

Consultoría

**Las emociones de los hombres
universitarios en sus relaciones
de pareja**

**Estudio aplicado a estudiantes
de la Universidad Autónoma
Juan Misael Saracho, Tarija**

**Tarija - Bolivia
Marzo 2023**

Consultoría realizada por: Miriam Sejas Rivero

Acompañamiento teórico y metodológico: Elena Peña y Lillo Llano

Equipo de aplicación de encuestas:

Daniela Sulay Álvarez Montealegre

Soledad Arancibia Cabero

Lorena Barrientos Ávila

Cintia Noelia Caro Lopez

Erin Valeria Flores Erazo

Cindi Maribel Mamani Mamani

Fabiana Rivas Villena

Mariela Jimena Sánchez

Mirtha Dolores Santos Choque

Jeanette Zulma Serrano

Roberto Carlos Farfán

Equipo de tabulación:

Daniela Sulay Álvarez Montealegre

Soledad Arancibia Cabero

Lorena Barrientos Ávila

Cintia Noelia Caro Lopez

Erin Valeria Flores Erazo

Cindi Maribel Mamani Mamani

Fabiana Rivas Villena

Mariela Jimena Sánchez

Mirtha Dolores Santos Choque

Jeanette Zulma Serrano

Realización de entrevistas a profundidad

Elena Peña y Lillo Llano

Transcripción y análisis de entrevistas a profundidad

Miriam Sejas Rivero

Análisis estadístico descriptivo

Miriam Sejas Rivero

Agradecimientos: Red de Sociedades Científicas Tarija (Red SOCIET) y organización Líderes con Compromiso Social (LCS).

Esta investigación fue realizada en el marco del proyecto “Comunicando nuevas narrativas frente a la violencia machista” y es de propiedad intelectual del Equipo de Comunicación Alternativa con Mujeres (ECAM)

Tarija, marzo de 2023

ÍNDICE DE CONTENIDOS

RESUMEN EJECUTIVO	4
JUSTIFICACIÓN	9
ANTECEDENTES	11
MARCO TEÓRICO DE INTERPRETACIÓN	15
Emociones	15
Enamoramiento	16
Fases del enamoramiento y principales emociones	17
Primera etapa del enamoramiento:	17
Segunda etapa del enamoramiento:	17
Tercera etapa del enamoramiento:	18
Cuarta etapa del enamoramiento:	18
Emociones más comunes durante el enamoramiento	18
Emociones más comunes durante la consolidación de la relación	18
Emociones más comunes durante la ruptura de la relación	19
Masculinidad	19
Masculinidad hegemónica	19
Masculinidad tóxica	20
Control	20
Enunciado, discurso y narrativa	21
Conflicto y discusión en pareja	21
Gestión emocional y/o inteligencia emocional	22
Violencia de pareja	23
METODOLOGÍA	24
Descripción de los instrumentos empleados: supuestos, posibilidades y limitaciones	24
Proceso de validación de instrumentos	33
Tamaño de la muestra y método de recolección de datos	34
Metodología de análisis de datos	37
CARACTERÍSTICAS DE LA MUESTRA	40
ANÁLISIS DE RESULTADOS	42
1. Discursos, actitudes y prácticas de los jóvenes frente a la violencia de pareja	42
1.1. ¿Qué tipos de violencia son los más reconocidos por los jóvenes y cuál es el grado de importancia que le dan a la violencia de pareja?	42
1.2. ¿Conocen las políticas dirigidas a prevenir y castigar la violencia de género y cuál es su posición frente a las leyes que protegen a las mujeres de sufrir violencia?	43
1.3. Normalización de actitudes violentas y de control en las relaciones de pareja	46
1.4. Control que se disfraza de confianza y posibilidad/habilidad de reconocer que se ejerce violencia	48
2. Enunciar las emociones	49
2.1. Principales emociones vinculadas a los celos	49

2.2. Principales emociones vinculadas al amor	52
2.3 Principales emociones vinculadas a la ruptura	54
3. Masculinidades hegemónicas y sentido de dueñidad	57
Dependencia emocional	60
Dependencia emocional expresada por los jóvenes universitarios	60
Dimensión 1 de Dependencia Emocional: Ansiedad por separación	61
Dimensión 2: Expresión afectiva de la pareja	62
Dimensión 3: Modificación de planes	62
Dimensión 4: Miedo a la soledad	63
Dimensión 6: Búsqueda de atención	64
Enunciados y estilos de comunicación de los jóvenes durante sus discusiones con su pareja	71
CONCLUSIONES	77
BIBLIOGRAFÍA	82
ANEXOS	86

RESUMEN EJECUTIVO

Estudiar las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja nos permite ahondar y profundizar en las tendencias de las emociones en tanto las emociones expresan la parte más inconsciente y naturalizada de sus formas de ser con su pareja durante la fase de enamoramiento, estabilidad y ruptura. De acuerdo a la literatura boliviana en torno a jóvenes, enamoramiento y machismo, buena parte de esas formas de ser están mediadas por el amor “romántico” y la masculinidad tóxica, entendiendo como formas normales de amar los celos y el control. El presente estudio, además de indagar de manera directa en las emociones más recurrentes de los hombres en sus relaciones de pareja, establece coordenadas deductivas que aúnan esas emociones a las formas expresivas de las mismas en términos de enunciados (Estilos de Mensajes en el Manejo de Conflicto), pero también establece los índices de dependencia emocional que demuestran los jóvenes universitarios respecto a su relación de pareja y el temor demostrado ante la posibilidad de quedarse solos. Asimismo, como un cuarto componente de triangulación en el análisis de datos, se recogen los planteamientos de los jóvenes con respecto a su propia masculinidad.

El presente trabajo se enmarca dentro de un objetivo general que es describir las emociones más recurrentes de los hombres jóvenes universitarios en sus relaciones de pareja al establecer un vínculo amoroso, así como objetivos específicos que guían el cumplimiento de dicho objetivo, para lo cual se generaron herramientas e instrumentos específicos que respondan -de manera directa y de manera inferida- a cada uno de ellos. Los objetivos específicos de la investigación fueron los siguientes:

- Descubrir cuáles son las emociones experimentadas por los hombres en las diferentes fases de enamoramiento, relacionamiento y/o ruptura con su pareja.
- Descubrir cuáles son las emociones más frecuentes de los hombres vinculadas a su inseguridad.
- Establecer los enunciados más recurrentes de los hombres en momentos de conflictos y discusión de su pareja.
- Indagar si los jóvenes son conscientes de sus problemas de gestión emocional y las emociones que esto acarrea.

Desde una recolección de datos cuantitativa por medio de una encuesta aplicada a 138 hombres universitarios de 18 a 28 años, todos pertenecientes a la Universidad Autónoma Juan Misael Saracho de la ciudad de Tarija y la recolección cualitativa de 3 historias de vida de 3 jóvenes universitarios con experiencias representativas, el presente estudio se constituye en una investigación mixta que analiza estos dos tipos de datos desde el enfoque psicosocial.

Las emociones más recurrentes de los hombres jóvenes en sus relaciones de pareja

Las emociones expresadas por los hombres jóvenes en sus relaciones de pareja, descritas por sí mismos, son varias. Si bien no hay un consenso científico respecto a un espectro rígido de

emociones, sí se establecieron los campos emotivos más recurrentes de las experiencias humanas: confianza, alegría, anticipación, aversión, sorpresa, ira, miedo y tristeza.

De acuerdo a la rueda de emociones propuesta por Plutchik en 1980, el amor es el resultado de la combinación de dos emociones primarias que son la alegría y la confianza. Consultados los jóvenes respecto a la emoción que sienten al ver a su pareja, y organizando sus respuestas en base a las dimensiones propuestas por Plutchik, el 59% de los encuestados reportó que cuando están enamorados de su pareja lo que sienten es alegría, bajo las emociones de: alegría, belleza, bienestar, calma, calor, emoción, felicidad, paz, tranquilidad y satisfacción. Un 37% de los jóvenes dijo sentir confianza, describiéndola con palabras como: admiración, afecto, amor, aprecio, confianza, cariño, euforia y seguridad. Un 3% de los jóvenes mencionó sentir anticipación, a la cual describieron como estrés, hambre y nervios.

Las emociones vinculadas al amor reportadas por los jóvenes hacen referencia a situaciones de alegría y confianza, componentes básicos para el relacionamiento con otra persona desde un vínculo afectivo. La palabra más recurrente para describir cómo se sentían fue felicidad (27,5 %), seguida de amor (18%), alegría (17%) y cariño (10%). Es importante mencionar además que los 138 encuestados emplearon 21 palabras para describir cómo se sentían, teniendo una notable repetición de palabras como felicidad, amor, alegría y cariño.

Las emociones enunciadas por los hombres jóvenes cuando sienten celos

Siguiendo la misma propuesta de la rueda de emociones de Plutchik, las emociones más frecuentes de los jóvenes consultados cuando sienten celos de su pareja, se agrupan de la siguiente manera: el 31% de los jóvenes siente ira, descritas bajo los términos de disgusto, enojo, frustración, furia, entre otros; el 23% siente miedo, describiendo esa emoción bajo los términos de miedo, angustia, duda e impotencia. El espectro de emociones vinculadas a la aversión asciende a un 18%, con emociones descritas como rechazo, desconfianza, traición, indiferencia y odio.

Es importante mencionar además que los 138 encuestados emplearon 36 palabras para describir cómo se sentían, teniendo una notable repetición de palabras como enojo con el 14.5%, seguido de tristeza con el 12% e inseguridad con el 11%, siendo estas tres las emociones mencionadas con mayor frecuencia.

Las emociones más recurrentes vinculadas a los celos en los jóvenes universitarios son: el enojo, la tristeza y la inseguridad; la intensidad de ese enojo se vincula con situaciones en los que sienten que su pareja esté con alguien más y de acuerdo a las entrevistas a profundidad, los celos son la causa recurrente de las discusiones y situaciones de conflicto en la pareja.

Las emociones enunciadas por los hombres jóvenes ante una ruptura

Las emociones enunciadas por los jóvenes respecto a qué sienten cuando ven a su ex-pareja luego de haber terminado la relación ruptura fueron descritas utilizando 45 términos distintos. De lejos, la ruptura fue la situación para la cual los jóvenes tuvieron más palabras que para describir, por ejemplo, cómo se sentían cuando estaban enamorados.

“Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

Consultados los jóvenes respecto a la emoción que sienten al ver a su pareja después de una ruptura, el 32% siente tristeza expresada en las siguientes palabras: Decepción, dolor, melancolía, pena y vacío. El 27% expresa aversión con las siguientes emociones: desagrado, rencor y odio. El 13% de los jóvenes siente emociones que están dentro del espectro de la anticipación, mencionando para describir esas sensaciones al: anhelo, ansiedad, envidia, nostalgia entre otros.

Es importante mencionar además que los 138 encuestados emplearon 45 palabras para describir la emoción que sienten después de una ruptura. Las palabras más empleadas fueron tristeza, con un 19,6%, seguida por indiferencia con un 11,6% y, finalmente, el miedo, con un 10,6%.

Si bien, gran parte de los jóvenes reportaron que, en cierto modo, el ver a su pareja después de la ruptura les era indiferente, o que no sentían nada, es interesante remarcar que la emoción de la indiferencia se encuentra en el espectro de la aversión, misma que expresa una pulsión de rechazo agresivo.

Las emociones de los hombres vinculadas con la inseguridad en sí mismos

La masculinidad es entendida como una forma de ser adoptada por los hombres en tanto identidad constitutiva de su ser hombre y se construye relacionamente entre hombres y mujeres. Dentro de nuestro contexto, la masculinidad hegemónica, que establece un modo de ser machista en los hombres, es uno de los modelos aprendidos desde la infancia y que también forma parte constitutiva de los hombres en sus relaciones de pareja. Esto conlleva a que la relación de pareja esté mediada por una serie de actitudes y comportamientos que en realidad son expresiones de esa inseguridad frente al modelo establecido de ser un “hombre”.

Una de las formas de establecer el control y la dueñidad de la pareja mujer frente a sus pares masculinos es el afecto en público, con la finalidad de remarcar una territorialidad. La mujer es una propiedad, un objeto de valor al cual “cuidar” porque es “mía”. Ante la afirmación de: “Me molesta que piropeen a mi pareja, haciendo referencia a su aspecto físico”, el 60% de los encuestados dijo que esta afirmación los describe. Si a esto sumamos que el 75% de los encuestados expresa que “lo que menos quiere ser es un cornudo”, podemos afirmar que hay un sentido de dueñidad sobre la pareja en casi dos terceras partes de los jóvenes encuestados, expresada en la necesidad de establecer claramente su vínculo frente a sus pares y que un deseo explícitamente expresado es el de no querer ser un cornudo.

Es necesario remarcar también que la posesión ya no se expresa en términos explícitos ni mucho menos físicos, desde los datos recogidos, la posesión se muestra a través de expresiones de sexismo benevolente como la de mostrar preocupación por la seguridad de la otra persona en el marco de una masculinidad que cuida pero desde el paternalismo y la condescendencia.

Es verdad también que estos sentidos de dueñidad y, probablemente el reclamo frente a esos sentidos de dueñidad, desencadena situaciones de conflicto que, desde la perspectiva de los

entrevistados, trata de ser solucionado a través del diálogo calmado. Una posición recurrente establecida en las entrevistas a profundidad fue la necesidad de comunicar 1) los términos y límites de la relación y 2) Establecer un diálogo cuando esos límites se ven superados o se considera que están siendo superados.

Por otro lado, la dependencia emocional, entendida como la necesidad de buscar en la otra persona aspectos que no llegan a ser colmados y establecer un amplio nivel de expectativas en lo que la otra persona dice/hace o no hace, es un factor que también ilumina la comprensión de las inseguridades de los hombres jóvenes en sus relaciones de pareja. En la encuesta realizada se pudo establecer que un 21% de los jóvenes universitarios tienen un alto nivel de dependencia emocional, un 24% no presenta dependencia emocional y un 55% tiene un nivel de dependencia emocional normal.

En un acercamiento más detallado a estos datos, se pudo verificar que donde más dependencia emocional expresan los jóvenes universitarios es en la necesidad de recibir expresiones de afecto por parte de su pareja. Un 44% de los jóvenes encuestados demuestra un alto nivel de dependencia a expresiones afectivas de su pareja. Seguido de ello, encontramos que un 22% de los encuestados revelan tener un alto nivel de miedo a quedarse solos y que un 19% muestra un alto nivel de tendencia a modificar sus planes con tal de pasar un tiempo con su pareja, un rasgo propio de la inseguridad y la dependencia.

De ahí que se halló una correlación directa entre la demanda de expresiones de afecto -y de establecer que hay ese afecto ante sus pares-, la modificación de los planes y el miedo a la soledad, lo cual establece el siguiente patrón emocional: los jóvenes universitarios demandan a sus parejas constantes expresiones de afecto para tener la certeza de que son queridos, ya que la opción de no serlo significa que en cualquier momento quedarán solos. Por eso, no es sorprendente que 2 de cada 10 jóvenes tenga la tendencia de modificar sus planes con tal de pasar tiempo con su pareja, incluso cuando la relación se muestra consolidada (entrevista 3). A esto se combina el sentimiento de dueñidad sobre la pareja, ya que la consideran como un objeto exclusivo, de propiedad y cosificación.

La lectura individualizada de las afirmaciones refieren explícitamente a la inseguridad, la intranquilidad, el abandono y situaciones límites y la respuesta brindada por los encuestados nos haría concluir que los encuestados son muy conscientes de que ese tipo de actitudes demuestran altos niveles de dependencia emocional y denotan actitudes manipuladoras sobre la pareja, de allí esos bajos niveles de identificación con las afirmaciones planteadas que por otro lado, no concuerdan con la dependencia expresada en afirmaciones como: pienso que mi pareja está enojada cuando no me llama (61%); se sienten angustiados cuando no ven a su pareja en varios días (70%); cuando discuten les preocupa que la pareja les deje de querer (57%). Nuevamente, aparece una actitud de corrección que es incoherente con otras expresiones, más sutiles de dependencia emocional y en aras de esa dependencia, inseguridad, dueñidad y control.

Los enunciados más recurrentes utilizados por los hombres jóvenes para discutir con su pareja

¿Qué tipo de enunciados se lanzan en el momento de una discusión? Desde el instrumento de Estilos de Mensajes en el Manejo del Conflicto (CMMS), se establece que hay 3 formas de manejar el conflicto: centrándose en el problema, lo cual consideraríamos que es una comunicación asertiva; centrándose en sí mismos, que es la forma agresiva/impositiva, la de centrada en el problema, que demuestra una actitud asertiva y mensajes centrados en la otra parte, que muestran una tendencia evitativa del problema (método pasivo-agresivo).

Dentro del parámetro establecido por la encuesta (CMMS), la tendencia más marcada en los jóvenes para manejar sus estilos de comunicación es la de los mensajes centrados en el problema, con una puntuación de 21,29 puntos sobre 30 puntos. Seguido a ello, tenemos los mensajes centrados en la otra persona, en la cual se alcanzaron 17,27 puntos de los 30 establecidos, estableciendo una frecuencia de uso menor que la de los mensajes centrados en el problema. Finalmente, los mensajes centrados en uno mismo alcanzaron 9,65 puntos de los 30 establecidos, fijando que su uso es muy poco frecuente.

Basados en un análisis global de estos enunciados, los jóvenes manejan una comunicación asertiva en sus discusiones de pareja; no obstante, haciendo un análisis más detallado, los mensajes centrados en la otra parte, usados con bastante frecuencia por los jóvenes, están centrados en una actitud de usar el silencio para manipular emocionalmente a la pareja, o para establecer el desacuerdo sin dar posibilidad de rebatir ese desacuerdo. Los mensajes recurrentes son:

- Tienes razón, de todos modos no era importante, ¿ahora ya estás bien? (64%)
- ¿Cómo puedo hacerte sentir bien otra vez? (62%)
- No quiero hablar más de esto... (Silencio) (45%)
- Trata de aceptar mi decisión porque ya no hay nada que puedas hacer para cambiarla (33%)
- Ya déjalo así... (Silencio) (30%)

El silencio es una de las formas de discusión que establecen los hombres en aras de “no ser agresivos”.

Grado de consciencia de los hombres ante sus problemas de gestión emocional y las consecuencias que esto acarrea

Los jóvenes encuestados dicen que no es normal que las parejas discutan con gritos, insultos y hasta golpes, pero también afirman que tampoco reaccionarían de ninguna manera ante una situación en la que serían testigos de violencia psicológica con un 25%, pese a que el 83% de ellos son conscientes de que hay violencia. Esto nos deja una gran interrogante sobre lo que dicen y lo que hacen.

Los jóvenes revelan un altísimo nivel de consciencia frente a la violencia física y la revelan como inaceptable, reconocen también que las emociones como celos, enojo e ira tienen todo el potencial de destruir sus relaciones personales.

La misma herramienta de encuestado, durante el proceso de recolección de información, reveló que varios de los encuestados no habían registrado las posibilidades de comunicación que existen, es decir, que podían plantear sus discusiones desde otros términos, en especial del tipo asertivo (testimonio de encuestadora Fabiana Rivas).

Los hombres conocen la fórmula explícita de la violencia. La han visto en sus modelos paternos y no quieren repetirlas. Como estrategias de gestión emocional plantean la comunicación, pero los términos que emplean en esa negociación siguen siendo marcadamente condescendientes y paternalistas, de dar la razón pero establecer que en algún momento se reconocerá el error por la otra parte.

Reconocen también la importancia de las conversaciones difíciles, de la comunicación transparente y honesta, pero por otro lado se sigue teniendo una fuerte tendencia a sentir angustia, miedo, inseguridad y preocupación cuando se dan situaciones de conflicto y, sobre todo, ante la posibilidad de abandono. Es desde ahí donde hay que trabajar desde las masculinidades: nombrar y narrar lo que se siente y a qué se debe eso, en un ámbito que no culpe a la otra persona, sino que trabaje en sus inseguridades.

Posicionamiento frente a la violencia: inconsistencia discursiva y actitudinal

Al triangular la información en relación sobre la gravedad social de la violencia, e interés personal para conocer la ley 348 y la opinión que tienen en relación a la ley, nos indican que el 70% dice que la violencia de pareja es un problema grave y muy grave, pero el 64% reconoce conocer nada o poco sobre la ley 348, el 33% tiene un compromiso de nada o poco de interés sobre conocer la ley 348 y el 56% piensa estar de acuerdo y totalmente de acuerdo con la afirmación de que la ley 348 está siendo utilizada por las mujeres para acusar injustamente a los hombres.

Además el 79% dice que es capaz de reconocer la violencia, pero 19% también dice que controlar el celular de la pareja es un acto de confianza.

Hay una fuerte inconsistencia entre lo que se dice y lo que se hace. El componente discursivo de los varones está repleto de ideas progresistas, ideas que por otro lado no hallan resonancia en las actitudes planteadas: sentimiento de dueñidad, muestras de sexismo benevolente y control sutil sobre la pareja.

JUSTIFICACIÓN

El proyecto “Comunicando nuevas narrativas frente a la violencia machista”, llevado adelante por las Áreas de Derechos Humanos y Comunicación del Equipo de Comunicación Alternativa con Mujeres (ECAM), establece como uno de sus objetivos específicos aportar a la cualificación de políticas y acciones de prevención de la violencia machista desde instituciones del Estado, autoridades públicas y de la sociedad civil desde una lectura crítica de la realidad.

La violencia de género es uno de los problemas sociales más preocupantes en nuestro país. De acuerdo a la primera Encuesta de Prevalencia y Características de la Violencia sobre las Mujeres (EPCVM), realizada el año 2016, 74,7% de las mujeres casadas o en unión libre han vivido o viven situaciones de violencia en su relación de pareja (INE, 2017:25).

Acercándonos en específico a mujeres solteras que tienen o han tenido una relación sentimental pero sin casarse ni convivir, 46,5% declararon haber sufrido violencia psicológica, 21,2% violencia sexual, 16,8% violencia física y 12,2% violencia económica; todas estas agresiones fueron cometidas por su enamorado o ex enamorado (INE, 2017:40). Desagregando, en el departamento de Tarija el 49,8% de las mujeres que tienen pareja pero no conviven con ella, vive o vivió alguna situación de violencia a lo largo de su relación (INE, 2017:41).

Se consideran los noviazgos violentos como el inicio del círculo vicioso de la violencia en donde las conductas iniciales de control y dominio son seguidas por agresiones de tipo físico: luego de la fase de control, el agresor suele agredir físicamente. En la misma Encuesta de Prevalencia y Características de la Violencia contra las Mujeres, se establece que es común que las conductas violentas durante el noviazgo se arrastren hasta el matrimonio, llegando incluso a provocar feminicidios (INE, 2017:40). Tal afirmación es corroborada en un estudio realizado para caracterizar los casos de feminicidio en las ciudades capitales de Bolivia, en el que las autopsias realizadas a las víctimas de feminicidio demostraron que el 52,32% de ellas mostraban signos de violencia sistemática en sus cuerpos (Santiago, 2021:46). Para la misma autora, el feminicidio es la última fase del ciclo de la violencia doméstica. Es dolorosamente significativo que, del total de feminicidios registrados en nuestro país entre el 2018 y el 2020, el 92% fuera perpetrado por el cónyuge, concubino, ex cónyuge, ex pareja o ex enamorado (Santiago, 2021:36).

El feminicidio es la expresión más radical de la violencia perpetrada contra las mujeres y los cuerpos feminizados. Es importante establecer que la violencia de género en sí misma es un síntoma, una manifestación de un sistema llamado patriarcado, orden social que organiza las relaciones entre hombres y mujeres, colocando a éstas últimas en una condición de inferioridad, subalternidad y explotación en todas las dimensiones de la existencia humana: económica, sexual, política, educativa, estética, etc. (Pateman, 1995).

Además, el patriarcado no opera de manera aislada sino que trabaja aliado a un orden económico —el capitalismo— y a un orden geopolítico cultural: el colonialismo. El enfoque interseccional, que complejiza y profundiza el llamado enfoque de género, permite visibilizar las múltiples intersecciones de la opresión en las personas: por etnia, por género, por clase, por edad, por nivel de educación, por origen, por idioma, etc. (cf. Hill & Bilge, 2019).

Las manifestaciones de la violencia analizadas desde la mirada interseccional permiten dar mayor profundidad a su comprensión. Colocar la violencia como un problema social sin atender a sus causas, elimina la posibilidad de desgastar el sistema cultural que la sostiene y que sobre todo la reproduce, socializa y normaliza en el día a día.

Por otra parte, el campo de las emociones de los hombres y su relación con conductas machistas que llevan a acciones límites, es un campo poco explorado. El presente trabajo se plantea conocer ese mundo subjetivo, y cómo lo viven los hombres, desde una aproximación científica que permita tener información menos estereotipada y más real.

ANTECEDENTES

En nuestro país la temática de la violencia se ha problematizado desde diferentes enfoques, en especial, el de las manifestaciones y las consecuencias. De acuerdo a Sanabria, Elías y Portugal (2017), a inicios del siglo XXI, en nuestro país se registra un incremento de investigaciones sobre la violencia de género de tipo descriptivo que brindan información sobre la administración de justicia, testimonios de víctimas y operadores de justicia, así como la identificación de las dificultades en la exigibilidad de justicia. Por otro lado, las autoras mencionan que los temas que más se abordan son la violencia en las relaciones de pareja y familiares, seguidos de violencia sexual y feminicidios; dentro de ese espectro gran parte de las investigaciones se centran en la violencia física y directa. Se identifica como vacío la baja existencia de investigaciones y estudios sobre el tema de la violencia contra las mujeres con hombres y abordando el desarrollo de las masculinidades (cf. Sanabria, Elías y Portugal, 2017:46).

Otro repaso sobre la literatura en torno al género es la realizada por el PIEB, en el apartado “Agenda de investigación sobre género 2021-2030”, realizado por Sonia Montañó y Gabriela Llanque (2021). Estas autoras apuntan que los estudios sobre la situación de las mujeres se enmarcaron, primero, en los derechos de las mujeres para incidir en políticas públicas (paridad y alternancia, participación política) y, segundo, en la descolonización, diversidad cultural y sexual y movimientos sociales, siendo notables, además, los estudios dedicados a la autonomía física: salud, derechos sexuales y violencia de género. Otras investigaciones novedosas, si bien escasas, son las relacionadas con la economía del cuidado, trabajo de las mujeres y sus derechos económicos. En la aproximación preliminar que se brinda en este apartado, se tiene un pantallazo de los temas abordados en 38 investigaciones vinculadas al género a partir del año 2013, 18 de las cuales están relacionados a la violencia física y sexual contra las mujeres, la mayor parte de ellas geográficamente ubicadas en el eje central (Montañó & Llanque, 2021:705-711).

Notamos que todos estos enfoques y acercamientos sólo problematizan la violencia desde las consecuencias, secuelas, impactos y vacíos que deja en la vida de las mujeres, pero no analiza en específico el papel que juegan los hombres no sólo como agresores, sino como parte constitutiva del patriarcado en tanto son actores y a la vez víctimas de ese mismo sistema. La violencia de género se construye y encarna en las relaciones humanas; el machismo es el componente ideológico del patriarcado y establece dispositivos de poder y disciplinamiento y cuando estos no funcionan, los despojados del poder recurren a la violencia descarnada. La violencia explícita es una respuesta a la pérdida de privilegios y de hegemonía (Pateman, 1995).

En esta línea, consideramos importante tomar como referencia guía los estudios que combinan la mirada de las masculinidades -como categoría de análisis- y las juventudes, para conocer las tendencias de los hombres jóvenes frente a la violencia machista.

En primer lugar, la investigación publicada por OXFAM el año 2021 “Valores que guían a los jóvenes en sus relaciones de pareja y respecto a la violencia machista”, y que buscó identificar el posicionamiento de los y las jóvenes frente al sistema de jerarquías de género en nuestra sociedad. Según este estudio, el 50% de las juventudes bolivianas apoya ideas conservadoras, lo que favorece la reproducción del complejo ideológico machista y, por ende, la justificación y perpetuación de la violencia de género.

Para el mismo estudio, una de las expresiones de los valores patriarcales es la facultad de controlar los pensamientos, sentimientos y comportamientos de sus parejas y la facultad de sancionar, incluso con violencia, eventuales desafíos a su poder machista. Por otro lado, también hace hincapié en las formas incoherentes en que los jóvenes expresan su posición frente a la gravedad de la violencia machista y los autores remarcan que esta incoherencia es otra manifestación más de una ideología conservadora y machista: hay un clima cultural menos permisivo para la violencia física contra las mujeres, pero en un contexto tan conservador y patriarcal como es el boliviano, las violencias más sutiles se mimetizan. No sólo eso, además los hechos graves de violencia -feminicidio, violación- no se mencionan por parte de los jóvenes y los autores acotan:

“Los jóvenes se niegan a ver las formas extremas de violencia como hechos que se producen con frecuencia cerca de ellos o con ellos como protagonistas (...) tienen una ‘falsa conciencia’, la cual está relacionada, justamente, con su ideología conservadora y favorable a la violencia machista. Conservar algo significa también, implícitamente, suponer que lo que ya existe y es difícil cambiar ‘está bien nomás’” (OXFAM, 2021:13)

Como conclusión, tras un análisis de datos cualitativos, el estudio apunta que los jóvenes menores de 29 años creen en el “amor romántico”, entendiendo que al amar uno se apropia de lo amado, justificando así actitudes de control, celos y recelos. Esta forma de amar está muy ligada a una masculinidad que controla, cela, asfixia la espontaneidad, controla la libertad y da pie a la violencia en forma de estallidos de furor, prohibiciones, gritos, discusiones hirientes, golpes, violaciones e incluso feminicidios. Esta forma de ser “hombre” no es visible para los jóvenes sino hasta cuando la descubren en ámbitos de consulta y cuestionamiento de sus actitudes y ahí:

“sostienen sus actitudes y creencias como parte de un saber (...) un conocimiento comprobado sobre el funcionamiento del mundo. No admiten que se trate de una ideología surgida de intereses y privilegios, insuficiente para explicar los eventos de la vida y, sobre todo, para mantener a sus portadores lejos del sufrimiento y la violencia” (OXFAM, 2021:19).

Sin duda, el estudio “Valores que guían a los jóvenes en sus relaciones de pareja y respecto a la violencia machista”, aporta una radiografía de las creencias de los jóvenes pero sobre todo

del grado de incoherencia de éstos a la hora de actuar frente a la violencia y reproducirla desde la masculinidad tóxica. Como corolario, el estudio apunta que, estadísticamente, los varones son más conservadores y patriarcales que las mujeres.

En esa misma línea, los resultados de la Encuesta Internacional de Masculinidades e Igualdad de Género (IMAGES) en Bolivia (Vlahovicova et. al., 2022), resaltaron también la incoherencia discursiva existente en los bolivianos y bolivianas. En esta oportunidad nos centramos en las respuestas de los hombres, quienes a primera vista expresaron un alto nivel de opiniones progresivas sobre la igualdad de género pero, consultados sobre los roles de género, más del 53% expresaron opiniones más conservadoras: para ellos, el rol principal de la mujer es cuidar el hogar y cocinar.

Ya hablando de violencia, menos del 15% de los hombres estuvieron de acuerdo con actitudes que justifican la violencia pero cuando se les preguntó sobre lo que es común o aceptable para otros en su comunidad, el 25% dijo que se tolera la violencia y casi 50% reconoció que es una práctica común en su entorno (Vlahovicova et. al, 2022:13). Es decir, no están de acuerdo con la justificación de la violencia pero son espectadores pasivos de la misma en su día a día. Asimismo, un elevado porcentaje de hombres reveló una resistencia palpable a los mecanismos legales que responsabilizan a quienes perpetran violencia: 70% de los hombres afirmaron que las mujeres usan la ley 348 para acusar injustamente a los hombres.

Otro dato importante de esta encuesta es el alto porcentaje de conductas controladoras de los hombres en su relación de pareja: Más del 60% de los hombres admitieron usar al menos una de las siguientes conductas controladoras en su relación actual o más reciente: controlar dónde y con quién están, pedir sexo asumiendo que deben dárselo, expresar molestia cuando hablan con otros hombres, tomar decisiones que afectan la vida de ambos sin consultarlo con la pareja (Vlahovicova et. al., 2022:13).

Finalmente, la encuesta realizada el año 2016 por el ECAM en torno a juventudes y machismo, menciona tres aspectos fundamentales a tomar en cuenta en el contexto local: que el 44% de los hombres encuestados está de acuerdo con la afirmación de que la violencia se presenta por el alcohol, 28% está de acuerdo con la afirmación de que a las mujeres se las violenta porque provocan o coquetean y 84% está de acuerdo con la afirmación de que la violencia es culpa de la misma mujer. Estos datos ratifican el elevado porcentaje de machismo de los hombres jóvenes en nuestra ciudad, además de visibilizar las expresiones de ese machismo por medio de prejuicios que responsabilizan a la mujer y al alcohol por sus manifestaciones de violencia.

Dentro del ámbito de estudio que nos ocupa, a nivel nacional tenemos varios estudios sobre las emociones de las juventudes, tanto en el marco de la pareja como de forma individual.

En Bolivia, el UNFPA y la UMSA, el año 2017 publicaron un estudio cuali-cuantitativo sobre conocimientos, actitudes y prácticas de violencia de género en relaciones de pareja, aplicado a 187 estudiantes hombres y mujeres de 13 facultades de la Universidad Mayor de San Andrés, en la ciudad de La Paz. Si bien esta investigación no indagó en las emociones en específico, una de las preguntas se dirigió a que las personas encuestadas identificasen los principales

motivos para desatar situaciones de violencia en la pareja. El 72,2% de los jóvenes universitarios encuestados identificó los celos, siendo el primer motivo por el cual, desde su punto de vista, se desataba la violencia, seguido por la infidelidad (62,2%) (UMSA & UNFPA, 2017). De manera subyacente, la idea de la pareja como propiedad es la que desencadena la violencia, ¿pero qué emociones subyacen debajo de esa construcción de dueñidad? Esa pregunta no es respondida en ese estudio y deja la tarea de profundizar en ello en los contextos universitarios.

Ahora en el contexto local tarijeño, un estudio realizado en el contexto local fue el de “Distorsiones cognitivas hacia la violencia de género en población de la ciudad de Tarija”, realizado por Raúl Cartagena el año 2018 en un estudio cuantitativo no experimental que aplicó 3 tipos de instrumentos: Inventario de Pensamientos Distorsionados sobre la Mujer y el Uso de la Violencia, el Inventario de Sexismo Ambivalente y la Escala de Deseabilidad Social de Crowne a 3 poblaciones distintas, entre ellas 179 universitarios de la Universidad Autónoma Juan Misael Saracho (UJMS).

El instrumento de mayor interés es justamente el del Inventario del Sexismo Ambivalente que trabaja por medio de la identificación de actitudes prejuiciosas y conductas discriminatorias basadas en la supuesta inferioridad de las mujeres respecto a los hombres y tres factores de sexismo benevolente: paternalismo, diferenciación de género e intimidad. En dicha investigación se establece que hay un mayor índice del llamado “sexismo benevolente” que del sexismo hostil, es decir, que las expresiones de sexismo ya no se dan tanto desde las actitudes abiertamente machistas, sino que asumen expresiones más sutiles que no dejan de ser machistas, por ejemplo, “las mujeres exageran los problemas que tienen en el trabajo”, “cuando una mujer es derrotada limpiamente se queja de haber sufrido discriminación”, “la mujer busca comprometerse con un hombre para controlarlo”.

En esa misma línea, otra de las conclusiones de dicho estudio es que los y las estudiantes universitarias presentan mayores distorsiones cognitivas en relación a la violencia de género comparando con las personas profesionales (cf. Cartagena, 2018:23), con una diferencia estadística significativa en la media. Este dato es relevante por cuanto nos permite conocer la tendencia de la normalización de actitudes machistas.

Finalmente, también en el ámbito universitario, se tiene una primera aproximación en el estudio realizado por Mendoza *et. al.*, (2019), “Causas y consecuencias de la violencia en el noviazgo: Una mirada de los jóvenes universitarios de la ciudad de Tarija”, con una muestra de 770 jóvenes universitarios hombres y mujeres de las cuatro universidades de nuestra ciudad. Este estudio tuvo como objetivos comprobar quién ejerce violencia en el noviazgo (si el hombre y la mujer), cuáles son las causas de la violencia en el noviazgo y cuáles son sus consecuencias. Según este estudio los jóvenes universitarios reconocieron que quien ejerce mayor violencia en el noviazgo es el hombre y quién es más afectada es la mujer; existiría, sin embargo un importante porcentaje de hombres y mujeres que considera que ambos generan violencia y ambos se ven afectados.

Otra conclusión, quizás la más relevante para nuestro estudio, es la identificación de las principales causas de la violencia en el noviazgo; los jóvenes encuestados enunciaron que esas causas son: celos, falta de comunicación, no saber que están siendo violentos y el haber crecido en un ambiente violento. Una tercera conclusión es la identificación de las consecuencias de la violencia en el noviazgo siendo las principales: afectación a la autoestima, depresión, embarazos no deseados, miedo/aislamiento y abandono o cambio en los planes de vida.

El mismo estudio menciona la necesidad de profundizar en este tipo de investigaciones; podemos afirmar que el presente documento contribuirá a solventar algunas de las interrogantes dejadas por el estudio ya mencionado, en especial, porque las variables diseñadas precisamente apuntan a identificar si los hombres son conscientes o no de cuando ejercen violencia.

MARCO TEÓRICO DE INTERPRETACIÓN

Emociones

Las emociones han intentado ser definidas y categorizadas un sin número de veces a lo largo de la historia, en especial desde el pensamiento occidental y desde diversas disciplinas: psicología, filosofía, antropología, sociología y pedagogía. Desde ese horizonte civilizatorio, ya en el marco del racionalismo, una definición de emociones fue elaborada por Descartes el año 1649, mencionando que eran “manifestaciones de una pasión del alma, a la que correspondía una acción en el cuerpo” (en Martínez-Munguía & Hidalgo–Canales, 2020:52). Desde entonces se han planteado diversos acercamientos, coincidiendo los autores consultados en la dificultad de su definición, primero porque es un campo donde aún no se llegaron consensos básicos, sino más bien sólo posiciones aisladas que no permite tener una posición unívoca para referirse a las emociones. Segundo, existen una serie de enfoques para entender las emociones, entre los cuales figura el enfoque cognitivo, el enfoque de la perspectiva social de las emociones y el enfoque neurocientífico (cf. Buitrago, 2021).

El enfoque cognitivo entiende el proceso emocional como un proceso de manipulación de la información. Sin embargo, va más allá de un proceso de simple respuesta a un estímulo: existen elementos de evaluación e interpretación de la información del entorno, las creencias y los deseos singulares (Buitrago, 2021:2).

El enfoque de la perspectiva social de las emociones significa comprenderlas como producto de las sociedades y las culturas. Para este enfoque, las emociones se socializan, se dan como fenómenos que surgen de la interacción entre seres humanos (Buitrago, 2021:2). Es decir, las emociones por sí mismas no existen, sino que se dan en los intercambios con otras personas. Finalmente, el enfoque neurocientífico que surge a partir de la década de los 90's, establece que los procesos cerebrales emocionales son mucho más inconscientes que conscientes (Buitrago, 2021:2-3).

De todos estos enfoques de estudio de las emociones, podemos concluir complementando a Choliz (2005:3) que una emoción es una experiencia multidimensional que, desde la forma de respuesta establece una suerte de proceso cognitivo/subjetivo que es relacional/social hacia adentro ¿qué siento ante esta situación y a partir de qué marco de referencias?; un proceso conductual/expresivo que es relacional/social hacia afuera ¿cómo me expreso ante esta situación y a partir de qué marco de referencias? Y hay otra dimensión que es fisiológica/adaptativa en la que se presta atención a los aspectos corporales de cognición y expresión de las emociones, entendiendo también esa parte biológica de la concepción de las emociones como una respuesta adaptativa del organismo frente a las condiciones del entorno.

En la presente investigación combinamos el enfoque cognitivo pero sobre todo privilegiamos el componente social de las emociones así como a la función social de las mismas, entendiendo que ellas facilitan (o dificultan) la interacción social, controlan la conducta de los demás, permiten la comunicación de estados afectivos, promueven la conducta prosocial y también inhiben cierto tipo de reacciones emocionales (Choliz, 2005).

Por ello, rescatamos el aporte realizado por Martínez-Munguía cuando menciona que las reglas sociales influyen en lo que las personas sienten y piensan; esta influencia hace que el individuo adapte ciertas reacciones emocionales frente a determinadas situaciones: hay una convención emocional que es dada desde lo sociocultural (2020:55).

No obstante, la perspectiva social de las emociones queda floja sin coordenadas mínimas para clasificar las emociones, razón por la cual, tomamos algunos de los aportes cognitivistas que intentaron establecer los espectros básicos de las emociones humanas. Dentro de ello, se toma la rueda de emociones propuesta por Plutchik con 8 emociones básicas organizadas en cuatro pares polares: alegría-tristeza, disgusto-aceptación, ira-miedo y sorpresa-anticipación (Buitrago, 2020:54). La combinación de estos pares básicos genera las emociones secundarias: amor, sumisión, susto, decepción, remordimiento, desprecio, alevosía y optimismo.

Complementando a ello, hay otros estudios como el de Díaz & Flores (2001) que prestan atención a las formas a las que se enuncian las emociones, generando un vocabulario de términos que recopila las palabras en castellano para referir a las emociones, agrupa esos términos en conjuntos de ideas afines o campos semánticos, selecciona un término representativo de cada conjunto y los ordena de acuerdo a su intensidad, finalmente establece conjuntos opuestos y los organiza en una rueda de emociones análoga a la de Plutchik, pero más centrada en el componente discursivo de las emociones ya que, después de todo, las palabras denotan emociones y generan estructuras de significado y nos dan un mapeo de las estructuras del afecto (2001:20). En la lengua castellana existen 328 términos que se refieren directa o indirectamente a emociones particulares.

Enamoramiento

Consideramos en primer lugar el enamoramiento como un proceso de construcción de dos personas en los que su identidad está en juego constante, influyendo y co-construyéndose a lo

largo de la relación; desde luego ese relacionamiento de pareja está enmarcado en un contexto sociocultural que influye en la forma en que se desenvuelve la pareja. Este contexto cultural hace referencia entre otras cosas a los significados del ser hombre, mujer, amor, emoción, etc., mismos que juegan un papel importante en el desarrollo de la relación (Vega, et. al., 2020:145).

El amor -emoción fundamental del enamoramiento- es, en gran medida, una construcción socio-histórica que norma e idealiza como debe ser una relación amorosa y como toda construcción social se modifica en el tiempo y el contexto. Para Vega et. al., el enamoramiento es “parte de un proceso sociocultural donde la persona pretende descubrir en la otra de quien se enamora algo único e inconfundible” (Vega, et. al., 2020:147). Socialmente se establecen creencias, prácticas y significados que las personas asumen dentro de la búsqueda de una experiencia amorosa correspondida (o no).

Dentro de esa correspondencia, más que el enamoramiento en sí, es la experiencia amorosa la que se constituye como proceso social: es el involucramiento y compromiso de dos personas que se plantean la posibilidad de construir un proyecto conjunto, compartiendo el pasado y el presente como parte de un proceso de construcción de identidad personal. Las personas involucradas son las que le dan forma a la relación amorosa en base a los significados históricamente construidos (cf. Vega et. al., 2020:147) y que sirve como marco referencial de expectativas y necesidades.

Hay que enfatizar que parte de esas expectativas y necesidades están mediadas, en nuestro contexto, por valores, creencias y juicios colectivos que forman parte de discursos y mensajes masivos por parte de medios de comunicación e instituciones que no sólo describen, sino que refuerzan y legitiman el amor romántico, entendido como la culminación personal de la búsqueda de la pareja perfecta (cf. López, 2015).

Fases del enamoramiento y principales emociones

De acuerdo a los sentidos establecidos por esa tendencia del amor romántico, se pueden encontrar 4 etapas en el enamoramiento:

Primera etapa del enamoramiento:

En esta primera fase todo se considera una maravilla, todo parece de cuento de hadas; no se perciben los defectos en el otro, se tolera casi todo y se produce una sensación de afecto mutuo. Todo se ve de manera positiva y hay una constante y permanente interacción y deseo de interacción; esta etapa se da en los primeros meses de relación. A esta etapa algunos autores la denominan luna de miel y puede estar mediada por una fuerte atracción sexual (o no). Lo más característico es que el conjunto de expectativas creadas se sienten satisfechas. Los sentimientos más frecuentes son alegría, confianza, anticipación, entre otros.

Segunda etapa del enamoramiento:

Es una de las etapas del enamoramiento donde por la convivencia más extensa se comienzan a ver los defectos de la pareja y ya no todo es color de rosa, pero, aun así, la pasión, el gusto y el deseo siguen presentes en todo momento. Es en este ciclo cuando la pareja comienza

fortalecerse de alguna manera. Es decir, seguramente ya se presentaron conflictos, sin embargo, logran resolverlos, ya que se fomenta más la comunicación.

Tercera etapa del enamoramiento:

Aquí el enamoramiento comienza a alimentarse de otra forma, ya tal vez no es tan pasional y carnal. Ya se sostiene más desde el compañerismo, la tolerancia, el respeto, la empatía, la comunicación. En esta etapa se registran discusiones, se establece una rutina puesto que ya se conocen y es el momento clave en el que se afianza la relación.

Cuarta etapa del enamoramiento:

Se considera el ciclo decisivo para la relación, en donde se comienzan a balancear los intereses personales. Se pasa del enamoramiento al amor de pareja, donde se acepta a la pareja con virtudes y defectos y se desarrollan actitudes y reacciones frente a las formas de ser y la personalidad de cada parte de la relación.

Emociones más comunes durante el enamoramiento

El enamoramiento es un estado emocional que se caracteriza por un conjunto de sensaciones positivas que se experimentan tanto a nivel mental como físico, que ocurre cuando alguien tiene una fuerte atracción hacia otra persona.

Este estado particular también puede manifestarse a través de alegría, emoción y excitación cuando se está en compañía de la persona o se piensa en ella.

Todo ello deriva de un intrincado mecanismo fisiológico cerebral, que provoca elevación en la producción de algunos neurotransmisores como la dopamina, que al liberarse genera sensación de euforia, motivación e incremento de la energía.

Cuando la persona está enamorada, percibe la vida de manera positiva, lo que le permite sobrellevar de mejor manera las situaciones negativas que ocurren en el día a día (Roman, s.f.)

Emociones más comunes durante la consolidación de la relación

De acuerdo a López (2015), en las relaciones de pareja se transmiten todas las emociones: alegría, regocijo, ternura, rabia, miedo o tranquilidad, entre otros. La pareja es, finalmente, el lugar por excelencia de los sentimientos. Aunque esto es muy valioso, también puede resultar dañino si estas emociones no se manejan en su justa medida.

Estar dispuestos a trabajar en la observación y el control de nuestras emociones en el ámbito de la relación, es darle la importancia que merece. Para el mismo autor, la construcción de la estabilidad de una pareja depende en gran parte de la capacidad para enfrentar con serenidad los problemas, canalizar las emociones, reconocer los sentimientos del otro, controlar los sentimientos propios, no dar rienda suelta a nuestras emociones más intensas, y guardar el respeto y la consideración por la pareja.

Ese autor afirma que la mayor parte de las habilidades para tener bienestar, armonía y tranquilidad en la relación son de carácter emocional y que las parejas que desarrollan habilidades de la inteligencia emocional, aumentan la probabilidad de bienestar, cercanía y disfrute en la relación (López, 2015).

Emociones más comunes durante la ruptura de la relación

Dentro de la construcción de un imaginario idealizado del amor romántico, la ruptura, que no es otra cosa que la finalización de una relación, llega a ser un proceso traumático para las y los jóvenes.

Desde el psicoanálisis la ruptura se comprende como duelo, que proviene de la palabra dolor y que es la respuesta emotiva que aparece a causa de la pérdida de algo o alguien. Uno de los primeros estudios relacionados al proceso de duelo fue abordado por Freud (1917) en su libro “Duelo y Melancolía” para referirse a la reacción frente a la pérdida de una persona o figura que la represente. Esta reacción puede llegar a resolverse con el paso del tiempo, mientras que la melancolía es un tipo de pérdida especial o patológica para el yo, que trata de conservar el objeto. Actualmente este término es usado para referirse a una serie de sentimientos y conductas que son comunes cuando se experimenta una pérdida. Estos sentimientos llegan a expresarse a través de tristeza, ira, culpa, ansiedad, soledad, fatiga, impotencia, shock, anhelo por la pérdida, etc., pudiendo plasmarse en un proceso denominado duelo (Worden, 2009).

Boss (2009) afirma que la persona que vivencia una ruptura amorosa pasa por un duelo ambiguo experimentando sentimientos de impotencia, depresión, ansiedad, y conflictos en las relaciones sociales. Para esta autora el duelo ambiguo es una pérdida muy común en la vida de la gente, sin embargo su presencia ocasiona mucho estrés, dejando a su paso desconcierto. Esto ocurre debido a que se desconoce si es que esta pérdida será temporal o definitiva, existiendo esperanza de que las cosas vuelvan a ser como eran.

Masculinidad

De acuerdo a OXFAM, una ‘masculinidad’ es una identidad masculina adoptada por determinado grupo de varones, que al mismo tiempo es convalidada y cultivada por las mujeres relacionadas con el mismo (2021:18). Así, entenderíamos

Masculinidad hegemónica

De acuerdo a Pérez, Quesada y Campero, entendemos masculinidad hegemónica como “aquel modelo que se impone y reproduce, y por tanto naturaliza, como práctica e identidad de género obligatorio para todos los hombres” (2016:14). Para las mismas autoras, también mujeres, femineidades y masculinidades no hegemónicas -o no dominantes- aprenden a reconocer y avalar este modelo hegemónico como el único válido.

Este modelo tiene una serie de mandatos que se constituyen reglas disciplinadoras de la forma de ser (construcción del género). Algunos de esos mandatos son:

“Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

- No expresar afectos y privilegiar lo racional y la acción
- No expresar dependencia ni debilidad
- Tener mucho deseo sexual y dirigirlo exclusivamente a las mujeres y mostrar a otros pruebas de sus actos (hiper)heterosexuales
- Tener un buen rendimiento sexual a través de un erotismo cuantitativo y un desempeño sexista, cosificando misógina mente a las mujeres
- Vivir el propio crucero desde un registro desafectivizado
- Ser homofóbico y misógino
- Ser proveedor
- Cultivar el honor
- Privilegiar la acción por sobre la palabra
- Paternidad distante
- Estar siempre bajo el ojo disciplinador para demostrar la masculinidad, dado que está basada en negaciones y prohibiciones

Según Pérez, Quesada y Campero, los mandatos de la masculinidad hegemónica son validados, sostenidos y reforzados por todo el colectivo social en las interacciones cotidianas, y no sólo por los hombres. El lugar en donde se perpetúan las masculinidades hegemónicas es en las prácticas de crianza y socialización (2016:15).

Masculinidad tóxica

Para OXFAM, la masculinidad tóxica es el conjunto de ideas que asigna a los varones el rol de protección y control de las mujeres y prescribe que éstas se subordinan a ellos. Estimula a los hombres a ser celosos, de ideas inmutables y homofóbicos”. Desde este orden social, la violencia es una herramienta disciplinadora utilizada contra las mujeres que rompen el molde de las expectativas sociales conservadoras sobre su género (2021:6).

Control

Las relaciones de parejas no son sencillas, como se había mencionado en el apartado de noviazgo, se trata de la búsqueda de una identidad. Sin embargo, existen situaciones que no son normales y deben evitarse. Ejercer control sobre tu pareja es una de esas situaciones, ya que puede llevar a la ruptura e incluso a consecuencias graves, tanto físicas como emocionales. Como también ya se vio en el estado de arte, las actitudes controladoras están directamente vinculadas con la violencia machista.

Ser un controlador o una persona controladora es buscar tener absoluto control de las decisiones o situaciones que tiene a su alrededor sin importar sus necesidades u opiniones de las personas con las que se relaciona. En una relación amorosa, ser controlador se refiere a limitar a la pareja en su libertad y autonomía intentando controlar todas las decisiones importantes de la relación. La persona controladora pondrá en duda los pensamientos de su pareja, decisiones e incluso criticará sus opiniones con el fin de tener el control sobre todas las situaciones que pasen. Este comportamiento podría tener graves consecuencias como la: desconfianza, la intimidad e incluso podría llevar a la violencia doméstica (Santandreu, 2018).

Comportamientos de un controlador:

- Revisar el celular de la persona constantemente
- Limitar su círculo de amigos o restringir convivir con personas que no le agradan
- Celar o desconfiar constantemente de su pareja
- Limitar sus actividades diarias o incluso no permitirle salir

Otros síntomas son:

- Criticar constantemente a tu pareja, para ejercer control sobre sus actos, pensamientos y palabras
- Aislar a tu pareja, para que no tenga un círculo de amigos propio
- Acusarla constantemente de no saber hacer nada
- Con frecuencia lanzar amenazas pasivas o activas
- Condicionar tus manifestaciones de afecto o de amor
- Usar la culpa como herramienta
- Quitarle espacio e intimidad a tu pareja

Enunciado, discurso y narrativa

La narración es una práctica social en la cual el sujeto se representa a sí mismo en un contexto determinado e implica comprender categorías de representación en las cuales los individuos ponen de manifiesto sus reflexiones, sus experiencias y sus interpretaciones. La palabra, entendida como enunciado es un síntoma en el cual el sujeto se define a sí mismo frente a las situaciones planteadas. La palabra es la conexión con las personas del entorno, y el campo que revela lo que ocurre (cf. Mazuera, Mazuera & Mahecha, 2021).

Para las mismas autoras, entender las narrativas de la violencia es comprender también la gramática de los acontecimientos y el lugar que ocupa la persona en esta experiencia, porque “la experiencia no es ni lo que hacemos ni lo que nos hace, sino lo que nos deshace”. En este sentido, la narrativa se transforma en un habitar en el acontecimiento, en la experiencia, en la capacidad de quien narra de identificarse, de aprender, de reflexionar y transformarse.

No se transforma la violencia sin mediar por la palabra ni indagar en la palabra.

De ahí que entender la palabra como síntoma nos hace ser conscientes de que en las discusiones los enunciados y la forma en la que se los plantea es clave.

Conflicto y discusión en pareja

Las peleas de pareja se ven como una causa de deterioro de la relación. No obstante, para afirmar esto se debe tener en cuenta una serie de factores porque, dependiendo de cómo se produzcan estos conflictos, pueden ser incluso saludables porque, entre otras cosas, mejora la comunicación.

Cuando estamos en pareja es inevitable que surjan conflictos y discusiones de forma natural, ya que siempre pueden surgir diferencias entre ambas partes, tal y como señala a CuídatePlus Sebastián Girona, psicólogo especializado en vínculos. Estas situaciones a veces se pueden interpretar de forma negativa o como un síntoma de que la relación no funciona, pero “Las discusiones en pareja lejos de ser algo horrible, (...), forman parte de la comunicación y la convivencia porque son señal de que hay asuntos en los que se discrepa y que hay que gestionar o, al menos, prestarles atención”, según Sonia García, psicóloga y sexóloga clínica, en la misma entrevista.

Dentro de nuestra cultura, la palabra pelea llega a tener connotaciones negativas que se relacionan con la violencia, por tanto, se prefiere en estos casos referirse a discusiones o conflictos. Dentro del presente estudio, consideramos interesante remarcar que dentro del imaginario local, es la palabra pelea la que más se emplea para referir a las discusiones o conflictos de pareja, es decir, a los desacuerdos.

En cuanto a si es sano para una relación experimentar este tipo de situaciones, Girona afirma que “lo que es saludable es que podamos aprender a manejar las peleas para que no escalen y no se conviertan en una crisis”. En su opinión, tras un conflicto, cuando ambos están más tranquilos se puede pensar que quedan claras las posiciones de cada persona porque en toda pelea los dos integrantes de la pareja tienen un poco de razón.

“No digo que sea 50-50, pero las dos partes deberían revisar la responsabilidad de cada uno en ese conflicto”, matiza. Con respecto a los aspectos positivos que pueden resultar después de una discusión, García indica que los conflictos en una relación ponen a prueba a sus miembros en cuanto a resolución de problemas de forma conjunta. “Una pareja que trabaja en resolver el problema o discrepancia desde el respeto sale fortalecida de dicha relación y con la sensación de funcionar como equipo a pesar de las diferencias naturales”, añade esta profesional.

En definitiva, ambos psicólogos coinciden en que las discusiones en una relación pueden ser saludables y contribuir al aprendizaje común sin ser sinónimo de ruptura o de que algo no funciona. “Me resulta más preocupante esa relación de pareja donde nunca se discute porque veo dos opciones: o no hablan o siempre están de acuerdo porque una de las partes evita el conflicto y cede, aunque no le apetezca”, subraya García. (en Martínez, 2023).

Gestión emocional y/o inteligencia emocional

La gestión emocional y la inteligencia emocional se refieren a la habilidad de reconocer las emociones, regularlas y comunicarlas con el entorno. La dificultad más recurrente a la hora de resolver conflictos viene dada por la incapacidad de identificar y comunicar las emociones y necesidades de manera saludable.

La inteligencia emocional, según Daniel Goleman (2021) no es sino la capacidad de reconocer las emociones – tanto propias como ajenas – y de gestionar nuestra respuesta ante ellas. Para ese mismo autor es el conjunto de habilidades que permiten una mayor adaptabilidad de la persona ante los cambios. También tiene que ver con la confianza y seguridad en uno mismo,

el control emocional y la automotivación para alcanzar objetivos. Si bien está relacionada con la positividad y la motivación, también tiene que ver con el componente relacional de gestión de conflictos y qué patrones de respuesta ante el conflicto se tienen.

Siguiendo el enfoque cognitivo de las emociones toda emoción provoca una respuesta. Habitualmente, ante determinadas emociones, nuestra respuesta suele ser automática, o lo que es lo mismo: una reacción ante un estímulo. Lo que dice la inteligencia emocional es que es posible responder en lugar de reaccionar. Es decir, introduce el concepto de gestión de la respuesta ante un estímulo.

Por otro lado, para Iglesias, también hay un componente físico dentro de la gestión emocional pues prestando atención a ellos, sabemos de qué manera construimos esa emoción y los signos físicos que la acompañan. Eso nos permite poder saber en qué punto nos encontramos cuando empezamos a notar y nos permite hacer modificaciones para que nos resulten más beneficiosas (2014).

Violencia de pareja

La violencia de pareja es uno de los exponentes de la violencia de género; es importante establecer una diferenciación de la violencia de pareja como una especificidad frente a otras manifestaciones de la violencia de género. De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud, la violencia de pareja, también conocida como violencia conyugal es “la conducta de una pareja íntima o ex pareja que causa daño físico, sexual o psicológico, incluida la agresión física, la coerción sexual, el abuso psicológico y las conductas de control” (en Montenegro, 2020:5). No obstante, para la misma autora, la noción de daño limita en gran medida el abanico de experiencias cotidianas de abuso vivido por las mujeres en sus relaciones de pareja, razón por la cual es importante comprender la violencia de pareja como un constructo continuo de experiencias cotidianas de control, abuso psicológico pero también maltrato físico y feminicidios.

La ley 348 no tipifica en específico la violencia de pareja, sino que más bien disgrega las violencias en 16 tipos que son manifestaciones de la violencia hacia la mujer en el marco de las formas de violencia física, sexual y económica; desde luego, esa misma ley especifica que los tipos de violencia mencionados son enunciativos, no limitativos. En un país en el que el 74,1% de las mujeres que (con) viven con una pareja sufre o sufrió violencia en esa relación, buena parte del paraguas de esa ley responde a diversas manifestaciones de violencia perpetradas por la pareja durante la relación o después de la ruptura de esa relación.

Desde esos datos, la violencia de pareja no es tanto un tipo de violencia sino una dimensión en la que las mujeres en su cotidiano vivir transitan un abanico de situaciones violentas, que van desde la violencia psicológica (69,3% de las mujeres habrían vivido una situación de violencia psicológica a lo largo de su relación de pareja, de acuerdo a INE, 2017) hasta el feminicidio (92% de estos delitos fueron perpetrados por el cónyuge, concubino o ex pareja de la víctima, de acuerdo a Santiago, 2021:36).

METODOLOGÍA

La presente investigación busca describir las emociones más recurrentes que experimentan los hombres universitarios en sus relaciones de pareja. La complejidad de las emociones humanas -su percepción individual, su conceptualización social ha quedado ampliamente descrita en el apartado anterior y por ello mismo se ha optado, ya desde el planteamiento del plan de trabajo, una investigación de tipo mixto, que combina técnicas cuantitativas y cualitativas. En sí misma, la información cuantitativa es un instrumento para producir conocimiento, no es conocimiento en sí mismo (cf. Barragán y González, 2021:217), desde ese entendido, utilizamos una encuesta compuesta por 59 ítems para la recolección de datos, subdivididos en 4 instrumentos:

- Instrumento 1: Recolección de discursos, actitudes y prácticas frente a la violencia de pareja (12 ítems)
- Instrumento 2: Masculinidades (9 ítems)
- Instrumento 3: Dependencia emocional (20 ítems)
- Instrumento 4: Estilos de comunicación en el manejo de conflictos (18 ítems)

Los datos cuantitativos, aplicados a una muestra representativa de la población establecida para este estudio, permiten definir y deducir tendencias actitudinales, discursivas y conductuales, mientras que los datos cualitativos permiten profundizar, mediante entrevistas, en las causas e implicaciones de esas tendencias, explicitándolas mediante una entrevista semi-estructurada, dirigida a 3 personas jóvenes cuya experiencia se considera significativa y representativa.

Descripción de los instrumentos empleados: supuestos, posibilidades y limitaciones

Los instrumentos empleados en la presente investigación provienen de distintas fuentes que serán descritas de manera detallada.

La subdivisión de la encuesta en 4 ámbitos reflexivos diferenciados tuvo como objeto comprender el fenómeno desde distintas aristas, de tal forma que la información recabada se complementa y sustenta entre sí, reduciendo los vacíos y omisiones que pudieran surgir por prestar atención a una sola dimensión, dado que, como se mencionó en el marco teórico, la emoción es una experiencia multidimensional, la cual podemos aprehender mediante las coordenadas cognitivas, subjetivas, conductuales y expresivas (cf. Chóliz, 2005:3).

Uno de los descubrimientos más recurrentes dentro de los estudios sobre violencia de género de los últimos años ha sido la percepción de la violencia como problema social por parte de una gran parte de la población. Esto significa que tener una postura de rechazo a la violencia, en especial en su manifestación física, ya es una demanda y hasta una presión social (Vlahovicova, 2022); otro descubrimiento recurrente es que esa postura de rechazo no deja de ser incoherente con las actitudes machistas explicitadas bajo el nombre de “amor romántico”, “fidelidad”, “celos”, “provocación”, etc. (OXFAM, 2021).

De ahí la importancia de recolectar 3 niveles de expresión frente a la violencia: los discursos, las actitudes y las prácticas y hacia allí se encaminó el primer instrumento, de acuerdo al siguiente detalle:

Cuadro 1. Instrumento 1: Recolección de discursos, actitudes y prácticas frente a la violencia de pareja (12 ítems)

Nº	Conjunto de preguntas	Escala de medición	Propósito
1	¿Qué tipos de violencia conoces?	Selección ordinal	Se pidió a los encuestados que mencionaran los tipos de violencia que conocían; esta pregunta mide, en principio, el nivel de conocimiento, pero también cuál es la escala de priorización que le dan a las diferentes formas de violencia.
2.	Consideras que en nuestra sociedad la violencia de pareja es un problema...	Escala Likert del 1 al 5	Las preguntas 2, 3 y 4 estuvieron destinadas a conocer el manejo conceptual discursivo de los encuestados en lo que refiere a su posición respecto a la violencia de pareja, el nivel de conocimiento que consideran poseen sobre las leyes de nuestro país con respecto a la violencia y su grado de interés por saber más en torno a la ley 348.
3.	¿Conoces las leyes que en nuestro país garantizan una vida libre de violencia?		
4.	¿Te interesa saber más sobre la ley 348?		
5.	La ley 348 es la ley que garantiza a las mujeres una vida libre de violencia, pero considero que esta ley está siendo utilizada por las mujeres para acusar injustamente a los hombres.	Escala Likert de 1 al 5	Las preguntas 5, 6 y 7, se dirigieron a recoger la posición de los encuestados frente a su entorno: lo que hacen las mujeres (5), lo que otros hombres y mujeres hacen (6) y lo que siente ante las acciones de otros hombres (7). Estratégicamente estas preguntas se centraron en el Otro, como forma de despersonalización frente a la violencia, buscando las tendencias de normalización de la violencia y el grado de incoherencia entre lo discursivo y lo actitudinal.
6.	Es normal que una pareja tenga discusiones con gritos, insultos y hasta golpes, después se reconcilian.		
7.	Me siento incómodo cuando veo o escucho a		

“Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

	un hombre chantajeando o manipulando emocionalmente a su pareja.		
8. 9.	Revisar el celular de mi pareja es un acto de confianza, no de control. Soy capaz de reconocer si alguna vez estoy ejerciendo violencia con mi pareja.	Escala Likert del 1 al 5.	Las preguntas 8 y 9 tuvieron el propósito de establecer las prácticas sociales de los encuestados con respecto a actitudes violentas. La pregunta 8, si había conciencia de que revisar el celular es una forma de violencia y la pregunta 9 destinada a conocer si se consideraban capaces de reconocer si alguna vez ejercían algún tipo de violencia con su pareja. Ambas preguntas están correlacionadas para poder en primer lugar establecer si el control es normalizado bajo la figura de confianza, en segundo lugar su conciencia respecto a la violencia que ejercen (y si creen ser capaces de reconocerla) y en tercer lugar, si hay una coherencia entre ambas respuestas.
10 11 12	Cuando siento celos de mi pareja lo primero que siento es... Cuando estoy enamorado de mi pareja y la veo, lo primero que siento es... Cuando he terminado con mi pareja y la veo, lo primero que siento es...	Respuesta abierta (limitada a una palabra)	Las preguntas 10, 11 y 12 permitirían recoger los enunciados más recurrentes de los jóvenes respecto a sus emociones vinculadas a los celos (10), al amor (11) y a la ruptura (12). Al ser una pregunta de tipo abierto pero limitada a una palabra, brinda el espectro de emociones expresadas por los encuestados en cada una de las situaciones planteadas.

Fuente: Elaboración Propia en base a encuestas “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja

El instrumento 2, se dirigió a medir los comportamientos, actitudes y posiciones que tienen los hombres frente a situaciones en las que:

- a) Establecen su posición de dueñidad y control sobre su pareja

- b) Cuando su masculinidad (hegemónica), en los términos establecidos por el patriarcado, se ve cuestionada, interpelada o puesta en riesgo.

Es así que los 9 ítems establecidos se agrupan en esas dos dimensiones, de acuerdo al siguiente detalle.

Cuadro 2. Instrumento 2: Masculinidades (9 ítems)

Nº	Conjunto de preguntas	Escala de medición	Propósito
1 2 3 6 9	No puedo mostrarme afectuoso con mi pareja en público. Me gusta caminar tomado de la mano de mi pareja porque así todos podrán ver que ella está conmigo. Me gusta caminar tomado de la mano de mi pareja aunque nadie me esté viendo. Me molesta que piropeen a mi pareja, haciendo referencia a su aspecto físico. Lo que menos quiero es ser un cornudo.	Escala Likert del 1 al 6	Este conjunto de preguntas estuvo dirigido a establecer cuán enraizadas están las actitudes de dueñidad dentro de las relaciones de pareja. Ninguna de las preguntas plantea de manera directa el sentido de propiedad, pues como se mencionó en el apartado anterior, el posicionamiento discursivo frente a la violencia es ampliamente progresista en los jóvenes. En lugar de ello, presenta una serie de situaciones cotidianas y se le pregunta al encuestado que tan a gusto se siente ante la situación planteada. Las preguntas 4 y 5 se dirigen específicamente a cómo reaccionan frente a situaciones en donde otros hombres se relacionan con su pareja.
4 5 7.	Considero que los hombres que hablan de sus preocupaciones, miedos y problemas con su pareja no merecen ser respetados Considero que como hombres necesitamos más de una pareja sexual, incluso si ya tenemos pareja. Me sentiría incómodo si mi pareja tuviera un sueldo más alto que el mío.	Escala Likert del 1 al 6	Este segundo grupo de preguntas se dirige a establecer el grado de identificación de los encuestados con las actitudes propias establecidas desde el modelo disciplinador de la masculinidad hegemónica, que son: No expresar afectos (4) Tener mucho deseo sexual (5) Ser proveedor (7 y 8).

8.	Me daría vergüenza que mis amigos y mi familia se enteren de que me quedo cuidando la casa mientras mi pareja trabaja.		
----	--	--	--

Fuente: Elaboración Propia en base a encuestas “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

El instrumento 3, correspondiente a la dependencia emocional fue elaborado tomando como modelo el estudio realizado por Martín (2022), con algunas adaptaciones al lenguaje y expresiones de nuestro contexto. En base a dicho estudio, establecimos la utilización de un Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE), compuesto por 20 ítems, que a su vez se dividen en 6 dimensiones. El instrumento cuenta además con un sistema de cálculo ya establecido y validado que permite extraer un puntaje que a su vez es transformado de acuerdo a los baremos correspondientes. De acuerdo a esa escala, si el percentil global que es equivalente a la suma de todos los ítems, está en 38 o por debajo significa “ausencia de dependencia emocional”. Si el percentil se sitúa en 61 o por encima, pasa a ser un “alto nivel de dependencia emocional”. Finalmente, si el percentil se encuentra entre 36 y 60 puntos el nivel de dependencia se considera “normal”.

$$NdDE = D1 + D2 + D3 + D4 + D5 + D6$$

Si $NdDE < 38 \Rightarrow$ Ausencia de dependencia emocional
 Si $NdDE \geq 39$ y $\leq 60 \Rightarrow$ Nivel de dependencia emocional normal
 Si $NdDE > 61 \Rightarrow$ Alto nivel de dependencia emocional

Donde:
 NdDE = Nivel de dependencia emocional
 D1 = Dimensión 1
 D2 = ...
 D3 = ...

Además, el mismo instrumento permite tener un baremo diferenciado por cada dimensión, para establecer las tendencias de cada una:

Cuadro 3. Instrumento 3: Dependencia emocional (20 ítems)

Nº	Conjunto de preguntas	Escala de medición	Propósito
2	Me preocupa la idea de quedarme solo sin pareja.	Escala Likert del 1 al 6	La primera dimensión es “ ansiedad por separación ”, formada por 7 ítems. Este conjunto de preguntas se dirige a evaluar el nivel de temor ante la posibilidad de abandono por parte de la pareja.
6	Cuando mi pareja no me llama o no aparece a la hora acordada, pienso que está enfadada	Donde: <13 \Rightarrow No hay dependencia emocional	

“Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

7	conmigo. Cuando no veo a mi pareja por varios días, me siento angustiado.	≥ 14 y $\leq 21 \Rightarrow$ Nivel de dependencia emocional normal $>23 \Rightarrow$ Alto nivel de dependencia emocional	
8	Cuando discuto con mi pareja me preocupa que deje de quererme.		
13	Siento temor a que mi pareja me abandone		
15	Si no sé dónde está mi pareja me siento intranquilo.		
17	Soy capaz de hacer cosas locas, hasta arriesgar mi vida, por el amor de mi pareja.		
5	Me siento muy mal si mi pareja no me expresa constantemente afecto.	Escala Likert del 1 al 6. Donde: $<1 \Rightarrow$ No hay dependencia emocional ≥ 2 y $\leq 6 \Rightarrow$ Nivel de dependencia emocional normal $>7 \Rightarrow$ Alto nivel de dependencia emocional	La segunda dimensión es “Expresión afectiva de la pareja” , integrada por 3 ítems. Aquí se evalúa la necesidad de expresiones de afecto constantes por parte de la pareja.
11	Necesito tener una pareja para que yo sea más especial que los demás.		
12	Cuando tengo una discusión con mi pareja me siento vacío.		
14	Si mi pareja me propone un plan, dejo todas mis actividades para estar con ella.	Escala Likert del 1 al 6 Donde: $<7 \Rightarrow$ No hay dependencia emocional ≥ 8 y $\leq 12 \Rightarrow$ Nivel de dependencia emocional normal $>13 \Rightarrow$ Alto nivel de dependencia emocional	La tercera dimensión corresponde con “Modificación de planes” , formada por 4 ítems, que miden el cambio de comportamiento o planes del encuestado por agradar a la pareja o pasar más tiempo con ella.
18	Si tengo planes y mi pareja aparece, los cambio sólo por estar con ella.		
19	Me alejo demasiado de mis amigos cuando tengo una relación de pareja.		

“Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

20	Sólo me divierto cuando estoy con mi pareja		
1. 10 16	Me siento solo cuando no estoy en pareja. Soy alguien necesitado y débil Siento una fuerte sensación de vacío cuando estoy solo.	Escala de Likert de 1 al 6 Donde: <4 ⇒ No hay dependencia emocional ≥5 y ≤7 ⇒ Nivel de dependencia emocional normal >8 ⇒ Alto nivel de dependencia emocional	La cuarta dimensión es “ Miedo a la soledad ”, y está conformada por 3 ítems, evaluando el temor a sentir soledad, o no sentirse querido por parte de una pareja.
9	He amenazado con hacerme daño para que mi pareja no me deje.	Escala de Likert de 1 al 6 Donde: <1 ⇒ No hay dependencia emocional ≥2 ⇒ Nivel de dependencia emocional normal ≥3 ⇒ Alto nivel de dependencia emocional	La quinta dimensión es “ Expresión límite ” y está conformada por un ítem y éste mide la posibilidad de agresión propia o la ocurrencia de ésta para evitar que la pareja finalice la reunión.
3. 4.	Para atraer a mi pareja busco deslumbrarla o divertirla. Hago todo lo posible para ser el centro de atención en la vida de mi pareja.	Escala de Likert de 1 al 6 Donde: <5 ⇒ No hay dependencia emocional ≥6 y ≤8 ⇒ Nivel de dependencia emocional normal ≥9 ⇒ Alto nivel de dependencia emocional	La sexta dimensión, denominada “ búsqueda de atención ”, está formada por 2 ítems que se encargan de evaluar el deseo de llamar la atención constantemente de la pareja o las conductas llevadas a cabo para asegurar la perdurabilidad de la otra persona en la relación.

Fuente: Elaboración Propia en base a encuestas “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja

Finalmente, el instrumento 4 refiere a los estilos de mensajes en el manejo del conflicto (CMMS) y de igual forma fue extraído del trabajo de Martín (2022). Este diseño establece un sistema para evaluar los estilos de mensajes en situaciones de conflicto interpersonal, Se analizan tres tipos de mensajes: “centrados en uno mismo”, “centrados en la otra parte” y

“centrados en el problema”, habiendo 6 preguntas por cada tipo de mensaje con la finalidad de medir la frecuencia y recurrencia (o no), admitida por los jóvenes, respeto al uso de esas expresiones durante sus discusiones. La media de cada estilo de comunicación (evasivo/acomodativo, agresivo/competitivo, colaborativo) es extraída mediante la extracción de la media de cada estilo:

<p style="text-align: center;">$Media = (P1 + P2 + P3 + P4 + P5 + P6)/6$</p> <p>Donde: NdDE = Nivel de dependencia emocional P1 = Pregunta 1 P2 = ... P3 = ...</p>
--

Como referencia de interpretación se tiene la media original de quienes crearon el instrumento en Estados Unidos, Ross & DeWine en 1988. Además, se coloca como referente un segundo estudio realizado con el mismo instrumento en la ciudad de México en 2006, por parte de Mejía y Laca. Las medias estándar establecidas para cada uno de esos estilos de mensajes son las siguientes:

Cuadro 4. Media normativa por estilos de mensaje (18 ítems)

Estilo de mensaje	Media generada por Ross y DeWine (1988) en Martín, 2022	Resultados de la media en México (Mejía & Laca, 2006)
Centrado en uno mismo	11,21	11,97
Centrado en el problema	19,91	18,66
Centrado en la otra parte	18,16	16,34

Fuente: Elaboración Propia en base a Ross & DeWine (1988) y Mejía y Laca (2005)

Al igual que el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE), el cuestionario sobre Estilos de Mensajes en el Manejo del Conflicto (EMMC) fue adaptado tomando en cuenta las expresiones propias del entorno local, cuidando modificar la forma pero no la esencia de la expresión planteada en el cuestionario original. Presentamos el correspondiente detalle de preguntas y su problematización correspondiente en el siguiente cuadro:

Cuadro 5. Instrumento 4: Estilos de Comunicación en el Manejo de Conflictos

Nº	Conjunto de preguntas	Escala de medición	Propósito
3	Estoy muy molesto por algunas cosas que están pasando, ¿podemos hablar sobre ello?	Escala Likert del 1 al 5 Media normativa: 19,91	Estilos de mensaje centrados en el problema. De acuerdo a quienes crearon este instrumento (Ross y DeWine, 1988), un mensaje centrado en el

“Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

5	¿Qué posibles soluciones podemos encontrar?		problema sostiene que el problema puede resolverse sin arriesgar la relación y resalta que ambas partes deben resolverlo conjuntamente, lo cual denota una actitud de colaboración (en Mejía & Laca, 2006:351). En esa misma línea, para Garaigordobil, Machimbarrena & Maganto (2016), este estilo de mensajes implica el interés por identificar la raíz del conflicto y encontrar la mejor solución.
7	Hablemos y veamos cómo podemos manejar este problema		
11	Intentemos encontrar una solución que nos dé a cada uno algo de lo que queremos		
12	Tenemos que resolver esto porque siempre lo estamos discutiendo		
17	Pienso que necesitamos intentar comprender el problema		
1	Vieja loca, no quiero seguir escuchándote.	Escala Likert del 1 al 5	Estilos de mensajes centrados en uno mismo. De acuerdo a los mismos autores, un mensaje centrado en uno mismo refleja un énfasis en los intereses personales del sujeto lo cual se vincula a una actitud competitiva. Otros autores van más allá de eso, afirman que este estilo de mensaje implica estar centrado en sí mismo, queriendo que las cosas se hagan a la manera propia; frente al conflicto se actúa de manera agresiva y autoritaria (Garaigordobil, Machimbarrena & Maganto, 2016:61)
8	Cállate, estás equivocada, no quiero escucharte más.	Media normativa: 11,21	
9	Si fallo en esto será tu culpa		
10	No puedes salir con eso, de todos modos será a mi manera		
16	Si no me vas a ayudar, me iré con alguien que sí lo haga.		
18	Trata de aceptar mi decisión porque ya no hay nada que puedas hacer para cambiarla		
2	¿Cómo puedo hacerte sentir bien otra vez?	Escala Likert del 1 al 5	Estilos de mensaje centrados en la otra parte. De acuerdo a Mejía & Laca (2006), este tipo de mensaje manifiesta una actitud de
4	No quiero hablar más de esto... (Silencio)	Media normativa: 18,16	

“Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

6	Lamento mucho que te sientas herida, quizás tú tengas razón.		acomodación o evitación, ya que se pretende pasar por alto el problema y mantener a la otra parte satisfecha. En consonancia, para Garaigordobil, Machimbarrena & Maganto (2016), los mensajes enfocados en los otros implica pensar que el conflicto siempre es malo, actuando de manera pasiva frente a él.
13	Cualquier cosa que te haga sentir mucho mejor está bien para mí		
14	Ya déjalo así (Silencio)		
15	Tienes razón... De todos modos, no era importante... ¿Ahora ya estás bien?		

Fuente: Elaboración Propia en base a encuestas “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja

Finalmente, para cerrar con la descripción de los instrumentos cuantitativos empleados, no queremos dejar de mencionar una limitante no dada por los instrumentos en sí, sino por la construcción de los mismos. Los instrumentos descritos están pensados sólo para parejas heterosexuales, por lo tanto, se los aplicó a jóvenes heterosexuales de la universidad. Es importante considerar que así como muchas de las investigaciones sobre la violencia de género se han centrado en las mujeres, los instrumentos para comprender el fenómeno de la violencia persisten en el marco de la heteronormatividad hegemónica, situación que genera un vacío respecto a la situación de las diversidades sexuales y de género, vacío que lamentablemente replicamos en la presente investigación y que motivamos a remontar en las siguientes.

Proceso de validación de instrumentos

Como especificamos en el anterior apartado, los instrumentos generados para la presente investigación provienen de diferentes fuentes.

Los instrumentos 1 y 2, contienen preguntas que ya fueron aplicadas en la encuesta IMAGES, realizada por Vlahovicova et. al. (2022) y ya hay antecedentes de su aplicación en Bolivia.

Por otro lado, el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) y el Cuestionario de Estilos de Mensaje en el Manejo del Conflicto (CMMS) nunca fueron aplicados en un contexto boliviano, sin embargo son una herramienta de uso común en otros países, tanto anglosajones como iberoamericanos, adaptándose a su respectivo entorno (cf. Martín, 2022; Mejía & Laca, 2006; Lemos & Londoño, 2006; Garaigordobil, Machimbarrena & Maganto, 2016).

Pese a ello, como parte del proceso de validación de instrumentos, la encuesta “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja” y sus respectivos 59 ítems, fue sometida primero a una revisión por parte de la Dirección Ejecutiva del ECAM, institución que impulsa esta investigación, dándose correcciones pertinentes que fueron inmediatamente incorporadas.

Una segunda validación del instrumento se dio en la aplicación de la encuesta piloto, en la que el grupo de 10 encuestadoras aplicó la encuesta a un grupo de también 10 encuestados; esa prueba piloto sirvió para pulir la formulación de las preguntas, establecer la duración de aplicación de la encuesta e identificar las preguntas que despertaron algún tipo de duda y/o ambivalencia en los encuestados, además de las dificultades operativas en el llenado. Una vez analizadas las observaciones y establecidos y corregidos los criterios observados, se diseñó el instrumento final de encuesta, así como baremos visuales de apoyo.

De igual manera, los datos de la encuesta piloto fueron inmediatamente tabulados mediante el programa estadístico SPSS 27, para verificar la calidad del análisis descriptivo mediante las variables y percentiles establecidos en los instrumentos seleccionados.

El instrumento final aplicado puede encontrarse en el ANEXO 1.

Tamaño de la muestra y método de recolección de datos

El relevamiento de encuestas se realizó entre el 16 de febrero de 2023 al 5 de marzo del 2023. Se conformó un equipo compuesto por 10 encuestadoras a las que se brindó una inducción para que se familiarizaran con el instrumento de encuesta, conocieran sus apartados y la forma correcta de llenado.

A cada encuestadora se le asignó un número codificado de encuestas y la carrera a la cual aplicarla, dado que se definió abarcar a una muestra simple representativa y no probabilística por cada carrera, de acuerdo al número de estudiantes hombres con la cual cuenta cada una.

CUADRO 6. MUESTRA REPRESENTATIVA POR CARRERA

CARRERA	Muestra	%
Arquitectura	8	6%
Civil	14	10%
Alimentos	4	3%
Química	9	7%
Administración	13	9%
Contaduría Pública	24	17%
Economía	4	3%
Bioquímica	6	4%
Química Farmacéutica	7	5%
Agronomía	9	7%
Medicina	4	3%
Enfermería	3	2%
Derecho	18	13%
Idiomas	7	5%
Psicología	8	6%
TOTAL	138	100%
Margen de error del 8.23%		

Fuente: Elaboración Propia en base a encuestas “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

Las encuestas se aplicaron de manera directa, permitiendo la interacción entre encuestadora y encuestado, lo cual era de vital importancia dado el tipo de preguntas. Cada encuesta era completamente anónima y sólo registraba como datos de identificación la carrera, edad, lugar de nacimiento y residencia del encuestado. Todas las encuestas fueron aplicadas en el interior del campus universitario. Las encuestadoras se presentaron como integrantes de la Red de Sociedades Científicas que forman parte del equipo de investigación “Las emociones de los hombres universitarios en sus relaciones de pareja”, realizado por el ECAM.

Estratégicamente, se formaron pares de encuestadoras que no tuvieran relación con el encuestado, para evitar el sesgo de familiaridad y/o incomodidad ante las preguntas formuladas. La estrategia más común en el encuestado fue la de aplicar las encuestas a grupos pequeños de hombres que circulaban por las aulas de cada carrera, dado que las encuestadoras notaron que había menos influencia y presión social cuando los jóvenes se encontraban en grupos de 2 o 3 personas. Mencionaron asimismo que era preferible que el encuestado estuviera apartado del grupo para poder responder de manera individual las preguntas de la encuestadora, utilizando el baremo visual como referencia. Otro aspecto que sobresalió en la recolección de datos es que la presencia de pares (otros hombres) y mujeres influía en la sinceridad de las respuestas, razón por la cual vieron necesario tomar la encuesta de forma individual o a dos amigos al mismo tiempo.

La impresión general de las encuestadoras fue que las respuestas eran analizadas una y otra vez por los encuestados y que varios de ellos se explayaban en las respuestas brindadas, intentando explicar el porqué de su posición. Otra situación que sobresalió fue el interés demostrado por los resultados de la encuesta, mencionando las personas encuestadas que las preguntas realizadas les hicieron repensar algunas de sus actitudes y formas de comunicación con su pareja.

Hacemos notar que si bien se estableció una muestra mínima de 110 encuestas, al final se logró recabar un total de 138, ya que además de las 110 encuestas realizadas por las encuestadoras y las 12 encuestas piloto, se decidió aplicar 9 encuestas teniendo como encuestador a un hombre, para evaluar si el sesgo entre el sexo del encuestador y de los encuestados era relevante dentro de la tendencia de los datos, no obstante, en la tabulación posterior y el análisis en estadística descriptiva del programa SPSS 27, se verificó que la variación era mínima.

Así pues, la suma total de las encuestas físicas ascendió a 131, a las cuales se sumaron 7 encuestas tomadas de manera digital, por medio de un formulario Google, que fue enviado sólo después de haberse concluido con la aplicación de encuestas físicas. Para evitar una posible doble aplicación -que una persona haya sido encuestada previamente y llenará nuevamente la encuesta de manera virtual- se hicieron dos preguntas que consultaban si habían realizado la encuesta previamente, al inicio y al final.

La muestra total ascendió a 138 encuestas. Se analizó la tendencia de las encuestas autoadministradas digitalmente y tampoco se registró estadísticamente una variabilidad

importante en la tendencia de las respuestas recibidas, no habiendo diferencia remarcable entre la tendencia de las encuestas físicas y las encuestas digitales¹.

Como segunda parte de la recolección de datos, desde un enfoque cualitativo se realizó la recolección de tres historias de vida de tres jóvenes que, por ser casos representativos, desde su narrativa dan mayor profundidad a las respuestas logradas con el instrumento cuantitativo, desde sus voces y posiciones se construye la comprensión de las tendencias registradas en la encuesta. Las historias de vida, de acuerdo a Barragán y Salman permiten “reconocer en lo singular una vía privilegiada al conocimiento universal y da lugar central a lo subjetivo como fuente de conocimiento” (2001:169), no obstante, al ser tan amplias y en un tema tan complejo como las emociones decidimos acceder a esas historias de vida mediante una entrevista a profundidad.

Para Barragán & Salman (2001:147), las entrevistas a profundidad son importantes para recabar las narrativas en tanto éstas son la forma expresiva mediante la cual las personas exteriorizan el significado de la experiencia sobre sus vidas. La entrevista a profundidad es una conversación que mediante el intercambio verbal permite acceder a las percepciones y representaciones.

Las entrevistas a profundidad no tienen una estructura rígida, sino más bien flexible de acuerdo a las respuestas de los y las entrevistadas, es por ello que una recomendación constante al momento de realizarlas es tener siempre presentes los objetivos centrales de la investigación.

Como ya mencionamos al inicio del apartado metodológico, las respuestas cuantitativas recabadas en el presente estudio sirvieron para establecer las tendencias, en tanto las respuestas cualitativas profundizaron en las causas de las mismas.

De ahí que las preguntas planteadas en forma de guía semi-estructurada se dirigieron a establecer primero el componente subjetivo del recuerdo o la experiencia presente; seguidamente, las emociones y comportamientos usuales en las discusiones de pareja, así como las expresiones más recurrentes empleadas por los hombres cuando discuten con su pareja; posterior a ello se hace énfasis en las estrategias de gestión emocional o su ausencia para finalmente cerrar con preguntas centradas en la violencia de pareja y el grado de identificación de la misma en sus interacciones cotidianas.

Esta guía semi-estructurada dio pie a un total de 17 preguntas, organizadas en 4 apartados, mismos que hacen énfasis en la descripción de las emociones y lo que sienten los hombres durante las discusiones con sus parejas (ANEXO 2).

Estas preguntas fueron aplicadas a 3 jóvenes universitarios, cada uno de ellos con una experiencia representativa, a saber:

- Entrevistado 1 (20 años): Relación sostenida durante 5 años (sin convivencia).
- Entrevistado 2 (25 años): Vínculo intermitente sin formalizar la relación.

¹ Para una síntesis de toda esta información, ver ficha metodológica en el apartado “Características de la muestra”

- Entrevistado 3 (26 años): Relación de 4 años con dos rupturas temporales y una ruptura final (con convivencia).

La forma de realización de las entrevistas fue de manera individual, presencial en 2 de los casos y 1 de manera virtual -con cámaras encendidas mediante la aplicación Zoom-; el acercamiento estuvo mediado por la guía de preguntas. Las entrevistas tuvieron una duración de 32 minutos, 68 minutos y 41 minutos respectivamente. En las 3 entrevistas se tuvo el consentimiento informado para la grabación de la interacción.

Al inicio de la entrevista se realizaba una breve inducción con respecto a los objetivos de la investigación, el uso de la información y los criterios de publicación y confidencialidad de la identidad, además de pedir el permiso correspondiente para realizar la grabación. A la par de la grabación, la persona que entrevistaba tomaba apuntes de los puntos centrales tocados por el entrevistado. Al finalizar con las preguntas establecidas en la guía de preguntas, la entrevistadora procedió a la lectura resumida de los puntos mencionados por el entrevistado y consultaba al mismo si estaba de acuerdo con el punteo realizado en base a una narración. En los 3 casos los entrevistados mencionaron que el resumen era correcto, dando por cerrada la entrevista a profundidad.

Finalmente, se procedió a la transcripción de cada una de las entrevistas en las fichas correspondientes para realizar el análisis de los enunciados, las recurrencias y las especificidades planteadas por los entrevistados de acuerdo a su experiencia personal.

Metodología de análisis de datos

Como menciona Rojas (2001:117-118), los datos cuantitativos asientan su marco conceptual en la matemática y la estadística. Sus propuestas metodológicas se dirigen al muestreo, los grados de confianza y las correlaciones. En general, la investigación cuantitativa opera con cantidades y su propósito es establecer semejanzas y diferencias en términos de proporciones, de ahí la importancia de tener bien definidas las variables.

Para el análisis de los datos recogidos a partir de los 59 ítems de la encuesta “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”, se utilizó en primer término el programa de estadística conocido como SPSS 27, software que permitió tabular todas las variables generadas y tener un panorama general de las tendencias.

En el presente estudio planteamos 3 niveles de análisis de los datos recogidos:

- **Primer Nivel de Análisis:** Cada dato de manera individual
- **Segundo Nivel de Análisis:** Los datos agrupados en dimensiones establecidas por baremos y percentiles ya dados en estudios cuantitativos previos (Instrumento 3, Cuestionario de Dependencia Emocional e Instrumento 4, Encuesta de Estilos de Mensajes en el Manejo del Conflicto).

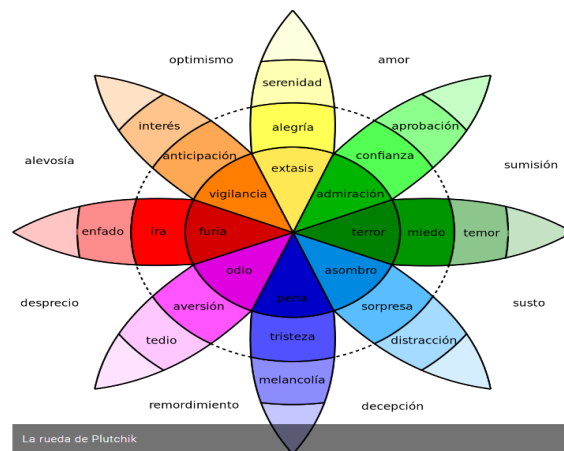
- **Tercer Nivel de Análisis:** Triangulación de la información combinando los instrumentos entre sí, mediante inferencias de tipo analítico, estableciendo correlaciones lógico-deductivas.

Las preguntas del instrumento 1 no contaban con un baremo específico, razón por la cual se analizaron en un primer y tercer nivel, estableciendo el grado de coherencia entre las respuestas en las dimensiones de conceptos, actitudes y prácticas sociales. Es así que se realizaron cruces de variables, por ejemplo, posición frente a la gravedad de la violencia como problema social, grado de conocimiento e interés en torno a la ley 348 y posición de resistencia frente a la ley 348 que castiga a los agresores.

Un segundo cruce de variables se realizó tomando en cuenta las respuestas de los encuestados frente a formas más “sutiles” de control y violencia y su capacidad -autorreconocida- para reconocer si ejerce algún tipo de violencia.

Respecto a las preguntas 10, 11 y 12 del instrumento 1, dirigidas en exclusiva a establecer las emociones más frecuentemente enunciadas por los encuestados, eran las únicas que permitían una respuesta abierta al encuestado. Consideramos importante prestar atención al vocabulario emocional al cual recurren los jóvenes para nombrar sus emociones respecto a los celos, el amor y la ruptura. Como mencionan Díaz & Flores, identificar las palabras que directamente denotan emociones específicas y sus relaciones de significado, es una ruta válida de inquisición sobre la estructura del afecto (2001:20) o, en el caso de la presente investigación, el peso de las emociones dentro de las relaciones de pareja que son, de una manera u otra, relaciones afectivas.

Figura 1: La rueda de emociones de Plutchik, 1980



Fuente: Tomado de <https://www.alaluzdeunabombilla.com/2019/06/11/the-veil-las-emociones-y-robert-plutchik/>

Para analizar los datos recogidos -36 categorías en la pregunta 10, 21 categorías en la pregunta 11 y 45 categorías en la pregunta 12-, se optó por agruparlos en 8 emociones primarias, de acuerdo a la propuesta de Plutchik: la rueda de emociones. Esta propuesta taxonómica de las emociones las organiza en cuatro pares polares: alegría-tristeza, aversión-confianza, ira-miedo y sorpresa-anticipación. Asimismo, estas emociones primarias se

combinan, generando las emociones secundarias. Por ejemplo, aceptación + miedo forman la sumisión; ira + disgusto: desprecio; alegría + aceptación: amor. (en Martínez-Munguía & Hidalgo-Canales, 2021:54).

A partir de esa agrupación en emociones primarias, se procedió a extraer el porcentaje de dichas emociones, pero también se especificaron el rango de emociones reconocidas por los entrevistados dentro del rango establecido por la rueda de Plutchik.

Respecto a las respuestas generadas desde el instrumento 2, al no contar con un baremo específico, también se aplicó un análisis de primer y tercer nivel, agrupando las respuestas en las dos categorías propuestas: sentido de dueñidad y masculinidades hegemónicas, para su respectivo análisis individual. Al mismo tiempo, se procedió a triangular dos ítems, uno proveniente del instrumento 1 (sobre acciones de control sobre la pareja), junto con el instrumento 2 (lo que menos quiero es ser un cornudo).

El instrumento 3, por otro lado, sí contó con un baremo y percentiles ya establecidos. El análisis de Martín (2022), fue la base interpretativa de los datos recogidos, estableciendo una comparativa con las medias generadas por esa misma autora y que permiten establecer la ausencia de dependencia emocional, nivel de dependencia emocional normal y alta dependencia emocional. Se hizo la verificación de la confiabilidad correspondiente, estableciéndose una excelente confiabilidad de acuerdo al coeficiente Cronbach.

No obstante, como las medias extraídas establecieron un nivel de dependencia menor al esperado, se procedió de igual forma al análisis individual de las variables, especificando las tendencias más marcadas dentro de las respuestas recibidas: ansiedad cuando la pareja no les llama, angustia cuando no ven a su pareja, pensar que cuando discuten la pareja dejará de quererlo, temor al abandono, intranquilidad cuando no saben dónde está su pareja, malestar cuando la pareja no les expresa afecto, reconocimiento de necesitar a alguien sus vidas, amenazas de auto-lesión para que la pareja no les abandone y acciones por ser el centro de atención en la vida de su pareja.

Estas tendencias luego fueron consultadas dentro de las entrevistas en profundidad a través de preguntas direccionadas a establecer qué emociones y pensamientos eran las que causaban este tipo de formas de ser. Si bien dentro del instrumento del Cuestionario de Dependencia Emocional se establecía una escala de Likert del 1 al 6, para el análisis individual de las tendencias -más allá del baremo y percentil establecido- se agruparon esas tendencias en 3 grupos: 1 y 2 como “No soy así”, 3 y 4 “Algunas veces me siento así” y 5 y 6 “Me describe perfectamente”.

Finalmente, el instrumento 4, Cuestionario de Estilos de Mensajes en el Manejo del Conflicto (CMMS) también contaba con su respectivo baremo y percentil. Los 18 ítems establecen enunciados pertenecientes a 3 tipos/tendencias en el manejo del conflicto: centrado en sí mismo, centrado en la otra parte y centrado en el problema. Como ya se mencionó en el apartado metodológico, un mensaje centrado en uno mismo refleja un énfasis en los intereses personales del sujeto (actitud competitiva). Uno centrado en el problema sostiene que el problema puede resolverse sin arriesgar la relación y resalta que ambas partes deben

resolverlo conjuntamente (actitud de colaboración); por último, un mensaje que se centra en la otra parte manifiesta la voluntad de pasar por alto el problema y mantener a la otra parte satisfecha (actitudes de acomodación o evitación) (en Mejía & Laca, 2006). A partir de las respuestas recibidas, se fue generando una media simple por cada dimensión, de acuerdo a la puntuación de las respuestas de los encuestados.

Ross y DeWine, creadoras de ese instrumento, recomiendan tres formas de interpretación de las puntuaciones de un sujeto: 1) comparando las medias de sus escalas con las medias normativas y con las medias de sus compañeros (de aula, grupo, equipo, etc.), 2) discutiendo cómo los estilos de mensajes se aplican a situaciones específicas y 3) determinando cómo le gustaría al sujeto que sus puntuaciones cambiarán (en Mejía & Laca, 2006).

Para los propósitos de este estudio, en primer lugar comparamos las medias extraídas en la encuesta aplicada a los jóvenes, para compararlas con las escalas consideradas normativas, tanto en un contexto anglosajón como en un contexto latinoamericano, para después analizar individualmente las tendencias en 5 de los 18 ítems propuestos y que desde nuestro punto de vista reflejaban una recurrencia de enunciados de tipo agresivo/impositivo, pasivo-agresivo y de evitación al conflicto. Dichos enunciados fueron:

- Trata de aceptar mi decisión porque ya no hay nada que puedas hacer para cambiarla.
- ¿Cómo puedo hacerte sentir bien otra vez?
- Tienes razón... De todos modos, no era importante... ¿Ahora ya estás bien?
- No quiero hablar más de esto... (Silencio)
- Ya déjalo así... (Silencio)

La recurrencia de estos enunciados fue planteada en las entrevistas a profundidad, con la finalidad de establecer las formas comunicativas en la pareja cuando discuten.

CARACTERÍSTICAS DE LA MUESTRA

Cuadro 7: Características de la muestra

DETALLE	
Población objetivo de la investigación	Hombres de 18 a 28 años de edad que asisten a la Universidad Autónoma Juan Misael Saracho del Tejar y que hayan o tienen una relación de pareja
Unidad de análisis y observación	Hombre universitario de la UAJMS de 18 a 28 años, que haya o tiene una relación de pareja
Cobertura Geográfica	Departamento de Tarija Municipio de Cercado Universidad Autónoma Juan Misael Saracho, Campus "El Tejar"
Instrumento de captación	Cuestionario de preguntas predefinidas sobre emociones de los hombres en sus relaciones de pareja dividido en 5 partes
Método de captación	Entrevista directa a cada universitario de 18 a 28 años que haya tenido o tiene una relación de pareja, mediante un cuestionario impreso y un baremo impreso para mayor facilidad de respuesta

“Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

Periodo de levantamiento de encuesta	Desde el 16 de febrero al 5 de marzo del 2023																																																									
Tamaño de la muestra	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Carrera</th> <th>Muestra</th> <th>%</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>Arquitectura</td><td>8</td><td>6%</td></tr> <tr><td>Civil</td><td>14</td><td>10%</td></tr> <tr><td>Alimentos</td><td>4</td><td>3%</td></tr> <tr><td>Química</td><td>9</td><td>7%</td></tr> <tr><td>Administración</td><td>13</td><td>9%</td></tr> <tr><td>Contaduría Pública</td><td>24</td><td>17%</td></tr> <tr><td>Economía</td><td>4</td><td>3%</td></tr> <tr><td>Bioquímica</td><td>6</td><td>4%</td></tr> <tr><td>Química Farmacéutica</td><td>7</td><td>5%</td></tr> <tr><td>Agronomía</td><td>9</td><td>7%</td></tr> <tr><td>Medicina</td><td>4</td><td>3%</td></tr> <tr><td>Enfermería</td><td>3</td><td>2%</td></tr> <tr><td>Derecho</td><td>18</td><td>13%</td></tr> <tr><td>Idiomas</td><td>7</td><td>5%</td></tr> <tr><td>Psicología</td><td>8</td><td>6%</td></tr> <tr> <td>TOTAL</td> <td>138</td> <td>100%</td> </tr> <tr> <td colspan="3">n= 138</td> </tr> <tr> <td colspan="3">Margen de error del 8.23%</td> </tr> </tbody> </table>	Carrera	Muestra	%	Arquitectura	8	6%	Civil	14	10%	Alimentos	4	3%	Química	9	7%	Administración	13	9%	Contaduría Pública	24	17%	Economía	4	3%	Bioquímica	6	4%	Química Farmacéutica	7	5%	Agronomía	9	7%	Medicina	4	3%	Enfermería	3	2%	Derecho	18	13%	Idiomas	7	5%	Psicología	8	6%	TOTAL	138	100%	n= 138			Margen de error del 8.23%		
Carrera	Muestra	%																																																								
Arquitectura	8	6%																																																								
Civil	14	10%																																																								
Alimentos	4	3%																																																								
Química	9	7%																																																								
Administración	13	9%																																																								
Contaduría Pública	24	17%																																																								
Economía	4	3%																																																								
Bioquímica	6	4%																																																								
Química Farmacéutica	7	5%																																																								
Agronomía	9	7%																																																								
Medicina	4	3%																																																								
Enfermería	3	2%																																																								
Derecho	18	13%																																																								
Idiomas	7	5%																																																								
Psicología	8	6%																																																								
TOTAL	138	100%																																																								
n= 138																																																										
Margen de error del 8.23%																																																										
Tipo de recolección de la muestra	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Tipo de recolección de encuesta</th> <th>Número absoluto</th> <th>%</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>Encuestas piloto</td><td>12</td><td>8,70%</td></tr> <tr><td>Equipo de encuestadoras mujeres</td><td>110</td><td>79,71%</td></tr> <tr><td>Encuestador varón</td><td>9</td><td>6,52%</td></tr> <tr><td>Encuesta digital</td><td>7</td><td>5,07%</td></tr> <tr> <td>TOTAL</td> <td>138</td> <td>100%</td> </tr> </tbody> </table>	Tipo de recolección de encuesta	Número absoluto	%	Encuestas piloto	12	8,70%	Equipo de encuestadoras mujeres	110	79,71%	Encuestador varón	9	6,52%	Encuesta digital	7	5,07%	TOTAL	138	100%																																							
Tipo de recolección de encuesta	Número absoluto	%																																																								
Encuestas piloto	12	8,70%																																																								
Equipo de encuestadoras mujeres	110	79,71%																																																								
Encuestador varón	9	6,52%																																																								
Encuesta digital	7	5,07%																																																								
TOTAL	138	100%																																																								
Procedencia de los encuestados	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Lugar de Procedencia</th> <th>Nº</th> <th>%</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>Cercado - Tarija</td><td>89</td><td>64,5%</td></tr> <tr><td>Provincias del interior del departamento: Yacuiba, Bermejo, Padcaya, San Lorenzo y Villamontes</td><td>17</td><td>12,3%</td></tr> <tr><td>Chuquisaca</td><td>11</td><td>8 %</td></tr> <tr><td>Potosí</td><td>7</td><td>5,1%</td></tr> <tr><td>Otros departamentos: La Paz, Cochabamba, Santa Cruz y Pando.</td><td>10</td><td>7,2%</td></tr> <tr><td>Argentina</td><td>4</td><td>2.9%</td></tr> <tr> <td>TOTAL</td> <td>138</td> <td>99,9%</td> </tr> </tbody> </table>	Lugar de Procedencia	Nº	%	Cercado - Tarija	89	64,5%	Provincias del interior del departamento: Yacuiba, Bermejo, Padcaya, San Lorenzo y Villamontes	17	12,3%	Chuquisaca	11	8 %	Potosí	7	5,1%	Otros departamentos: La Paz, Cochabamba, Santa Cruz y Pando.	10	7,2%	Argentina	4	2.9%	TOTAL	138	99,9%																																	
Lugar de Procedencia	Nº	%																																																								
Cercado - Tarija	89	64,5%																																																								
Provincias del interior del departamento: Yacuiba, Bermejo, Padcaya, San Lorenzo y Villamontes	17	12,3%																																																								
Chuquisaca	11	8 %																																																								
Potosí	7	5,1%																																																								
Otros departamentos: La Paz, Cochabamba, Santa Cruz y Pando.	10	7,2%																																																								
Argentina	4	2.9%																																																								
TOTAL	138	99,9%																																																								

Fuente: Elaboración Propia en base a encuestas “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

ANÁLISIS DE RESULTADOS

1. Discursos, actitudes y prácticas de los jóvenes frente a la violencia de pareja

1.1. ¿Qué tipos de violencia son los más reconocidos por los jóvenes y cuál es el grado de importancia que le dan a la violencia de pareja?

La pregunta 1 solicitó a los encuestados mencionen los tipos de violencia que conocen. El primer tipo de violencia que 66% de los jóvenes reconoció como violencia fue la violencia física. El segundo tipo de violencia identificado fue la violencia psicológica, 14% de los encuestados la mencionó en segundo lugar. El tercer tipo de violencia identificado, en orden de importancia, fue la violencia familiar (11%). En cuarto lugar en orden de identificación se ubica la violencia laboral, con un 5%. Otros tipos de violencia, en las que se hallan las restantes 13 tipificaciones de la ley 348, además de la violencia cibernética, se sitúan en el restante 4,3%.

Tabla 1: Tipos de violencia que conocen

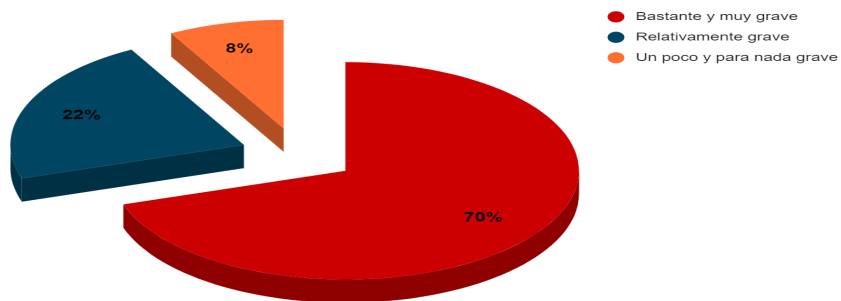
Tipos de Violencia	Porcentaje
Violencia Física	66%
Violencia Psicológica	14%
Violencia Familiar	11%
Violencia Laboral	5%
Otros tipos de Violencias	4%

Fuente: Elaboración Propia en base a encuestas “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

Las respuestas de los jóvenes hacen eco a la tendencia establecida ya por Vlahovicova (2022), en la que se menciona que, a nivel social, la violencia más representativa es la violencia física que además es vivida como realidad común en la infancia y la juventud.

Por otro lado, en la consulta sobre si consideran que la violencia de pareja es un problema social, las respuestas son que un 70% de los jóvenes la consideran un problema bastante grave y muy grave. El restante 22% considera que la violencia de pareja es relativamente grave y el 8% se distribuye en la afirmación de que la violencia es un problema social un poco grave y para nada grave (véase Gráfico 1).

Gráfico 1: Consideras que en nuestra sociedad la violencia de pareja es un problema...

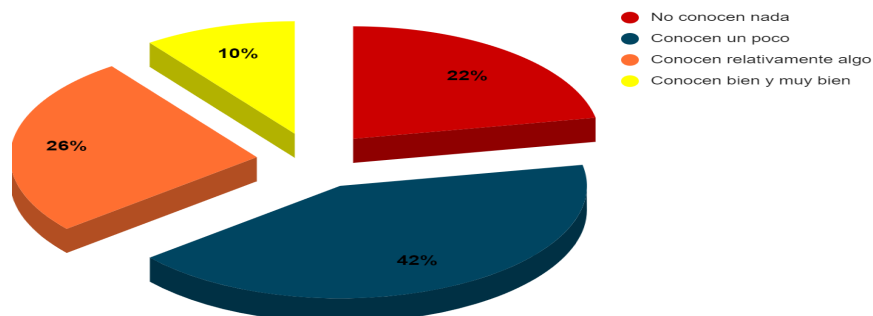


Fuente: Elaboración Propia en base a encuestas “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

1.2. ¿Conocen las políticas dirigidas a prevenir y castigar la violencia de género y cuál es su posición frente a las leyes que protegen a las mujeres de sufrir violencia?

Sobre el grado de conocimiento que tienen en torno a las leyes que garantizan una vida libre de violencia, los jóvenes reconocieron que las conocen poco (42%), que conocen relativamente algo (26%) y que no conocen nada (22%). Sólo el 10% de los encuestados dice conocerlas bien y muy bien (Gráfico 2).

Gráfico 2: ¿Conoces las leyes que en nuestro país garantizan una vida libre de violencia?



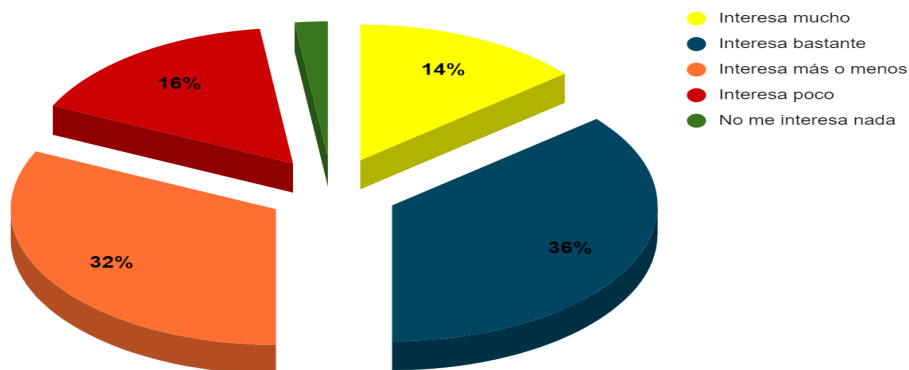
Fuente: Elaboración Propia en base a encuestas “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

Si tomamos estas respuestas como ciertas, la ley 348 no está siendo socializada entre los hombres, es decir, un 64% de la población encuestada no conoce los mecanismos estatales dirigidos a garantizar a las mujeres una vida libre de violencia.

Ahora bien, tomando en cuenta ese elevado índice de desconocimiento, ¿cuál es el grado de interés que reportan los jóvenes para saber más sobre la ley 348?

El 36% afirmó que le interesa bastante saber más sobre la ley 348, el 32% reveló un interés medio y el 16% reconoció que le interesaba poco. Sólo el 14% afirmó que le interesa mucho conocer más sobre la ley 348 (Gráfico 3).

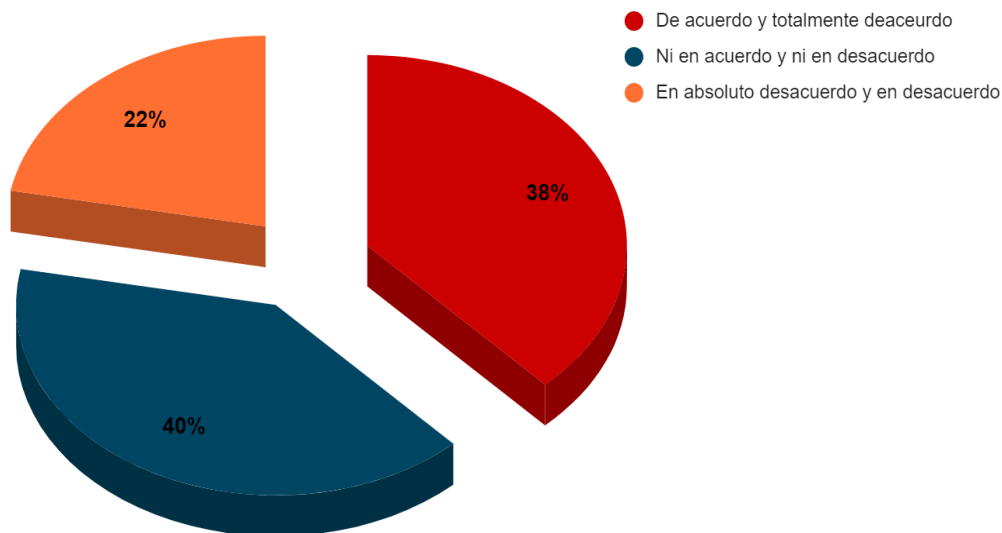
Gráfico 3: ¿Te interesa saber más sobre la ley 348?



Fuente: Elaboración Propia en base a encuestas “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

Finalmente, la consulta dirigida a establecer si los encuestados estaban de acuerdo con la afirmación de que la ley 348 está siendo utilizada por las mujeres para acusar injustamente a los hombres, arrojó los siguientes porcentajes: 40% de los encuestados dijeron no estar ni de acuerdo, ni en desacuerdo con esa afirmación. El 38% dijo estar de acuerdo y totalmente de acuerdo con esa afirmación. El 22% de los encuestados dijo estar en desacuerdo y en absoluto desacuerdo con esa afirmación (ver Gráfico 4).

Gráfico 4: La ley 348 está siendo utilizada por las mujeres para acusar injustamente a los hombres



Fuente: Elaboración Propia en base a encuestas “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

La encuesta IMAGES (Vlahovicova, 2022), dejó establecido que hay una incoherencia y una inconsistencia discursiva a la hora de hablar y actuar frente la violencia; la tercera y cuarta pregunta del instrumento 1 se dirigieron a medir cuáles son sus actitudes frente al fenómeno de la violencia tomando en cuenta su voluntad de involucramiento y sobre todo su opinión frente a las políticas públicas dirigidas a prevenir y castigar la violencia, pero también utilizamos esos datos para transparentar esas inconsistencias.

Si bien el 70% de los encuestados dice que el problema de la violencia es grave y muy grave, el 28% está en acuerdo y totalmente de acuerdo con la afirmación que la ley 348 es utilizada por las mujeres para acusar injustamente a los hombres (cf. Tabla 2). Además, un significativo 28% de los encuestados dijo no estar ni de acuerdo ni en desacuerdo con esa afirmación:

Tabla 2 (Cruzada) Consideras que en nuestra sociedad la violencia de pareja es un problema y La ley 348 es la ley que garantiza a las mujeres una vida libre de violencia

pero considero que esa ley está siendo utilizada por las mujeres para acusar injustamente a los hombres

		La ley 348 es la ley que garantiza a las mujeres una vida libre de violencia, pero considero que esa ley está siendo utilizada por las mujeres para acusar injustamente a los hombres					Total
		En absoluto desacuerdo	En desacuerdo	Ni en acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	
Consideras que en nuestra sociedad la violencia de pareja es un problema	Para nada grave	0,0%	0,0%	0,7%	0,0%	0,0%	0,7%
	Un poco grave	0,7%	1,4%	2,9%	1,4%	0,0%	6,5%
	Es relativamente grave	1,4%	5,1%	8,0%	5,8%	2,2%	22,5%
	Bastante grave	1,4%	3,6%	15,2%	10,1%	3,6%	34,1%
	Es muy grave	4,3%	3,6%	13,0%	8,0%	6,5%	35,5%
Total		8,0%	13,8%	39,9%	26,1%	12,3%	100,0%

Fuente: Elaboración Propia en base a encuestas “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

Incluso sin conocer las leyes nacionales de prevención de la violencia (y reconociendo esa falta de conocimiento), la ley 348 despierta un alto sentimiento de desconfianza entre los encuestados.

El resultado de triangular la pregunta sobre la gravedad social de la violencia, el interés personal para conocer más de la ley 348 y la opinión que tienen sobre la aplicación de esa ley nos ofrece el siguiente panorama:

Tabla 3: Resumen de respuestas instrumento 1

Detalle	Detalle	Porcentaje
Lo que dicen	Considero que la violencia de pareja es un problema grave y muy grave	70%
Lo que reconocen	No conozco nada o conozco muy poco sobre la ley 348	64%
Grado de compromiso	No me interesa nada o me interesa un poco conocer más sobre la ley 348	33%
Lo que piensan sobre las leyes en contra de la violencia	Estoy de acuerdo y totalmente de acuerdo con la afirmación de que la ley 348 está siendo utilizada por las mujeres para acusar injustamente a los hombres.	56%

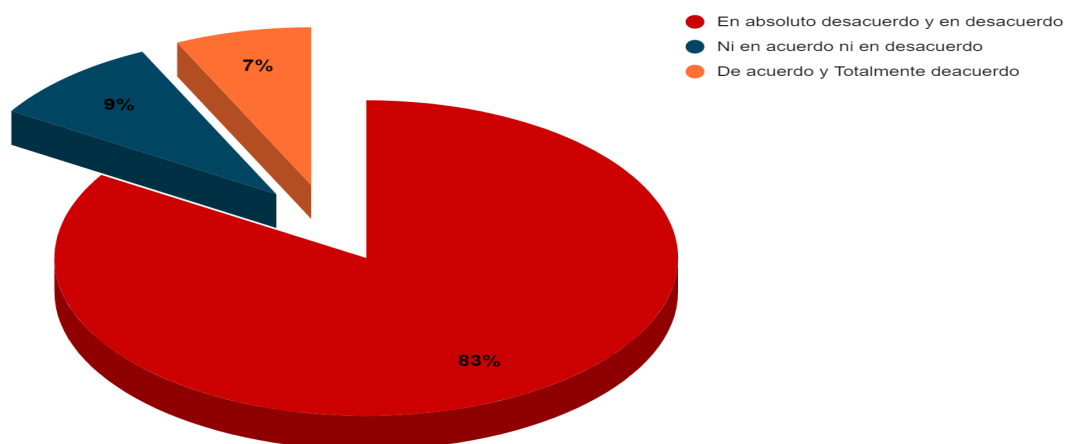
Fuente: Elaboración Propia en base a encuestas “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

1.3. Normalización de actitudes violentas y de control en las relaciones de pareja

Como ya se mencionó en el apartado de descripción de instrumentos, una de las estrategias de aproximación a las actitudes y prácticas sociales de los jóvenes fue la despersonalización frente al problema, con la finalidad de descubrir cuáles son las tendencias dentro de los jóvenes frente a situaciones de violencia de pareja en su entorno y en sí mismos. De ahí el acercamiento gradual, empezando por la pregunta sobre el “Otro” para luego dirigirla a sí mismos.

Respecto a si consideran normal que una pareja discuta con gritos, insultos y hasta golpes y que después se reconcilian, el 83% dijo estar en absoluto desacuerdo y en desacuerdo; el 9% afirmó no estar ni de acuerdo ni en desacuerdo (los “neutrales”) y el 7% mencionó estar de acuerdo y totalmente de acuerdo (Gráfico 5).

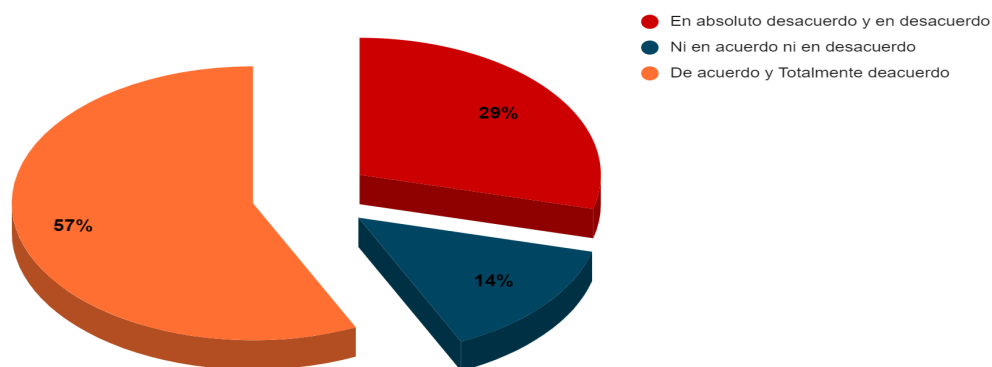
Gráfico 5: Es normal que una pareja tenga discusiones con gritos, insultos y hasta golpes, después de reconcilian



Fuente: Elaboración Propia en base a encuestas “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

Respecto a situaciones en las que son testigos de acciones de violencia psicológica protagonizadas por hombres y su grado de incomodidad frente a esas acciones, un 57% de los encuestados reconocieron sentirse incómodos, 14% estableció que esas acciones les son indiferentes y el 29% afirmó que no se siente incómodo frente a ese tipo de situaciones (ver Gráfico 6)

Gráfico 6: Me siento incómodo cuando veo o escucho a un hombre chantajear o manipular emocionalmente a su pareja



Fuente: Elaboración Propia en base a encuestas “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

Haciendo una sumatoria de los jóvenes que afirman indiferencia con los que manifiestan normalización de la violencia psicológica, se establece un porcentaje de 43% de los jóvenes encuestados que de forma voluntaria y consciente no realizarán acciones frente a la violencia psicológica ejercida por sus pares, esto es una garantía de complicidad e impunidad entre pares. Combinando los resultados porcentuales de ambas preguntas, tenemos que un 25,3% de los jóvenes encuestados que, aunque dice que no es normal que las parejas discutan con gritos, insultos y hasta golpes, tampoco reaccionarían de ninguna manera ante una situación en la que serían testigos de violencia psicológica, pese a que son conscientes de que hay violencia.

Tabla 4: Pasividad y silencio ante situaciones de violencia psicológica ejercida por sus pares

		Me siento incómodo cuando veo o escucho a un hombre chantajear o manipulando emocionalmente a su pareja					Total
		En absoluto o desacuerdo	En desacuerdo	Ni en acuerdo o ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	
Es normal que una pareja tenga	En absoluto desacuerdo	12,3%	3,6%	6,5%	9,4%	27,5%	59,4%

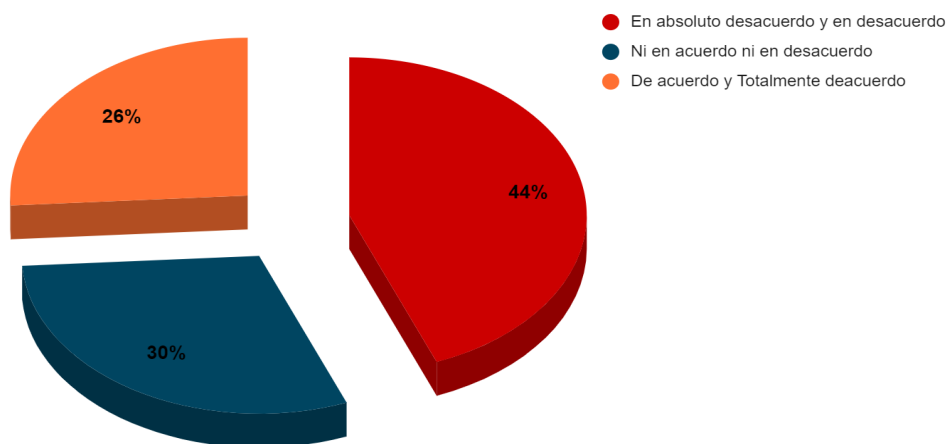
discusiones con gritos, insultos y hasta golpes, después se reconcilian	En desacuerdo	4,3%	5,1%	1,4%	8,0%	5,1%	23,9%
	Ni en acuerdo ni en desacuerdo	2,2%	0,0%	3,6%	1,4%	1,4%	8,7%
	De acuerdo	0,7%	0,0%	0,7%	1,4%	1,4%	4,3%
	Totalmente de acuerdo	0,0%	0,0%	1,4%	1,4%	0,0%	2,9%
Total		19,6%	8,7%	13,8%	22,5%	35,5%	100,0%

Fuente: Elaboración Propia en base a encuestas “Las emociones de los hombre es sus relaciones de pareja”

1.4. Control que se disfraza de confianza y posibilidad/habilidad de reconocer que se ejerce violencia

La pregunta 8 sutilmente establecía el control como un equivalente a confianza: ¿revisar el celular es un acto de confianza, no de control? 26% de los encuestados dijo estar de acuerdo y totalmente de acuerdo con la afirmación de que se trata de un acto de confianza, no de control; 44% dijo estar en absoluto desacuerdo y en desacuerdo con esa afirmación. El 30% manifestó no estar ni de acuerdo ni en desacuerdo con esa afirmación (ver Gráfico 7).

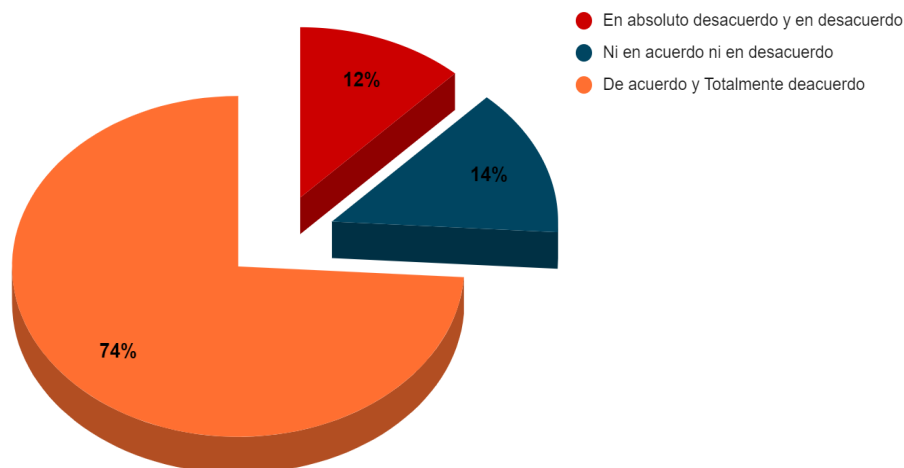
Gráfico 7: Revisar el celular de mi pareja es un acto de confianza, no de control



Fuente: Elaboración Propia en base a encuestas “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

Ahora bien, la segunda pregunta fue una consulta respecto a la capacidad de reconocer si se ejerce algún tipo de violencia con su pareja, 74% afirmó que sí es capaz de reconocer si está ejerciendo algún tipo de violencia con su pareja; 14% no saben si son capaces o no. Y el 12% manifestó que no es capaz de reconocer si está ejerciendo algún tipo de violencia con su pareja (ver Gráfico 8)

Gráfico 8: Soy capaz de reconocer si alguna vez estoy ejerciendo algún tipo de violencia con mi pareja



Fuente: Elaboración Propia en base a encuestas “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

Combinar ambas preguntas nos permite acercarnos a la tendencia de las personas que consideran que la revisión del celular -una conducta de control tipificada como violencia psicológica- es un acto de confianza, pero que además afirman ser capaces de reconocer cuándo ejercen violencia con su pareja (véase tabla 5).

El panorama se presenta de la siguiente manera:

Tabla 5: Resumen analítico de respuestas inconsistentes respecto al control y la violencia.

Detalle	Porcentaje
Dice ser capaz de reconocer si alguna vez está ejerciendo algún tipo de violencia con su pareja	74%
Considera que revisar el celular de su pareja es un acto de confianza y no de control	19%

Fuente: Elaboración Propia en base a encuestas “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

2. Enunciar las emociones

Las preguntas 10, 11 y 12 del instrumento 1 eran las únicas que permitían una respuesta abierta, limitada a una palabra. A partir de la agrupación de frecuencias, se tienen los siguientes resultados:

2.1. Principales emociones vinculadas a los celos

Dentro del espectro de emociones vinculadas a los celos por parte de los jóvenes, se registraron un total de 36 palabras para describir qué es lo primero que sienten cuando sienten celos de su pareja, las cuales detallamos a continuación:

Tabla 6. Principales emociones de los hombres vinculadas a los celos

Nº	Emoción descrita	Porcentaje de jóvenes que la mencionaron
1.	Enojo	14,5%
2.	Tristeza	12,3%
3.	Inseguridad	10,8%
4.	Incomodidad	6,5%
5.	Rabia	6,5%
6.	Celos	5,1%
7.	Desconfianza	5,1%
8.	Indiferencia	5,1%
9.	Decepción	4,2%
10.	Molestia	4,2%
11.	Nada	3,6%
12.	Curiosidad	2,2%
13.	Confusión	1,4%
14.	Dolor	1,4%
15.	Ira	1,4%
16.	Amenaza	0,7%
17.	Amistad	0,7%
18.	Angustia	0,7%
19.	Ansiedad	0,7%
20.	Confianza	0,7%
21.	Dejarla	0,7%
22.	Deslealtad	0,7%
23.	Disgusto	0,7%
24.	Duda	0,7%
25.	Estrés	0,7%
26.	Frustración	0,7%
27.	Furia	0,7%
28.	Impotencia	0,7%
29.	Incertidumbre	0,7%
30.	Nerviosismo	0,7%
31.	Odio	0,7%
32.	Peligro	0,7%
33.	Raro	0,7%
34.	Rencor	0,7%
35.	Silencio	0,7%
36.	Tranquilidad	0,7%

Fuente: Elaboración Propia en base a encuestas “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

Las emociones más reportadas por los jóvenes, desde sus propios términos fueron el enojo, con un 14,5%; la tristeza, con un 12,3%, la inseguridad con un 10,8%, la incomodidad, con un 6,5% y la rabia que presenta también 6,5%. Esas son las principales emociones que los hombres identifican sienten ante los celos. Llama la atención, en cierto modo, que haya un 5,1% de encuestados que hayan dicho que sólo sentían indiferencia y “nada”, 3,6%.

De acuerdo a la rueda de emociones propuesta por Plutchik, el espectro de emociones descritas por la población encuestada, corresponde a la ira (31,3%), el miedo (23,1%), la aversión (17,7%) y la tristeza (17,4%). Emociones como la ansiedad, la curiosidad, el nerviosismo y el estrés corresponden al espectro de la anticipación y esta emoción primaria es parte del 4,5% de las respuestas recibidas. Finalmente la tranquilidad se asocia con alegría (1,5%) y la confusión con el espectro emocional de la sorpresa (1,5%).

Figura 2: Cuando siento celos de mi pareja lo primero que siento es:



Fuente: Elaboración Propia en base a encuesta “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

Es interesante, dentro de esta rueda de emociones, cómo sentimientos como la indiferencia, se ubican dentro del espectro de la aversión, a la par de las emociones de rechazo, desconfianza, traición y odio.

A partir de las recurrencias en las respuestas y del análisis posterior mediante la rueda de Plutchik, podemos concluir que las principales emociones que atraviesan a los hombres y que éstos enuncian ante una situación de celos es el enojo, la tristeza, la inseguridad, la incomodidad y la rabia. La agrupación por dimensiones estableció que las emociones descritas corresponden en primer lugar a la ira, en segundo lugar el miedo, seguido por la tristeza y muy de cerca, la aversión.

Dentro de las entrevistas a profundidad, por otro lado, consultados respecto a las emociones negativas o no constructivas dentro de la relación, los entrevistados mencionaron la ansiedad, vinculada al *overthinking*, sobrepensar las situaciones, la frustración, los celos y el enojo. Es

importante recalcar que para los 3 entrevistados una de las fuentes constantes de conflicto son los celos, tanto de parte de su pareja como de sí mismos. No obstante, reconocieron que las emociones de enojo, frustración, ansiedad no siempre les impulsa a reclamar directamente esas situaciones. Ellos dan a conocer que se sienten enojados, frustrados, tristes, incómodos o inseguros mediante el cambio de actitudes: silencio, no hablar mucho, respuestas más frías.

Otro punto identificado dentro de las entrevistas a profundidad fue el momento en que aparecen los celos, ubicando su surgimiento una vez avanzada la fase de consolidación de la relación, o establecimiento mínimo de un vínculo acordado y/o supuesto desde las expectativas.

2.2. Principales emociones vinculadas al amor

Dentro del espectro de emociones vinculadas al amor por parte de los jóvenes, se registraron un total de 21 palabras para describir qué es lo primero que sienten cuando están enamorados y ven a su pareja, las cuales detallamos a continuación:

Tabla 7: Principales emociones de los hombres vinculadas al enamoramiento de pareja

Nº	Emoción descrita	Porcentaje de jóvenes que la mencionaron
1	Felicidad	27.5%
2	Amor	18.1%
3	Alegría	17.4%
4	Cariño	10.1%
5	Paz	5.8%
6	Afecto	2.6%
7	Confianza	2.25
8	Tranquilidad	2.2%
9	Aprecio	1.4%
10	Belleza	1.4%
11	Calma	1.4%
12	Emoción	1.4%
13	Nervios	1.4%
14	Bienestar	0.7%
15	Calor	0.7%
16	Estrés	0.7%
17	Euforia	0.7%
18	Hambre	0.7%
19	Satisfacción	0.7%
20	Seguridad	0.7%
21	Admiración	0.7%

Fuente: Elaboración Propia en base a encuestas “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

“Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

La emoción más frecuentemente mencionada por los encuestados fue la de la felicidad (27,5%); en segundo lugar está el amor (18,1%), seguido muy de cerca por la alegría, con un 17,4%; en cuarto lugar está el cariño con un 10,1%.

En este caso, no hay que dejar de mencionar el hecho de que el repertorio para describir sus emociones cuando están enamorados fue menor que el de los celos y, como veremos más adelante, que el de la ruptura. Los jóvenes recurrieron a 21 emociones/sensaciones, 15 menos que para referir lo que sienten cuando están celosos. Al respecto podemos arriesgar tres conclusiones. La primera de ellas viene de la mano de Martínez-Munguía & Hidalgo-Canales (2020), quien menciona que los hombres no cuentan con un repertorio tan amplio para describir sus emociones ya que culturalmente no les socializa habilidades de descripción emocional, de ahí que tengan un repertorio menor de palabras para describir lo que sienten puesto que no tienen muy desarrollados sus marcos de referencia expresiva. Sin embargo, ese mismo estudio menciona que -al contrario de lo establecido en la literatura- los jóvenes habían expresado sus emociones incluso con más términos que las propias mujeres. La segunda conclusión que también viene dada en ese mismo estudio es que dentro de la socialización, las mujeres aprenden a precisar mucho más sus emociones, en tanto los hombres no adquieren la habilidad para precisarlas, razón por la cual su repertorio para describir las emociones no sería en realidad sino más bien impreciso (Martínez-Munguía & Hidalgo-Canales, 2020).

La conclusión propuesta por nosotros, se dirige a afirmar que los jóvenes se sienten más interpelados por los celos y la ruptura, emociones que tienen una alta resonancia emotiva pero también social, por lo cual hay un mayor repertorio descriptivo, que es el reflejado dentro de las respuestas de la encuesta.

Figura 3: Cuando estoy enamorado de mi pareja y la veo, lo primero que siento es...



Fuente: Elaboración Propia en base a encuesta “Las emociones de los hombre es sus relaciones de pareja”

“Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

Como se observa en la figura las emociones que se siente en el enamoramiento con más frecuencia es la categoría de la alegría en la cual se describen las siguientes emociones como la misma alegría, seguida de confianza y de anticipación.

A partir de las recurrencias en las respuestas y del análisis posterior mediante la rueda de Plutchik, podemos concluir que un 59.4% de los jóvenes encuestados mencionaron las emociones que sienten son la alegría con las emociones de bienestar, calma, paz, tranquilidad algunas de ellas, después con un 37.7% está la confianza con las emociones de admiración, afecto, amor y otras. Por último la anticipación con las emociones del estrés, el hambre y los nervios.

Dentro de las entrevistas a profundidad, por otro lado, consultados los jóvenes respecto a qué aspectos les gustan más de la relación, sus respuestas se dirigieron a mencionar cómo se sentían en la relación y las principales emociones que manifestaron fueron alegría, tranquilidad, que se perdía el estrés.

Otro punto identificado dentro de las entrevistas a profundidad fue que sentían una sensación de bienestar, no había problemas, eran escuchados, y se sentían seguros porque su pareja era su lugar seguro.

2.3 Principales emociones vinculadas a la ruptura

Dentro del espectro de emociones vinculadas a la ruptura por parte de los jóvenes, se registraron un total de 45 palabras para describir qué es lo primero que sienten cuando he terminado con mi pareja y la veo, las cuales detallamos a continuación:

Tabla 8: Principales emociones de los hombres vinculados a la ruptura

Nº	Emoción descrita	Porcentaje de jóvenes que la mencionaron
1	Tristeza	19.6%
2	Indiferencia	11.6%
3	Miedo	10.9%
4	Incomodidad	5.8%
5	Nervios	5.8%
6	Dolor	2.9%
7	Tranquilidad	2.9%
8	Aprecio	2.2%
9	Melancolía	2.2%
10	Molestia	2.2%
11	Nostalgia	2.2%
12	Respeto	2.2%
13	Vacío	2.2%
14	Alivio	1.4%
15	Amistad	1.4%
16	Decepción	1.4%
17	Enojo	1.4%

“Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

18	Frustración	1.4%
19	Nada	1.4%
20	Pena	1.4%
21	Afecto	0.7%
22	Anhelo	0.7%
23	Ansiedad	0.7%
24	Bienestar	0.7%
25	Cariño	0.75%
26	Depresión	0.7%
27	Desagrado	0.7%
28	Desconcierto	0.7%
29	Desilusión	0.7%
30	Desinterés	0.7%
31	Despechado	0.7%
32	Emocional	0.7%
33	Empatía	0.7%
34	Envidia	0.7%
35	Experiencias	0.75%
36	Felicidad	0.7%
37	Impresión	0.7%
38	Normalidad	0.7%
39	Odio	0.7%
40	Raro	0.7%
41	Recuerdos	0.7%
42	Relajado	0.7%
43	Rencor	0.7%
44	Resignación	0.7%
45	Simpatía	0.7%

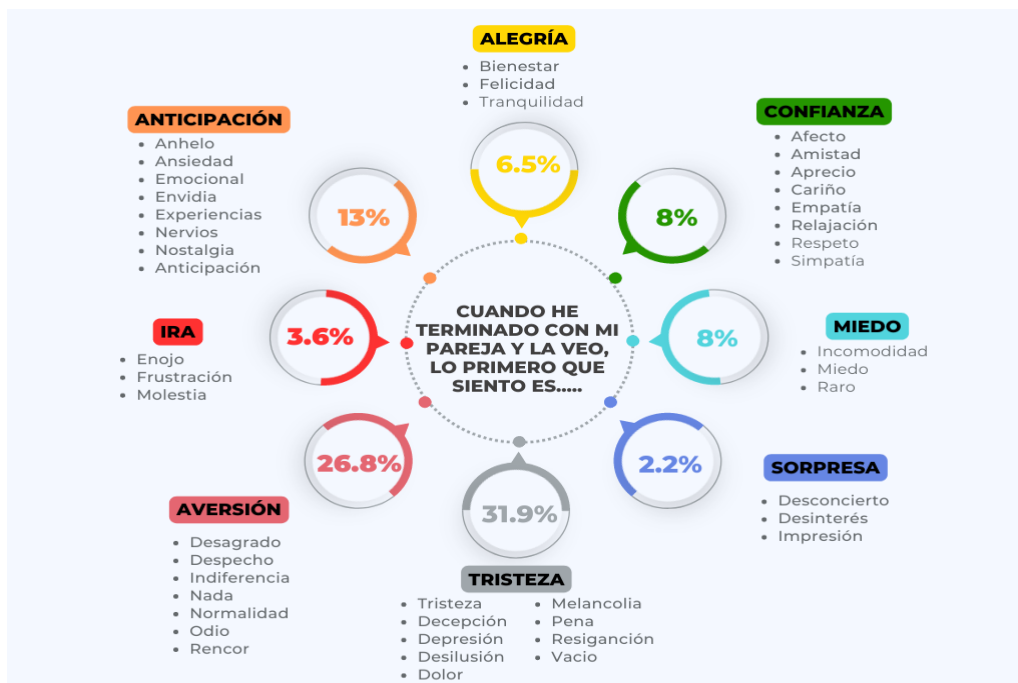
Fuente: Elaboración Propia en base a encuestas “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

La emoción más frecuentemente mencionada por los encuestados fue la tristeza con un 19.6%, seguido de la indiferencia con un 11.6% y el miedo con un 10.9% siendo estas tres emociones las que presentan más porcentaje respecto a las demás emociones sentidas en la ruptura de pareja.

Observamos que, para la ruptura los jóvenes describen más emociones que con relación al enamoramiento; la diferencia es de 24 términos respecto de una y otra, también una categorización más amplia que en el enamoramiento que sólo presentó 3 dimensiones dentro de la rueda de emociones propuesta por Plutchik.

Figura 4: Cuando he terminado con mi pareja y la veo, lo primero que siento es...

“Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”



Fuente: Elaboración Propia en base a encuestas “Las emociones de los hombre es sus relaciones de pareja”

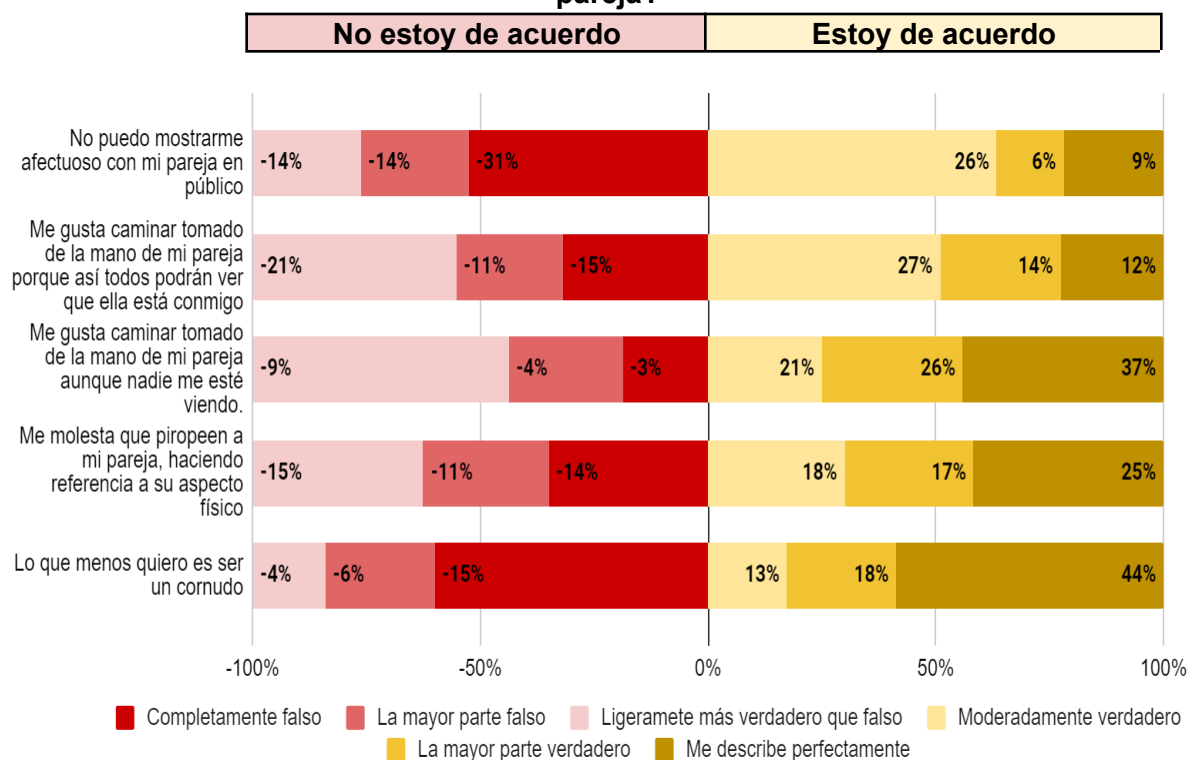
En la figura podemos observar, con un 31,9% la emoción más presente en la ruptura de pareja es la tristeza en la cual se agrupan emociones como depresión, decepción, melancolía, dolor, vacío y pena entre otras. La siguiente categoría de emoción es la aversión con 26.8%, en el cual mencionan el desagrado, la indiferencia, el odio, el rencor y luego entre las otras tres más destacadas está la anticipación (13%) y las emociones con las cuales la describen son anhelo, envidia, nervios y anticipación, entre otras emociones.

Por otro lado, en las entrevistas a profundidad, se consultó a los tres jóvenes cuáles fueron los aspectos que no les gustaba de la relación, conflictos y crisis surgidos que llevaron o podrían haber llevado a una posible ruptura en caso de no hallar solución. Lo que mencionaron fue la falta de comunicación, guardar silencio lo que conllevaba a no hablar sobre el problema y, por ende, aparentemente dejarlo pasar y que esto a un futuro pueda acumularse y explotar por el cúmulo de cosas no dichas. Otra razón por la cual solían iniciar las peleas era que empezaron a “*ver la verdadera cara de las personas*”, a mostrarse como realmente son, frustrando sus expectativas. Estas expectativas, en el caso de la persona entrevistada que mencionó esto, tenían mucho que ver con la idealización de la persona amada y, por supuesto, el amor romántico.

Otro punto identificado dentro de las entrevistas a profundidad fue cómo se sentían respecto a esas situaciones. La emoción que sentían los entrevistados era inquietud, decepción y depresión, testimonios que corroboraron lo que estadísticamente se encontró en relación a la ansiedad por separación y las emociones vinculadas a la ruptura.

3. Masculinidades hegemónicas y sentido de dueñidad

Gráfico 9: ¿Qué tan de acuerdo están los jóvenes con actitudes de dueñidad sobre su pareja?



Fuente: Elaboración Propia en base a encuesta “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

Este conjunto de preguntas estuvo dirigido a establecer cuán enraizadas están las actitudes de dueñidad dentro de las relaciones de pareja. En el gráfico 9 se centralizan las preguntas 1, 2, 3, 6 y 9; los porcentajes recabados dan mucho que pensar. Por ejemplo, en la afirmación “Lo que menos quiero es ser un cornudo” el 25% afirma que es falso, mientras que el 75% afirma que es verdadero e incluso, que los describe perfectamente.

En la pregunta 1 “No puedo mostrarme afectuoso con mi pareja en público” tiene un resultado del 55% que es una afirmación falsa, por ello el restante 41% afirma que es verdadero y lo describe perfectamente. ¿Cuál es la función de mostrar afecto en público y qué diferencia existe entre muestras de afecto “para que los demás vean que estoy con ellas”? 53% de los encuestados establecen que sí les gusta caminar tomados de la mano de su pareja para que les vean, frente a un 47% que no está de acuerdo con esa afirmación. Como se mencionó en el apartado teórico, una de las formas de establecer el control y la dueñidad de la pareja mujer frente a sus pares masculinos es el afecto en público, con la finalidad de remarcar una territorialidad. La mujer es una propiedad, un objeto de valor al cual “cuidar” porque es “mía”. Esa territorialidad halla concordancia con la respuesta a la pregunta 6: “Me molesta que piropeen a mi pareja, haciendo referencia a su aspecto físico”: El 60% de los encuestados dijo que esta afirmación los describe. Si a esto sumamos que el 75% de los encuestados expresa

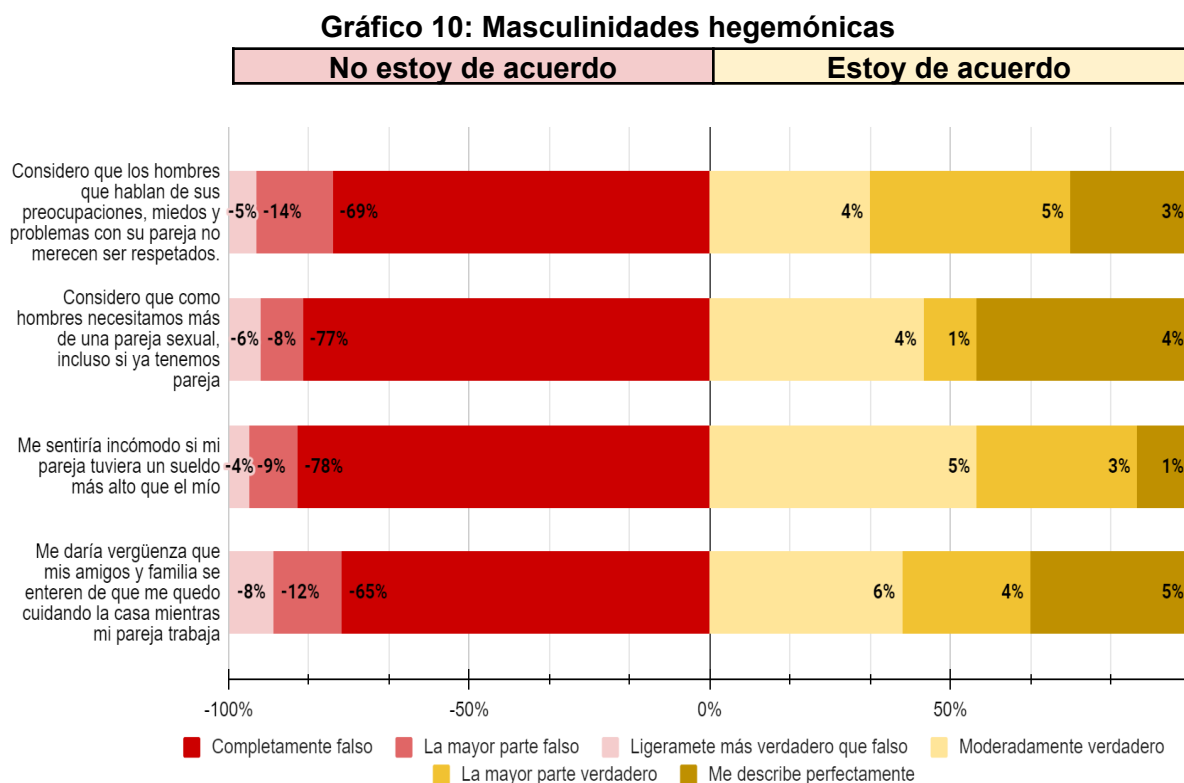
“Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

que “lo que menos quiere ser es un cornudo”, podemos afirmar que hay un sentido de dueñidad sobre la pareja en casi dos terceras partes de los jóvenes encuestados, expresada en la necesidad de establecer claramente su vínculo frente a sus pares y que un deseo explícitamente expresado es el de no querer ser un cornudo.

Por otro lado en las entrevistas a profundidad, se mencionó que cuando no hay una relación formal o que se haya formalizado, en el sentido que las dos partes hayan manifestado sus emociones, sentimientos y viceversa, no se puede presentar una posesión o que exista ese reclamo.

Pero, ¿qué pasa cuando hay esa relación formal? La posesión ya no se establece en términos explícitos o afirmaciones de propiedad (Eres mía, por ejemplo), sino que se muestra a través de expresiones de sexismo benevolente como la de mostrar preocupación por la seguridad de la otra persona en el marco de una masculinidad que cuida pero desde el paternalismo y la condescendencia.

Es verdad también que estos sentidos de dueñidad y, probablemente el reclamo frente a esos sentidos de dueñidad, desencadenan situaciones de conflicto que, desde la perspectiva de los entrevistados, trata de ser solucionado a través del diálogo calmado. Una posición recurrente establecida en las entrevistas a profundidad fue la necesidad de comunicar 1) los términos y límites de la relación y 2) Establecer un diálogo cuando esos límites se ven superados o se consideran que están siendo superados.



Fuente: Elaboración Propia en base a encuesta “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

Este segundo grupo de preguntas se dirige a establecer el grado de identificación de los encuestados con las actitudes propias establecidas desde el modelo disciplinador de la masculinidad hegemónica, que son:

- No expresar afectos (4)
- Tener mucho deseo sexual (5)
- Ser proveedor (7 y 8).

En relación a no expresar sus sentimientos los encuestados responden en un 88% que es una afirmación falsa y el restante 12% está de acuerdo con esa afirmación. Contrastando con los entrevistados a profundidad mencionaron que sí hablan de sus miedos y problemas pero a su manera, ya sea describiendo sus problemas en tercera persona, pero no consideran que hay una merma en el respeto por manifestar lo que sienten, ni en sí mismos ni en sus pares. Otro aspecto recurrente en los entrevistados es que la fase del enamoramiento siempre estuvo marcada por una comunicación abierta y constante: “creábamos nuestro propio mundo” (Entrevista 2); “era un alivio porque me quitaba el estrés” (Entrevista 3). Esto nos lleva a pensar que la pareja funge como persona que les hace contención emocional, un aspecto que quizás en su día a día no encuentran en otras personas y que también lleva a pensar que si bien afirman que como hombres no piensan que expresar sus sentimientos esté mal, tampoco socialmente se generan espacios para hablar de sus sentimientos en un contexto que no sea el de la pareja.

Sobre la necesidad de tener más de una pareja sexual, el 86% de los encuestados considera que es una afirmación falsa y el restante 14% afirma que es una afirmación verdadera y que los describe perfectamente. Esto hace referencia a cuando tienen o tenían pareja; no obstante, en una de las entrevistas surge que las relaciones sexuales pueden darse en el marco de buscar nuevas experiencias² y, en otra entrevista, que los hombres se acercan a las mujeres “como amigos”, pero buscando otra cosa (acercamientos de tipo sexual). De todas formas, aun no estando de acuerdo con que necesitan varias parejas sexuales a un mismo tiempo, sí son conscientes de que el deseo sexual masculino busca constantemente ser atendido. Su temor es que el objeto de ese deseo sea su pareja.

En el aspecto de ser proveedor se menciona que el 88% son afirmaciones falsas y el restante 12% que son afirmaciones verdaderas y en algunos casos los describen perfectamente. En las entrevistas no se mencionó este aspecto solo que el hecho de tener problemas económicos pudo actuar como un factor negativo para la relación. Podría decirse que poco a poco el rol de proveedor ya no es la parte más constitutiva del ser masculino.

En general, las respuestas sobre masculinidades hegemónicas nos establecen un conjunto de hombres que poco a poco se desprende de ciertas prohibiciones del patriarcado: ser proveedor, tener muchas parejas sexuales además de la pareja estable, privilegiar la acción sobre la palabra, no expresar sus sentimientos, criticar a quienes lo expresan. Pero por otro lado, las expresiones de dueñidad siguen muy marcadas en los jóvenes y esa dueñidad está mediada por el temor a la pérdida de su pareja ante otro par (masculino).

² Esto en el marco de una relación abierta.

Dependencia emocional

Según Castelló, la dependencia emocional responde a un “conjunto de comportamientos llevados a cabo por ciertas personas que han tenido una historia de aprendizaje concreta respecto a las relaciones interpersonales y a lo que esperan de estas (...) Es un patrón de conductas, establecidas en base a demandas afectivas que nunca podrán ser del todo colmadas porque siempre piden más y ese constante déficit busca ser atendido a través de las relaciones interpersonales” (en Martín, 2022:10). Como se ha visto, una de esas relaciones interpersonales por excelencia es la relación de pareja, y es por ello que en este apartado se detalla el nivel de dependencia emocional expresada por los jóvenes universitarios encuestados.

Dependencia emocional expresada por los jóvenes universitarios

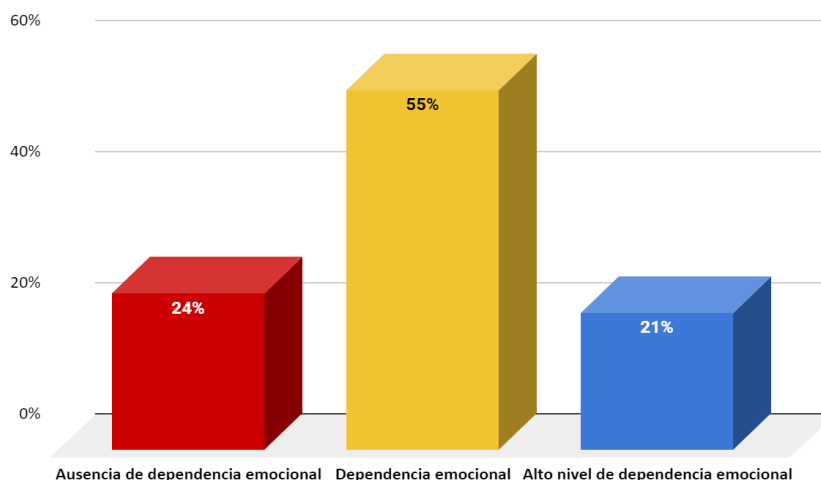
Tabla 5: Coeficiente de Cronbach

RANGO	CONFIABILIDAD
0.53 a menos	Confiabilidad nula
0.54 a 0.59	Confiabilidad baja
0.60 a 0.65	Confiable
0.66 a 0.71	Muy confiable
0.72 a 0.99	Excelente confiabilidad
1	Confiabilidad perfecta

Fuente: Elaboración Propia en base a encuesta “Las emociones de los hombre es sus relaciones de pareja

Coeficiente Alfa de Cronbach, Instrumento 3 = 0.88 (Este coeficiente nos indica una excelente confiabilidad del instrumento 3 aplicado en la investigación)

Gráfico 11: Porcentaje global de Dependencia Emocional



Fuente: Elaboración Propia en base a encuesta “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

A partir de las preguntas realizadas en el Cuestionario de Dependencia Emocional y en resultados globales, el 55% de los jóvenes universitarios tiene una dependencia emocional

considerada normal desde los estándares establecidos, mientras que el 24% tiene una ausencia de dependencia emocional y el restante 21% tiene un alto nivel de dependencia emocional. Este 21% de jóvenes presenta un alto índice de ansiedad de separación, búsqueda de atención, miedo a la soledad y modificación de planes para adaptarse a los de la pareja. Este 21% de jóvenes se caracteriza por manifestar patrones de comportamiento mediados por la demanda continua de afecto y/o atención, necesidad de aprobación constante por parte de las personas de su entorno, deseo de disponer en todo momento la presencia de la persona amada pues es una fuente de seguridad y afecto, tienen altas expectativas desde el inicio, expectativas muchas veces idealizadas desde el amor romántico (cf. Martín, 2022:11-12).

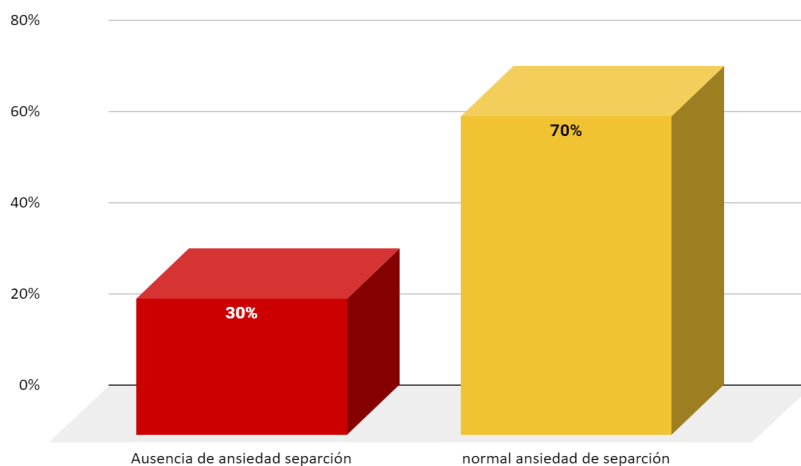
Esta experiencia de dependencia no siempre es consciente entre los jóvenes. De hecho, si bien el porcentaje de jóvenes con un alto nivel de dependencia no es tan elevado, las conductas dependientes están ampliamente documentadas por sus propias expresiones: una de las cosas que más despierta temor y tristeza es la posibilidad de perder a su pareja y el entrevistado 3 reveló que una de sus fuentes de desencanto es que su pareja *“no me demostraba tanto afecto como al principio”*, así como el entrevistado 2 reconoció que muchas veces le costaba colocar límites respecto al cambio de planes porque tenía un alto deseo de pasar tiempo con la persona que le gustaba.

Para poder analizar mejor estos índices de dependencia, se procedió a organizarlos en las dimensiones propuestas y establecer en qué ámbitos la población de jóvenes expresa un mayor índice de dependencia emocional.

Dimensión 1 de Dependencia Emocional: Ansiedad por separación

En esta dimensión se compone de las preguntas 2, 6, 7, 8, 13, 15 y 17, haciendo un total de 7 ítems. Esta dimensión evalúa el nivel de temor ante la posibilidad de abandono por parte de la pareja.

Gráfico 12: Nivel de Dependencia de los encuestados. Forma expresiva: Ansiedad por separación



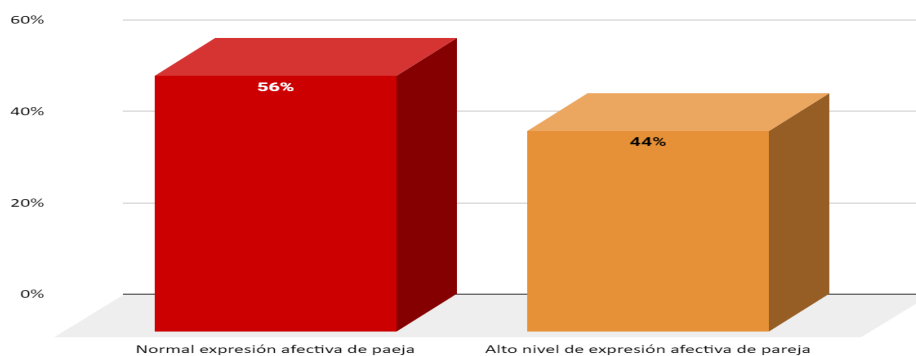
Fuente: Elaboración Propia en base a encuesta “Las emociones de los hombre es sus relaciones de pareja”

En el presente gráfico observamos que en un 30% de los encuestados hay una ausencia de la ansiedad de separación, y un 70% de ellos presenta un nivel normal de ansiedad de separación. El índice de esta dimensión no presenta porcentajes de personas con un nivel alto de ansiedad al respecto.

Dimensión 2: Expresión afectiva de la pareja

Esta dimensión se compone por las preguntas 5, 11 y 12, haciendo un total de 3 ítems. Aquí se evalúa la necesidad de expresiones de afecto constantes por parte de la pareja, bajo rasgos de ausencia de demanda de expresiones de afecto, demanda normal de expresiones de afecto y alto nivel de demanda de expresión afectiva.

Gráfico 13: Dimensión Expresión afectiva de la pareja



Fuente: Elaboración Propia en base a encuesta “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

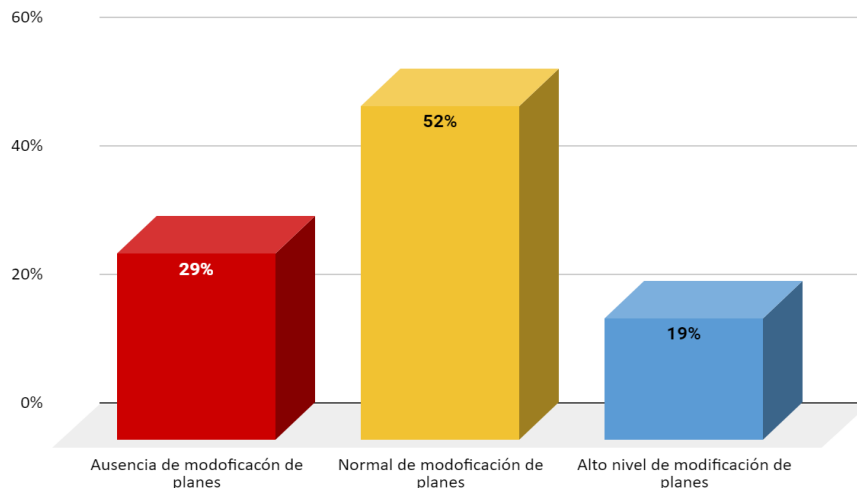
Observamos que un 56% expresa un nivel normal de dependencia a la expresión afectiva de la pareja y un 44% de los jóvenes tiene un nivel altamente dependiente de expresiones afectivas de la pareja. Esta dependencia es quizás la más relevante de todo este estudio, dado que es el nivel más alto de dependencia expresado en todas las dimensiones generadas. La necesidad de que se les demuestre amor mediante acciones, expresiones, palabras, promesas es lo que más marca a los jóvenes encuestados. En este caso no hubo ausencia de dependencia de expresiones de afecto y este dato halla su correlato en las entrevistas a profundidad, porque uno de ellos mencionó que uno de los problemas que se presentó en la relación es ese cambio de actitud en la forma de demostrar afecto y atención, de ya no ser como era en la etapa inicial del enamoramiento, o que si pero de diferente manera a la que la pareja desearía. La ausencia de expresiones de afecto los coloca en una situación constante de inseguridad respecto a los sentimientos de su pareja y es uno de los reclamos constantes que median las relaciones de pareja.

Dimensión 3: Modificación de planes

Esta dimensión se compone por las preguntas 14, 18, 19 y 20 siendo un total de 4 ítems. Aquí se mide el cambio de comportamiento o planes de una persona por agradar a la pareja o pasar

más tiempo con ella. Clasificamos los datos bajo las categorías de ausencia de modificación de planes, un índice normal en la modificación de planes y un alto nivel de modificación de planes.

Gráfico 14: Dimensión Modificación de planes



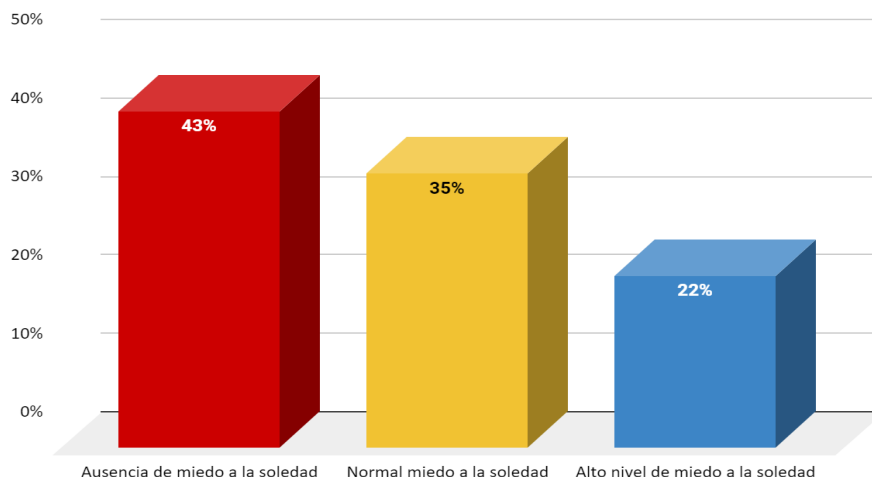
Fuente: Elaboración Propia en base a encuesta “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

Los datos se presentan así: un 29% de los encuestados revela una ausencia de modificación de planes, luego con un 52% un nivel normal modificación de los planes y por último con un 19% un alto nivel de modificación de los planes. En la entrevista 2 se mencionó siempre estar a disposición de la otra persona, hacer tiempo al tiempo, dejando de lado aspectos importantes como estudio, repercutiendo en los estudios y las relaciones familiares, por amor. La modificación de planes revela un grado de disponibilidad, de priorización nociva del tiempo con la otra persona por temor a perderla y, si también combinamos con las variables planteadas respecto a la dueñidad, por la oportunidad de estar con ella para controlarla. No obstante, esta relación entre modificar los planes para estar con la pareja con la finalidad de evitar que esté con otra persona, requiere ser demostrada con preguntas específicas en otras investigaciones.

Dimensión 4: Miedo a la soledad

Esta dimensión se compone de las preguntas 1, 16, 10, haciendo un total de 3 ítems. Aquí se evalúa el temor a sentir soledad o a no sentirse querido por parte de una pareja. Esto se establece en las categorías de ausencia de miedo a la soledad, nivel normal de miedo a la soledad y alto nivel de miedo a la soledad.

Gráfico 15: Dimensión Miedo a la soledad



Fuente: Elaboración Propia en base a encuesta “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

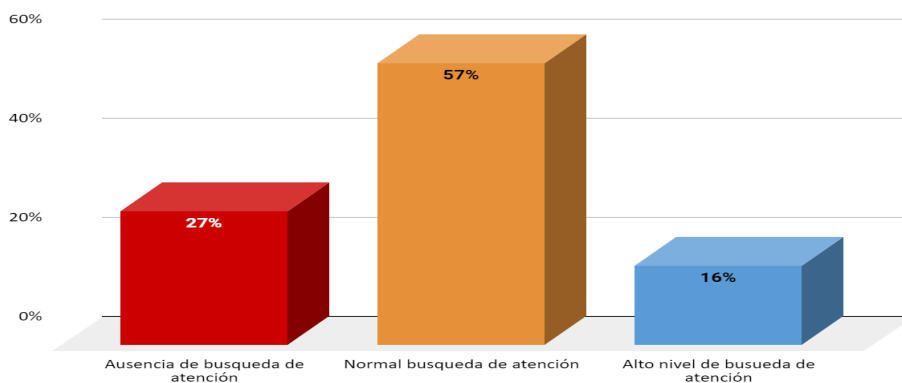
Los datos recogidos nos muestran que un 43% de los jóvenes afirman no tener miedo a la soledad; un 35% presenta un nivel normal de miedo a la soledad y por último un 22% de los encuestados reveló un alto nivel de miedo a la soledad.

Este no es un dato menor, reconocerse personas necesitadas y solas, que tienen miedo quedarse solas, que sienten que su vida no tiene sentido si no encuentran una pareja, remarcan que parte de su identidad se constituye en la búsqueda de una pareja y, cuando la tienen, el temor a que ésta se vaya. De ahí que hallamos una correlación directa entre la demanda de expresiones de afecto -y de establecer que hay ese afecto ante sus pares-, la modificación de los planes y el miedo a la soledad, lo cual establece el siguiente patrón emocional: los jóvenes universitarios demandan a sus parejas constantes expresiones de afecto para tener la certeza de que son queridos, ya que la opción de no serlo significa que en cualquier momento quedarán solos. No debe sorprender, por tanto, que 2 de cada 10 jóvenes tenga la tendencia de modificar sus planes con tal de pasar tiempo con su pareja, incluso cuando la relación se muestra consolidada (entrevista 3). A esto se combina el sentimiento de dueñidad sobre la pareja, ya que la consideran como un objeto exclusivo.

Dimensión 6: Búsqueda de atención

Esta dimensión se compone de las preguntas 2 y 3, siendo 2 ítems. Esta dimensión se encarga de evaluar el deseo de llamar la atención constantemente de la pareja o las conductas llevadas a cabo para asegurar la perdurabilidad de la otra persona en la relación. Las tendencias marcan 3 categorías: ausencia de búsqueda de atención, nivel de búsqueda de atención normal y alto nivel de búsqueda de atención.

Gráfico 16: Búsqueda de atención



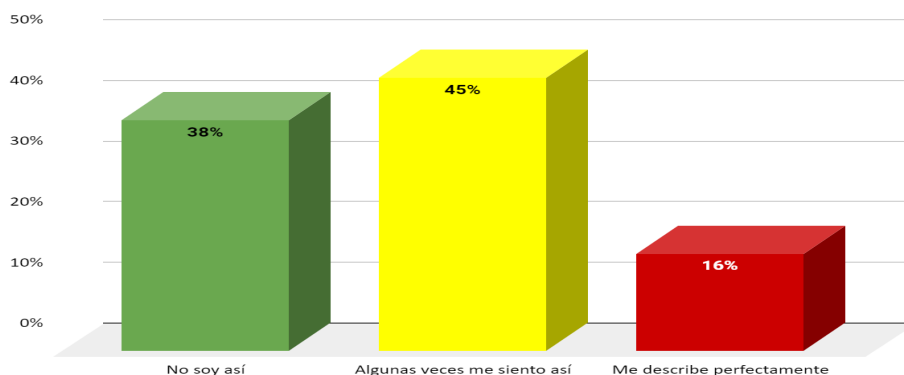
Fuente: Elaboración Propia en base a encuesta “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

Los datos se presentan de la siguiente manera: Un 27% de los encuestados revela ausencia de búsqueda de atención en su relación de pareja; un 57% muestra un nivel normal de búsqueda de atención y por último en un 16% se registró un alto nivel de búsqueda de atención.

Como se había mencionado a un inicio, los registros de dependencia emocional en los jóvenes universitarios no fueron tan elevados como en otros estudios; ello no quita sin embargo, que se trate de un porcentaje importante y cómo hay una relación directa entre la dependencia emocional y los comportamientos dados para satisfacer esa dependencia, entre ellas, la de generar miedo para que la otra persona no abandone la relación y, por otro lado, la de adoptar un papel de idealización de la persona amada, aceptando en muchos casos situaciones negativas por miedo a perderlas.

Ahondando en la dependencia emocional de los jóvenes, con el fin de identificar el tipo exacto de dependencia emocional a los cuales tienen tendencia, analizamos las respuestas a preguntas específicas en los siguientes gráficos, agrupados desde las tendencias de “No soy así”, “algunas veces me siento así” y “me describe perfectamente”.

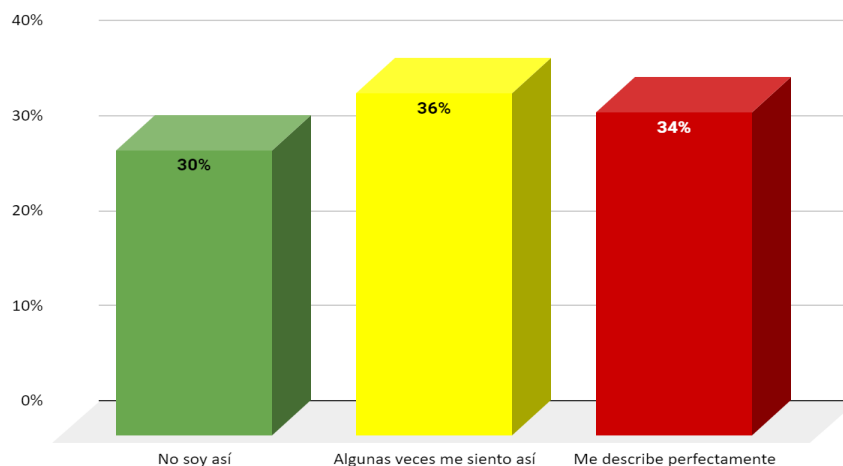
GRÁFICO 17: Cuando mi pareja no me llama o no aparece a la hora acordada, pienso que está enfadada conmigo



Fuente: Elaboración Propia en base a encuesta “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

En el gráfico 17, se observa que el 38% de los jóvenes encuestados manifiesta no ser así en relación a la afirmación “cuando mi pareja no me llama o no aparece a la hora acordada, pienso que está enfadada conmigo”. El 45% menciona que algunas veces se siente así y el restante 16% afirmó que esa frase le describe perfectamente. La inseguridad respecto a la presencia de la pareja queda enmarcada en la posibilidad de enfado. La correlación establecida refiere a ¿está enfadada y no vendrá? Esto también se corrobora en las entrevistas a profundidad, dado que una fuente de inquietud mencionada por 2 de los 3 entrevistados es la posibilidad de que se corte la comunicación tras una discusión y desacuerdo.

GRÁFICO 18: Cuando no veo a mi pareja por varios días, me siento angustiado

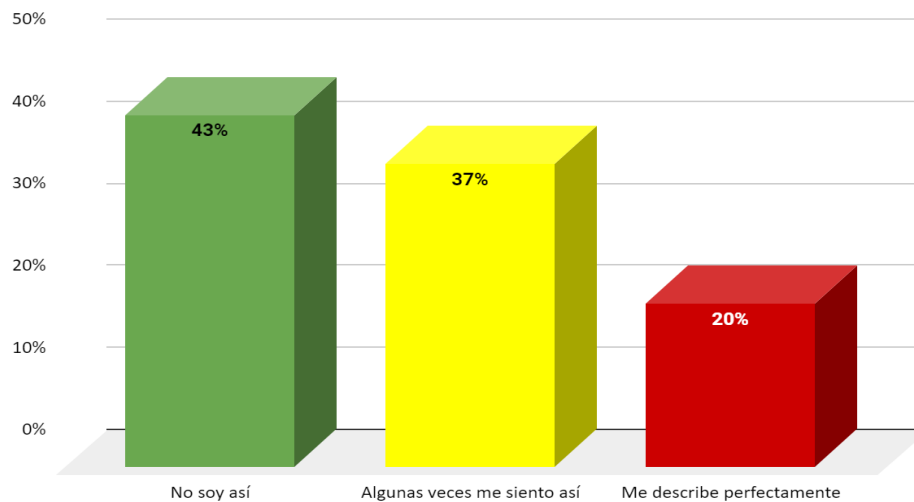


Fuente: Elaboración Propia en base a encuesta “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

En el gráfico 18, se observa que un 30% del total de jóvenes encuestados manifestó no sentir angustia cuando no ve a su pareja por varios días. El 36% reveló que algunas veces sí se sintió de esa manera y por último el 34% menciona que esa afirmación lo describe perfectamente: siente angustia cuando no se encuentra varios días con su pareja. Esta es la tendencia más fuerte dentro de los encuestados y que marca un patrón emotivo: 70% de los jóvenes necesitan ver a su pareja porque de no verla, experimentan angustia. Este apego puede venir dado por la inseguridad -“quién sabe con quién estará mientras no está conmigo”, como mencionó el entrevistado 3- y también por la necesidad constante de corroborar la fuerza del vínculo por medio del contacto físico. Si bien sólo uno de los entrevistados a profundidad habló de la atracción física mutua como parte central de la relación, es probable que esa cercanía, sumada a la comunicación -un rasgo que los 3 entrevistados mencionaron imprescindible en las relaciones de pareja- las que les genera seguridad.

Por otro lado, también cuando se les consultó si el espacio solicitado por la pareja cuando se entablan discusiones y acuerdos era respetado, los tres reconocieron que sí, aunque les es muy difícil puesto que “necesitan comunicación”.

GRÁFICO 19: Cuando discuto con mi pareja me preocupa que deje de quererme



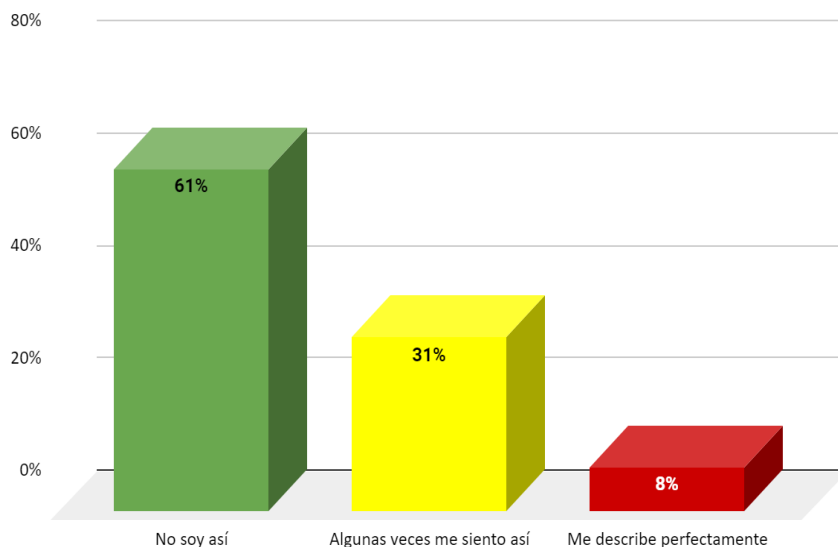
Fuente: Elaboración Propia en base a encuesta “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

Los valores demuestran que un 43% de los encuestados manifestaron que no son así, que cuando discuten con su pareja no les preocupa que ésta les deje de querer. Un 37% señala que algunas veces se sintieron así y por último el 20% reconoce que esta afirmación les describe perfectamente. Si hacemos una sumatoria entre “algunas veces” y “me describe perfectamente”, el 57% de los jóvenes encuestados siente que las discusiones pueden ser la razón por la cual la pareja les deje de querer.

No obstante en la entrevista a profundidad 1, surgió que la discusión va más allá del sentimiento, aparecen nuevos como el de seguridad, el de bienestar y sobre todo el de solucionar y apaciguar el problema, ¿pero desde qué términos?

En las 3 entrevistas a profundidad los jóvenes se presentaron con una voluntad de conciliar, con afirmaciones respecto a la importancia de una comunicación constructiva que vaya encaminada a la solución del problema. No obstante, consultados respecto a cómo manifiestan su desacuerdo, uno de ellos mencionó que el silencio. La actitud de callar o de dar respuestas más cortas de las usuales genera otro tipo de comunicación, no necesariamente constructiva, dado que en cualquier momento puede llegar a un punto de quiebre por todo lo no dicho (algo reconocido en la entrevista 2: *“todo lo que no se decía estalló en ese momento, cuando había discusiones se remarcaba lo malo (...) ahí se podría decir que las charlas difíciles son necesarias para no llegar a este punto”*) pero también genera una presión para que la otra parte *“reconozca que estaba equivocada”*. Esto se verá también concordante con los tipos de mensajes que se utiliza en el conflicto, en el instrumento 4.

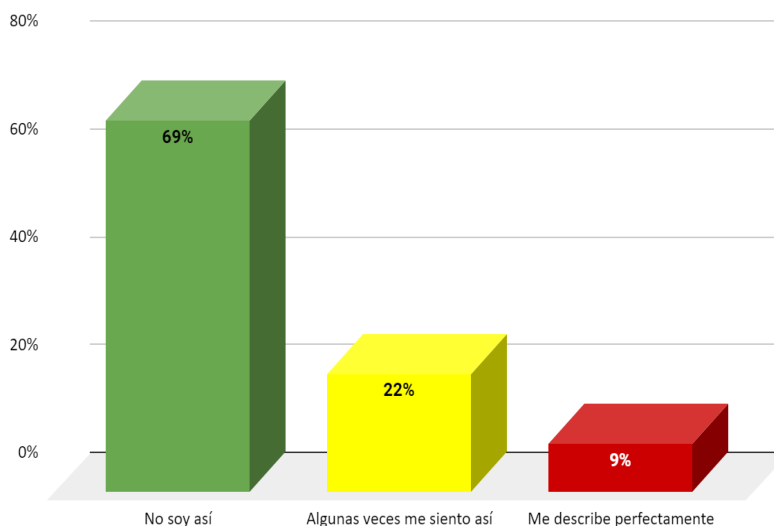
GRÁFICO 20: Siento temor a que mi pareja me abandone



Fuente: Elaboración Propia en base a encuesta “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

Los resultados recogidos presentan a un 61% de los encuestados indicando que no tienen temor a que la pareja les abandone, luego está el 31% que indica que algunas veces sintió temor a que la pareja lo abandone y por último el 8% indicó que esa afirmación les describe perfectamente. Analizaremos este patrón combinándolo con el gráfico 21, 22 y 23.

GRÁFICO 21: Si no sé dónde está mi pareja me siento intranquilo



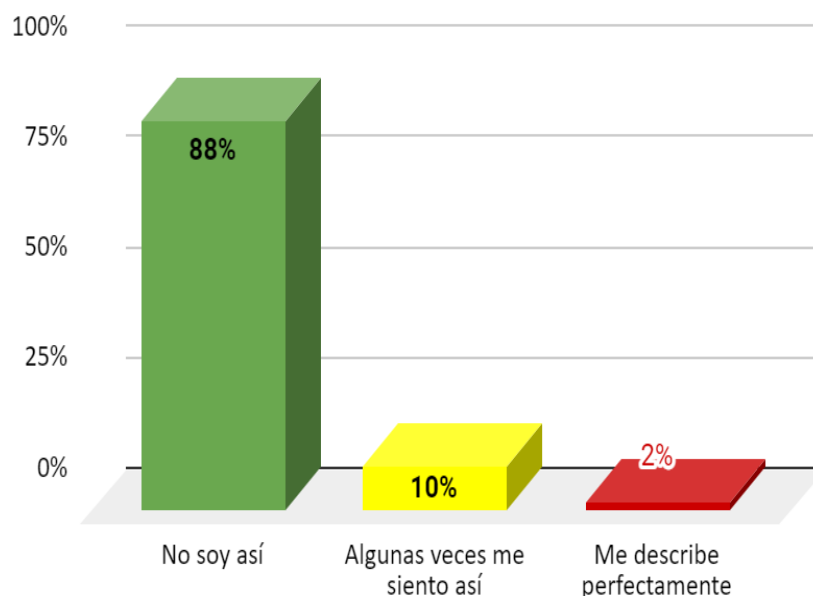
Fuente: Elaboración Propia en base a encuesta “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

El gráfico muestra que un 69% de los jóvenes encuestados afirman no sentirse intranquilos cuando no saben dónde está su pareja. El 22% menciona que algunas veces se sienten

intranquilos y por último el 9% que los describe perfectamente lo que nos quiere decir que si sintieron intranquilidad al no saber dónde estaba su pareja.

En las entrevistas a profundidad generalmente este sentimiento se presenta cuando surgen peleas o discusiones en la pareja y en ese ínterin la pareja decide irse o salir del lugar. Los entrevistados mencionaron que les preocupaba que en ese momento de subidón emocional la pareja se pusiera en riesgo, razón por la cual trataban de detenerla *“por su propia seguridad ya que yo era el responsable de su seguridad”*.

GRÁFICO 22: Soy alguien necesitado y débil

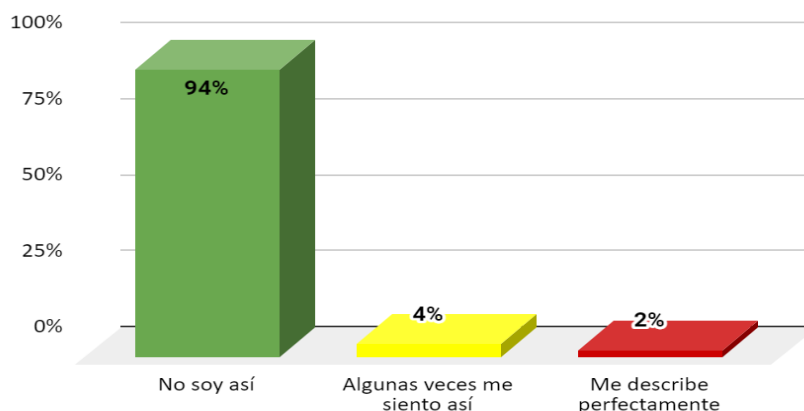


Fuente: Elaboración Propia en base a encuesta “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

El gráfico es elocuente, sólo el 2% de los encuestados afirmó ser necesitado y débil, y un 10% que algunas veces se sintió así. Esto es contraproducente a las respuestas previas recibidas tanto respecto a masculinidades -la debilidad no es un rasgo del que avergonzarse, mencionaron el 88% de los encuestados, cf. Gráfico 10- como respecto a que sí sienten angustia cuando no ven a su pareja y que cuando discuten sienten miedo a que su pareja les deje de querer.

En las entrevistas a profundidad tampoco expresaron esta afirmación, aunque reconocieron (entrevista 2 y 3) que no se dieron las relaciones como lo esperaban o hubo situaciones externas, más vieron estas situaciones como un aprendizaje, saber conocerse y que al final sacar sus conclusiones respecto a su relación de pareja para no poder volver a los mismos errores, mencionando también los modelos parentales como una gran inspiración para identificar en qué se habían equivocado sus padres para no repetir esos errores (entrevista 1).

GRÁFICO 23: He amenazado con hacerme daño para que mi pareja no me deje



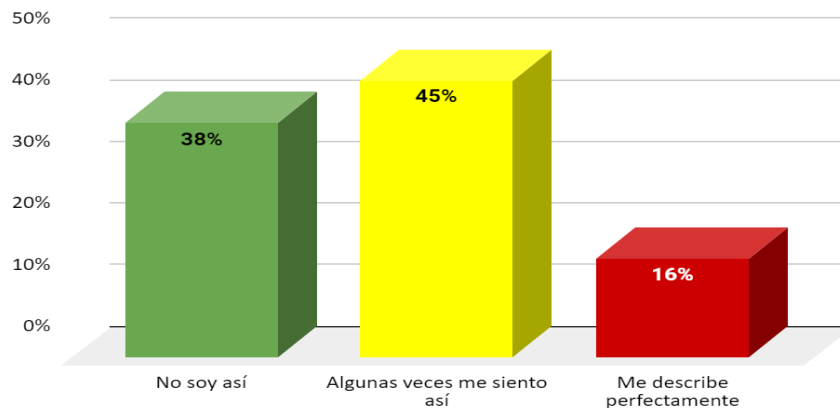
Fuente: Elaboración Propia en base a encuesta “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

Nuevamente, el gráfico es elocuente por sí mismo: Sólo un 2% reporta haber llegado a una situación límite para que la pareja no le deje, y un 4% mencionó que alguna vez se ha sentido de esa manera.

La lectura conjunta de los 4 gráficos 20, 21, 22 y 23 que refieren explícitamente a la inseguridad, la intranquilidad, el abandono y situaciones límites y la respuesta brindada por los encuestados nos haría concluir que los encuestados son muy conscientes de que ese tipo de actitudes demuestran altos niveles de dependencia emocional y denotan actitudes manipuladoras sobre la pareja, de allí esos bajos niveles de identificación con las afirmaciones planteadas que por otro lado, no concuerdan con la dependencia expresada en formas de: pienso que mi pareja está enojada cuando no me llama (61%); se sienten angustiados cuando no ven a su pareja en varios días (70%); cuando discuten les preocupa que la pareja les deje de querer (57%). Nuevamente, aparece una actitud de corrección que es incoherente con otras expresiones, más sutiles.

En esa misma línea, analizamos los siguientes dos gráficos

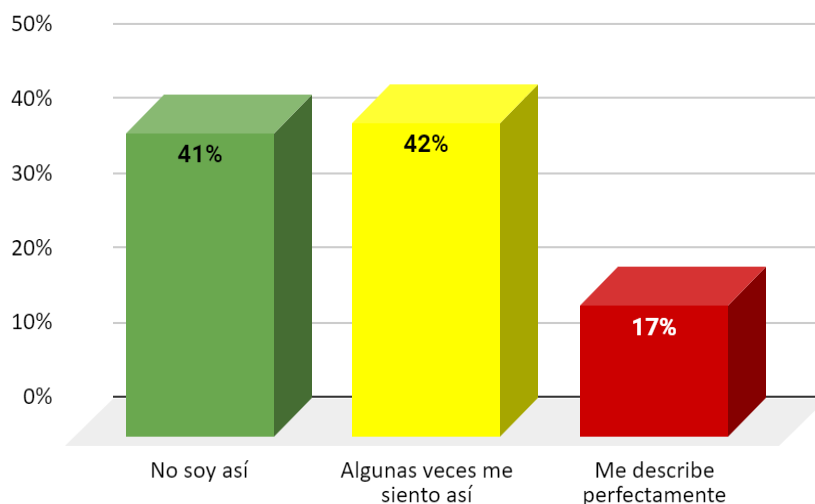
GRÁFICO 24: Me siento muy mal si mi pareja no me expresa constantemente afecto



Fuente: Elaboración Propia en base a encuesta “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

El 38% de los jóvenes universitarios encuestados menciona que no se sienten muy mal si su pareja no expresa constantemente afecto, seguido del 45% que reconoce que algunas veces se sienten mal ante esa situación y por último el 16% para quienes esa afirmación les describe perfectamente. Como ya se mencionó en el análisis dimensional de dependencias, la expresión afectiva es la que más alto nivel de dependencia muestran los jóvenes, situación que fue ratificada en las entrevistas a profundidad.

GRÁFICO 25: Hago todo lo posible para ser el centro de atención en la vida de mi pareja



Fuente: Elaboración Propia en base a encuesta “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

El 41% de los jóvenes encuestados menciona que no hacen todo lo posible para ser el centro de atención en la vida de su pareja, seguido de un 42% que reconoce que algunas veces hicieron eso y por último el 17% que reconoce que ésta es una actitud que les caracteriza. Ser el centro de la vida de tu pareja es una actitud que un 59% de la población encuestada reconoció que al menos alguna vez tomó, lo cual revela, juntamente con la necesidad de demostraciones de afecto constante, que los encuestados tienen una tendencia a construir relaciones dependientes.

Enunciados y estilos de comunicación de los jóvenes durante sus discusiones con su pareja

Tabla 6: Coeficiente de Cronbach

RANGO	CONFIABILIDAD
0.53 a menos	Confiabilidad nula
0.54 a 0.59	Confiabilidad baja
0.60 a 0.65	Confiable
0.66 a 0.71	Muy confiable
0.72 a 0.99	Excelente confiabilidad
1	Confiabilidad perfecta

Fuente: Elaboración Propia en base a encuesta “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

Coeficiente Alfa de Cronbach, Instrumento 4 = 0.793

Un coeficiente que nos indica una excelente confiabilidad del instrumento 4 aplicado en esta investigación.

Tabla 7: Medias de la escala Centrado en uno mismo

Centrado en uno mismo	Alfa de Cronbach	0.78
	Media	DEsv.
Vieja loca, no quiero seguir escuchándote	1.44	0.855
Cállate, estás equivocada, no quiero escucharte más.	1.70	1.063
Si fallo en esto será tu culpa	1.44	0.888
No puedes salir con eso, de todos modos será a mi manera.	1.46	0.856
Si no me vas a ayudar, me iré con alguien que sí lo haga.	1.47	0.873
Trata de aceptar mi decisión porque ya no hay nada que puedas hacer para cambiarla.	2.14	1.259
Total	9.65	

Fuente: Elaboración Propia en base a encuesta “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

Esta escala centrada en uno mismo tiene las preguntas 1, 8, 9, 10, 16 y 18, haciendo un total de 6 ítems. La puntuación que tiene un sujeto en cada dimensión determina la frecuencia con la que utilizaría mensajes parecidos en un contexto de conflicto interpersonal. Ross y DeWine (1988). Los mensajes centrados en sí mismos en el conflicto denotan agresión e imposición.

El resultado de la media en este estilo de mensaje es de 9.65 puntos que obtiene esta escala estando dentro del rango de 6 a 30 puntos, llegando a interpretarse que no es tan frecuente la utilización de estos mensajes en las situaciones de conflicto en la pareja. (Véase tabla 7).

Tabla 8: Medias de la escala Centrado en el problema

Centrado en el problema	Alfa de Cronbach	0.54
	Media	DEsv.
Estoy muy molesto por algunas cosas que están pasando, ¿podemos hablar sobre ello?	3.38	1.135
¿Qué posibles soluciones podemos encontrar?	3.74	1.096
Hablemos y veamos cómo podemos manejar este problema	3.75	1.145
Intentemos encontrar una solución que nos dé a cada uno algo de lo que queremos.	3.48	1.233
Tenemos que resolver esto porque siempre lo estamos discutiendo	3.48	1.291
Pienso que necesitamos intentar comprender el problema.	3.46	1.209
Total	21.29	

Fuente: Elaboración Propia en base a encuesta “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

“Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

Esta escala centrada en el problema tiene las preguntas 3, 5, 7, 11, 12 y 17 haciendo un total de 6 ítems. Los estilos de mensaje centrados en el problema demuestran una tendencia a buscar una solución de manera constructiva.

El resultado de la media es de 21,29, en una escala que va en un rango de 6 a 30 puntos, interpretándose que es muy frecuente la utilización de estos mensajes en el conflicto de pareja. (Véase tabla 8). Si tomamos esta tendencia como válida, los mensajes que los jóvenes utilizan en sus discusiones son altamente asertivos.

En las entrevista realizadas a profundidad, los entrevistados mencionaron que hablaban el tema o buscaban una solución de manera indirecta, primero pidiendo consejo o comentando el problema como tercera persona, otra frase que salió fue “*No cometer los mismos errores que nuestros padres*”, por ello mencionaron que para resolver los conflicto es muy importante la comunicación.

Tabla 9: Medias de la escala Centrado en la otra parte

Centrado en la otra parte	Alfa de Cronbach	0.85
	Media	DEsv.
¿Cómo puedo hacerte sentir bien otra vez?	2.77	1.186
No quiero hablar más de esto... (Silencio)	2.55	13.073
Lamento mucho que te sientas herida, quizás tú tengas razón.	3.40	1.241
Cualquier cosa que te haga sentir mucho mejor está bien para mí	3.45	1.227
Ya déjalo así... (Silencio).	2.30	1.320
Tienes razón... De todos modos, no era importante... ¿Ahora ya estás bien?	2.80	1.231
Total	17.27	

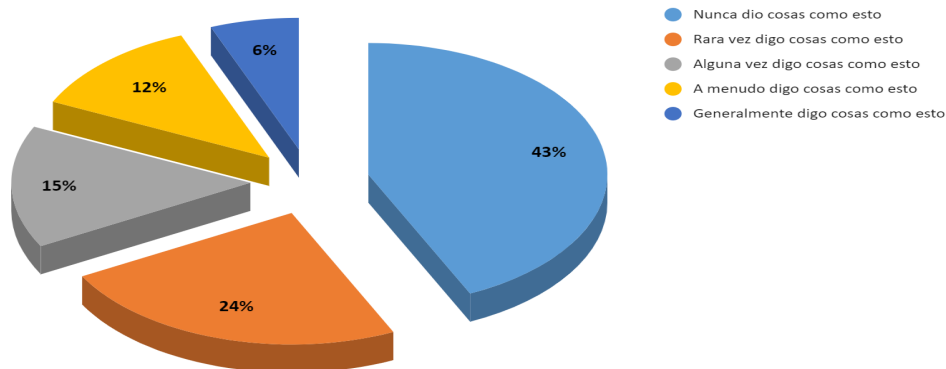
Fuente: Elaboración Propia en base a encuesta “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

La escala que mide la frecuencia de mensajes emitidos y que se centran en la otra parte está conformada por las preguntas 2,4, 6, 13, 14 y 15, haciendo un total de 6 ítems. Los mensajes centrados en la otra parte revelan una tendencia a evitar el problema y rehuir la confrontación directa.

El resultado alcanzado nos muestra una puntuación de 17.27 sobre 30 puntos, llegando a interpretarse que hay una cierta frecuencia en la utilización de estos mensajes centrados en la otra parte. (Véase tabla 9). En la entrevista a profundidad los jóvenes mencionaron que ante un conflicto en el que centran su causa en la otra parte, lo que hace es callar: en ese momento no hablan del conflicto, pero que después uno de ellos insiste en que se solucione el conflicto, con el espacio de tiempo dado.

Nuevamente, para ahondar el análisis, se procede a seleccionar preguntas específicas para su análisis individual. En esta oportunidad se seleccionaron 5 de ellas.

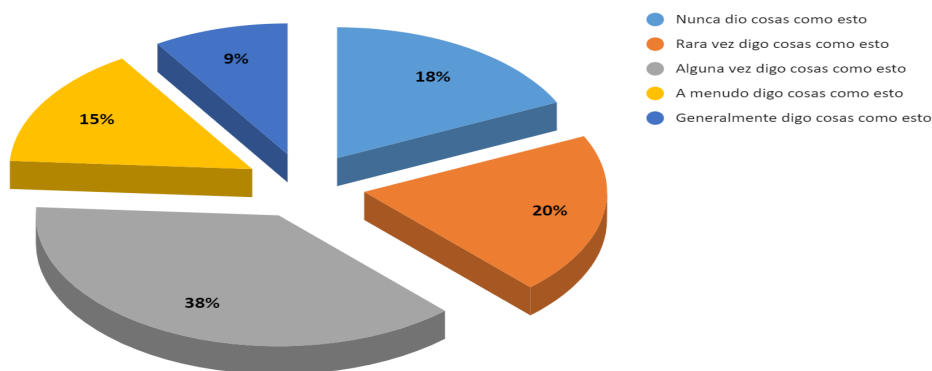
GRÁFICO 26: Trata de aceptar mi decisión porque ya no hay nada que puedas hacer para cambiarla



Fuente: Elaboración Propia en base a encuesta “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

Este mensaje está centrado en el emisor, por ello se lo vincula con un tipo de comunicación agresiva e impositiva. De los 6 enunciados establecidos dentro de ese tipo, este mensaje fue el que mayor tendencia tuvo a ser emitido. El gráfico nos muestra que el 67% afirma que nunca y rara vez menciona que “se debe aceptar su decisión porque ya es inapelable”, seguido de un 15% que algunas vez dice cosas como eso y por último el restante 18% que dice esto a menudo y generalmente haciendo un total de 33% que a menudo y generalmente lo dice. En las entrevistas a profundidad los entrevistados mencionaron respetar la decisión que toma la otra parte, pero reconociendo que toman diferentes estrategias para tener la razón, porque están seguros de que su posición en la discusión es la correcta.

GRÁFICO 27: ¿Cómo puedo hacerte sentir bien otra vez?

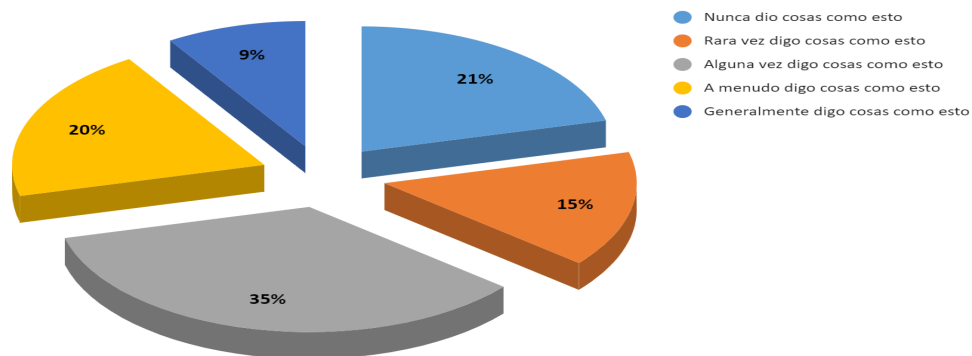


Fuente: Elaboración Propia en base a encuesta “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

Esta pregunta se encuentra dentro del estilo de mensaje centrado en la otra parte, que muestra un manejo evitativo del conflicto.

En el gráfico se observa con un 38% que nunca y rara vez dicen la siguiente afirmación, “¿Como puedo hacerte sentir bien otra vez?”, seguido de un 38% que afirma que dice esto alguna vez en sus discusiones y, por último, un 24% que a menudo lo dice y generalmente.

GRÁFICO 28: Tienes razón... De todos modos, no era importante... ¿Ahora ya estás bien?



Fuente: Elaboración Propia en base a encuesta “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

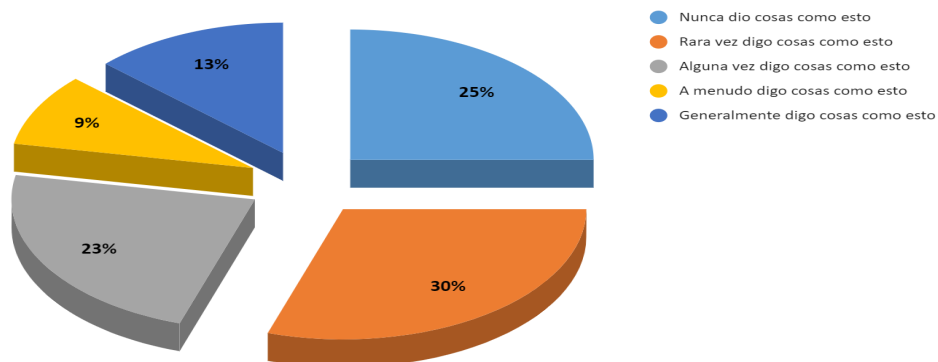
Este tipo de enunciados está dentro del tipo de mensajes centrados en la otra parte, es una frase evitativa.

El gráfico muestra un 36% de los jóvenes encuestados que mencionan que nunca y rara vez dicen: “Tienes razón... De todos modos, no era importante... ¿Ahora ya estás bien?”, seguido de un 35% que dice eso alguna vez en sus discusiones y finalmente un 29% que reconoce que utiliza esta expresión a menudo y generalmente.

Como se dijo con anterioridad, los mensajes de tipo evitativo pueden disfrazarse de una cierta asertividad que en realidad es condescendencia. No darle importancia al problema, o minimizar la importancia del mismo denota una actitud de relativización de los argumentos de la otra persona y la discusión se traslada a un ámbito de paternalismo e infantilización: “darle la razón para no hacer crecer la discusión”.

En términos globales, 64% de los encuestados reporta utilizar estos términos en sus discusiones de pareja, al menos una vez.

GRÁFICO 29: No quiero hablar más de esto... (Silencio)



Fuente: Elaboración Propia en base a encuesta “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

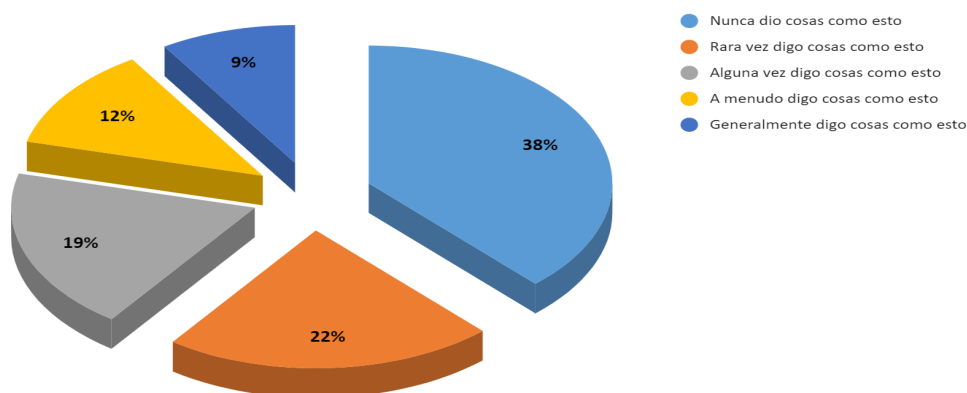
“Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

Observamos que el 55% de los jóvenes entrevistados menciona que nunca y rara vez dice: “No quiero hablar más de esto... (Silencio)”, el 23% de ellos, que algunas veces dice cosas como esto y por último el 22% reconoce decir esto a menudo y generalmente plantear este tipo de afirmaciones en sus discusiones.

Un porcentaje significativo de los jóvenes (45%) utiliza el silencio como forma de concluir la discusión y desde una actitud extremadamente cortante.

En las entrevistas a profundidad los jóvenes dijeron que optan por el silencio para no hablar del tema o, en todo caso como uno de ellos mencionó, “*prefiero callar para no decir palabras que lastimen a la otra persona y que luego me arrepienta pero eso ya deja un problema más grande*” (entrevistado 1).

GRÁFICO 30: Ya déjalo así... (Silencio)



Fuente: Elaboración Propia en base a encuesta “Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

Profundizando en el silencio como estrategia de discusión, ante la afirmación “Ya déjalo así... (Silencio)” el 60% de los jóvenes encuestados mencionan que nunca y rara vez dice la siguiente afirmación, seguido de un 19% que alguna vez dijo cosas como eso y por último el 21% que a menudo o generalmente dicen cosas como eso en un conflicto de pareja. Este mensaje también es de tipo evitativo, y también denota una comunicación pasiva-agresiva.

En la entrevista realizada a profundidad los jóvenes mencionan que no lo dicen pero que si lo hacen, y que los conflictos que surgen prefieren mantener en silencio una medidas tomadas para no generar más conflicto y evitar dañarse.

Dentro de este análisis individualizado de los ítems, la tendencia marcada es utilizar el silencio, o expresiones de conclusión de la discusión, ese es el tipo de enunciado más recurrente dentro de las discusiones de los jóvenes.

CONCLUSIONES

Emociones auto-percibidas por los jóvenes durante el enamoramiento, los celos y la ruptura

Las emociones son complejas, se construyen socialmente pero se expresan individualmente. Dentro de este acercamiento cuantitativo y cualitativo a las emociones más recurrentes de los hombres jóvenes en sus relaciones de pareja, se establece que el espectro emocional que más sienten cuando están enamorados es la alegría, bajo las emociones de la alegría, belleza, bienestar, calma, calor, emoción, felicidad, paz, tranquilidad y satisfacción. También es importante la cantidad de jóvenes que dicen sentir confianza, describiéndose con emociones como admiración, afecto, amor, aprecio, confianza, cariño, euforia y seguridad.

Las emociones vinculadas al amor reportadas por los jóvenes hacen referencia a situaciones de alegría y confianza, componentes básicos para el relacionamiento con otra persona desde un vínculo afectivo. La palabra más recurrente para describir cómo se sentían fue felicidad, seguida de amor, alegría y cariño. Es importante mencionar además que los 138 encuestados emplearon 21 palabras para describir cómo se sentían, teniendo una notable repetición de palabras como felicidad, amor, alegría y cariño.

En cuanto a las emociones de los jóvenes universitarios respecto a los celos, los jóvenes encuestados emplearon un repertorio de 36 palabras para describir cómo se sentían: sobre todo con ira, bajo los términos de disgusto, enojo, frustración, furia, entre otros; el miedo también tiene una presencia importante, bajo las emociones de miedo, angustia, duda e impotencia. Asimismo, la aversión también tuvo una importante prevalencia, describiéndose con emociones como rechazo, desconfianza, traición, indiferencia y odio. La palabra más repetida para describir cómo sienten los celos es el enojo, seguido por la tristeza y la inseguridad. La intensidad del enojo se vincula con situaciones en los que sienten que su pareja esté con alguien más y de acuerdo a las entrevistas a profundidad, los celos son la causa recurrente de las discusiones y situaciones de conflicto en la pareja.

Las emociones en la etapa de ruptura se expresan desde los jóvenes universitarios tanto con sensaciones positivas como también negativas. Los jóvenes encuestados utilizaron un total de 45 términos para describir cómo se sienten cuando ven a su ex pareja luego de haber terminado la relación. El espectro de emociones con más valor porcentual fue la tristeza, expresada con palabras como decepción, dolor, melancolía, pena y vacío. A la tristeza le sigue en valor porcentual la aversión, con emociones como desagrado, rencor y odio. Finalmente, un porcentaje más reducido dijo sentir anticipación, bajo las emociones de anhelo, ansiedad, envidia y nostalgia, entre otros. La palabra más utilizada fue la tristeza, la indiferencia y el miedo.

Aunque un parte de los jóvenes dijeron que, en cierto modo, les era indiferente ver a su pareja después de haber terminado con ella, es importante destacar que la emoción de la indiferencia se halla dentro del espectro de la aversión, misma que revela una pulsión de rechazo agresivo.

Haciendo una comparación dentro del repertorio de términos utilizados y si bien se maneja –desde estudios sobre emociones y género- que los hombres cuentan con una menor capacidad de exteriorizar emociones por una construcción social del género, la mayor cantidad de términos utilizados para describir los celos y la ruptura, revela que los jóvenes se sienten más interpelados por los celos y la ruptura, emociones que tienen una alta resonancia emotiva pero también social, por lo cual hay un mayor repertorio descriptivo, que es el reflejado dentro de las respuestas de la encuesta.

Masculinidad, inseguridad en sí mismos y dependencia emocional

La masculinidad se define como una forma de ser adoptada por los hombres en tanto identidad constitutiva de su ser hombre y se construye relacionalmente entre hombres y mujeres, donde se manifiesta en mandatos, como no expresar afecto, no expresar debilidad, ser proveedor, entre otros. Dentro de las relaciones de pareja, esta construcción y deconstrucción de la masculinidad está invariablemente presente.

A nivel general, las respuestas sobre masculinidades hegemónicas brindadas por los encuestados nos establecen un conjunto de hombres que poco a poco se desprende de ciertas prohibiciones del patriarcado: ser proveedor, tener muchas parejas sexuales además de la pareja estable, privilegiar la acción sobre la palabra, no expresar sus sentimientos, criticar a quienes lo expresan. Pero por otro lado, las expresiones de dueñidad siguen muy marcadas en los jóvenes y esa dueñidad está mediada por el temor a la pérdida de su pareja ante otro par (masculino).

Hay un sentido de dueñidad sobre la pareja en casi dos terceras partes de los jóvenes encuestados, expresada en la necesidad de establecer claramente su vínculo frente a sus pares y que un deseo explícitamente expresado es el de no querer ser un cornudo.

Es necesario remarcar también que la posesión ya no se expresa en términos explícitos ni mucho menos físicos, desde los datos recogidos, la posesión se muestra a través de expresiones de sexismo benevolente como la de mostrar preocupación por la seguridad de la otra persona en el marco de una masculinidad que cuida pero desde el paternalismo y la condescendencia.

Es verdad también que estos sentidos de dueñidad y, probablemente el reclamo frente a esos sentidos de dueñidad, desencadena situaciones de conflicto que, desde la perspectiva de los entrevistados, trata de ser solucionado a través del diálogo calmado. Una posición recurrente establecida en las entrevistas a profundidad fue la necesidad de comunicar 1) los términos y límites de la relación y 2) Establecer un diálogo cuando esos límites se ven superados o se considera que están siendo superados.

La dependencia emocional es un conjunto de comportamientos llevados a cabo por las personas para buscar en otras personas aspectos que no llegan a ser colmados, estableciendo en realidad un amplio nivel de expectativas que difícilmente podrá ser satisfecho, lo cual genera

frustración. Es por ello que el factor de dependencia emocional ayudó a iluminar la comprensión de las inseguridades de los hombres jóvenes. La encuesta reveló que sólo el 21% de los jóvenes universitarios tienen un alto nivel de dependencia emocional, un 24% no presenta dependencia emocional y un 55% tiene un nivel de dependencia emocional normal.

En un acercamiento más detallado de los datos, se verificó que donde más dependencia emocional expresan los jóvenes es en la necesidad de recibir expresiones de afecto por parte de su pareja (44%). Esta dependencia es quizás la más relevante de todo este estudio, dado que es el nivel más alto de dependencia expresado en todas las dimensiones generadas. La necesidad de que se les demuestre amor mediante acciones, expresiones, palabras, promesas es lo que más marca a los jóvenes encuestados. La ausencia de expresiones de afecto los coloca en una situación constante de inseguridad respecto a los sentimientos de su pareja y es uno de los reclamos constantes que median las relaciones de pareja. También es importante el porcentaje de jóvenes que reconoce tener miedo a sentirse solos y a modificar sus planes para pasar tiempo con su pareja, si bien ninguno de estos comportamientos alcanzan el nivel de prevalencia que tiene la dependencia de expresiones de afecto.

Por otro lado, la angustia marcada que sienten los jóvenes cuando no ven a sus parejas por varios días, es también una tendencia a tomar en cuenta: 70% de los jóvenes necesitan ver a su pareja porque de no verla, experimentan angustia. Este apego puede venir dado por la inseguridad -“quién sabe con quién estará mientras no está conmigo”, como se mencionó en una entrevista- y también por la necesidad constante de corroborar la fuerza del vínculo por medio del contacto físico.

Por todo este conjunto de respuestas, hallamos una correlación directa entre la demanda de expresiones de afecto -y de establecer que hay ese afecto ante sus pares-, la modificación de los planes y el miedo a la soledad, lo cual establece el siguiente patrón emocional: los jóvenes universitarios demandan a sus parejas constantes expresiones de afecto para tener la certeza de que son queridos, ya que la opción de no serlo significa que en cualquier momento quedarán solos. No debe sorprender, por tanto, que 2 de cada 10 jóvenes tenga la tendencia de modificar sus planes con tal de pasar tiempo con su pareja, incluso cuando la relación se muestra consolidada. A esto se combina el sentimiento de dueñidad sobre la pareja, ya que la consideran como un objeto exclusivo. Ser el centro de la vida de tu pareja es una actitud que un 59% de la población encuestada reconoció que al menos algunas veces tomó, lo cual revela, juntamente con la necesidad de demostraciones de afecto constante, que los encuestados tienen una tendencia a construir relaciones dependientes.

Vemos que los hombres jóvenes muy conscientes de que ese tipo de actitudes demuestran altos niveles de dependencia emocional y denotan actitudes manipuladoras sobre la pareja, de allí esos bajos niveles de identificación con las afirmaciones planteadas que por otro lado, no concuerdan con la dependencia expresada en formas de: pienso que mi pareja está enojada cuando no me llama (61%); se sienten angustiados cuando no ven a su pareja en varios días (70%); cuando discuten les preocupa que la pareja les deje de querer (57%). Nuevamente, aparece una actitud de corrección que es incoherente con otras expresiones, más sutiles.

Los enunciados más recurrentes utilizados por los hombres jóvenes para discutir con su pareja

La tendencia más marcada en los jóvenes para manejar sus estilos de comunicación es la de los mensajes centrados en el problema, con una puntuación de 21,29 puntos sobre 30 puntos. Seguido a ello, tenemos los mensajes centrados en la otra persona, en la cual se alcanzaron 17,27 puntos de los 30 establecidos, estableciendo una frecuencia de uso menor que la de los mensajes centrados en el problema. Finalmente, los mensajes centrados en uno mismo alcanzaron 9,65 puntos de los 30 establecidos, fijando que su uso es muy poco frecuente. A primera vista se puede concluir que en sus discusiones, los jóvenes hombres manejan una comunicación altamente asertiva, no obstante el análisis más detallado dentro de los mensajes centrados en la otra parte se pudo constatar que la tendencia de ellos es utilizar el silencio para manipular emocionalmente a la pareja, o para establecer el desacuerdo sin dar posibilidad de rebatir ese desacuerdo. Se establecen como mensajes más recurrentes: *Tienes razón, de todos modos no era importante, ¿ahora ya estás bien?; ¿Cómo puedo hacerte sentir bien otra vez?; No quiero hablar más de esto...* (Silencio); *Trata de aceptar mi decisión porque ya no hay nada que puedas hacer para cambiarla; Ya déjalo así...* (Silencio).

La tendencia marcada es utilizar el silencio, o expresiones de conclusión de la discusión, ese es el tipo de enunciado más recurrente dentro de las discusiones de los jóvenes.

Consciencia de los hombres ante sus problemas de gestión emocional y las consecuencias que esto acarrea

Los jóvenes revelan un altísimo nivel de consciencia frente a la violencia física y la revelan como inaceptable, reconocen también que las emociones como celos, enojo e ira tienen todo el potencial de destruir sus relaciones personales.

La misma herramienta de encuestado, durante el proceso de recolección de información, reveló que varios de los encuestados no habían registrado las posibilidades de comunicación que existen, es decir, que podían plantear sus discusiones desde otros términos, en especial del tipo asertivo.

Si bien los jóvenes dicen que no es normal en absoluto que las parejas discutan con gritos, insultos y hasta golpes, una cuarta parte de los jóvenes reconoció que tampoco reaccionarían de ninguna manera ante una situación en la que serían testigos de violencia psicológica. Esto plantea la interrogante respecto a lo que dicen los jóvenes y lo que hacen en realidad.

Los hombres jóvenes conocen la fórmula explícita de la violencia. La han visto en sus modelos paternos y no quieren repetirlas. Como estrategias de gestión emocional plantean la comunicación, pero los términos que emplean en esa negociación siguen siendo marcadamente condescendientes y paternalistas, de dar la razón pero establecer que en algún momento se reconocerá el error por la otra parte.

Reconocen también la importancia de las conversaciones difíciles, de la comunicación transparente y honesta, pero por otro lado se sigue teniendo una fuerte tendencia a sentir

angustia, miedo, inseguridad y preocupación cuando se dan situaciones de conflicto y, sobre todo, ante la posibilidad de abandono. Es desde ahí donde hay que trabajar desde las masculinidades: nombrar y narrar lo que se siente y a qué se debe eso, en un ámbito que no culpe a la otra persona, sino que trabaje en sus inseguridades. También se observa que las relaciones de pareja también fungen como espacio de contención emocional.

¿Qué piensan y hacen los hombres jóvenes frente a la violencia? Inconsistencia discursiva y actitudinal

Al triangular la información en relación sobre la gravedad social de la violencia, e interés personal para conocer la ley 348 y la opinión que tienen en relación a la ley, 7 de cada 10 de los jóvenes indicaron que la violencia de pareja es un problema grave y muy grave, pero 6 de cada 10 reconoce conocer nada o poco sobre la ley 348 y de ahí, 3 de cada 10 manifiesta tener nada o poco interés sobre conocer la ley 348. Además, más de la mitad de los encuestados dijo estar de acuerdo y totalmente de acuerdo con la afirmación de que la ley 348 está siendo utilizada por las mujeres para acusar injustamente a los hombres.

Además el 79% dice que es capaz de reconocer la violencia, pero 19% también dice que controlar el celular de la pareja es un acto de confianza.

Hay una fuerte inconsistencia entre lo que se dice y lo que se hace. El componente discursivo de los varones está repleto de ideas progresistas, ideas que por otro lado no hallan resonancia en las actitudes planteadas: sentimiento de dueñidad, muestras de sexismo benevolente y control sutil sobre la pareja.

BIBLIOGRAFÍA

Barragán, R. & González, E. (2021). “Agenda de investigación sobre la temática sociocultural 2021 - 2030”. En PIEB, *Agenda de investigación sobre temas estratégicos para Bolivia 2021 - 2030*. La Paz: Fundación PIEB, pp. 195 - 302.

Barragán, R. & Salman, T. (2001) “Modalidades para la obtención y el trabajo con datos”. En Barragán, R. et. al, *Guía para la formulación de proyectos de investigación*. La Paz: PIEB, 126-183.

Buitrago, D. (2021). “La emoción y el sentimiento: más allá de una diferencia de contenido.” [artículo en línea]. Digithum, n.o 26, pp. 1-12. Universitat Oberta de Catalunya y Universidad de Antioquia. [Fecha de consulta: 14/02/2023]. <https://dx.doi.org/10.7238/d.Oi26.374140>

Cartagena, R. (2018). *Distorsiones cognitivas hacia la violencia de género en población de la ciudad de Tarija*. Trabajo de posgrado para acceder al grado de Maestría en Psicología Forense. Sucre: Universidad Andina Simón Bolívar - Sede Central.

Chóliz, M. (2005): *Psicología de la emoción: el proceso emocional*. S.I.: Universidad de Valencia [artículo en línea] [Fecha de consulta: 14/02/2023] <https://www.uv.es/~choliz/Proceso%20emocional.pdf>

Díaz, J. L & Flores, E. O. (2001). “La estructura de la emoción humana: Un modelo del sistema afectivo”. *Salud Mental*, vol. 24, núm 4, agosto, 2001, pp. 20-35. México: Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz. [artículo en línea]. [Fecha de consulta: 10/03/2023]. <https://www.redalyc.org/pdf/582/58242403.pdf>

ECAM (2016). *Las juventudes y el machismo*. Tarija: ECAM [publicación en línea]. [Fecha de consulta: 12/02/2023]. <https://ecam.org.bo/2021/03/24/una-mirada-de-los-hombres-al-machismo-en-tarija-2016-2018/>

Garaigordobil, M.; Machimbarrena J. & Maganto, C. (2016). “Adaptación española de un instrumento para evaluar la resolución de conflictos (Conflictalk): Datos psicométricos de fiabilidad y validez”. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 3(2), 59-67. 347-358. [artículo en línea]. [Fecha de consulta: 20/02/2023]. <https://www.revistapcna.com/sites/default/files/16-23.pdf>

García, D.(2014). “Narración del duelo en la ruptura amorosa”. Investigación. La Paz. Universidad Católica Boliviana “San Pablo”.

Hill, P. & Bilge S. (2019 [2016]). *Interseccionalidad*. Madrid: Ediciones Morata S.L.

Iglesias, I. (12/03/2014). Controlar o gestionar emociones, aprende la diferencia. [Artículo]. WOMANTALENT. Recuperado de: [https://womantalent.com/controlar-o-gestionar-emociones-aprende-la-diferencia/#:~:text=%E2%](https://womantalent.com/controlar-o-gestionar-emociones-aprende-la-diferencia/#:~:text=%E2%94%A2)

[80%93%20Cuando%20controlamos%20nuestras%20emociones%20lo.signos%20f%C3%ADsicos%20que%20la%20acompa%C3%B1an.](#) [Fecha de consulta: 26/02/2023].

Instituto Nacional de Estadística (INE) (2017). *Encuesta de prevalencia y características de la violencia contra las mujeres*. La Paz: INE.

López, M, E. (06/10/2015). Manejar las emociones es clave en la vida de pareja. [artículo]. El Tiempo. Recuperado de: [https://www.eltiempo.com/archivo/documento/CMS-16396560#:~:text=En%20las%20relaciones%20de%20pareja,miedo%20o%20tranquilidad%2C%20entre%20otros.\[26/02/2023\].](https://www.eltiempo.com/archivo/documento/CMS-16396560#:~:text=En%20las%20relaciones%20de%20pareja,miedo%20o%20tranquilidad%2C%20entre%20otros.[26/02/2023].)

Martín S., M. (2022). *La dependencia emocional y su relación con la impulsividad y los estilos de mensajes en el manejo de conflictos en pareja*. Trabajo de posgrado para acceder al grado de máster en Psicología General Sanitaria. Madrid: Universidad Europea Madrid. [Fecha de consulta: 05/02/2023]. <https://titula.universidadeuropea.com/bitstream/handle/20.500.12880/2308/Martin%20MariadelaEncarnacion.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Martínez, A.E. (11/01/2023). Peleas de pareja ¿Son saludables los conflictos en una relación?. [Artículo]. Cuidate plus. Recuperado de: [https://cuidateplus.marca.com/bienestar/2023/01/11/peleas-pareja-son-saludables-conflictos-relacion-180276.html.\[26/02/2023\].](https://cuidateplus.marca.com/bienestar/2023/01/11/peleas-pareja-son-saludables-conflictos-relacion-180276.html.[26/02/2023].)

Martínez-Munguía, C. & Hidalgo-Canales, G. (2020). “Género y expresión emocional en situaciones experimentales con jóvenes universitarios”. En: López, O. & Enríquez, R. (coords.), *Emociones y juventudes desde la perspectiva sociocultural*. México: UNAM.

Mazuera, A.; Mazuera, P. & Mahecha, G. A. (2021). “Narrativas de la violencia de género en estudiantes de la Universidad Libre, Seccional Bogotá: conceptos, actitudes y prácticas sociales.” *Revista IUSTA*, (55) [Artículo]. <https://doi.org/10.15332/25005286.6855> [Fecha de consulta: 12/02/2023].

Mejía, J. C. & Laca, F. (2006). “Estilos de comunicación en el conflicto y confianza en las propias decisiones”. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 11(2), 347-358. [artículo en línea]. [Fecha de consulta: 25/02/2023]. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29211210>

Mendoza, L.; Gallardo, R.; Castillo, D.; Castrillo, T. Zamora, A. & Montes, F. (2019). “Causas y Consecuencias de la violencia en el noviazgo una mirada de los jóvenes universitarios de la ciudad de Tarija, Bolivia”. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBS*, 17(2), 283-316. [artículo en línea]. [Fecha de consulta: 12/02/2023]. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-21612019000200004

Montaño, D. & Llanque, G. (2021). “Agenda de investigación sobre género 2021 - 2030”. En PIEB, *Agenda de investigación sobre temas estratégicos para Bolivia 2021 - 2030*. La Paz: Fundación PIEB, pp. 687-732.

Montenegro, A. (2020). “Violencia de pareja en Bolivia: ¿Previene el trabajo remunerado de las mujeres la violencia en su contra?” [artículo en línea] (IISEC-UCB Documento de Trabajo 202102). La Paz, Bolivia: Instituto de Investigaciones Socio-económicas. [fecha de consulta] http://www.iisec.ucb.edu.bo/assets_iisec/publicacion/202102.pdf

OXFAM (2021). *Valores que guían a los jóvenes en sus relaciones de pareja y respecto a la violencia machista. La evolución del Índice de Valores Patriarcales (2016-2020) y la fuerza y la extensión de la “masculinidad tóxica” en Bolivia.* [texto en línea]. La Paz: Oxfam Bolivia. [Fecha de consulta: 25/02/2023] https://ecam.org.bo/wp-content/uploads/2021/04/16.-Valores-que-gu%C3%ADan-a-los-j%C3%B3venes_Oxfam-2021.pdf

Pateman, C. (1995 [1988]). *El contrato sexual*. Barcelona: Editorial Anthropos.

Pedraz, P. (11/06/2019). “The Veil, las emociones y Robert Plutchik”. [blog]. [Fecha de consulta: 10/03/2023].

<https://www.alaluzdeunabombilla.com/2019/06/11/the-veil-las-emociones-y-robert-plutchik/>

Pérez, I.; Quesada, S. & Campero, R. (2016). *Género y masculinidades: Miradas y herramientas para la intervención*. Uruguay: FLACSO/UNFPA/Centros de Estudios de Género y Diversidad Sexual.

Qué es el enamoramiento, etapas, síntomas y características. (s.f.). Etapas del enamoramiento o sus fases c Hakuna Psicólogos Centro Terapéutico. Recuperado de: <https://www.hakunamatata.com.co/blog-hakuna-matata/psicologia-de-pareja/enamoramiento/>. [25/02/2023].

Rojas, R. (2001). “La investigación cuantitativa”. En Barragán, R. et. al, *Guía para la formulación de proyectos de investigación*. La Paz: PIEB, 115-126.

Romans, D. L. (s.f.). Enamoramiento, estado emocional que se manifiesta a nivel mental y físico. [Artículo]. Gobierno de México. Recuperado de: <https://www.gob.mx/salud/prensa/enamoramiento-estado-emocional-que-se-manifiesta-a-nivel-mental-y-fisico#:~:text=Cuando%20conocemos%20a%20una%20persona.primer%20vista%20y%20realmente%20existe>. [26/02/2023].

Sanabria, C. E.; Elías, D. & Portugal, Y. (2017). *Violencia contra las mujeres: entre avances y resistencia. Estudio en tres ciudades de Bolivia*. Santa Cruz: OXFAM y Colectivo Rebeldía.

Santandreu, R. (2018). *Controla tus emociones para controlar tu vida*. España: Grijalbo.

Santiago, S. (2021). *Estudio sobre las características de los casos de feminicidio y la respuesta del sistema de justicia en las nueve ciudades capitales y El Alto*. La Paz: Comunidad de Derechos Humanos/Alianza Libres sin Violencia [libro en línea]. [Fecha de consulta: 20/02/2023].

<https://bolivia.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/feminicidio- estudio de casos de violencia-1 de julio de 2021.pdf>

“Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

Vega, M; Ayala, C.; Soriano, M.; Salguero, A. & Pérez, G. (2020). “Emociones y enamoramiento en jóvenes universitarios”. En: López, O. & Enríquez, R. (coords.), *Emociones y juventudes desde la perspectiva sociocultural*. México: UNAM.

Vlahovicova, K.; Aguayo, F.; Velasco, A; Garg, A.; Montero, P.; Chumacero, M.; Michel, E. (2022). Avances y transformaciones: Resultados de la Encuesta ‘International Men and Gender Equality Survey’ (IMAGES) en Bolivia. Washington, DC: Promundo-US.

ANEXOS

ANEXO 1: Encuesta aplicada

INVESTIGACIÓN “LAS EMOCIONES DE LOS HOMBRES EN SUS RELACIONES DE PAREJA”

ENCUESTA

El presente cuestionario tiene como objetivo conocer las emociones más recurrentes de los hombres jóvenes (18 a 28 años de edad) universitarios, en sus relaciones de pareja al establecer un vínculo amoroso.

Los datos recabados serán confidenciales y de uso exclusivo para la investigación.

La investigación es propuesta por el Equipo de Comunicación Alternativa con Mujeres (ECAM), con la participación de miembros de la Red SOCIET como parte del equipo de personas encuestadoras.

I. DATOS DE LA PERSONA ENCUESTADA

Código de encuesta:..... Encuestadora:.....

Carrera:..... Edad:.....

(1) ¿Estás en una relación de pareja? • SI • NO *(Si la respuesta es sí, pasar directo a lugar de nacimiento)*

(2) Si es no, ¿estuviste en una relación de pareja? • SI • NO *(Si la respuesta es no, la encuesta no corresponde)*

Lugar de nacimiento: (ciudad y departamento).....

Lugar de residencia: (barrio).....

II. INSTRUMENTO 1

1. ¿Qué tipos de violencia conoces? *(Selección múltiple especificando el orden en el que responde el encuestado)*

	Violencia Física		Violencia Simbólica y/o encubierta		Violencia en Servicios de Salud		Violencia en el Ejercicio Político y de Liderazgo de la Mujer
	Violencia Femicida		Violencia Contra la Dignidad, la Honra y el Nombre		Violencia Patrimonial y Económica		Violencia Institucional
	Violencia Psicológica		Violencia Sexual		Violencia Laboral		Violencia en la Familia

“Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

	Violencia Mediática		Violencia Contra los Derechos Reproductivos.		Violencia en el Sistema Educativo Plurinacional		Violencia Contra los Derechos y la Libertad Sexual
	Violencia digital o ciberviolencia		No conozco ninguna				

2. Consideras que en nuestra sociedad la violencia de pareja es un problema (Selecciona sólo una opción)

1. Para nada grave
2. Un poco grave
3. Es relativamente grave
4. Bastante grave
5. Es muy grave

3. ¿Conoces las leyes que en nuestro país garantizan una vida libre de violencia? (Selecciona sólo una opción)

1. No conozco nada
2. Conozco un poco
3. Conozco relativamente algo
4. Conozco bien
5. Conozco muy bien

4. ¿Te interesa saber más sobre la ley 348? (Selecciona sólo una opción)

1. No me interesa nada
2. Me interesa un poco
3. Me interesa más o menos
4. Me interesa bastante
5. Me interesa mucho

Responde a las siguientes 5 afirmaciones en una escala de 1 al 5, de acuerdo al BAREMO 1, donde:

1. En absoluto desacuerdo
2. En desacuerdo
3. Ni en acuerdo ni en desacuerdo
4. De acuerdo
5. Totalmente de acuerdo

“Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

5. La ley 348 es la ley que garantiza a las mujeres una vida libre de violencia pero considero que esa ley está siendo utilizada por las mujeres para acusar injustamente a los hombres. *(Selecciona sólo una opción)*

	1	2	3	4	5	
En absoluto desacuerdo						Totalmente de acuerdo

6. Es normal que una pareja tenga discusiones con gritos, insultos y hasta golpes, después se reconcilian. *(Selecciona sólo una opción)*

	1	2	3	4	5	
En absoluto desacuerdo						Totalmente de acuerdo

7. Me siento incómodo cuando veo o escucho a un hombre chantajeando o manipulando emocionalmente a su pareja. *(Selecciona sólo una opción)*

	1		2	3	4	5	
En absoluto desacuerdo							Totalmente de acuerdo

8. Revisar el celular de mi pareja es un acto de confianza, no de control. *(Selecciona sólo una opción)*

	1	2	3	4	5	
En absoluto desacuerdo						Totalmente desacuerdo

9. Soy capaz de reconocer si alguna vez estoy ejerciendo algún tipo de violencia con mi pareja. *(Selecciona sólo una opción)*

	1	2	3	4	5	
En absoluto desacuerdo						Totalmente desacuerdo

En una sola palabra responder

10. Cuando siento celos de mi pareja lo primero que siento es.....

11. Cuando estoy enamorado de mi pareja y la veo, lo primero que siento es... ..

12. Cuando he terminado con mi pareja y la veo, lo primero que siento es.....

III. INSTRUMENTO 2

Responde a las siguientes 9 afirmaciones en una escala de 1 al 6, de acuerdo al **BAREMO 2**, donde:

1. Completamente falso
2. La mayor parte falso
3. Ligeramente más verdadero que falso
4. Moderadamente verdadero
5. La mayor parte verdadero
6. Me describe perfectamente

1. No puedo mostrarme afectuoso con mi pareja en público. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	6	
Completamente falso							Me describe perfectamente

2. Me gusta caminar tomado de la mano de mi pareja porque así todos podrán ver que ella está conmigo. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	6	
Completamente falso							Me describe perfectamente

3. Me gusta caminar tomado de la mano de mi pareja aunque nadie me esté viendo. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	6	
Completamente falso							Me describe perfectamente

4. Considero que los hombres que hablan de sus preocupaciones, miedos y problemas con su pareja no merecen ser respetados. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	6	
Completamente falso							Me describe perfectamente

5. Considero que como hombres necesitamos más de una pareja sexual, incluso si ya tenemos pareja. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	6	
Completamente falso							Me describe perfectamente

“Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

6. Me molesta que piropeen a mi pareja, haciendo referencia a su aspecto físico. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	6	
Completamente falso							Me describe perfectamente

7. Me sentiría incómodo si mi pareja tuviera un sueldo más alto que el mío. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	6	
Completamente falso							Me describe perfectamente

8. Me daría vergüenza que mis amigos y familia se enteren de que me quedo cuidando la casa mientras mi pareja trabaja. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	6	
Completamente falso							Me describe perfectamente

9. Lo que menos quiero es ser un cornudo. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	6	
Completamente falso							Me describe perfectamente

INSTRUMENTO 3

Responde a las siguientes 20 afirmaciones en una escala de 1 al 6, de acuerdo al BAREMO 2, donde:

1. Completamente falso
2. La mayor parte falso
3. Ligeramente más verdadero que falso
4. Moderadamente verdadero
5. La mayor parte verdadero
6. Me describe perfectamente

1. Me siento solo cuando no estoy en pareja. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	6	
Completamente falso							Me describe perfectamente

2. Me preocupa la idea de quedarme solo sin pareja. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	6	
Completamente falso							Me describe perfectamente

“Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

3. Para atraer a mi pareja busco deslumbrarla o divertirla. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	6	
Completamente falso							Me describe perfectamente

4. Hago todo lo posible para ser el centro de atención en la vida de mi pareja. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	6	
Completamente falso							Me describe perfectamente

5. Me siento muy mal si mi pareja no me expresa constantemente afecto. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	6	
Completamente falso							Me describe perfectamente

6. Cuando mi pareja no me llama o no aparece a la hora acordada, pienso que está enfadada conmigo. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	6	
Completamente falso							Me describe perfectamente

7. Cuando no veo a mi pareja por varios días, me siento angustiado. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	6	
Completamente falso							Me describe perfectamente

8. Cuando discuto con mi pareja me preocupa que deje de quererme. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	6	
Completamente falso							Me describe perfectamente

9. He amenazado con hacerme daño para que mi pareja no me deje. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	6	
Completamente falso							Me describe perfectamente

“Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

10. Soy alguien necesitado y débil. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	6	
Completamente falso							Me describe perfectamente

11. Necesito tener una pareja para que yo sea más especial que los demás. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	6	
Completamente falso							Me describe perfectamente

12. Cuando tengo una discusión con mi pareja me siento vacío. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	6	
Completamente falso							Me describe perfectamente

13. Siento temor a que mi pareja me abandone. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	6	
Completamente falso							Me describe perfectamente

14. Si mi pareja me propone un plan, dejo todas mis actividades para estar con ella. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	6	
Completamente falso							Me describe perfectamente

15. Si no sé qué está haciendo mi pareja me siento intranquilo. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	6	
Completamente falso							Me describe perfectamente

16. Siento una fuerte sensación de vacío cuando estoy solo. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	6	
Completamente falso							Me describe perfectamente

“Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

17. Soy capaz de hacer cosas locas, hasta arriesgar mi vida, por el amor de mi pareja. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	6	
Completamente falso							Me describe perfectamente

18. Si tengo planes y mi pareja aparece, los cambio sólo por estar con ella. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	6	
Completamente falso							Me describe perfectamente

19. Me alejo demasiado de mis amigos cuando tengo una relación de pareja. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	6	
Completamente falso							Me describe perfectamente

20. Sólo me divierto cuando estoy con mi pareja. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	6	
Completamente falso							Me describe perfectamente

INSTRUMENTO 4

Responde a las siguientes 18 afirmaciones en una escala de 1 al 5, de acuerdo al BAREMO 3, donde:

1. Nunca digo cosas como esto
2. Rara vez digo cosas como esto
3. Alguna vez digo cosas como esto
4. A menudo digo cosas como esto
5. Generalmente digo cosas como esto

1. Vieja loca, no quiero seguir escuchándote. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	
Nunca digo cosas como esto						Generalmente digo cosas como esto

2. ¿Cómo puedo hacerte sentir bien otra vez? (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	
Nunca digo cosas como esto						Generalmente digo cosas como esto

3. Estoy muy molesto por algunas cosas que están pasando, ¿podemos hablar sobre ello? (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	
Nunca digo cosas como esto						Generalmente digo cosas como esto

4. No quiero hablar más de esto... (Silencio) (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	
Nunca digo cosas como esto						Generalmente digo cosas como esto

5. ¿Qué posibles soluciones podemos encontrar? (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	
Nunca digo cosas como esto						Generalmente digo cosas como esto

6. Lamento mucho que te sientas herida, quizás tú tengas razón. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	
Nunca digo cosas como esto						Generalmente digo cosas como esto

7. Hablemos y veamos cómo podemos manejar este problema. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	
Nunca digo cosas como esto						Generalmente digo cosas como esto

8. Cállate, estás equivocada, no quiero escucharte más. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	
Nunca digo cosas como esto						Generalmente digo cosas como esto

9. Si fallo en esto será tu culpa. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	
Nunca digo cosas como esto						Generalmente digo cosas como esto

“Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

10. No puedes salir con eso, de todos modos será a mi manera. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	
Nunca digo cosas como esto						Generalmente digo cosas como esto

11. Intentemos encontrar una solución que nos dé a cada uno algo de lo que queremos. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	
Nunca digo cosas como esto						Generalmente digo cosas como esto

12. Tenemos que resolver esto porque siempre lo estamos discutiendo. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	
Nunca digo cosas como esto						Generalmente digo cosas como esto

13. Cualquier cosa que te haga sentir mucho mejor está bien para mí. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	
Nunca digo cosas como esto						Generalmente digo cosas como esto

14. Ya déjalo así... (Silencio). (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	
Nunca digo cosas como esto						Generalmente digo cosas como esto

15. Tienes razón... De todos modos, no era importante... ¿Ahora ya estás bien? (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	
Nunca digo cosas como esto						Generalmente digo cosas como esto

16. Si no me vas a ayudar, me iré con alguien que sí lo haga. (Selecciona sólo una opción)

	1	2	3	4	5	
Nunca digo cosas como esto						Generalmente digo cosas como esto

“Las emociones de los hombres en sus relaciones de pareja”

17. Pienso que necesitamos intentar comprender el problema. *(Selecciona sólo una opción)*

	1	2	3	4	5	
Nunca digo cosas como esto						Generalmente digo cosas como esto

18. Trata de aceptar mi decisión porque ya no hay nada que puedas hacer para cambiarla. *(Selecciona sólo una opción)*

	1	2	3	4	5	
Nunca digo cosas como esto						Generalmente digo cosas como esto

ANEXO 2: Entrevista a profundidad

Guía de preguntas semi-estructuradas

Nº de Entrevista

Duración de la entrevista:

Datos de la persona entrevistada:

Edad:

Lugar de nacimiento:

Relación en el presente:

Duración de la relación presente:

Relación pasada

Duración de la relación pasada:

Tiempo desde la ruptura:

Grupo 1: Subjetividad, recuerdos y percepciones:

- 1. ¿Cómo conociste a tu pareja?**
- 2. ¿Cómo entablaron/empezaron su relación?**
- 3. ¿Qué aspectos son/eran los que más te gusta/gustaban de la relación?**
- 4. ¿Puedes describir las emociones que sentías respecto a esos aspectos?**
- 5. ¿Qué aspectos son/eran los que no te gustan/gustaban de la relación?**
- 6. ¿Puedes describir las emociones que sentías respecto a eso?**

Grupo 2: Emociones y comportamientos usuales durante las discusiones con la pareja, así como los términos que se utilizan durante las discusiones

7. ¿De qué manera te comportabas frente a las situaciones que no te gustaban en tu relación de pareja?
8. ¿Cuáles eran las razones o cosas por las que discutes con tu pareja?
9. ¿Cómo te sientes cuando discutes con tu pareja?
10. ¿Qué términos utilizas cuando estás enojado con tu pareja?
11. ¿Qué intensidad de voz?
12. ¿En qué momento sientes que la discusión se está descontrolando?

Grupo 3: Gestión emocional

13. ¿Cuáles son las emociones y actitudes que tú tienes que son más destructivas para tu relación de pareja?
14. ¿Tienes estrategias para gestionar esas emociones? ¿Cuáles son?

Grupo 4: Violencia en la pareja

15. ¿Qué emociones asocias con la violencia de pareja?
16. ¿Sabes reconocer cuando ejerces violencia con tu pareja? ¿Cómo te das cuenta?
17. ¿Alguna vez deseaste tener otro tipo de reacciones frente a situaciones conflictivas con tu pareja?