad y pasión), que se dieron en los últimos tres meses. Se usaron los mismos adjetivos que tiene la escala de los ideales de la pareja. Las respuestas se dieron en una escala tipo Likert de siete puntos (1 = “No he tratado de cambiar para nada esta característica en mi pareja/relación” hasta 7 = “He tratado con mucha frecuencia de cambiar esa característica de mi pareja/relación”). Para la calificación se obtuvo un puntaje que indicó la regulación para cada una de las 5 sub escalas mencionadas anteriormente. Puntajes altos en cada sub escala evaluada mostraron mayores intentos de regulación de esas características.

Los coeficientes de confiabilidad fueron apropiados para las cinco dimensiones ya que oscilaron entre 0,71 y 0,88 (Martínez, 2009). Sin embargo, para los propósitos de este estudio, se examinó la estructura factorial del instrumento de acuerdo con los métodos usados para el análisis de la escala original (Overall et al., 2006). Así, por medio de un análisis de componentes principales, con rotación Oblimín, se identificaron tres factores relacionados con las características de la persona (Calidez/Confianza, Vitalidad/Atractivo y Estatus/Recursos), que explican el 55,30% de la varianza ( $KMO= 0,83$ ; Índice de Barlett  $\chi^2(136) = 1474,26, p = 0,000$ ). Además, se identificaron dos factores que tiene que ver con las características de la relación (Intimidad/Lealtad y Pasión), que explican el 56,43% de la varianza ( $KMO= 0,86$ ; Índice de Barlett  $\chi^2(66) = 1015,00 p = 0,000$ ). Como se observa en la tabla 2, estos factores fueron similares a los descritos por Martínez (2009) y tienen unos coeficientes alfa adecuados (Ver tabla 2). La descripción de los factores obtenidos en este estudio, por cada sub-escala, y la carga factorial de cada ítem incluido en estas se encuentran en el Apéndice B.

**Cuestionario demográfico.** Se utilizó un cuestionario con 6 preguntas para obtener información general sobre los participantes y su pareja: edad, sexo, si tienen hijos, el sexo de la pareja, duración de la relación y si ha convivido con su pareja.

### **Procedimiento**

Previo a la recolección de la muestra definitiva, se realizó un estudio piloto en dos fases. La primera fue una prueba cognitiva que pretendió probar la claridad de los instrumentos y su comprensión por parte de los participantes; para esto, se aplicó el cuestionario a dos hombres y dos mujeres, quienes tuvieron la posibilidad de hacer preguntas y sugerencias sobre la organización y claridad del instrumento. Los cambios sugeridos por los cuatro participantes, fueron tomados en cuenta en el instrumento empleado en el estudio definitivo (Warner, 2008). La segunda fase de esta prueba piloto fue la selección de 55 participantes para evaluar la confiabilidad de las escalas<sup>5</sup>, los datos de estas personas se incluyeron en el análisis definitivo.

La conformación de la muestra definitiva se hizo a través de un muestreo no probabilístico intencional, ya que se buscaron participantes que cumplieran los criterios de inclusión (Rojas, 2006). Algunas estrategias de reclutamiento fueron: correos electrónicos, visitas a salones de clase con previa autorización del profesor/a y el uso de la técnica de bola de nieve con personas conocidas o familiares.

Previo a la aplicación de los cuestionarios, todas las personas recibieron información sobre los objetivos del estudio, los requisitos que debían cumplir para participar y las estrategias que se emplearon para garantizar la confidencialidad de la información (protección de los datos con contraseñas, exclusión de los nombres de las personas en los cuestionarios). Las demás consideraciones éticas, que pueden encontrarse más adelante, fueron informadas a los participantes través del Consentimiento Informado (ver Apéndice A).

Una vez el participante dio su consentimiento, se procedió a la aplicación de los instrumentos. Algunos de los cuestionarios se aplicaron de manera presencial (41,3%), con supervisión de la investigadora. En otros casos, el cuestionario era entregado a cada

---

<sup>5</sup> Aunque autores como Warner (2008) sugieren utilizar una muestra de 100 participantes o más, para evaluar la confiabilidad de los instrumentos; en esta fase del estudio piloto, por limitaciones temporales, solo fue posible la recolección de estos 55 datos. Sin embargo, posteriormente se realizaron análisis factoriales para cada escala con la muestra definitiva (n=206), esto permitió evaluar de manera más precisa la confiabilidad de los instrumentos.



participante, y este se comprometía a llenarlo y a devolverlo a la investigadora días después. Esto sucedió solamente para los participantes que eran reclutados en cursos de psicología (32,35%). Por último, otros cuestionarios fueron auto administrados vía internet, a través del proveedor de encuestas E-encuestas (26,35%).

**Análisis de datos.** Para la muestra definitiva, se obtuvieron los estadísticos descriptivos a través del programa SPSS 20. Una vez se comprobaron las características de la distribución de las variables evaluadas, se pusieron a prueba los modelos propuestos según cada dimensión de los ideales. Para su evaluación, se utilizó un análisis de regresión estándar, es decir, todas las variables predictivas fueron incluidas en un solo paso (Cohen, Cohen, West, & Aiken, 2003). Dentro del análisis no se evaluaron las diferencias por sexo, ya que en estudios previos sobre la Regulación, realizados con población estadounidense (Overall et al., 2006) y colombiana (Martínez, 2009), no se han encontrado variaciones significativas en los intentos por cambiar características de la pareja o de la relación, de acuerdo con el sexo. Además, para hacer los análisis no se tuvo en cuenta el sexo del participante, porque dentro de la muestra hay una relación de 2 a 1 entre mujeres y hombres, respectivamente, lo que impide hacer comparaciones entre los grupos.

### **Consideraciones éticas**

De acuerdo con la resolución No. 8430 de 1993 del Ministerio de Salud (Ministerio de Salud, 1993), la presente investigación se consideró de riesgo mínimo, debido a la baja probabilidad de que los participantes sufrieran algún daño inmediato o tardío como consecuencia del estudio. Sin embargo, ya que los temas a evaluar se referían a un ámbito personal como el de las relaciones de pareja, durante el estudio pudo generarse cierto grado de estrés emocional en los participantes. Para solventar esta situación, se les informó a los participantes en el consentimiento informado, que podrían retirarse en cualquier momento si así lo deseaban. Sumado a esto, se les indicó que si presentaban estos inconvenientes durante o después de aplicar la prueba, podrían informarlo a la investigadora y serían remitidos a un servicio de atención psicológica universitaria.

En caso de que los participantes tuviesen algún reclamo, queja, pregunta o sugerencia, en el Consentimiento Informado se ofrecieron los teléfonos y correos electrónicos de la Investigadora, del Comité de ética que aprobó la investigación y de la directora del proyecto. A la vez, los participantes fueron informados respecto a su derecho

de recibir información sobre los resultados generales de la investigación. Para garantizar este derecho, se elaboró un informe que resume los resultados generales y que se encuentra a disposición de cualquier participante que lo solicite.

Finalmente, se garantizó la confidencialidad y el anonimato de los participantes, protegiendo las bases de datos con contraseñas y excluyendo los nombres de las personas de los cuestionarios.

## Resultados

A continuación se presentan los resultados obtenidos a partir de los análisis estadísticos. Para lo anterior, se sigue este orden: Primero, se muestran los descriptivos de cada una de las variables medidas en el estudio. Segundo, se presentan los resultados de las correlaciones obtenidas. Tercero, se describen los resultados de los análisis de regresión múltiple. Respecto a estos últimos dos puntos, los resultados se ordenan de acuerdo con la dimensión de los ideales evaluada (calidez y confianza, vitalidad y atractivo, estatus y recursos, intimidad y lealtad, pasión).

### Estadísticos Descriptivos

Se realizó un análisis descriptivo para evaluar la distribución de los puntajes en cada variable (ver Tabla 3).

Tabla 3

*Estadísticos Descriptivos de las variables del estudio (n=206)*

	<i>M</i>	<i>DE</i>	Asimetría	Curtosis
I CC	5,98	0,64	-0,42	-0,27
I VA	4,75	1,20	-0,28	-0,11
I ER	4,95	1,33	-0,61	0,10
I IL	6,46	0,55	-1,27	1,41
I P	6,20	0,73	-0,71	-0,29
CIP CC	5,77	0,83	-0,65	0,38
CIP VA	5,54	1,21	-0,62	-0,17
CIP ER	5,76	1,09	-0,89	0,75
CIP IL	6,13	0,86	-1,14	1,11
CIP P	5,97	0,97	-1,14	1,34
R CC	2,52	1,40	1,05	0,49
R VA	2,05	1,28	1,64	2,84
R ER	2,19	1,54	1,54	1,77
R IL	2,73	1,70	1,00	-0,03
R P	2,59	1,55	1,07	0,39
SAT PRO	6,56	1,34	-1,29	1,42

ALT PRO	3,83	1,73	-0,01	-0,33
INV PRO	4,30	1,69	-0,09	-0,59
SAT PER	6,58	1,31	-1,32	1,95
ALT PER	4,62	1,66	-0,40	-0,14
INV PER	5,01	1,89	-0,43	-0,36
OC PR	3,17	0,93	-0,19	-0,36
OC TA	2,47	1,27	0,57	-0,71
CNM	3,34	0,74	-0,20	-0,47

*Nota:* I= Ideales; CIP = Consistencia Ideal-Percepción; R= Regulación; CC = Dimensión Calidez y Confianza; VA = Dimensión Vitalidad y Atractivo; ER = Dimensión Estatus y Recursos; IL = Dimensión Intimidad y Lealtad; P = Dimensión Pasión; SAT PRO = Satisfacción con la relación del participante; SAT PER= Satisfacción con la relación percibida en la pareja; INV PRO= Inversión en la relación del participante; INV PER=Inversión en la relación percibida en la pareja; ALT PRO = Calidad de las Alternativas del participante; ALT PER = Calidad de las Alternativas percibidas en la pareja; OC PR = Orientación Comunal Preocupación Recíproca; OC TA = Orientación Comunal Tendencia a Ayudar; CNM= Comunión no Mitigada.

Como se observa en la tabla 3, las puntuaciones medias obtenidas por los participantes en el instrumento *Escala de Ideales de la pareja y la relación*, estuvieron por encima del punto medio de su escala. Lo anterior, indica que las personas de la muestra, generalmente tienen altos ideales respecto a las diferentes dimensiones evaluadas. Así mismo, la tendencia en las medias se mantiene para el instrumento *Consistencia Ideal-Percepción*. En ese sentido, la mayoría de los participantes reportan que su ideal concuerda en alto grado, con la percepción que tienen de su pareja y de su relación, en todas las dimensiones.

Por otro lado, las medias de las puntuaciones en el instrumento de *Regulación*, tienden a estar por debajo del punto medio de la escala. Es decir, los participantes reportan haber realizado pocos intentos para cambiar las características de su pareja o su relación. Esto se mantiene para todas las dimensiones de los ideales.

Con respecto a los Factores de la Relación, se encuentra que las medias de *Satisfacción Propia y Percibida* tienden a estar cercanas al puntaje máximo de la escala. Lo anterior indica que los participantes se sienten muy satisfechos con su relación y, a su vez, perciben que su pareja también está muy satisfecha. Por otro lado, el puntaje medio de *Calidad de las Alternativas Propias* está por debajo del puntaje medio de la escala; esto sugiere que los participantes perciben pocas alternativas a su relación de pareja. Sin embargo, la media de *Calidad de las Alternativas Percibidas* está por encima del punto

medio de la escala; es decir, los participantes perciben que su pareja tiene más alternativas de calidad, incluso que ellos mismos.

Además de lo anterior, se observa que tanto los puntajes promedio en *Nivel de Inversión Propia* como en *Nivel de Inversión Percibida*, se encuentran cercanos al punto medio de la escala, aunque por encima de este. En otras palabras, los participantes reportan haber invertido bastante en su relación. Sumado a esto, los participantes perciben que su pareja ha invertido en la relación en una proporción parecida a la que ellos invierten.

Con respecto a la *Orientación hacia la relación*, se encuentra que todos los promedios están por encima del punto medio de la escala. Sin embargo, se observa que los promedios que más se acercan al límite mayor de la escala, son los correspondientes a la escala *Orientación Comunal*, en la sub-escala de *Preocupación Recíproca*, y la escala de *Comunión no Mitigada*. Lo anterior indica que los participantes se preocupan por las necesidades de su pareja y esperan que esta también se preocupe por ellos. Además, los participantes suelen satisfacer las necesidades de los demás, a veces sacrificando sus propias necesidades.

Respecto a los estadísticos de asimetría y curtosis, se observa que para todas las variables se encontró una distribución con tendencia a la normalidad, ya que los valores obtenidos oscilan entre -3 y +3 (Díaz, 2011).

### **Análisis de Correlaciones**

Para el reporte de los resultados sólo se tendrán en cuenta las correlaciones estadísticamente significativas, que responden al modelo propuesto inicialmente (figura 3). Sin embargo, es importante anotar que se encontró una correlación estadísticamente significativa entre la Satisfacción Propia y la Satisfacción Percibida, esta relación es alta y positiva,  $r(206) = 0,76$ ,  $p = 0,00$ . El anterior resultado alertó de una posible colinealidad entre estas dos variables; por lo tanto, al momento de hacer el análisis de Regresión Lineal Múltiple, se llevó a cabo un análisis de colinealidad que será descrito más adelante.

Por otro lado, el análisis de las correlaciones buscó evaluar las hipótesis planteadas en el modelo. De acuerdo con esto, en la figura 4, se presentan las relaciones esperadas entre las variables.

Hipótesis 1. Los factores de la relación tienen una asociación estadísticamente significativa con la regulación.

Hipótesis 2. Los factores de la relación percibidos en la pareja tienen una asociación estadísticamente significativa con la regulación.

Hipótesis 3. La orientación hacia la relación tiene una asociación estadísticamente significativa con la regulación, específicamente:

H3a. La Orientación comunal se asociará de manera positiva con la regulación.

H3b. La Comuni3n no Mitigada se asociará de manera negativa con la regulación.

Hipótesis 4. No se encontrarán diferencias significativas en la relación entre factores de la relación y la regulación, al evaluar el modelo para cada dimensión de los ideales (atractivo/vitalidad, estatus/recursos, calidez/confianza, pasi3n e intimidad).

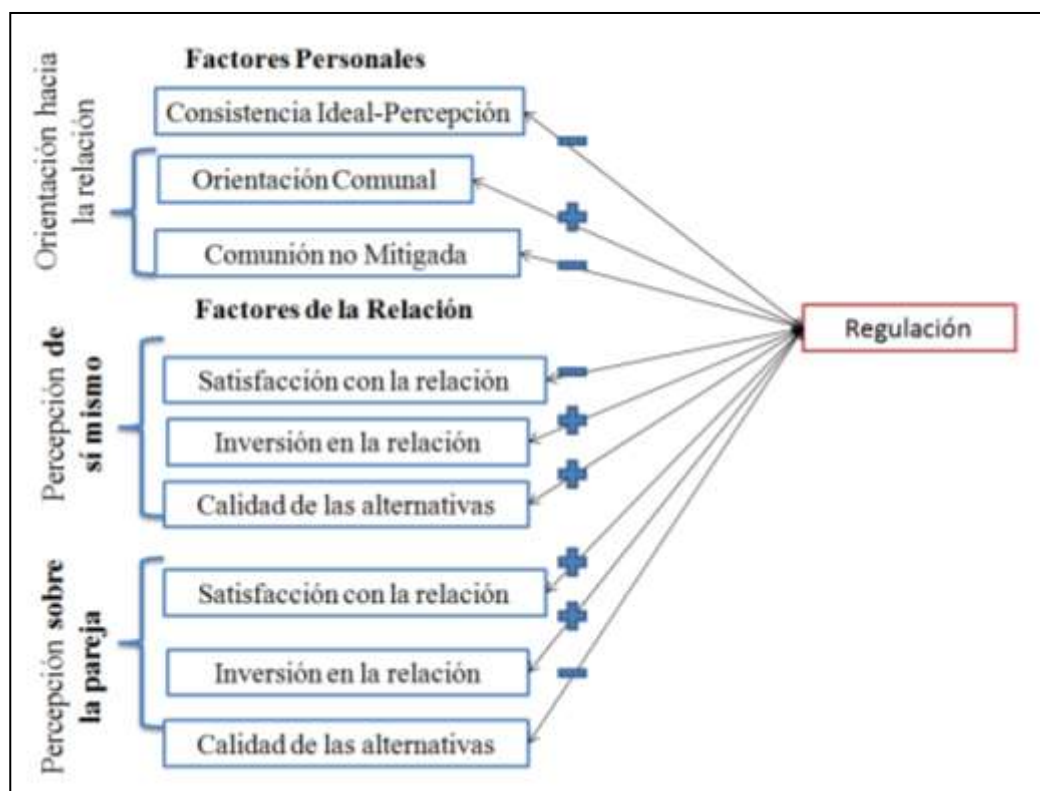


Figura 4. Relaciones esperadas entre variables del modelo y Regulaci3n.

**Dimensi3n Calidez y Confianza.** Como se observa en la tabla 4, se encontr3 una correlaci3n media negativa entre la Consistencia Ideal Percepci3n y la Regulaci3n de esta dimensi3n. Lo anterior indica que las personas que tienen una mayor consistencia entre su ideal y su percepci3n, intentan cambiar menos las característic3s de su pareja, relacionadas con la amabilidad, la escucha, o el apoyo.

Tabla 4

*Correlaciones en la dimensión Calidez y Confianza*

	CIP CC	R CC	SAT PRO	ALT PRO	INV PRO	SAT PER	ALT PER	INV PER	OC PR	OC TA	CNM
CIP CC	n.s										
R CC	-,40**										
SAT PRO	,36**	-,28**									
ALT PRO	n.s	n.s	n.s								
INV PRO	n.s	n.s	n.s	n.s							
SAT PER	,34**	-,26**	,76**	n.s	n.s						
ALT PER	n.s	n.s	n.s	,40**	n.s	n.s					
INV PER	n.s	n.s	,20**	n.s	,58**	,23**	n.s				
OC PR	n.s	n.s	n.s	n.s	,16*	n.s	n.s	,15*			
OC TA	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s		
CNM	n.s	n.s	n.s	-,15*	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s	

*Nota:* CIP = Consistencia Ideal-Percepción; R= Regulación; CC = Dimensión Calidez y Confianza; VA = Dimensión Vitalidad y Atractivo; ER = Dimensión Estatus y Recursos; IL = Dimensión Intimidad y Lealtad; P = Dimensión Pasión; SAT PRO = Satisfacción con la relación del participante; SAT PER= Satisfacción con la relación percibida en la pareja; INV PRO= Inversión en la relación del participante; INV PER=Inversión en la relación percibida en la pareja; ALT PRO = Calidad de las Alternativas del participante; ALT PER = Calidad de las Alternativas percibidas en la pareja; OC PR = Orientación Comunal Preocupación Recíproca; OC TA = Orientación Comunal Tendencia a Ayudar; CNM= Comunión no Mitigada.

\* $p < ,05$ . \*\* $p < ,01$ .

Respecto a esta misma dimensión, se encontró que tanto la Satisfacción Propia como la Satisfacción Percibida, tienen una correlación media y negativa con la Regulación. Es decir, los participantes que intentan cambiar, en mayor medida, características de su pareja, reportan menor satisfacción con su relación y perciben que sus parejas también se encuentran menos satisfechas.

Ahora bien, respecto a las otras variables, no se encontró ninguna relación significativa. En ese sentido, las correlaciones en esta dimensión, corroboran parcialmente la hipótesis uno, ya que sólo hubo asociación significativa entre la regulación y la satisfacción propia. Por otro lado, también se corrobora parcialmente la segunda hipótesis, ya que se encontró una asociación significativa con la Satisfacción Percibida.

**Dimensión Vitalidad y Atractivo.** Como se ve en la tabla 5, se encontró una correlación negativa, de tamaño medio, entre la Consistencia Ideal Percepción y la Regulación de esta dimensión. Lo anterior indica que las personas que reportan una mayor

consistencia entre su ideal y su percepción, intentan cambiar menos las características relacionadas con tener un buen cuerpo, tener una apariencia atractiva o ser sexy.

Tabla 5

*Correlaciones en la dimensión Vitalidad y Atractivo*

	CIP VA	R VA	SAT PRO	ALT PRO	INV PRO	SAT PER	ALT PER	INV PER	OC PR	OC TA	CNM
CIP VA											
R VA	-,158*										
SAT PRO	,22**	n.s									
ALT PRO	n.s	,23**	n.s								
INV PRO	n.s	n.s	n.s	n.s							
SAT PER	n.s	n.s	,76**	n.s	n.s						
ALT PER	n.s	n.s	n.s	,40**	n.s	n.s					
INV PER	n.s	n.s	,20**	n.s	,58**	,23**	n.s				
OC PR	n.s	n.s	n.s	n.s	,16*	n.s	n.s	,15*			
OC TA	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s		
CNM	n.s	-,15*	n.s	-,15*	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s	

*Nota:* CIP = Consistencia Ideal-Percepción; R= Regulación; CC = Dimensión Calidez y Confianza; VA = Dimensión Vitalidad y Atractivo; ER = Dimensión Estatus y Recursos; IL = Dimensión Intimidad y Lealtad; P = Dimensión Pasión; SAT PRO = Satisfacción con la relación del participante; SAT PER= Satisfacción con la relación percibida en la pareja; INV PRO= Inversión en la relación del participante; INV PER=Inversión en la relación percibida en la pareja; ALT PRO = Calidad de las Alternativas del participante; ALT PER = Calidad de las Alternativas percibidas en la pareja; OC PR = Orientación Comunal Preocupación Recíproca; OC TA = Orientación Comunal Tendencia a Ayudar; CNM= Comunión no Mitigada.

\* $p < ,05$ . \*\* $p < ,01$ .

Por otro lado, se encontró una correlación positiva, de tamaño medio, entre la Regulación y la Calidad de las Alternativas Propias. Es decir, aquellos que intentan regular más, en esta dimensión, suelen tener más alternativas de calidad, diferentes a su relación. Teniendo en cuenta lo anterior, con estas correlaciones se corrobora parcialmente la hipótesis uno, ya que hay asociación significativa entre la Regulación y una variable de la relación.

Ahora bien, se encontró una correlación negativa, de tamaño medio, entre la Regulación y la comunión no mitigada. En otras palabras, quienes suelen sacrificar sus necesidades por responder a las necesidades de su pareja, reportan que han intentado cambiar, en menor medida, las características de salud y atractivo de sus parejas. Esto permite corroborar parcialmente la hipótesis número tres, ya que hay correlación

significativa entre la regulación y la comunión no mitigada, pero no hay correlación significativa entre las otras orientaciones y la regulación.

**Dimensión Estatus y Recursos.** De acuerdo con los resultados reportados en la tabla 6, se encontró una correlación negativa, de tamaño medio, entre la Consistencia Ideal Percepción y la Regulación de esta dimensión. Lo anterior indica que las personas que tienen una mayor consistencia entre su ideal y su percepción, intentan cambiar menos las características relacionadas con ser exitoso, vestirse bien o tener seguridad económica.

Tabla 6

*Correlaciones en la dimensión Estatus y Recursos*

	CIP ER	R ER	SAT PRO	ALT PRO	INV PRO	SAT PER	ALT PER	INV PER	OC PR	OC TA	CNM
CIP ER											
R ER	-,22**										
SAT PRO	,19**	-,17*									
ALT PRO	n.s	n.s	n.s								
INV PRO	n.s	n.s	n.s	n.s							
SAT PER	,14*	n.s	,76**	n.s	n.s						
ALT PER	n.s	n.s	n.s	,40**	n.s	n.s					
INV PER	n.s	n.s	,20**	n.s	,58**	,23**	n.s				
OC PR	n.s	n.s	n.s	n.s	,16*	n.s	n.s	,15*			
OC TA	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s		
CNM	n.s	n.s	n.s	-,15*	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s	

*Nota:* CIP = Consistencia Ideal-Percepción; R= Regulación; CC = Dimensión Calidez y Confianza; VA = Dimensión Vitalidad y Atractivo; ER = Dimensión Estatus y Recursos; IL = Dimensión Intimidad y Lealtad; P = Dimensión Pasión; SAT PRO = Satisfacción con la relación del participante; SAT PER= Satisfacción con la relación percibida en la pareja; INV PRO= Inversión en la relación del participante; INV PER=Inversión en la relación percibida en la pareja; ALT PRO = Calidad de las Alternativas del participante; ALT PER = Calidad de las Alternativas percibidas en la pareja; OC PR = Orientación Comunal Preocupación Recíproca; OC TA = Orientación Comunal Tendencia a Ayudar; CNM= Comunión no Mitigada.

\* $p < ,05$ . \*\* $p < ,01$ .

Además de lo anterior, se encontró que hay una relación negativa, de tamaño medio, entre la Regulación y la Satisfacción del participante con su relación. Esto señala que las personas que intentan cambiar, frecuentemente, características relacionadas con esta dimensión, están menos satisfechas con su relación. Además, con este resultado se corrobora parcialmente la hipótesis uno, ya que sólo hay relación significativa entre la satisfacción propia y la regulación.



Por otro lado, no se observó asociaciones significativas entre las diferentes orientaciones y la regulación, lo que indica en esta dimensión estas dos variables no covarían.

**Dimensión Intimidad y Lealtad.** Como se observa en la tabla 7, se encontró una correlación, negativa y de tamaño medio, entre la Consistencia Ideal Percepción y la Regulación de esta dimensión. Lo anterior indica que las personas que tienen una mayor consistencia entre su ideal y su percepción, intentan cambiar menos las características de su relación como que sea honesta, respetuosa o que provea cuidado.

Tabla 7

*Correlaciones en la dimensión Intimidad y Lealtad*

	CIP IL	R IL	SAT PRO	ALT PRO	INV PRO	SAT PER	ALT PER	INV PER	OC PR	OC TA	CNM
CIP IL											
R IL	-,46**										
SAT PRO	,65**	-,35**									
ALT PRO	n.s	n.s	n.s								
INV PRO	n.s	n.s	n.s	n.s							
SAT PER	,58**	-,40**	,76**	n.s	n.s						
ALT PER	-,15*	n.s	n.s	,40**	n.s	n.s					
INV PER	n.s	n.s	,20**	n.s	,58**	,23**	n.s				
OC PR	n.s	n.s	n.s	n.s	,16*	n.s	n.s	,15*			
OC TA	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s		
CNM	n.s	n.s	n.s	-,15*	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s	

*Nota:* CIP = Consistencia Ideal-Percepción; R= Regulación; CC = Dimensión Calidez y Confianza; VA = Dimensión Vitalidad y Atractivo; ER = Dimensión Estatus y Recursos; IL = Dimensión Intimidad y Lealtad; P = Dimensión Pasión; SAT PRO = Satisfacción con la relación del participante; SAT PER= Satisfacción con la relación percibida en la pareja; INV PRO= Inversión en la relación del participante; INV PER=Inversión en la relación percibida en la pareja; ALT PRO = Calidad de las Alternativas del participante; ALT PER = Calidad de las Alternativas percibidas en la pareja; OC PR = Orientación Comunal Preocupación Recíproca; OC TA = Orientación Comunal Tendencia a Ayudar; CNM= Comunion no Mitigada.

\* $p < ,05$ . \*\* $p < ,01$ .

Respecto a esta misma dimensión, se encuentra que hay una correlación, media y negativa, entre la Regulación y la Satisfacción Propia. Por otro lado, hay una correlación negativa y media entre Satisfacción Percibida y Regulación. Es decir, los participantes que intentan cambiar, en mayor medida, características de su pareja, reportan menor satisfacción con su relación y perciben que sus parejas también se encuentran menos satisfechas.

Ahora bien, respecto a las otras variables, no se encontró ninguna relación significativa. En ese sentido, las correlaciones en esta dimensión, corroboran parcialmente la hipótesis uno, ya que sólo hubo asociación significativa entre la regulación y la satisfacción propia. Por otro lado, también se corrobora parcialmente la segunda hipótesis, ya que se encontró una asociación significativa con la Satisfacción Percibida.

**Dimensión Pasión.** De acuerdo con lo que se ve en la tabla 8, se encontró una correlación negativa media entre la Consistencia Ideal Percepción y la Regulación de esta dimensión. Lo anterior indica que las personas que tienen una mayor consistencia entre su ideal y su percepción, intentan cambiar menos las características de su relación como que sea divertida, con humor o emocionante.

Tabla 8

*Correlaciones en la dimensión Pasión*

	CIP P	R P	SAT PRO	ALT PRO	INV PRO	SAT PER	ALT PER	INV PER	OC PR	OC TA	CNM
CIP P											
R P	-,33**										
SAT PRO	,44**	-,26**									
ALT PRO	n.s	n.s	n.s								
INV PRO	n.s	n.s	n.s	n.s							
SAT PER	,25**	-,19**	,76**	n.s	n.s						
ALT PER	n.s	n.s	n.s	,40**	n.s	n.s					
INV PER	n.s	n.s	,20**	n.s	,58**	,23**	n.s				
OC PR	n.s	n.s	n.s	n.s	,16*	n.s	n.s	,15*			
OC TA	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s		
CNM	n.s	n.s	n.s	-,15*	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s	n.s	

*Nota:* CIP = Consistencia Ideal-Percepción; R= Regulación; CC = Dimensión Calidez y Confianza; VA = Dimensión Vitalidad y Atractivo; ER = Dimensión Estatus y Recursos; IL = Dimensión Intimidad y Lealtad; P = Dimensión Pasión; SAT PRO = Satisfacción con la relación del participante; SAT PER= Satisfacción con la relación percibida en la pareja; INV PRO= Inversión en la relación del participante; INV PER=Inversión en la relación percibida en la pareja; ALT PRO = Calidad de las Alternativas del participante; ALT PER = Calidad de las Alternativas percibidas en la pareja; OC PR = Orientación Comunal Preocupación Recíproca; OC TA = Orientación Comunal Tendencia a Ayudar; CNM= Comunción no Mitigada.

\* $p < ,05$ . \*\* $p < ,01$ .

Por otro lado, se observó que hay una correlación, de tamaño medio y negativa, entre la Regulación y la Satisfacción Propia. Además, hay una correlación, negativa y de tamaño medio, entre Satisfacción Percibida y Regulación. Es decir, los participantes que intentan cambiar, en mayor medida, características de su pareja, reportan menor

satisfacción con su relación y perciben que sus parejas también se encuentran menos satisfechas. Los resultados anteriores, corroboran parcialmente la hipótesis uno y la hipótesis dos.

Igualmente, se encontró una correlación positiva, de tamaño medio, entre la Regulación y la Calidad de las Alternativas Propias. Es decir, aquellos que intentan regular más, en esta dimensión, suelen tener más alternativas de calidad, diferentes a su relación. En este caso, se corrobora parcialmente la hipótesis uno, debido a que sólo hay una relación significativa entre uno de los factores de la relación y la regulación.

### **Modelos de Regresión Lineal Múltiple**

Para el reporte de los resultados, se tendrán en cuenta las siguientes hipótesis planteadas:

Hipótesis 1. Los factores de la relación contribuirán de manera significativa a la varianza explicada de la regulación, independientemente de la varianza explicada por la consistencia ideal-percepción.

Hipótesis 2. Los factores de la relación percibidos en la pareja contribuirán de manera significativa a la varianza explicada de la regulación, independientemente de la varianza explicada por los factores de la relación percibidos en sí mismo.

Hipótesis 3. La orientación hacia la relación contribuirá de manera significativa a la varianza explicada de la regulación, específicamente:

H3a. La Orientación comunal se asociará de manera positiva con la regulación.

H3b. La Comuni3n no Mitigada se asociará de manera negativa con la regulación.

Hipótesis 4. No se encontrarán diferencias significativas en la relación entre factores de la relación y la regulación, al evaluar el modelo para cada dimensión de los ideales (atractivo/vitalidad, estatus/recursos, calidez/confianza, pasi3n e intimidad).

Previo al análisis de regresión múltiple, se comprobó que las variables cumplieran con los supuestos que exige este análisis estadístico. Para esto, se crearon histogramas, que permitieron evaluar gráficamente la normalidad en la distribución de cada una de las variables. Por otro lado, se realizaron gráficas de dispersión para cada variable independiente, en relación con la variable dependiente. Estas figuras revelaron una distribución normal multivariada en todos los casos.

A pesar de lo anterior, durante los análisis de correlaciones se encontró que las variables Satisfacción Propia y Satisfacción Percibida, estaban altamente correlacionadas,  $r(204) = +,76$ . Teniendo en cuenta esta situación, se realizó un diagnóstico de colinealidad y se encontró que las dos variables tenían una tolerancia menor a 0,43 y un factor de inflación de varianza mayor a 2,35. Además, para el índice de condición más alto (20,580), las proporciones de varianza compartidas eran muy altas (Satisfacción Propia = 0,71; Satisfacción Percibida = 0,73). Estos resultados confirmaron la hipótesis de que las dos variables estaban midiendo algo similar.

Para solucionar este problema se decidió, tal como lo sugiere Warner (2008), crear una única variable haciendo el promedio de estas dos. Esta nueva variable, llamada Satisfacción con la Relación, fue utilizada en los análisis de regresión en los que alguna de las variables iniciales (Satisfacción Propia o Satisfacción Percibida) entraba en el modelo.

Para todas las dimensiones se utilizó un análisis de regresión estándar, es decir, todas las variables predictivas fueron incluidas en un solo paso. Además de esto se obtuvieron las correlaciones de orden cero, las parciales y las semiparciales, de cada predictor con la Regulación; para evaluar la varianza explicada de cada una de las variables dentro del modelo, independientemente de la varianza explicada por las demás.

**Dimensión Calidez y Confianza.** El modelo de regresión incluyó las siguientes variables: Consistencia Ideal Percepción en la dimensión Calidez y Confianza (CIP CC), y la Satisfacción con la Relación (S). Los resultados de este análisis se resumen en la tabla 9.

Tabla 9  
*Resultados de la regresión múltiple estándar para Regulación en la dimensión Calidez Confianza*

	b	Beta	sr <sup>2</sup>
CIP CC	-,58**	-,34	,11
S	-,18*	-,16	,03

Intercepto = 7,021\*\*

R<sup>2</sup> = ,184

R<sup>2</sup>Δ = ,176

R = ,429\*\*

*Nota:* CIP = Consistencia Ideal-Percepción; S = Satisfacción con la Relación

\* $p < ,05$ . \*\* $p < ,001$ .

Este modelo resultó ser estadísticamente significativo,  $R = 0,43$ ,  $R^2 = 0,18$ ,  $R^2\Delta = 0,18$ ,  $F(2, 205) = 22,842$ ,  $p < ,001$ . Lo anterior indica que solamente el 18% de la varianza de la Regulación, en esta dimensión, es explicada por este modelo.

Por otra parte, como se observa en la tabla 9, las dos variables predicen de manera significativa a la Regulación en esta dimensión (CIP CC,  $t(205) = -5,03$ ,  $p < 0,001$ ; S,  $t(205) = -2,30$ ,  $p < 0,05$ ). Sin embargo, la Consistencia Ideal Percepción es la que tiene mayor efecto,  $sr^2 = 0,11$ , sobre la explicación de la Regulación.

En relación con estos resultados, la asociación entre la Consistencia Ideal Percepción y la Regulación es como se esperaba. El signo negativo del coeficiente beta, indica que altos puntajes en CIP CC predicen bajos puntajes en la Regulación. En otras palabras, se puede decir que cuando las personas tienen alta consistencia entre su ideal y la percepción que tienen de su pareja, sobre características como la amabilidad, la escucha o el apoyo; tienden a hacer menos intentos por cambiar estas características.

Por otro lado, el resultado de la relación entre Satisfacción y Regulación también era esperado. En este caso, el signo del coeficiente beta es igualmente negativo, es decir que los puntajes altos en Satisfacción predicen puntajes bajos en Regulación. Esto es, cuando las personas tienen alta satisfacción con su relación suelen intentar, en menor medida, cambiar características como la amabilidad o la escucha.

En síntesis, estos resultados confirman parcialmente la primera hipótesis de este estudio. Así, se corrobora que una variable de la relación explica parte de la varianza de la regulación, independientemente de la explicación de la Consistencia Ideal Percepción. Sin embargo, la contribución de la Satisfacción con la Relación, a la explicación de la regulación en esta dimensión, puede considerarse pequeña (3%).

Por otro lado, estos resultados no permitieron corroborar la hipótesis 2, dado que otras variables de la relación, percibidas en la pareja (Inversión y Calidad de Alternativas), no tuvieron una asociación significativa con la Regulación, en esta dimensión. De igual modo, la hipótesis 3, no se corroboró, porque con base en el resultado del análisis de correlaciones, en este modelo no se incluyó como variable predictiva ninguna variable de Orientación hacia la relación.

**Dimensión Vitalidad y Atractivo.** El modelo de regresión incluyó las siguientes variables: Consistencia Ideal Percepción en la dimensión Vitalidad y Atractivo (CIP VA),

Calidad de Alternativas Propias (ALT PRO) y Comunidad no Mitigada (CNM). Los resultados de este análisis se resumen en la tabla 10.

Tabla 10  
Resultados de la regresión múltiple estándar para la Regulación en la dimensión Vitalidad y Atractivo

	b	Beta	sr <sup>2</sup>
CIP VA	-,15*	-,15	,06
ALT PRO	,12*	,16	,05
CNM	-,23	-,14	,11

Intercepto = 3,169

R<sup>2</sup> = ,076

R<sup>2</sup>Δ = ,062

R = ,276\*\*

Nota: CIP = Consistencia Ideal-Percepción; ALT PRO = Calidad de las Alternativas Propias; CNM= Comunidad no Mitigada.

\* $p < ,05$ . \*\* $p < ,001$ .

Este modelo resultó ser estadísticamente significativo,  $R = 0,27$ ,  $R^2 = 0,07$ ,  $R^2\Delta = 0,06$ ,  $F(3, 205) = 5,270$ ,  $p < 0,001$  y explicó el 6% de la varianza de la Regulación. Además, como se observa en la tabla 10, dos de las 3 variables predictoras, tuvieron una relación significativa con la Regulación en esta dimensión, estas son CIP VA,  $t(205) = -2,14$ ,  $p < 0,05$  y ALT PRO,  $t(205) = 2,32$ ,  $p < 0,001$ . Sin embargo, la Calidad de las Alternativas Propias es la que tiene mayor efecto,  $sr^2 = 0,5$ , sobre la explicación de la Regulación.

De acuerdo con lo esperado, se encontró una relación negativa y significativa entre Consistencia Ideal Percepción y Regulación. El signo negativo del coeficiente beta indica que altos puntajes en CIP VA predicen bajos puntajes en la Regulación. En otras palabras, se puede decir que cuando las personas tienen alta consistencia entre su ideal y la percepción que tienen de su pareja, sobre características como tener un buen cuerpo, tener una apariencia atractiva o ser sexy; tienden a hacer menos intentos por cambiar estas características.

De igual manera, de acuerdo con lo esperado, se encontró una relación positiva y significativa entre Calidad de las Alternativas Propias y la Regulación. En este caso, el signo del coeficiente beta es positivo, es decir que los puntajes altos en ALT PRO predicen puntajes altos en Regulación. Esto es, cuando las personas tienen más alternativas de

calidad a su relación suelen intentar, en mayor medida, cambiar características en su pareja, por ejemplo tener un buen cuerpo o ser sexy.

Estos resultados apoyan parcialmente la primera hipótesis de este estudio. Así, se corrobora que una variable de la relación explica parte de la varianza de la Regulación, independientemente de la explicación de la Consistencia Ideal Percepción. Según esto, este estudio aporta evidencia respecto a que tener más alternativas de calidad, puede explicar en una pequeña porción (5%) que las personas regulen a sus parejas en esta dimensión.

Con respecto a la segunda hipótesis, no se encontraron relaciones significativas entre otros Factores de la Relación percibidos en la pareja (Inversión y Calidad de las Alternativas) y la Regulación. Por lo tanto, los resultados no validaron esta hipótesis. De igual modo, la hipótesis 3 no pudo corroborarse, debido a que, como se observa en la tabla 8, el coeficiente Beta de la variable Comunidad no Mitigada no fue estadísticamente significativo.

**Dimensión Estatus y Recursos.** El modelo de regresión incluyó las siguientes variables: Consistencia Ideal Percepción en la dimensión Estatus y Recursos (CIP ER) y la Satisfacción con la Relación (S). Los resultados de este análisis se resumen en la tabla 11.

Tabla 11  
*Resultados de la regresión múltiple estándar para Regulación en la dimensión Estatus y Recursos*

	b	Beta	sr <sup>2</sup>
CIP ER	-,27*	-,20	,10
S	-,14	-,12	,08
Intercepto =	4,635		
R <sup>2</sup> =	,062		
R <sup>2</sup> Δ =	,052		
R =	,249**		

*Nota:* CIP = Consistencia Ideal-Percepción; S = Satisfacción con la Relación.

\* $p < ,05$ . \*\* $p < ,001$ .

Este modelo resultó ser estadísticamente significativo,  $R = 0,25$ ,  $R^2 = 0,06$ ,  $R^2\Delta = 0,05$ ,  $F(2, 205) = 6,375$ ,  $p < 0,001$  y explica el 5% de la varianza de la Regulación.

Por otra parte, como se observa en la tabla 11, sólo una de las tres variables de salida, resultó predecir de manera significativa a la Regulación en esta dimensión (CIP ER,  $t(205) = -2,76$ ,  $p < 0,01$ ).

De acuerdo con lo esperado, se encontró una relación negativa y significativa entre Consistencia Ideal Percepción y Regulación. El signo negativo del coeficiente beta indica que altos puntajes en CIP ER predicen bajos puntajes en la Regulación. En otras palabras, se puede decir que cuando las personas tienen alta consistencia entre su ideal y la percepción que tienen de su pareja, sobre características como tener un buen cuerpo, tener ser exitoso, vestirse bien o tener seguridad económica; tienden a hacer menos intentos por cambiar estas características.

Por el contrario, respecto a esta dimensión, ningún factor de la relación contribuyó a la explicación de la varianza de la Regulación. Primero, porque la Satisfacción no tuvo un aporte significativo. Segundo, porque en este modelo, de acuerdo con los resultados de las correlaciones, no se tuvo en cuenta ningún Factor de la Relación Percibido. Es por esto, que tanto la hipótesis uno, como la dos, no se corroboraron.

Además, la hipótesis tres tampoco se corroboró, ya que en este modelo no se incluyó ninguna de las orientaciones hacia la relación. Lo anterior, debido a que en el análisis de correlaciones, las variables Comunidad no mitigada y Orientación Comunal, no resultaron significativamente asociadas.

**Dimensión Intimidad y Lealtad.** El modelo de regresión incluyó las siguientes variables: Consistencia Ideal Percepción en la dimensión Intimidad y Lealtad (CIP IL) y la Satisfacción con la Relación (S). Los resultados de este análisis se resumen en la tabla 12.

Tabla 12  
*Resultados de la regresión múltiple estándar para la Regulación en la dimensión Intimidad y Lealtad*

	b	Beta	sr <sup>2</sup>
CIP IL	-,70**	-,35	,08
S	-,23*	-,17	,02

Intercepto = 8,517

R<sup>2</sup> = ,230

R<sup>2</sup>Δ = ,222

R = ,479\*\*

*Nota:* CIP = Consistencia Ideal-Percepción; S =

Satisfacción con la Relación.

\* $p < ,05$ . \*\* $p < ,001$ .

Este modelo resultó ser estadísticamente significativo,  $R = 0,48$ ,  $R^2 = 0,23$ ,  $R^2\Delta = 0,22$ ,  $F(2, 205) = 30,260$ ,  $p < 0,001$  y explica el 22% de la varianza de la Regulación.



Por otra parte, como se observa en la tabla 12, las dos variables predictivas resultaron explicar de manera significativa la varianza de la Regulación en esta dimensión (CIP IL,  $t(205) = -4,30$ ,  $p < 0,001$  y SP,  $t(205) = -2,08$ ,  $p < 0,05$ ). Sin embargo, la Consistencia Ideal Percepción es la que tiene mayor efecto,  $sr^2 = 0,8$ , en la explicación de la Regulación.

De acuerdo con lo esperado, se encontró una relación negativa y significativa, entre la Consistencia Ideal Percepción y la Regulación. El signo negativo del coeficiente beta indica que altos puntajes en CIP IL predicen bajos puntajes en R IL. En otras palabras, se puede decir que cuando las personas tienen alta consistencia entre su ideal y la percepción que tienen de su relación, sobre características como que sea honesta, respetuosa o que provea cuidado; tienden a hacer menos intentos por cambiar estas características.

De igual manera, de acuerdo con lo esperado, se encontró una relación negativa y significativa entre Satisfacción y Regulación. El signo del coeficiente beta indica que los puntajes altos en Satisfacción predicen puntajes bajos en Regulación. Esto es, cuando las personas tienen alta satisfacción con su relación suelen intentar, en menor medida, cambiar características de su relación como que sea respetuosa u honesta.

En síntesis, estos resultados apoyan parcialmente la primera hipótesis de este estudio. Así, se corrobora que una variable de la relación explica parte de la varianza de la regulación, independientemente de la explicación de la Consistencia Ideal Percepción. Sin embargo, la contribución de la Satisfacción con la Relación, a la explicación de la regulación en esta dimensión, puede considerarse pequeña (2%).

Por otro lado, estos resultados no permitieron validar la hipótesis 2, dado que otras variables de la relación, percibidas en la pareja (Inversión y Calidad de Alternativas), no tuvieron una asociación significativa con la Regulación, en esta dimensión. De igual modo, la hipótesis 3 no se corroboró, porque con base en el resultado del análisis de correlaciones, en este modelo no se incluyó como variable predictiva ninguna variable de Orientación hacia la relación.

**Dimensión Pasión.** El modelo de regresión incluyó las siguientes variables: Consistencia Ideal Percepción en la dimensión Pasión (CIP P), la Satisfacción con la Relación (S) y la Calidad de las Alternativas Propias (ALT PRO). Los resultados de este análisis se resumen en la tabla 13.

Tabla 13  
Resultados de la regresión múltiple estándar para la Regulación en la dimensión *Pasión*

	b	Beta	sr <sup>2</sup>
CIP P	-,42**	-,26	,06
S	-,18*	-,14	,02
ALT PRO	,12*	,14	,02

Intercepto = 5,795

R<sup>2</sup> = ,145

R<sup>2</sup>Δ = ,132

R = ,380\*\*

*Nota:* CIP = Consistencia Ideal-Percepción; S = Satisfacción con la Relación; ALT PRO = Calidad de las Alternativas Propias.

\* $p < ,05$ . \*\* $p < ,001$ .

Este modelo resultó ser estadísticamente significativo,  $R = 0,38$ ,  $R^2 = 0,15$ ,  $R^2\Delta = 0,13$ ,  $F(3, 205) = 11,381$ ,  $p < 0,001$  y explicó el 13% de la varianza de la Regulación. Por otra parte, como se observa en la tabla 13, las tres variables predictivas resultaron explicar de manera significativa la varianza de la Regulación en esta dimensión (CIP P,  $t(205) = -3,67$ ,  $p < 0,001$ , SP,  $t(205) = -2,06$ ,  $p < 0,05$  y ALT PRO,  $t(205) = 2,06$ ,  $p < 0,05$ ). Sin embargo, la Consistencia Ideal Percepción es la que tiene mayor efecto,  $sr^2 = 0,6$ , sobre la explicación de la Regulación.

De acuerdo con lo esperado, se encontró una relación negativa y significativa, entre la Consistencia Ideal Percepción y la Regulación. El signo negativo del coeficiente beta indica que altos puntajes en CIP IL predicen bajos puntajes en la Regulación en esta dimensión. En otras palabras, se puede decir que cuando las personas tienen alta consistencia entre su ideal y la percepción que tienen de su relación, sobre características como que sea emocionante, divertida o con humor; tienden a hacer menos intentos por cambiar estas características.

De igual manera, de acuerdo con lo esperado, se encontró una relación negativa y significativa entre Satisfacción y Regulación. El signo del coeficiente beta indica que los puntajes altos en Satisfacción predicen puntajes bajos en Regulación. Esto es, cuando las personas tienen alta satisfacción con su relación suelen intentar, en menor medida, cambiar características de su relación como que sea emocionante o con humor.

Sumado a lo anterior, como se esperaba, se encontró una relación positiva y significativa entre Calidad de las Alternativas Propias y la Regulación. En este caso, el

signo del coeficiente beta es positivo, es decir que los puntajes altos en ALT PRO predicen puntajes altos en Regulación. Esto es, cuando las personas tienen más alternativas de calidad a su relación suelen intentar, en mayor medida, cambiar características en su relación, respecto a esta dimensión.

Resumiendo, estos resultados confirman parcialmente la primera hipótesis del estudio. Así, se corrobora que dos variables de la relación explican parte de la varianza de la regulación, independientemente de la explicación de la Consistencia Ideal Percepción. Sin embargo, la contribución de la Satisfacción con la Relación y de la Calidad de las Alternativas Propias a la explicación de la regulación, en esta dimensión; puede considerarse pequeña (2% cada una).

Por otro lado, estos resultados no permitieron corroborar la hipótesis 2, dado que otras variables de la relación, percibidas en la pareja (Inversión y Calidad de Alternativas), no tuvieron una asociación significativa con la Regulación, en esta dimensión. De igual modo, la hipótesis 3 no se corroboró, porque con base en el resultado del análisis de correlaciones, en este modelo no se incluyó como variable predictiva ninguna variable de Orientación hacia la relación.

**Diferencias entre Factores de la Relación según la Dimensión de los Ideales.** A continuación se expondrán los modelos de manera gráfica. Esto permite comparar las relaciones entre los Factores de la Relación y la Regulación, en las diferentes dimensiones de los ideales. Para esto, se tiene en cuenta el ajuste del modelo y, en cada dimensión, la varianza explicada por cada variable.

Como se observa en la figura 5, el factor de la relación que está presente en la mayoría de los modelos es la Satisfacción; sin embargo, en la dimensión de Estatus y Recursos esta variable no hace un aporte significativo a la varianza. Respecto a los modelos en los que la Satisfacción con la Relación es significativa, se observa que el coeficiente beta tiene un tamaño similar (Beta dimensión Calidez y Confianza = -0,16; Beta dimensión Intimidad y Lealtad = -0,17; Beta dimensión Pasión = -0,14).

Por otro lado, la Calidad de las Alternativas Propias, es un factor que se encuentra presente en dos dimensiones, Vitalidad Atractivo y Pasión. De manera similar a la Satisfacción, los coeficientes beta tienen un tamaño similar en cada modelo (Beta dimensión Vitalidad y Atractivo = 0,16; Beta dimensión Pasión = 0,14). Ahora bien, en la

primera dimensión, esta variable es la que explica el mayor porcentaje de varianza en la Regulación. Por otro lado, en la segunda dimensión, este factor explica el mismo porcentaje de varianza que la Satisfacción.

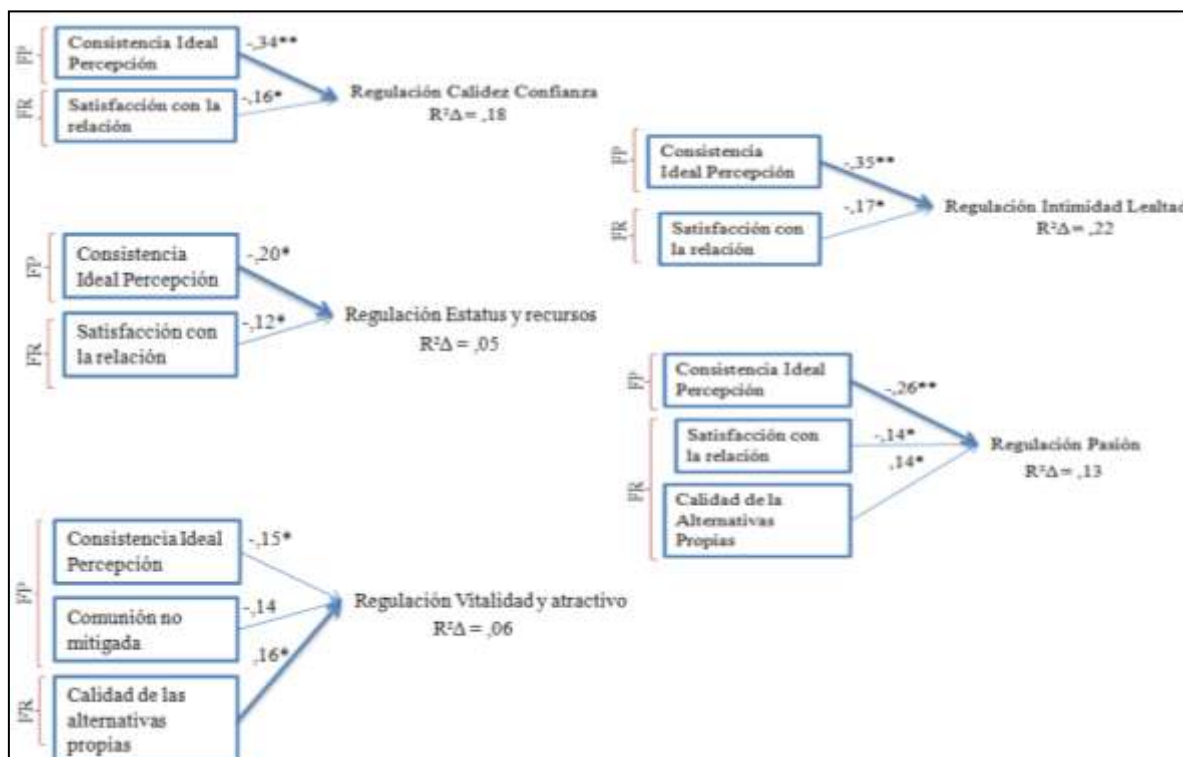


Figura 5. Modelos de regresión lineal para todas las dimensiones ideales. FP = Factores Personales; FR = Factores de la Relación. \* $p < .05$ . \*\* $p < .001$ .

En resumen, debido a que los dos Factores de la Relación (Satisfacción con la Relación y Calidad de las Alternativas) tiene coeficientes beta similares para varios modelos, se corrobora la hipótesis número cuatro de este estudio, que afirmaba que no se encontrarían diferencias significativas en la relación entre Factores de la Relación y la Regulación, al evaluar el modelo para cada dimensión.

## Discusión

La explicación del por qué las personas intentan cambiar características de sus parejas y de su relación se ha dado desde el Modelo de Estándares Ideales. Este afirma que la regulación surge cuando una persona observa inconsistencias entre sus ideales y la percepción que tiene de su relación y/o su pareja (Overall et al., 2006). A pesar de lo anterior, se ha encontrado en algunas investigaciones que los participantes reportan tener deseos de cambiar características, de su pareja o su relación, que no corresponden con sus

ideales y, sin embargo, no realizan ningún intento específico por cambiar dichas características (Martínez, 2009).

Este hallazgo sugiere, por un lado, que el hecho de que haya inconsistencia entre el ideal y la percepción, no necesariamente predice mayor regulación. Por otro lado, indica que existen vacíos al intentar explicar la Regulación, especialmente desde variables de la relación y desde otras variables del individuo, fuera de las del modelo de estándares ideales.

De acuerdo con este vacío en la literatura, la presente investigación propuso un modelo de predicción de la regulación, en el que no solamente se contempló la consistencia ideal percepción, sino que incluyó nuevas variables predictoras. Una de ellas es la orientación hacia la relación, un factor personal que se ha visto asociado a otras conductas de mantenimiento (Rusbult et al., 2004). Por otro lado, el estudio tuvo en cuenta factores de la relación como la satisfacción, la inversión y la calidad de las alternativas. Finalmente, el modelo también evaluó los factores de la relación, teniendo en cuenta la percepción propia y la percepción que se tenía sobre la pareja (satisfacción percibida de la pareja con la relación, inversión percibida de la pareja en la relación y calidad de las alternativas percibidas de la pareja). A continuación se discuten los hallazgos de acuerdo con este modelo.

### **¿Qué factores personales explican la Regulación?**

**Consistencia Ideal Percepción y Regulación.** En esta investigación se encontró que tal como lo señalan estudios previos, la asociación que hay entre consistencia ideal-percepción (CIP) y regulación es negativa (Overall et al., 2006; Martínez, 2009), es decir, mientras las personas vean más discrepancia entre el ideal y la percepción que tienen de su pareja o su relación, harán más intentos por cambiar las características de estas. De modo similar, este estudio tiene varios resultados novedosos respecto a esta asociación, que vale la pena resaltar.

En primer lugar, en esta investigación se encontró que la consistencia ideal-percepción es la variable que explica significativamente a la regulación, en todas las dimensiones (calidez/confianza, vitalidad/atractivo, estatus/recursos, intimidad/lealtad y pasión). Esto contrasta con las investigaciones previas, en las que sólo se ha encontrado esta relación para las dimensiones calidez/confianza y estatus/recursos (Martínez, 2009), o para las dimensiones estatus/recursos y vitalidad/atractivo (Overall et al., 2006).

Relacionado con esto, es posible que el hecho de que no existan diferencias en las dimensiones respecto a la asociación entre estas variables, se dé porque como se observa en los estadísticos descriptivos (ver Tabla 1), la satisfacción con la relación es bastante alta para la mayoría de los participantes. De acuerdo con Simpson y Campbell (2013) cuando se presenta alta satisfacción con la relación, el sujeto tiende a evaluar todas las amenazas a su relación de una manera positiva, generando que aquellas cosas que tienen un nivel bajo de amenaza se reinterpreten y suelen minimizarse. De acuerdo con esto, es posible que la satisfacción alta de los participantes los lleve a minimizar la inconsistencia entre sus ideales y la percepción sobre su pareja, y que en general reporten alta consistencia ideal-percepción para todas las dimensiones y baja regulación.

Una explicación alternativa y que debe evaluarse en investigaciones futuras es que la mayoría de los participantes se encuentran en el final de la fase de enamoramiento, ya que su relación está entre los 6 meses y el año de duración (Yela, 1997); por lo tanto, todavía puede producirse un efecto de halo en todas las características de la pareja y la relación. Por esta razón, la media del puntaje de la variable consistencia ideal-percepción es alta, mientras que la de regulación es baja. Respecto a lo anterior, es factible que los participantes todavía estén en proceso de conocer a su pareja y que, a pesar de que encuentren problemas con las características de una dimensión específica, las omitan inmediatamente. Esto puede deberse a que por efecto del enamoramiento, las características positivas (que en esta fase son la mayoría), se extrapolan a las características negativas en otras dimensiones, y finalmente haya consistencia entre el ideal y la percepción en todas las características provocando poca regulación en las diferentes dimensiones.

Ahora bien, si se contrastan las investigaciones previas con este estudio, es importante señalar que la muestra difiere respecto a la duración y al tipo de relación. Por ejemplo, Overall et al. (2006) comprobaron la asociación entre regulación y consistencia ideal-percepción, en personas que se encontraban, en promedio, en relaciones de 3 años y que en su mayoría vivían juntos o estaban casados. Por otra parte, Martínez (2009) trabajó con personas que se encontraban, en promedio, en relaciones de 2 años. En el caso de este estudio, la mayoría de las personas se encontraban en una relación de entre 6 meses y un año, ninguna había convivido con su pareja y eran relaciones de noviazgo exclusivamente.

Teniendo en cuenta lo anterior, se entiende que para el caso de los estudios anteriores sobre regulación y consistencia ideal-percepción, no se haya encontrado asociación entre estas variables para todas las dimensiones, porque sus participantes ya habían superado la etapa de enamoramiento y, en ese caso, existe la posibilidad de evaluar por separado a todas las características de la pareja.

Una última explicación frente a estos resultados es que en este estudio el tamaño de la muestra, aunque no fue considerablemente grande, sí superó el tamaño de la muestra de las investigaciones previas sobre el tema (Overall et al., 2006; Martínez, 2009). Así, la probabilidad de que se encuentren asociaciones significativas es mayor (Warner, 2008).

En otro orden de cosas, los resultados obtenidos a partir del análisis estadístico de estos modelos, mostraron que aunque la consistencia ideal-percepción se asocia de manera significativa con la regulación, el porcentaje de varianza explicada de esta última es bajo ( $\beta$  entre -0,16 y -0,35). Una posible explicación para este hallazgo es que la relación entre CIP y regulación está moderada por el éxito de la regulación (Overall et al., 2006), y en este estudio esta asociación no se evaluó. Esto indica que en futuras investigaciones, es necesario controlar variables como el éxito de la regulación, que ya se han encontrado relacionadas con esta estrategia de mantenimiento.

**Orientación hacia la Relación y Regulación.** De acuerdo con las hipótesis iniciales, se esperaba que la orientación hacia la relación, fuera una de las variables que aportara a la explicación de la regulación. Esto se entreveía porque la regulación se considera una conducta de mantenimiento y, según Rusbult et al. (2004), la orientación hacia la relación se asocia de manera positiva con la ejecución de este tipo de conductas. De acuerdo con estos autores, tener alta orientación hacia la relación (alta comunión no mitigada y alta orientación comunal), permite que las personas transformen sus motivaciones personales a motivaciones de la relación. Lo anterior produce que los sujetos se comporten, ante dilemas de interdependencia, beneficiando más a su pareja y su relación que a sí mismos; finalmente, esto hace que la relación se mantenga.

**Orientación comunal, comunión no mitigada y regulación.** La primera hipótesis del estudio en relación con esta variable (hipótesis 3a), planteaba que la orientación comunal (aquella en la que se beneficia a la pareja y la relación, ya que existe preocupación por su bienestar; Mills & Clark, 2001), estaría asociada de manera positiva con la

regulación. En otras palabras, se esperaba que las personas con alta orientación comunal, tendieran a hacer muchos intentos por cambiar características de su pareja o de su relación, porque piensan que pueden mejorar el bienestar de su unión y que, gracias a los cambios propiciados por la regulación, la relación puede mantenerse a lo largo del tiempo. Sin embargo, de acuerdo con los resultados obtenidos, esta hipótesis no se corroboró.

Por otra parte, la tercera hipótesis respecto a la orientación hacia la relación (hipótesis 3c), indicó que la comunión no mitigada (aquella en la que se beneficia a otro, incluso pasando por encima de las necesidades propias; Helgeson, 1994), estaría asociada de manera negativa con la regulación. Esto es, se esperaba que las personas con alta comunión no mitigada regularan menos, porque prefieren satisfacer las necesidades de su pareja, aunque las características de esta no las satisfaga. No obstante, al igual que sucedió con la orientación comunal, esta hipótesis no se corroboró.

Ahora bien, una explicación para estos resultados es que las personas con estas orientaciones tiendan a utilizar otro tipo de estrategias de mantenimiento, en vez de la regulación. Respecto a esto, se puede decir que la orientación comunal o la comunión no mitigada no predicen a la regulación, porque es probable que las personas con altos puntajes en estas dos variables no estén interesadas en cambiar las características de su pareja o de su relación para mantenerla. En contraste, por la preferencia que tienen por el bienestar de su pareja (Clark et al., 1989; Helgeson, 1993), estos sujetos pueden estar interesados en usar otro tipo de estrategias de mantenimiento.

Por ejemplo, las personas con alta orientación comunal tendrían más probabilidad de usar una estrategia como la acomodación, porque como lo encontraron Clark y Taraban (1991), estos sujetos tienen reacciones más positivas a las emociones expresadas por sus parejas. En ese sentido, cuando su pareja se comporte de una manera destructiva, es probable que gracias a su orientación, el sujeto sea capaz de buscar una manera constructiva de reaccionar, sin entrar en la escalada del conflicto (Rusbult et al., 2004), es decir, que se acomode.

Por otro lado, este tipo de orientación puede estar relacionada con el uso de la autorregulación como estrategia de mantenimiento, tal como lo sugieren Overall & Fletcher (2010). Lo anterior, debido a que los individuos con esta orientación están motivados por suplir las necesidades de su pareja (Mills & Clark, 2001). En ese sentido, es más probable



que en vez de intentar cambiar las características de su pareja (lo que respondería a sus necesidades), intenten cambiar sus propias características. Esto último produciría un cambio en la relación que beneficiaría tanto a la pareja como a sí mismo.

Respecto a la comunión no mitigada, puede ser más probable que individuos con esta orientación suelen usar estrategias que impliquen dejar de lado todas sus necesidades, para cumplir con los objetivos de su pareja, aun si esto resulta costoso (Helgeson, 1994). Por ejemplo, es probable que estos sujetos suelen tener alta voluntad para el sacrificio, es decir que tengan conductas, duraderas o transitorias, que impliquen dejar de hacer cosas que favorezcan los deseos propios, o que impliquen hacer cosas que no se desean (Van Lange et al., 1997).

Además, la predilección de estos sujetos por estas estrategias responde a que estas no generan consecuencias negativas para la pareja, mientras que la regulación si tiene implicaciones (en muchos casos negativas) sobre la visión de sí mismo de quien es regulado (Overall & Fletcher, 2010). En ese sentido, quien posee alta comunión no mitigada evita el sufrimiento de su pareja, sacrificando sus necesidades y acomodándose a lo que su pareja disponga. Igualmente, en el caso particular de aquellas personas con alta comunión no mitigada, debido a que dependen demasiado de la evaluación de los demás (Bassett & Aubé, 2013), es probable que procuren usar la voluntad para el sacrificio, porque quedarían muy bien con su pareja, en vez de intentar cambiar las características de su relación, lo que provocaría disminución en la percepción de calidad de la relación, de quien es regulado (Overall & Fletcher, 2010).

#### ***Orientación de intercambio y regulación.***

Como se observa en la tabla 2, después de hacer un análisis de confiabilidad de la escala de orientación de intercambio, se obtuvo un alfa menor a 0,60. Lo anterior implica que esta escala no tiene una buena confiabilidad para la medición del constructo, específicamente respecto a los participantes de esta investigación.

Para entender la anterior situación, es importante retomar el concepto de confiabilidad. En primer lugar, la confiabilidad se refiere a la consistencia interna de una medida, es decir, a la exactitud con la que una prueba mide lo que debe medir (Quero, 2010). El coeficiente de confiabilidad alfa de Cronbach, con el cual se realizó el análisis de los factores en esta investigación, reporta el grado de homogeneidad de los ítems dentro de

un factor. Es decir, el alfa indica si los ítems miden un solo factor (son homogéneos) o, por el contrario, miden más de un constructo (no son homogéneos y no hay una alta correlación) (Magnusson, 1978 citado en Quero, 2010). Respecto a lo anterior y, teniendo en cuenta el bajo alfa obtenido, se entiende que los ítems que conforman la escala de orientación de intercambio, no son homogéneos, por tanto están midiendo esa y otras variables.

Ahora bien, alguno de los factores que pudieron incidir en que no haya homogeneidad en la medida son: “instrucciones no estandarizadas..., errores en el registro de puntajes de respuesta..., errores debidos a fluctuaciones en los encuestados...” (Quero, 2010, p. 2). Estos factores pudieron presentarse, sobretodo porque se utilizaron diferentes maneras de aplicar los cuestionarios (presencial, internet, autoaplicado), que en algunos casos no permitió tener una instrucción estandarizada, ni aclarar dudas que surgieran inmediatamente en los participantes respecto a la escala.

Por ejemplo, la instrucción para la escala no aclaraba si la persona debía pensar en una relación específica o en general, por lo tanto, puede que el participante cambiara su intención de respuesta dependiendo el cambio en el tipo de relación que estuviese pensando en ese momento; es decir, pudo contestar unos ítems pensando en su pareja y otros sin pensar en una persona en concreto.

Aunque lo anterior pudo suceder también para las escalas de orientación comunal y de comunión no mitigada, es probable que sólo haya resultado poco confiable la escala de orientación de intercambio, porque este tipo de orientación no es el común para la mayoría de las relaciones, en el contexto de sociedades colectivistas como la colombiana.

Respecto a lo anterior Bresnahan, Chiu y Levine (2004) encontraron que hay diferencias significativas en la relación entre país y orientación hacia la relación. Así, encontraron que en sociedades colectivistas como la taiwanesa existe más orientación comunal, mientras que en sociedades individualistas como la estadounidense hay más orientación de intercambio. A su vez, Frias, Shaver y Diaz-Loving (2014) mencionan que en sociedades colectivistas el valor que predomina es la orientación comunal.

De acuerdo con lo anterior, otra explicación para la baja confiabilidad de la escala de orientación de intercambio, es que en un país colectivista como Colombia, puede predominar la orientación comunal y en contraste, es difícil encontrar la orientación de

intercambio, a menos que se trate de personas extrañas. Lo anterior, sumado la inconsistencia en las respuestas de los participantes por falta de instrucción, pudo generar la baja confiabilidad de la escala de orientación de intercambio.

Llegado a este punto, es necesario pensar en que la hipótesis inicial del estudio, respecto a la relación entre regulación y orientación de intercambio, no pudo corroborarse por las dificultades con el instrumento. Aún así, si se llegase a replantear el instrumento, sería necesario tener en cuenta que debería estar validado para la población colombiana, teniendo en cuenta que en un país colectivista como este, la orientación de intercambio se tiene en cuenta sólo para personas extrañas, porque con personas cercanas (familia, pareja, vecinos, conocidos), prevalecen más los intereses colectivos que individuales (Williamson & Clark, 1989). De acuerdo con esto, es probable que la relación entre regulación y orientación de intercambio varíe según el tipo de relación. Por ejemplo, podría suceder que con personas cercanas, en las que la orientación de intercambio no prevalece, esta relación no exista y más bien se den las dinámicas que se sugirieron en el anterior apartado, en relación con la orientación comunal y la comunión no mitigada.

### **¿Qué Factores de la Relación explican la Regulación?**

En esta investigación se propuso que variables como la satisfacción propia, la calidad de las alternativas propias e la inversión propia, aportarían a la explicación de la varianza de la regulación, independientemente del aporte que hace la consistencia ideal-percepción. La anterior hipótesis surgió, ya que existía un vacío frente a la explicación de la Regulación desde este tipo de factores. Además, en algunas investigaciones se ha encontrado que tanto la satisfacción, como la calidad de las alternativas y la inversión, están asociadas de manera positiva, con otras estrategias de mantenimiento (Rusbult, 1983; Van Lange et al., 1997; Agnew et al., 1998; Rusbult et al, 2004).

**Satisfacción con la Relación y Regulación.** En los resultados de esta investigación se encontró que la satisfacción con la relación se asocia de manera significativa con la regulación, en las dimensiones calidez/confianza, intimidad/lealtad y pasión.

Una explicación para este resultado es que las características de estas dimensiones (intimidad, pasión, amabilidad) son las que se consideran importantes para que haya una relación de pareja de calidad. Por ejemplo, Wieselquist et al. (1999), afirman que el nivel de satisfacción con la relación es alto, cuando esta logra llenar las necesidades sexuales, de

intimidad y de compañía. Además, Seiffge-Krenke & Lang (2002) citados en Collins, Welsh, & Furman (2009), dicen que una relación de calidad, en parejas de novios, se caracteriza porque haya apoyo e intimidad. Por otro lado, Overall et al. (2006) consideran que las características en estas dimensiones son importantes en relaciones cercanas, porque son atributos que señalan la interdependencia en las relaciones de pareja.

Teniendo en cuenta lo anterior, es probable que las personas en una relación romántica, consideren importantes estas características y se sientan insatisfechas cuando estas no aparecen en su relación. En ese sentido, tal como se encontró en este estudio, quienes evalúen su relación y se percaten de que los costos exceden los reforzadores (Sabatelli & Shehan, 1993), tenderán a intentar cambiar características de su relación o su pareja, para equilibrarla con sus expectativas.

Ahora bien, una segunda explicación a este resultado es que las personas que están insatisfechas con su relación pueden intentar cambiar estas características en específico, porque son más moldeables. Respecto a esto, Fletcher et al. (1999) identificaron que dentro de las dimensiones calidez/confianza, intimidad/lealtad y pasión, hay características como el apoyo, el respeto o la diversión, que son rasgos en los que hacer cambios resulta más fácil, en comparación con aquellos que hacen parte de las dimensiones de estatus/recursos o vitalidad/atractivo. Por ejemplo, una persona que quiere que su relación sea emocionante, puede darle una sorpresa a su pareja y notar inmediatamente que hubo un cambio. En contraste, una persona que quiere que su pareja sea más exitosa, tiene que intentar cambiar su estado laboral o los ingresos que recibe. Si lo logra, los resultados del cambio se verían a largo plazo, es decir, se requiere demasiado esfuerzo para efectuar el cambio.

De acuerdo con lo anterior y teniendo en cuenta que se encontró que la satisfacción con la relación predice de manera negativa a la regulación, puede decirse que quien está insatisfecho con su relación haría una evaluación para decidir si continuar o no con esta. Si la persona decidiera estar con su pareja, posiblemente optaría por regular características que considera que puede cambiar con mayor probabilidad, con el fin de mejorar su relación y estar más satisfecho con esta.

Finalmente, es importante decir que los resultados encontrados respecto a la relación entre satisfacción y regulación, son afines a los últimos desarrollos del modelo de estándares ideales. Por ejemplo, Simpson y Overall (2014) proponen un modelo de

regulación diádica para amortiguar la inseguridad en personas ansiosas. Estos autores explican que cuando en una relación hay una persona con apego ansioso, esta generalmente suele tener conductas que producen insatisfacción en su pareja. Sin embargo, es la baja satisfacción con la relación la que promueve que la pareja intente regular estas conductas, es decir, la satisfacción se relaciona de manera negativa con la regulación. Además, estos autores aclaran que el proceso de cambio finaliza con una persona con apego inseguro, que se ve a sí misma de manera positiva y con una pareja más satisfecha con su relación. Es decir, de nuevo se corrobora que la regulación puede predecir la satisfacción con la relación de quien intenta cambiar características de su pareja.

**Calidad de las Alternativas Propias y Regulación.** En este estudio se encontró que las personas que no perciben que tienen alternativas de calidad, tienden a regular menos, en las dimensiones que se relacionan con las características como el atractivo físico o la pasión en la relación.

Una explicación para este hallazgo es que al regular en esta dimensión, puede correrse el riesgo de que la pareja termine con la relación, porque tal como lo encontraron Overall y Fletcher (2010), quien es blanco de la regulación en la dimensión de vitalidad/atractivo, suele sentirse rechazado por su pareja y sentir que la relación va mal. De acuerdo con esto, si la persona no tiene alternativas de calidad y ve amenazada la estabilidad de su relación, es probable que opte por regular menos en esa dimensión y más bien utilice otras estrategias de mantenimiento, por ejemplo la acomodación o la derogación de sus alternativas (Rusbult et al, 2004; Simpson et al, 2004), que no generen consecuencias negativas en su pareja y que le serían más útiles para evitar que su única alternativa desaparezca.

Por el contrario, se puede esperar que quien perciba más alternativas de calidad a su relación, opte por intentar cambiar características de la pareja como su atractivo físico, ya que a pesar de que corre el riesgo de que su pareja se sienta insatisfecha con la relación, tiene más posibilidades que le permitirán llenar sus necesidades, si su relación termina.

**Inversión en la relación y Regulación.** En este estudio se esperaba que la inversión en la relación estuviese relacionada con la regulación. Específicamente, se planteó que personas con mayor inversión probablemente regularían más, para mantener su relación y

conservar los recursos invertidos. Sin embargo, no se encontró que el nivel de inversión en la relación predijera de manera significativa a la regulación.

Una posible explicación para esta situación es que en las relaciones románticas la inversión emocional y motivacional hacen parte fundamental de la construcción de intimidad y de la pasión, que son los componentes del amor que se presentan con mayor intensidad en este tipo de relación (Sternberg, 1986). En ese sentido, puede suceder que a una persona que esté en este tipo de relación, no le interese cambiar características de su pareja, al evaluar su inversión en la relación, porque esta última no le genera costos evidentes, más bien le genera ganancias en la medida en que construye intimidad. Sin embargo, puede que la regulación se presente si hay cambios en otros factores de la relación, tal como ya se ha explicado.

**Percepción de los Factores de la Relación y Regulación.** Se esperaba que los factores de la relación percibidos (satisfacción percibida, calidad de las alternativas percibidas e inversión percibida) en la pareja, aportaran a la explicación de la varianza de la regulación, independientemente de la explicación de los factores de la relación propios. Esta hipótesis se evaluó, ya que en investigaciones basadas en algunas de las teorías más importantes sobre relaciones de pareja, se ha encontrado que la persona actúa teniendo en cuenta, no sólo lo que percibe sobre sí misma, sino que además se comporta, teniendo en cuenta lo que percibe de su pareja (Thibaut & Kelly, 1959; Walster, Walster, & Berscheid, 1978; Kelley & Thibaut, 1978; Rusbult, 1983; Overall & Fletcher, 2010; Martínez, 2009; Vangelisti; 2012).

Sin embargo, en este estudio los resultados no permitieron corroborar que estas variables contribuyeran de manera significativa a la varianza explicada de la regulación, independientemente de la percepción propia sobre la satisfacción, la inversión y la calidad de las alternativas.

Una explicación a esta situación es que estos resultados están supeditados a la manera en que se midieron las variables. En ese sentido, es importante anotar que, al ser un cuestionario que sólo respondía un miembro de la pareja, las respuestas dadas sobre la percepción de los factores de la relación en la pareja, pudieron estar sesgadas por la propia visión de estos factores. Esto puede explicar el hallazgo de colinealidad entre la satisfacción propia y la satisfacción percibida. En este caso, una solución a este problema podría ser que

se evalúen los factores de la relación propios, de cada uno de los miembros de la pareja. Con esto, se reduciría el sesgo de quien reporta sobre lo que el otro siente respecto a su relación.

### **Conclusiones**

En términos generales, los resultados del estudio permitieron analizar la relación entre factores personales, factores de la relación y la regulación, en las relaciones románticas en la juventud. Por otro lado, esta investigación realizó dos aportes específicos e importantes. El primero de ellos es haber encontrado que algunas variables de la relación, como la satisfacción y la calidad de las alternativas propias predicen la regulación en algunas dimensiones de los ideales. En segundo lugar, esta investigación confirma que la consistencia entre el ideal y la percepción de la pareja y la relación, es una variable que aporta a la explicación de la regulación, tal como ya se había encontrado en otros estudios (Overall et al., 2006; Overall & Fletcher, 2010).

Además, es importante decir que a nivel práctico, los resultados presentados en este estudio invitan a psicólogos clínicos, consejeros y educadores a diseñar intervenciones sobre los factores personales y de la relación, que en este estudio se encontraron asociados con la regulación. Tener en cuenta esto, además del éxito percibido de la regulación y la evaluación de las estrategias de regulación utilizadas, permitirá potenciar a la regulación como una estrategia de mantenimiento que garantice la continuidad de una relación con calidad y disminuir el riesgo de que la regulación se convierta en parte de un ciclo de violencia.

Así, los programas de intervención dirigidos a jóvenes podrían apoyar el desarrollo de habilidades para identificar, prevenir o remediar dificultades en las relaciones románticas, como: a) la comunicación sobre ideales y expectativas, b) la evaluación de la relación de acuerdo con su satisfacción, su inversión y sus alternativas, c) la orientación hacia la relación en situaciones de conflicto, entre otras, d) el uso de estrategias positivas para regular el comportamiento de la pareja, entre otras.

Por otro lado, esta investigación contribuyó a la construcción de conocimiento transcultural ya que se exploró la regulación desde una nueva perspectiva, que salió de los estudios con población anglo parlante y aportó al conocimiento de la cultura colombiana, pero además hizo aportes novedosos más allá de lo que se ha investigado en el país.

### **Limitaciones y futuras investigaciones.**

A pesar de estos valiosos aportes, se encontró que todos los modelos evaluados tienen problemas en la bondad de su ajuste ( $R^2\Delta$ s entre 0,06 y 0,22), incluso a pesar de que se incluyó la consistencia ideal-percepción, que es la variable que se ha encontrado explica a la regulación (Overall et al., 2006). Estos resultados contrastan con los encontrados por Overall et al. (2006), quien halló que sus modelos tenían un ajuste bueno ( $R^2\Delta$ s entre 0,26 y 0,60).

Una explicación para este resultado es que el tamaño de la muestra pudo no ser suficientemente grande como para lograr un buen ajuste del modelo. De acuerdo con Novales (2008), para que haya un buen coeficiente de determinación, es necesario que la muestra sea grande y que los residuos de los errores del modelo sean mínimos. Además, al usar muestras más grandes se hace más probable la detección de relaciones significativas y se evita la pérdida de potencia en el contraste de hipótesis (Warner, 2008). En ese sentido, sería positivo que en próximas investigaciones se procure trabajar con un tamaño de muestra más grande para ganar potencia estadística, pero además para garantizar que los resultados de la investigación sean fiables y replicables.

Por otro lado, este resultado puede entenderse teniendo en cuenta que las variables propuestas en este estudio pueden relacionarse de manera diferente con la regulación, dependiendo de otras variables moderadoras, por ejemplo el éxito de la regulación, tal como encontraron Overall et al. (2006). Además, encontrar estos efectos puede implicar que hay más variables, diferentes a las propuestas en este estudio, que pueden estar explicando parte de la varianza de la regulación. Lo anterior permite concluir que con la inclusión de nuevas variables predictoras y moderadoras, la capacidad de explicación del modelo ( $R^2\Delta$ ) puede mejorar.

Una estas variables moderadoras puede ser la cultura, ya que es evidente que en investigaciones realizadas con participantes estadounidenses, hubo mejor ajuste del modelo (Overall et al., 2006), mientras que con el cambio en el tipo de población, esta vez colombiana, el ajuste del modelo de predicción entre regulación y consistencia ideal percepción varió. Esta hipótesis surge porque la construcción de expectativas románticas en la juventud, y por tanto la consistencia entre su ideal y su percepción, cambia de acuerdo con la cultura en la que se encuentre la persona. Esto lo confirman estudios que encontraron



diferencias en la construcción de los ideales sobre el bienestar subjetivo dentro de la relación (Florenzano, 2003), el cuerpo (Guan, Lee & Cole, 2012) y el vínculo con la pareja (Aishtein & Brumbaugh, 2013), en países colectivistas y países individualistas.

Por ejemplo, si para las personas en países colectivistas la coerción por parte del hombre hacia la mujer prevalece dentro de las relaciones de pareja y está bien visto socialmente; mientras que en países individualistas predomina el sexismo benevolente y se considera que es normal que se dé (Lee, Fiske, Glick & Chen, 2010), habrá diferencias entre países a la hora de evaluar qué tanta consistencia hay entre los ideales y la percepción de estos, si se usa un instrumento que presente características ideales para una cultura, que no necesariamente son las mismas para otra. Lo anterior provocará que haya problemas de ajuste de los modelos de la relación entre consistencia ideal percepción y regulación, porque el participante no puede encontrar dentro de las opciones lo que él considera ideal o lo que ha regulado.

Además de las variables culturales, puede que el tipo de relación sea otro factor que modere la relación entre regulación y consistencia ideal percepción, lo que pudo causar la diferencia en el ajuste de los modelos de esta investigación con respecto a estudios previos (Overall et al., 2006). Esta hipótesis se basa principalmente en que hay varias diferencias dependiendo el estatus de la relación, una de estas es la que Duck (1982) observó: la evaluación de la relación, en parejas de novios, sólo se hace cuando la relación se termina, por otro lado, la evaluación de la relación matrimonial se hace durante el curso de la relación.

De acuerdo con lo anterior, y teniendo en cuenta que los participantes de este estudio fueron adultos jóvenes en relaciones de noviazgo, mientras que los participantes de los demás estudios estaban conviviendo o estaban casados, se podría decir que los participantes de esta investigación no suelen hacer una evaluación de su relación, por tanto no reconocen muy bien si su ideal concuerda con su relación. Contrario a esto, es probable que los participantes de Overall et al. (2006) hayan evaluado con más frecuencia y detalle, sus relaciones, de manera que para ellos es más claro si hay o no inconsistencias, pero por otro lado, en qué características específicas se dan estas. Esto último también produciría diferencias en la relación entre consistencia ideal percepción y regulación, porque implicaría que, al no evaluar la relación, las personas en relaciones de noviazgo harían

menos intentos de regular características de su pareja, ya que ni siquiera han identificado cuáles no concuerdan con su ideal.

Por lo tanto, es necesario que en futuras investigaciones, se tengan en cuenta como variables moderadoras de la relación entre regulación y otras variables, la cultura y el tipo de relación en la que se encuentre. Esto puede mejorar el ajuste de los modelos y permitir encontrar variables que predigan con mayor efecto a la regulación.

Ahora bien, existieron algunos factores que limitaron la interpretación de los resultados de este estudio. En primer lugar, se utilizaron exclusivamente cuestionarios de auto reporte para evaluar las variables del estudio. Esta metodología puede sesgar los resultados al crear el “efecto del evaluador común” en el que se producen correlaciones artificiales entre las variables (Podsakoff, MacKenzie, Lee, & Podsakoff, 2003). Por lo tanto, en futuras investigaciones sería conveniente no sólo combinar diferentes métodos de evaluación, como cuestionarios y observaciones; sino también emplear diferentes fuentes de información en la evaluación de las variables, como reportes de personas cercanas o evaluadores externos.

Otra limitación de este estudio fue la utilización de una muestra por conveniencia, no probabilística., porque no se pudo garantizar la representatividad de los datos respecto a la población que se estudió. Por ejemplo, el hecho de escoger estudiantes universitarios, no permite generalizar los resultados a adultos jóvenes, en relaciones de noviazgo, que estén por fuera de este tipo de escolarización. De acuerdo con esto, es necesario realizar muestreos probabilísticos de la población que se desee estudiar, para facilitar la generalización de los resultados obtenidos a una población específica (Hernández, Fernández & Baptista, 1997).

Además, otra limitación frente al muestreo fue la participación de sujetos que se auto-seleccionaban para colaborar con la investigación (se postulaban voluntariamente). En el caso de este estudio, esto resulta ser un problema porque las variables que se miden tienen que ver con la satisfacción con la relación y, como es evidente en los datos descriptivos, la mayoría de los participantes reportó estar muy satisfecho con su relación. Así, las personas que se auto-seleccionan tienden a ser aquellas que en general tienen una buena relación de pareja y esto le quita variabilidad a este factor de la relación

Sumado a esto, otro factor limitante en esta investigación, fue el uso de un diseño transversal, puesto que este no permite establecer relaciones de tipo causal entre las variables (De Vaus, 2001). Para solucionar esta limitación, sería útil emplear diseños de tipo longitudinal, en los que se evalúen las relaciones entre variables en diferentes momentos y se controlen sus efectos a través del tiempo. Además, tal como se sugirió antes, sería importante tomar como unidad de análisis a la díada (pareja), ya que esto permitiría evaluar cómo las percepciones y comportamientos de cada individuo influyen sobre los comportamientos que asume la otra persona.

Por último, el sesgo de deseabilidad social pudo afectar los resultados obtenidos (De Vaus, 2001). Respecto a esto, el hecho de que los participantes respondieran que regulan muy poco, que su pareja llena muy bien sus ideales y que están muy satisfechos con la relación, pudo deberse a la necesidad de mantener la coherencia entre las respuestas y a la pretensión de causar una buena impresión sobre sí mismo y sobre su relación (Hernández, Fernández & Baptista, 1997). La consecuencia de este sesgo es que se pueden llegar a invalidar algunos datos porque no corresponden a lo que realmente sucede con el participante o con su relación. En ese sentido, para futuras investigaciones se recomienda controlar esta amenaza utilizando una escala de sinceridad dentro de la prueba (Cabañeros, García & Lozano, 2003).

Ahora bien, tras hacer la discusión de los resultados quedaron preguntas puntuales que pueden ser evaluadas en futuras investigaciones: ¿Cómo se relaciona el efecto halo con la regulación en las diferentes dimensiones ideales? ¿La consistencia ideal-percepción cambia de acuerdo con la duración de la relación? ¿Cómo se relaciona el tipo de orientación hacia la relación con otras estrategias de mantenimiento como la acomodación, la auto-regulación o la ilusión positiva? ¿Hay diferencias significativas en la relación entre regulación y orientación de intercambio, dependiendo del tipo de relación de pareja que se establezca? ¿Cuál es la relación entre la dimensión que se regula y la facilidad de cambio? ¿La importancia de los factores de la relación depende de la etapa en la que esta esté? ¿Hay relación entre la orientación hacia la relación que se tiene y el tipo de estrategia que se utiliza para regular?

De acuerdo con lo anterior, se espera que en futuras investigaciones se indague sobre estos vacíos y que se evalúen las nuevas hipótesis que surgieron a partir de los

resultados encontrados. Algunas de estas hipótesis tienen que ver con la asociación entre los tipos de regulación y la orientación de intercambio; la asociación entre diferentes estrategias de mantenimiento y la orientación hacia la relación; y sobre la relación entre inversión, compromiso y regulación.

Para finalizar, es importante recordar que esta investigación contribuyó de manera teórica, práctica y transcultural al conocimiento sobre las relaciones de noviazgo en adultos jóvenes. Pero además, hay que señalar que quedan muchas preguntas por resolver, que al ser solucionadas permitirán dar luz sobre una de las estrategias que más se usa en las relaciones de pareja. Así, diseñar programas de intervención basados en los datos obtenidos en este y en futuros estudios sobre el tema, permitirá que las personas aprendan a emplear estrategias de regulación positivas, lo que facilitará el mantenimiento de la relación, de manera saludable. Finalmente, seguir investigando y proponiendo intervenciones basadas en este tema, permitirá evitar que las personas hagan uso de estrategias para regular que se traduzcan en coerción hacia la pareja.

## Referencias

- Agnew, C. R., Van Lange, P. A. M., Rusbult, C. E., & Langston, C. A. (1998). Cognitive interdependence: Commitment and the mental representation of close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*, 939-954.
- Amar, J., Abello, R., Llanos, M., & Gómez, B. (2005). Estrategias y prácticas socializadoras y de alfabetización económica en familias de una ciudad multifinanciera de la región Caribe colombiana. *Psicología Desde el Caribe, 16*, 29-63.
- Arnett, J. J. (2007). *Adolescence and emerging adulthood: A cultural approach*. New Jersey: Pearson Education.
- Aishtein, P., & Brumbaugh, C. (2013). Cultural variation in adult attachment: the impact of ethnicity, collectivism, and country of origin. *Journal of Social, Evolutionary, and Cultural Psychology, 7* (4), 384-405,
- Aube, J., Setdage, B., Di Dio, L., & Zuckerman, M. (2008). *Unmitigated communion and relationship outcomes*. Manuscrito en proceso de publicación. Roberts Wesleyan College.
- Bassett, R.L., & Aube, J. (2013). Considering adaptative and maladaptative versions of unmitigated communion. *Journal of Psychology and Theology, 41*, 120-127.
- Berscheid, E. (1983). Emotion. En H. H. Kelley, E. Berscheid, A. Christensen, J. H. Harvey, T. L. Huston, G. Levinger, et al. (Eds.), *Close relationships* (pp. 110-168). New York: Freeman.
- Bresnahan, M. J., Chiu, H. C., & Levine, T. R. (2004). Self-construal as a predictor of communal and exchange orientation in Taiwan and the USA. *Asian Journal of Social Psychology, 7*(2), 187-203. doi 10.1111/j.1467-839x.2004.00144.x

- Burgos, M. C. (2003). *Influencia de la experiencia indirecta y directa con las relaciones románticas y de algunas dimensiones de la identidad en las expectativas que tienen los Jóvenes acerca de la pareja romántica*. (Tesis de Maestría no publicada). Universidad de los Andes. Bogotá.
- Buunk, B.P., & Van Yperen, N.W. (1991). Referential comparisons, relational comparisons, and exchange orientation: Their relation to marital satisfaction. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *17*, 709–717.
- Buunk, B. P, Doosje, B. J., Jans, G. J. M., & Hopstaken, E. M. (1993). Perceived reciprocity, social support, and stress at work: The role of exchange and communal orientation. *Journal of Personality and Social Psychology*, *65* (4), 801-811.
- Cabañeros, J., García, C. E., & Lozano, L. M. (2003). *Efecto de la discapacidad social en preguntas sobre temas comprometidos*. IX conferencia española de biometría. La Coruña. Recuperado de <http://www.udc.es/dep/mate/biometria2003/Archivos/ps44.pdf>
- Canary, D., Stafford, L., & Semic, B. (2002). A panel study of the associations between maintenance strategies and relational characteristics. *Journal of Marriage and Family*, *64*, 395-406.
- Chen, S., Lee-Chai, A.Y., & Bargh, J.A. (2001). Relationship orientation as a moderator of the effects of power. *Journal of Personality and Social Psychology*, *80*, 173-187.
- Clark, D. A., & Beck, A. T. (2010). *Cognitive therapy of anxiety disorders: Science and practice*. Guilford Press.
- Clark, M.S., & Jordan, S. (2002). Adherence to communal norms: What it means, when it occurs and some thoughts on how it develops. (pp. 3-25) En B. Laursen and W.

- Graziano (Eds.) *Justice: New directions for child and adolescent development*. New York: Jossey-Bass.
- Clark, M. S., Mills, J., & Corcoran, D.M. (1989). Keeping track of needs and inputs of friends and strangers. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *15* (4), 533-542.
- Clark, M. S., Lemay, E. P., Jr., Graham, S. M., Pataki, S. P., & Finkel, E. J. (2010). Ways of giving benefits in marriage: Norm use, relationship satisfaction, and attachment-related variability. *Psychological Science*, *21* (7), 944-951.
- Clark, M. S., Ouellette, R., Powell, M., & Milberg, S. (1987). Relationship type, recipient mood, and helping. *Journal of Personality and Social Psychology*, *53*, 94–103.
- Clark, M. S., & Taraban, C. B. (1991). Reactions to and willingness to express emotion in two types of relationships. *Journal of Experimental Social Psychology*, *27*, 324-336.  
doi:10.1016/0022-1031(91)90029-6
- Cohen, J., Cohen, P., West, S., & Aiken, L. (2003). *Applied multiple regression/correlation analysis for the behavioral sciences* (3 Ed.). London: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Collins, W. A., Welsh, D. P., & Furman, W. (2009). Adolescent romantic relationships. *Annual Review of Psychology*, *60*, 631-652
- Cornachione, M. A. (2006). *Aduldez: Psicología del desarrollo*. Cordoba, Argentina: Brujas.
- Cui, M., Fincham, F.D., & Pasley, B.K., (2008). Young adult romantic relationships: The role of parents' marital problems and relationship efficacy. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *34*, 1226-1235.
- De Vaus, D. (2001). *Research design in social research*. London: SAGE Publications Ltd.

- Díaz, J. (2011). *Guía práctica del curso de bioestadística aplicada a las ciencias de la salud*. Madrid: INGESA.
- Duck, S. (1982). A topography of relationship disengagement and dissolution. En S. W. Duck (Ed.), *Personal relationships: Dissolving personal relationships*. New York: Academic Press.
- Erikson, E.H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: Norton.
- Faul, F., Erdfelder, E., Buchner, A., & Lang, A.-G. (2009). Statistical power analyses using G\*Power 3.1: Tests for correlation and regression analyses. *Behavior Research Methods, 41*, 1149-1160.
- Feldman, S. S., Gowen, L.K., & Fisher, L. (1998). Family relationships and gender as predictors of romantic intimacy in young adults: A longitudinal study. *Journal of Research on Adolescence, 8* (2), 263-286.
- Fincham, F.D., & Cui, M. (2010). *Romantic relationships in emerging adulthood*. Cambridge University Press: New York.
- Fletcher, G. J. O., Simpson, J. A., Thomas, G., & Giles, L. (1999). Ideals in intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 76*, 72-89.
- Fletcher, G. J. O., Overall, N. C., & Friesen, M. D. (2006). Social cognition in intimate relationships. En A. L. Vangelisti & D. Perlman (Eds.), *The Cambridge handbook of personal relationships* (pp. 353–368). New York: Cambridge University Press.
- Florenzano, R. (2003). El Bienestar Subjetivo: Hacia una Psicología Positiva. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile, 12* (1), 83-96.
- Frias, M. T., Shaver, P. R., & Diaz-Loving, R. (2014). Individualism and collectivism as moderators of the association between attachment insecurities, coping, and social



- support. *Journal of Social and Personal Relationships*, 31(1), 3-31, doi: 10.1177/0265407513484631
- Fritz, H. L., & Helgeson, V. S. (1998). Distinctions of unmitigated communion from communion: Self-neglect and overinvolvement with others. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 121–140
- Furman, W., & Wehner, E. A. (1997). Adolescent romantic relationships: A developmental perspective. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 21–36. doi: 10.1002/cd.23219977804
- Guan, M., Lee, F., & Cole, E. R. (2012). Complexity of culture: the role of identity and context in bicultural individual's body ideals. *Cultural Diversity and Ethnic ;inority Psychology*, 18 (3), 247-257. doi: 10.1037/a0028730
- Hatfield, E. (1988). Passionate and companionate love. En R. Stenberg & M. Barnes. (Eds.). *The psychology of love*. (pp. 191-217). New Haven, Conn: Yale University Press.
- Helgeson, V. S. (1993). Implications of agency and communion for patient and spouse adjustment to a first coronary event. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 807-816.
- Helgeson, V. S. (1994). The relation of agency and communion to well-being: Evidence and potential explanations. *Psychological Bulletin*, 116, 412-428.
- Helgeson, V. S. (2003). Gender-related traits and health. En J. Suls & K. Wallston. (Eds.). *Social psychological foundations of health and illness*. (pp. 367-394). Oxford: Blackwell Publishing.
- Helgeson, V. S., & Fritz, H. L. (1998). A theory of unmitigated communion. *Personality and Social Psychology Review*, 2 (3), 173-183.

- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (1997). *Metodología de la investigación*. México: McGraw Hill.
- Hira, S., & Overall, N. C. (2010). Improving intimate relationships: Targeting the partner versus changing the self. *Journal of Social and Personal Relationships* 28, 610-633. doi: 10.1177/0265407510388586
- Hoog, M. A., Vaughan, G. M. (2010). *Psicología social* (5ta Ed.). [Versión Google Books]. Recuperado de [http://books.google.com.co/books?id=7crhnqbQIR4C&dq=relaciones+rom%C3%AInticas&hl=es&source=gbs\\_navlinks\\_s](http://books.google.com.co/books?id=7crhnqbQIR4C&dq=relaciones+rom%C3%AInticas&hl=es&source=gbs_navlinks_s)
- Houts, R. M., Robins, E., & Huston, T. L. (1996). Compatibility and development of premarital relationships. *Journal of Marriage and Family*, 58 (1), 7-20.
- Huston, T. L., & Burgess, R. L. (1979). Social exchange in developing relationships: An overview. En R. L. Burgess & T. L. Huston (Eds.), *Social exchange in developing relationships* (pp. 3–28). New York: Academic Press.
- Karandashev, V., Benton, M., Edwards, C., & Wolters, V. (2012) Development of Attachment in Romantic Relationship of Young Adults with Different Love Styles. *Interpersona: An International Journal on Personal Relationships*, 6 (1), 1-22. Recuperado de <http://interpersona.psychopen.eu/article/view/87/87>
- Kelley, H. H., & Thibaut, J. W. (1978). *Interpersonal relations: A theory of interdependence*. New York: Wiley.
- Kenrick, D.T., Neuberg, S.L., & Cialdini, R.B. (2010). *Social psychology. Goals in interaction*. Boston: Pearson.

- Lee, T. L., Fiske, S. T., Glick, P., & Chen, Z. (2010). Ambivalent sexism in close relationships: (Hostile) power and (benevolent) romance shape relationship ideals. *Sex Roles, 62*(7-8), 583-601. doi: 10.1007/s11199-010-9770-x
- Lemay, E. P., Jr., & Clark, M. S. (2008). How the head liberates the heart: Projection of communal responsiveness guides relationship promotion. *Journal of Personality and Social Psychology, 94*, 647-671.
- Lewis, M. A., Butterfield, R. M., Darbes, L. A., & Johnston-Brooks, C. (2004). The conceptualization and assessment of health-related social control. *Journal of Social and Personal Relationships, 21*(5), 669–687. doi: 10.1177/0265407504045893
- Londoño, D. A. (2005). *Funcionamiento de la pareja y estrategias de afrontamiento ante crisis causadas por problemas económicos*. (Tesis de grado no publicada). Chía: Universidad de la Sabana.
- Martínez, K. (2009). *Regulación y consistencia ideal-percepción en las relaciones románticas: el papel de variables personales y de la relación*. (Tesis de maestría no publicada). Bogotá: Universidad de los Andes.
- Mazadiego, T. J., & Garcés, J. R. (2011). El amor medido por la escala triangular de Sternberg. *Psicolatina, 22*, 1-10.
- Mills, J., & Clark, M. S. (1994). Communal and exchange relationships: Controversies and research. En R. Erber y R. Gilmour (eds.), *Theoretical frameworks for personal relationships*, pp. 29-42. England: Lawrence Erlbaum Associates.
- Mills, J., & Clark, M. S. (2001). Viewing close romantic relationships as communal relationships: Implications for maintenance and enhancement. En J. Harvey & A. Wenzel (Eds.). *Close romantic relationships: Maintenance and enhancement*, (13-25). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.

- Mills, J., & Clark, M. S. (2004). Measurement of communal strength. *Personal Relationships, 11*, 213-230.
- Ministerio de Salud. (1993). *Resolución 8430*. Bogotá.
- Mora, J. M. (2007). Comprensión del Enamoramiento. *Caurencia, 2*, 363-388.
- Murray, S., Holmes, J. G., & Griffin, D. W. (2004). The benefits of positive illusions: Idealization and the construction of satisfaction in close relationships. En H. T. Reis & C. E. Rusbult (Eds.), *Close relationships: Key readings* (pp. 317-338). New York: Psychology Press.
- Murstein, B. I., Cerreto, M., & MacDonald, M. G. (1977). A theory and investigation of the effect of exchange-orientation on marriage and friendship. *Journal of Marriage and the Family, 39*, 543-548.
- Narváez, C. (2007). *Relaciones románticas en adultos jóvenes: percepciones, ideales y satisfacción*. (Tesis de grado no publicada). Bogotá: Universidad de los Andes.
- Niheuis, S., Huston, T. L., & Rosenband, R. (2006). From courtship into marriage: A new developmental model and methodological critique. *The Journal of Family Communication, 6* (1), 23-47. doi: 10.1207/s15327698jfc0601\_3
- Novales, A. (2008). *La bondad de ajuste del modelo de regresión lineal simple*. Universidad Complutense. Recuperado de <http://pendientedemigracion.ucm.es/info/ecocuan/anc/Bondad%20de%20ajuste.pdf>
- O'Leary, S. G., Smith, A. M. (2006). Precipitants of partner aggression. *Journal of Family Psychology, 20* (2), 344-347. doi: 10.1037/0893-3200.20.2.344
- Ottazzi, A. (2009). *Estilos de amor, satisfacción y compromiso en relaciones de pareja estables*. (Tesis de grado no publicada). Lima: PUCP.

- Overall, N. C., Fletcher, G. J. O., & Simpson, J. A. (2006). Regulation processes in intimate relationships: The role of ideal standards. *Journal of Personality and Social Psychology, 91*, 662–685. doi: 10.1037/0022-3514.91.4.662
- Overall, N. C., Fletcher, G. J. O., Simpson, J. A., & Sibley, C. G. (2009). Regulating Partners in intimate relationships: The cost and benefits of different communication strategies. *Journal of Personality and Social Psychology, 96* (3), 620-639. doi: 10.1037/a0012961
- Overall, N. C., & Fletcher, G. J. O. (2010). Perceiving regulation from intimate partners: Reflected appraisal and self regulation processes in close relationships. *Personal Relationships, 17*, 433-456. doi: 10.1111/j.1475-6811.2010.01286.x
- Peck, S. R., Shaffer, D. R., & Williamson, G. M. (2004). Sexual satisfaction and relationship satisfaction in dating couples: The contributions of relationship communality and favorability of sexual exchanges. *Journal of Psychology and Human Sexuality, 16*, 17-37.
- Podsakoff, P., MacKenzie, S., Lee, J., & Podsakoff, N. (2003). Common method biases in behavioral research: A critical review of the literature and recommended remedies. *Journal of Applied Psychology, 88* (5), 879-903.
- Quero, M. (2010). Confiabilidad y coeficiente alfa de Cronbach. *Telos, Revista de Estudios Interdisciplinarios en Ciencias Sociales, 12* (2), 248-252.
- Rey, C. A. (2008). Prevalencia, factores de riesgo y problemáticas asociadas con la violencia en el noviazgo: una revisión de la literatura. *Avances en Psicología Latinoamericana, 26* (2), 227-241.
- Rojas, R. (2006). *Guía para realizar investigaciones sociales* (33va Ed.). México: Plaza y Valdés, S.A.

- Rusbult, C. E. (1983). A longitudinal test of the investment model: the development (and deterioration) of satisfaction and commitment in heterosexual involvements. *Journal of Personality and Social Psychology*, *45*(1), 101-117.
- Rusbult, C. E., Martz, J. M., & Agnew, C. R. (1998). The Investment Model Scale: Measuring commitment level, satisfaction level, quality of alternatives, and investment size. *Personal Relationships*, *5*, 357-391.
- Rusbult, C. E., Olsen, N., Davis, J. L., & Hannon, P. A. (2004). Commitment and relationships maintenance mechanisms. En H. T. Reis & C. E. Rusbult (Eds.). *Close relationships: Key readings* (pp. 287-303). New York: Psychology Press.
- Rusbult, C. E., Verette, J., Whitney, G. A., Slovik, L. F., & Lipkus, I. (1991). Accommodation processes in close relationships: Theory and preliminary empirical evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, *60*, 53-78.
- Sabatelli, R. M., & Shehan, C. L. (1993). Exchange and resource theories. En Boss, Doherty, LaRossa, Schumm & Steinmetz (Eds.). *Sourcebook of family theories and methods: A contextual approach* (pp. 385-411). New York: Plenum Press.
- Sánchez, A. R. (2009). Expectativas, percepción de estabilidad y estrategias de mantenimiento en las relaciones amorosas. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, *14* (2), 229-243.
- Simpson, J. A., & Campbell, L. (2013). *The Oxford handbook of close relationships*. Oxford, UK: Oxford University Press.
- Simpson, J. A., Gangestad, S. W., & Lerma, M. (2004). Perception of physical attractiveness: Mechanisms involved in the maintenance of romantic relationships. En H. T. Reis & C. E. Rusbult (Eds.). *Close relationships: Key readings* (pp. 305-316). New York: Psychology Press.

- Stephanou, G. (2012). Romantic relationships in emerging adulthood: Perception-partner ideal discrepancies, attributions, and expectations. *Psychology, 3* (2), 150-160. doi: <http://dx.doi.org/10.4236/psych.2012.32023>.
- Sternberg, R. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review, 93* (2), 119-135.
- Tennov, D. (1979). *Love and limerence: The experience of being in love*. New York: Stein and Day.
- Thibaut, J. W., & Kelley, H. H. (1959). *The social psychology of groups*. New York: John Wiley & Sons.
- Vangelisti, A. L. (2012). Interpersonal processes in romantic relationships. En M. L. Knapp & J. A. Daly (Eds.). *The SAGE handbook of Interpersonal communication* (pp. 597–631). LA: SAGE Publications.
- Van Lange, P. A. M., Rusbult, C. E., Drigotas, S. M., Arriaga, X. B., Witcher, B. S., & Cox, C. L. (1997). Willingness to sacrifice in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 72*, 1373-1395.
- Waddell, B. A., & Clark, M. S. (1982). Feelings of exploitation in communal and exchange relationships (*simposio Communal and exchange relationships*). Baltimore: Eastern psychological association.
- Walster, E., Walster, G. W., & Berscheid, E. (1978). *Equity: Theory and research*. Boston: Allyn & Bacon.
- Warner, R. M. (2008). *Applied statistics: From bivariate through multivariate techniques*. California: Sage Publications.
- Wieselquist, J., Rusbult, C. E., Foster, C. A., & Agnew, C. R. (1999). Commitment, pro-relationship behavior, and trust in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 77*, 942-966

- Williamson, G. M., & Clark, M. S. (1989). The communal/exchange distinction and some implications for understanding justice in families. *Social Justice Research, 3*(2), 77-103.
- Yela, C. (1997). Curso temporal de los componentes básicos del amor a lo largo de la relación de pareja. *Psicothema, 9* (1), 1-15.
- Zeifman, D., & Hazan, C. (2000). A process model of adult attachment formation. En W. Ickes, & S. Duck (Eds.). *The social psychology of personal relationships* (pp. 37-54). New York: Wiley.



## **Apéndice A**

### **Formato de Consentimiento Universidad de los Andes Departamento de Psicología**

#### **[Conductas de cambio en el noviazgo: Factores personales y de la relación]**

Queremos invitarlo a participar en este proyecto de investigación, que tiene como objetivo determinar la asociación que hay entre factores personales y de la relación, con conductas de cambio en el noviazgo. Su participación en este proyecto consistirá en responder un cuadernillo de preguntas que miden: a) Los ideales que tiene de su pareja y su relación. b) La consistencia entre su ideal y la percepción de su pareja y su relación. c) La frecuencia con la que ha intentado cambiar algunas características de su pareja y su relación. d) Su percepción y lo que usted cree sobre su pareja respecto a la satisfacción con la relación, la inversión que han realizado en la relación y la calidad de las alternativas que tienen. e) Su perspectiva sobre comportamientos en una relación. Responder el cuadernillo le tomará entre 25 y 35 minutos aproximadamente.

Su participación es voluntaria, podrá dejar de participar en cualquier momento sin que esto tenga consecuencias negativas. Aunque no se espera que responder a las preguntas del cuadernillo pueda causarle inconvenientes, estaremos dispuestos a responder a sus inquietudes si se llegase a sentir incómodo(a). Participar en este estudio puede ser una oportunidad para reflexionar sobre su relación de pareja. Recuerde que si usted lo solicita, se le dirigirá al Centro de Atención Psicológica de la Universidad de los Andes, para obtener apoyo psicológico.

Es importante aclarar que el cuadernillo de preguntas debe ser respondido de forma anónima. Habrá una base de datos protegida con una contraseña, de manera que solo la investigadora tendrá acceso. La base de datos será guardada en una memoria USB para que nadie diferente a la investigadora y la directora de la investigación pueda tener acceso. Así mismo, el reporte de los resultados se referirá a tendencias del grupo y no informes de las respuestas individuales. Los anteriores procedimientos permitirán garantizar la confidencialidad y el anonimato de su información.

Esperamos contar con su colaboración en esta investigación. Diligenciar el cuestionario significa que usted ha entendido la información pertinente al estudio y que

desea participar. Si decide no participar, simplemente devuelva el cuadernillo a la persona encargada.

Si tiene preguntas sobre cualquier aspecto relacionado con el proyecto o si desea saber sobre los resultados generales de la investigación póngase en contacto con la investigadora principal, Mónica Natalí Sánchez Nítola, psicóloga y estudiante de la Maestría de Psicología (Investigación) de la Universidad de los Andes (Teléfono: 3115756646, e-mail: [mn.sanchez26@uniandes.edu.co](mailto:mn.sanchez26@uniandes.edu.co)), o con la supervisora del proyecto, Karen Ripoll Núñez (e-mail: [kripoll@uniandes.edu.co](mailto:kripoll@uniandes.edu.co)).

En el caso que lo considere necesario, si tiene dudas o quejas, puede comunicarse con el comité de ética del Departamento de Psicología de la Universidad de los Andes, quien revisó el proyecto (Teléfono: 3394949 Ext. 2594-2597, e-mail: [eticapsic@uniandes.edu.co](mailto:eticapsic@uniandes.edu.co)).

Yo \_\_\_\_\_ acepto participar voluntariamente en este proyecto de investigación y me comprometo a responder de manera honesta las preguntas del cuadernillo. Entiendo que mi participación es anónima y los resultados serán manejados de manera confidencial. Además, sé que me puedo retirar en cualquier momento si lo deseo. Manifiesto que tuve la oportunidad de hacer todas las preguntas y que éstas fueron respondidas satisfactoriamente.

Firma Participante: \_\_\_\_\_ Firma Testigo: \_\_\_\_\_ Firma Investigadora: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_ Nombre testigo: \_\_\_\_\_

Mónica Natalí Sánchez Nítola  
Psicóloga. Estudiante de la Maestría de  
Psicología (Investigación). Universidad  
de los Andes

## Apéndice B

### Análisis Factoriales

Para evaluar la dimensionalidad de los ítems de cada uno de los cuestionarios usados, se realizó un análisis factorial exploratorio por cada instrumento. Este procedimiento se hizo por medio de un análisis de componentes principales, con rotación Oblimin.

A continuación se encuentra una tabla por instrumento y en cada una de ellas se reportan los factores, los ítems dentro de este factor y los ítems que se eliminaron, porque conformaban un factor ellos solos, o porque tenían cargas factoriales similares en dos factores<sup>6</sup>

Tabla 14

*Resultados análisis factorial instrumento Escala de los Ideales de Pareja*

Sub escala	Ítem	Factor 1	Factor 2	Factor 3	Ítems Eliminados
Calidez/Confianza	Que me apoye	,743			
	Sensible	,691			
	Comprensivo	,686			
	Que sepa escuchar	,660			
	Amable	,640			
	Considerado	,562			
Vitalidad/Atractivo	Que tenga buen cuerpo		-,916		aventurero
	De apariencia atractiva		-,879		
	Sexy		-,873		extrovertido
	Que sea buen amante		-,465		
Estatus/Recursos	Con seguridad económica o que tenga el potencial para lograrla			,890	
	Que tenga buen trabajo o que tenga el potencial de obtenerlo			,870	inteligente
	Exitoso o que tenga el potencial de llegar a serlo			,700	
	Que tenga una buena casa/apartamento o que tenga el potencial			,694	

<sup>6</sup> Los estadísticos relacionados con el Análisis Factorial se reportan en la sección de Instrumentos, dentro del cuerpo del trabajo.

	de obtenerlo			
	Que vista bien o que tenga el potencial de vestirse bien			,680
Porcentaje de Varianza explicada		14,84	13,07	25,75
Confiabilidad del Factor		0,75	0,85	0,80

Tabla 15

*Resultados análisis factorial instrumento Escala de los Ideales de Relación*

Sub escala	Ítem	Factor 1	Factor 2
Intimidad/Lealtad	Confiable	,823	
	Comprometida	,772	
	Honesta	,743	
	Una que me provea cuidado	,731	
	Una que me de apoyo	,683	
	Respetuosa	,649	
Pasión	Divertida		,858
	Apasionada		,737
	Emocionante		,717
	Una en la que haya humor		,705
Porcentaje de Varianza explicada		40,49	15,95
Confiabilidad del Factor		0,75	0,85

*Nota:* En este instrumento no se eliminó ningún ítem.

Tabla 16

*Resultados análisis factorial instrumento Escala de Consistencia Ideal-Percepción Pareja*

Sub escala	Ítem	Factor 1	Factor 2	Factor 3	Ítems Eliminados
------------	------	----------	----------	----------	------------------

Calidez/Confianza	Comprensivo	,729			
	Que sepa escuchar	,686			
	Amable	,661			sensible
	Considerado	,646			
	Que me apoye	,585			
Vitalidad/Atractivo	Sexy		-,912		que sea buen amante
	Que tenga buen cuerpo		-,829		aventurero
	De apariencia atractiva		-,789		extrovertido
Estatus/Recursos	Comprensivo			,729	
	Que sepa escuchar			,686	
	Amable			,661	inteligente
	Considerado			,646	
	Que me apoye			,585	
Porcentaje de Varianza explicada		14,93	11,43	30,31	
Confiabilidad del Factor		0,73	0,85	0,86	

Tabla 17

*Resultados análisis factorial instrumento Escala de Consistencia Ideal-Percepción Relación*

Sub escala	Ítem	Factor 1	Factor 2	Ítems Eliminados
Intimidad/Lealtad	Confiable	,890		
	Respetuosa	,770		
	Comprometida	,770		
	Honesta	,753		
	Una que me de apoyo	,698		
	Una que me provea cuidado	,587		
Pasión	Divertida		,859	
	Una en la que haya humor		,836	independiente
	Emocionante		,745	
	Apasionada		,602	una que me ponga retos
Porcentaje de Varianza explicada		38,13	14,72	

Confiabilidad del Factor 0,86 0,80

Tabla 18

*Resultados análisis factorial instrumento Escala de Regulación Persona*

Sub escala	Ítem	Factor 1	Factor 2	Factor 3	Ítems Eliminados
Calidez/Confianza	Me escucha	,781			
	Comprensivo/a	,778			
	Considerado	,759			
	Me apoya	,716			
	Sensible	,608			
	Amable	,534			
Vitalidad/Atractivo	De apariencia atractiva		,807		aventurero
	Sexy		,791		
	Tiene buen cuerpo		,765		
	Es buen amante		,545		extrovertido
Estatus/Recursos	Tiene una buena casa/apartamento o tiene el potencial de obtenerlo			,918	
	Tiene seguridad económica o tiene el potencial de lograrla			,910	
	Tiene un buen trabajo o tiene el potencial de obtenerlo			,895	inteligente
	Exitoso o tiene potencial de ser exitoso			,667	
	Viste bien o tiene el potencial de vestirse bien			,437	
Porcentaje de Varianza explicada		13,2	9,33	32,77	
Confiabilidad del Factor		0,81	0,77	0,87	

Tabla 19

*Resultados análisis factorial instrumento Escala de Regulación Relación*

Sub escala	Ítem	Factor 1	Factor 2
Intimidad/Lealtad	Honesta	,819	
	Comprometida	,810	
	De confianza	,808	
	Una que me provea cuidado	,745	
	Una que me de apoyo	,742	
	Respetuosa	,741	

	Divertida		,898
	Que me ponga retos		,783
Pasión	Con humor		,768
	Apasionada		,600
	Independiente		,594
	Emocionante		,397
Porcentaje de Varianza explicada		41,01	15,42
Confiabilidad del Factor		0,87	0,74

*Nota:* En este instrumento no se eliminó ningún ítem.

Tabla 20

*Resultados análisis factorial instrumento Escala del Modelo de Inversión Factores de la Relación Propios*

Sub escala	Ítem	Factor 1	Factor 2	Factor 3
	Nuestra relación me hace feliz	,877		
	Me siento satisfecho/a con nuestra relación	,874		
Satisfacción con la relación	Mi relación está cerca a la ideal	,872		
	Nuestra relación logra satisfacer mis necesidades de intimidad, compañerismo, etc,	,831		
	Mi relación es mucho mejor que otras relaciones de mi entorno	,791		
	Mis alternativas a mi relación de pareja me parecen atractivas (salir con otro/a, pasar tiempo con amigos o solo, etc.)		,826	
	Aparte de compartir tiempo con mi pareja, existen otras opciones (salir con otro, pasar tiempo con amigos o solo, etc.		,708	
Calidad de las alternativas a la relación	Si no estuviera saliendo con mi pareja encontraría a otra persona atractiva con quien salir		,674	
	Aparte de mi novio/a, las personas con quienes podría involucrarme en una relación de pareja son muy atractivas		,673	
	Mis necesidades de intimidad, compañía, etc., pueden satisfacerse fácilmente en una relación con otra persona		,608	
Nivel de inversión en la relación	Me siento muy involucrado/a en nuestra relación, como si hubiera invertido mucho en esta			,803

Muchos aspectos de mi vida se encuentran vinculados con mi pareja (actividades, etc.) y perdería todo esto si nos separáramos				,726
Comparado a otras personas que conozco, he invertido mucho en mi relación				,713
He invertido mucho en nuestra relación, lo cual se perdería si la relación terminara				,688
Mi relación con mis amigos y familiares sería complicada si mi pareja y yo termináramos (por ejemplo, mi pareja es amigo/a de personas que son cercanas a mi)				,434
Porcentaje de Varianza explicada	24,53	17,26	15,80	
Confiabilidad del Factor	0,89	0,74	0,81	

*Nota:* En este instrumento no se eliminó ningún ítem.

Tabla 21

*Resultados análisis factorial instrumento Escala del Modelo de Inversión Factores de la Relación Percibidos en la pareja*

Sub escala	Ítem	Factor 1	Factor 2	Factor 3	Ítems Eliminados
Satisfacción con la relación	Nuestra relación hace feliz a mi novio/a	,878			
	Nuestra relación está cerca a la relación ideal de mi novio/a	,848			
	Mi novio/a siente satisfecho/a con nuestra relación	,832			
	Nuestra relación logra satisfacer las necesidades de mi novio/a de intimidad, compañerismo, etc.	,827			
	Mi novio/a considera que nuestra relación es mucho mejor que otras relaciones de pareja que conoce	,721			
Calidad de las alternativas a la relación	A parte de compartir tiempo conmigo, para mi novio/a existen otras opciones (salir con otro, pasar tiempo con amigos o solo, etc.) que estarían cerca a su ideal		,752		
	Si no estuviera saliendo conmigo, mi novio/a encontraría a otra persona atractiva con quien salir		,709		
	Aparte de mí, las personas con quienes mi novio/a podría involucrarse en una relación de pareja son muy atractivas		,692		
	Las alternativas de mi novio/a le parecen atractivas (salir con otro/a, pasar tiempo con amigos o solo, etc.)		,628		



	Las necesidades de intimidad, compañía, etc. de mi novio/a pueden satisfacerse fácilmente en una relación con otra persona				,584	
	Mi novio/a se siente muy involucrado/a en nuestra relación, como si hubiera invertido mucho en esta				,817	La relación de mi novio/a con sus amigos y familiares sería complicada si termináramos (por ejemplo, yo soy amigo/a de personas que son cercanas a él)
	Muchos aspectos de la vida de mi novio/a se encuentran vinculados conmigo (actividades, etc.) y perdería todo esto si nos separáramos				,773	
	Mi novio/a ha invertido mucho en nuestra relación, lo cual se perdería si la relación terminara				,753	
	Comparado a otras personas que mi novio/a conoce, él/ella ha invertido mucho en nuestra relación				,732	
Porcentaje de Varianza explicada		28,36	16,42	14,96		
Confiabilidad del Factor		0,88	0,68	0,77		

Tabla 22

*Resultados análisis factorial instrumento Escala de orientación comunal*

Sub escala	Ítem	Factor 1	Factor 2	Ítems Eliminados
Preocupación recíproca	Espero que la gente que conozco responda a mis necesidades y sentimientos	,737		Cuando las personas se sienten mal, tiendo a evitarlos
	Cuando necesito algo y otros me ignoran, me siento herido	,630		Las personas deben ser reservadas sobre sus problemas
	Me molesta cuando otras personas descuidan mis necesidades	,484		No soy especialmente sensible a los sentimientos de otras personas Creo que es mejor no involucrarse en atender las necesidades de los demás
Tendencia a ayudar	No soy el tipo de persona que a menudo ayuda de los demás		-,848	Cuando tengo una necesidad, acudo a otras personas que conozco para obtener ayuda A menudo hago más de lo que puedo para ayudar a otra persona Las personas deberían hacer mucho más de lo que pueden cuando se trata de ayudar a los demás

	No me considero una persona particularmente servicial		-,611	No disfruto en especial ayudar a otras personas Al tomar una decisión, tengo en cuenta las necesidades y sentimientos de los demás
Porcentaje de Varianza explicada		10,62	9,13	
Confiabilidad del Factor		0,64	0,69	

Tabla 23

*Resultados análisis factorial instrumento Escala de orientación de intercambio*

Sub escala	Ítem	Factor 1	Ítems Eliminados
Orientación de intercambio	No me sentiría explotado/a si alguien dejara de devolverme un favor	,780	Normalmente doy regalos sólo a las personas que me han dado regalos en el pasado Cuando alguien me compra da un regalo, trato de comprar un regalo comparable para esa persona
	No me preocupa llevar la cuenta de las cosas que he hecho por otros	,684	Cuando alguien que conozco me ayuda en un proyecto, no siento que tenga que retribuírselo
	No creo que las personas deban sentirse obligadas a pagarle a los demás los favores que les hacen	,612	Cuando la gente recibe beneficios de los demás, deben pagarlos inmediatamente Cuando le doy algo a otra persona, por lo general espero algo a cambio Es mejor asegurarse que en una relación las cosas se mantengan siempre por igual
Porcentaje de Varianza explicada		23,82	
Confiabilidad del Factor		0,53	

Tabla 24

*Resultados análisis factorial instrumento Escala revisada de comunión no mitigada*

Sub escala	Ítem	Factor 1	Ítems Eliminados
Comunión no mitigada	Incluso si estoy cansado(a), siempre ayudo a otras personas	,789	Yo siempre pongo las necesidades de los demás sobre mis propias necesidades
	No puedo negarme cuando alguien me pide ayuda	,736	Para mi es imposible satisfacer mis propias necesidades cuando ellas interfieren con las necesidades de otros
	No tengo ningún problema para quedarme dormido en la noche cuando otra persona está triste	-,654	
	Para que yo esté feliz necesito que los demás estén felices	,559	Yo nunca me involucro demasiado en los problemas de los demás
	A menudo me preocupo por los problemas de otros	,525	Me preocupa cómo los demás se las arreglan cuando yo no estoy con ellos
Porcentaje de Varianza explicada		36,51	
Confiabilidad del Factor		0,68	

*Nota:* La rotación para este análisis fue Varimax.