

Experiencias de parejas sobre vivir feliz en pareja¹

Victoria Eugenia Acevedo Velasco²
Lucía Restrepo de Giraldo

Pontificia Universidad Javeriana, Cali (Colombia)

Recibido: 15/03/2010 Aceptado: 15/07/2010

Resumen

Objetivo. Este estudio propuso generar una indagación reflexiva grupal para evaluar la cartilla “Vivir feliz en pareja” (Acevedo y Restrepo, 2008), su utilidad para el enriquecimiento de la vida conyugal y su aporte a fin de generar nuevos materiales de apoyo para el trabajo psicoeducativo con parejas. **Método.** Estudio cualitativo donde participaron voluntariamente 12 parejas, en la adultez media, con educación universitaria y estrato económico medio-alto, que habían hecho parte de la Fase I de la investigación "Parejas satisfechas de larga duración en la ciudad de Cali, Colombia" (Acevedo, Restrepo y Tovar, 2007). Los instrumentos utilizados fueron: la cartilla "Vivir feliz en pareja" (Acevedo y Restrepo, 2008), un cuestionario de evaluación de la misma y una entrevista. Las parejas hicieron lectura de la Cartilla, realizaron los ejercicios, diligenciaron el cuestionario de evaluación diseñado para este estudio, y 10 de ellas participaron en grupos focales, audio grabados y transcritos para posterior análisis cualitativo. **Resultados.** Las parejas evaluaron positivamente la cartilla y resaltaron los temas de la expresión de afecto, los asuntos financieros y el tiempo libre como fundamentales; dieron importancia a la experiencia de grupo focal para trabajar con parejas, y brindaron sugerencias para procesos de psicoeducación con grupos y para futuras investigaciones. **Conclusiones.** La Cartilla se valora como un instrumento útil para el enriquecimiento de la vida conyugal, y como insumo para el trabajo reflexivo con grupos de parejas.

Palabras clave. Parejas, satisfacción marital, felicidad marital, parejas exitosas.

Abstract

Objective. This study had the aim of producing a reflective group enquiry to evaluate the booklet “Living Happily as a Couple” (Vivir Feliz en Pareja) (Acevedo y Restrepo, 2008), its usefulness in the enrichment of family life, and the contribution it could make in producing new materials to support psychoeducational work with couples. **Method.** Qualitative study with 12 middle-aged couples with university education and of medium-high economic strata voluntarily took part. These had already participated in part of phase 1 of the research with couples enjoying long-term satisfaction in the city of Cali (Colombia), (Restrepo y Tovar, 2007). The instruments used were: the booklet ‘Live Happily as a Couple’ (Acevedo y Restrepo, 2008), a questionnaire evaluating this, and an interview. The couples read the booklet, did the exercises, filled out the evaluation

¹ Este artículo es producto de la segunda fase de la investigación: “Parejas satisfechas de larga duración en la ciudad de Cali, Colombia, finalizada en Noviembre de 2009. La investigación está inscrita en la línea Familia y resiliencia, del Grupo de Estudios en Cultura Niñez y Familia de la Pontificia Universidad Javeriana de Cali-Colombia.

² Correspondencia: vacevedo@javerianacali.edu.co

questionnaire designed for this study, and then ten took part in focal groups, which were recorded in audio and transcribed for subsequent qualitative analysis. **Results.** The couples positively evaluated the booklet and highlighted the topics related to expression of affection, financial matters, and free time as essential. They also attached importance to the experience of the focal group for working with couples, as well as offering suggestions for psycho-educational processes with future research groups. **Conclusion.** the 'Live Happily as a Couple' booklet was viewed as a useful instrument for the enrichment of married life, and as input for reflection in future work with couples.

Keywords. Couples, marital happiness, successful couples.

Resumo

Escopo. Este estudo tem como escopo gerar uma indagação reflexiva grupal, para avaliar a cartilha "Vivir feliz en pareja" (Acevedo y Restrepo, 2008), sua utilidade para o fortalecimento da vida conjugal e seu aporte para gerar novos materiais de apoio para o trabalho psicoeducativo com casais. **Metodología.** Estudio cualitativo. Participación voluntaria de 12 casais, adultos, com educação universitária e classe socioeconômica media-alta, que tenham feito parte da fase I da pesquisa "casais satisfeitos" de longa duração na cidade de Cali, Colômbia (Acevedo, Restrepo y Tovar, 2007). Os instrumentos utilizados foram: a cartilha "Vivir feliz en pareja" (Acevedo y Restrepo, 2008), um questionário de avaliação da cartilha e uma guia de entrevista. Os casais fizeram leitura da cartilha, fizeram os exercícios, diligenciaram o questionário de avaliação desenhado para este estudo, e 10 destes casais participaram em grupos focais, que foram áudios-gravados e transcritos para uma análise qualitativa posterior. **Resultados.** Os casais avaliaram positivamente a cartilha e ressaltaram os temas de expressão de carinho, os assuntos financeiros e o tempo livre como fundamentais; os casais deram importância à experiência de grupo focal para trabalhar como casal, e brindaram sugestões para processos de psico- educação com grupos e futuras pesquisas. **Conclusões.** A Cartilha foi valorada como um instrumento útil, para o fortalecimento da vida conjugal, e como insumo para o trabalho reflexivo com grupos de casais.

Palavras chave. Casais, satisfação marital, felicidade marital, casais exitosos.

Introducción

Las exploraciones sobre la satisfacción marital y las experiencias positivas de vivir en pareja son escasas en la literatura científica colombiana. Desde el 2006, en el Grupo de Estudios en Cultura, Niñez y Familia, de la Pontificia Universidad Javeriana Cali [PUJ], se vienen adelantando reflexiones sobre el tema, acompañando trabajos de grado y diseñando estudios que permitan ampliar este conocimiento (Andrade, Cucalón y Lopera, 2009; Barriga, Reina y Sandoval, 2009). Las parejas, cuyas experiencias sobre vivir feliz en pareja que aquí se describen, hacen parte de un grupo de 50 parejas de la ciudad de Cali, Colombia, que participó en un estudio exploratorio anterior sobre satisfacción marital (Acevedo, Restrepo y Tovar, 2007). En éste, las parejas pusieron de relieve seis (6) temas básicos que fueron descritos en la cartilla "Vivir feliz en pareja" (Acevedo y Restrepo, 2008). Estos hacían alusión a las creencias y costumbres, a los

legados familiares, educación y crianza de los hijos, a los asuntos financieros, a la expresión del afecto y al manejo del tiempo libre. En este artículo se presentan los resultados de la evaluación de la utilidad de esta Cartilla para el enriquecimiento de la vida conyugal y su aporte a fin de generar nuevos materiales de apoyo para el trabajo psicoeducativo, con parejas, si se tiene en cuenta que la cartilla fue propuesta como una herramienta educativa cuyos ejercicios apuntan a la expansión de sentimientos positivos, a la generación de nuevas alternativas de afrontamiento y a la emergencia de nuevos relatos sobre la vida en pareja.

Se trata de presentar la evaluación del material en sus aspectos formales y de poner sobre el tapete las reflexiones grupales, las comprensiones y posibilidades de conversación que surgieron en los grupos focales y que se constituyen en insumo para la generación de nuevos materiales de apoyo para el trabajo con parejas.

La vida en pareja

Se puede decir que quizás uno de los anhelos más grandes del ser humano es el poder construir una relación significativa, en la cual pueda verse reconocido por un otro que se aprecia y es valioso. No en vano dice Willi (2004) que para que el encuentro amoroso se genere ha de haber un deseo vehemente de amar y ser amado, lo que a pesar de las defensas que puedan suscitarse, es un impulso generativo en la vida de hombres y mujeres. Así es que, ¿qué implica vivir feliz en pareja?, ¿cómo se construye a pesar de los avatares de la vida, una pareja feliz?. En la experiencia del trabajo con parejas (Caillé, 1992; Eguiluz, 2006; Fisher, 2007; Gurman, 2008; Johnson, 2008a; Manrique, 2009; Sternberg, 2000; Velasco, 2004, 2006) puede observarse que las ideas acerca de cómo se es una buena pareja, de quién es y cómo debe comportarse un esposo o una esposa, están enmarcadas en las experiencias previas de relación en familia, y es en el vínculo con padres y otros significativos que cada uno de los miembros de la pareja construye su mapa del mundo (Elkaim, 2000) y, a partir de él, establece un contrato privado (Sager, 1976), que espera hacer efectivo a través de la interacción con el otro.

Algunos autores (Rojas de González, 1995; Velasco, 2006) explican cómo la elección de pareja es una respuesta a los ideales, sueños, creencias, ilusiones que se han puesto en la vida con otro, y que generalmente están conectados con aquellos valores y con aquella filosofía que encarnaban los padres a través de su estilo de vida en pareja. Se elige pareja por igualdad, por diferencia, por encontrar otro que apoye, por satisfacer a los padres, por compensar las propias falencias (Willi, 2004) y todo esto se hace realidad en el contexto amplio y en el microcontexto de la vida en pareja, y se puede decir que no hay otro vínculo que sea capaz de despertar de una manera más clara las necesidades infantiles y la capacidad para luchar por lo que se quiere (Riehl-Ende, Thomas y Willi, 2003). Se es pareja por imitación o por oposición, se es pareja en la convicción omnipotente de que uno podrá lograr lo que otros no, también con un sentido de desesperanza, que algunos pueden llamar realismo.

Todo lo anterior alude a las creencias. Éstas se van configurando a lo largo de la vida, a partir de las experiencias que son significadas por cada uno de manera idiosincrática y que dan paso a los sistemas de significados que sustentan el sistema de

creencias y tienen consecuencias reales en la vida de los seres humanos (Bagarozzi y Anderson, 1996; Dallos, 1996; Imber-Black, 2005). Se dice con esto que las creencias se arman de constructos y generan relatos y conductas. En la vida de pareja, es evidente cómo hay múltiples voces que sustentan tanto las expectativas como las luchas de cada uno porque su contrato individual se cumpla. Son los relatos que las personas tienen acerca de sí mismas y de su relación de pareja los que marcan o determinan sus acciones y reacciones ante los diversos temas que afectan sus vidas (asuntos de tipo económico, social, laboral, parental, sexual, espiritual, entre otros). Es tal vez una de las tareas más importantes del proceso de construcción de la vida en pareja y del logro de una estabilidad y satisfacción, poder concertar los aspectos divergentes, volver complementarios los opuestos y producir un contrato realista que aceptando la imperfección de las relaciones humanas y en particular de las relaciones de pareja, permita una relación complementaria, autónoma, flexible y generativa, capaz de poner límites al interior y al exterior de la familia, que sirva de sostén y de contención emocional.

Tanto las historias de vida como las creencias que trae cada miembro de la pareja confluyen para la generación de un modo particular de ser pareja (Caillé, 1992; Coddou y Méndez, 2002; Perren, Von Wyl, Burgin, Simoni y Von Klitzing, 2005). La expresión del afecto, la comunicación, el manejo y resolución de problemas, el manejo del dinero, la utilización del tiempo libre, el nacimiento y crianza de los hijos, la sexualidad, la espiritualidad son asuntos que se afrontan de manera idiosincrática según se haya logrado concertar las diferencias, aceptar al otro como un auténtico otro, validar las diferencias como fuente de crecimiento, reconocer la importancia del disenso, como punto para fortalecerse como diada, darle un valor a los problemas como fuente de oportunidad. Todo esto sin desconocer los rasgos personales, los avatares individuales, familiares, contextuales, correspondientes o no a momentos específicos del ciclo vital (Hernández, 1997; Hidalgo y Menéndez, 2003).

Conectados con las creencias, como gran sombrilla que cobija todos y cada uno de los temas de la vida en pareja con sus implicaciones en la filosofía, en la ideología, en los valores, en las costumbres, en las normas de vida de la diada y de la familia, están: la expresión de los afectos, cuestión íntimamente ligada con la empatía y capacidad de

dos para reconocerse, apoyarse y validar al otro; el manejo de los asuntos financieros; y el uso del tiempo libre. Estos temas, las autoras de este trabajo quieren resaltar por haberlos encontrado altamente significativos en sus conversaciones con las parejas (Acevedo et al., 2007; Acevedo y Restrepo, 2008).

Cuando dos seres humanos se unen para construir un proyecto común están buscando que sus anhelos más profundos puedan convertirse en realidad. Se espera que en una relación de pareja entre adultos, la expresión del afecto sea adulta: que sean capaces de ser complementarios y autónomos, de construir juntos un refugio seguro contra un mundo que puede ser amenazante; que puedan expresar sus emociones y reconocer las del otro, que logren construir un compromiso que facilite un apoyo en los momentos difíciles, contención y seguridad (Fisher, 2007; Johnson, 2008b; Willi, 2004; Viorst, 2003).

Ligado a la expresión de los afectos está el tema del dinero (Coria, 1991; Madanes y Madanes, 1993; Shapiro, 2007), símbolo de poder e instrumento que en gran medida permite acercarse, alejarse, expresar un malestar, abrir o cerrar puertas. Es, en los asuntos económicos, el campo en que las parejas expresan muchas de sus dificultades, entre otras cosas, porque la más de las veces el modo como los asuntos financieros se dirimen, no corresponde a las expectativas, al contrato individual que por cierto en este terreno muchas veces no se explicita o no se resuelve.

En el mundo de hoy, el acceso de la mujer a la educación ha aumentado su incursión, en general muy exitosa, en el mercado laboral, y si se tiene en cuenta que la estructura de las parejas en Colombia se ha modificado (por la edad de acceso al matrimonio, de hombres y mujeres, por el florecimiento de una estructura dual más simétrica que complementaria, más igualitaria que patriarcal, entre otras cosas) (Gutiérrez de Pineda, 1996; Zamudio y Rubiano, 1991). En sí los asuntos económicos se debaten al interior de la pareja desde dominios que trascienden la mirada tradicional. La economía de la familia, el uso del dinero, el modo de satisfacer las necesidades de todos y cada uno es responsabilidad de los esposos, lo que sugiere conversaciones a partir del valor que cada uno y juntos atribuyen al dinero. El grado de concertación y cooperación que se logra son fuentes de dificultad o de estabilidad, de crecimiento, de fortalecimiento del sentido de competencia y de capacidad para gestar y desarrollar un proyecto juntos, lo que

redunda es autoestima familiar, personal y de pareja.

Acevedo y Restrepo (2008) sintetizan esta dinámica al hacer alusión al dinero como símbolo de valores individuales, de lealtades familiares y de necesidades emocionales, como control y seguridad. Generalmente, se sintetizan en una dinámica: dominio vs. sumisión, dependencia vs. independencia. Lo anterior sugiere cómo los asuntos financieros trascienden la vida afectiva, la vida social, la vida familiar y la vida sexual.

En conexión con los temas propuestos, el uso del tiempo libre en pareja se constituye en una expresión del deseo de estar juntos, de su capacidad de concertación para hacer de los espacios de ocio, espacios que satisfacen a los esposos y a la familia, en el que confluyen las necesidades e intereses individuales, diádicos y familiares. Este es un tema crucial en la vida de las parejas, pues aquí interactúan, los ya planteados dilemas: sumisión vs. dominio, dependencia vs. independencia, relativa libertad vs. relativa autonomía. Hernández (2000) muestra cómo, vista desde una perspectiva social, la realidad del tiempo libre también está marcada por el contexto y en ella influyen los sistemas de significados que le atribuyen los diferentes actores. Willi (2004) expresa que quizás el dilema más grande que afrontan las parejas de hoy tiene que ver con cómo conciliar el amor por el otro con el amor a sí mismo. Chiozza (2005) por su parte afirma que en las interacciones humanas y en el trasegar por la vida con otro, se va generando una manera de estar, de convivir, y esa convivencia es la que permite construir.

El proceso de acuerdo, concertación, apoyo mutuo, necesarios para hacer del tiempo libre un tiempo enriquecido, requiere que las decisiones se den en un clima de empatía, con un lenguaje apreciativo en el que priman la reciprocidad y la gratificación (Lieberman y Wheeler, 1987).

Reflexiones sobre el acompañamiento a parejas

El trabajo psicoeducativo, aplicado a parejas y familias, tiene sus orígenes en el campo de la salud mental (Anderson, Reiss y Hogarty, 1986; Anderson y Stewert, 2000; Miklowitz, 2008; Moltz y Newmark, 2002). El trabajo en psicoeducación surge como una opción que enmarcada en el sentido de normalidad que se adquiere cuando se pueden compartir experiencias con otros cuyas circunstancias de vida

son comparables a las propias, en la posibilidad de elaborar las creencias, los sentimientos, los significados en un ambiente contenido y seguro, permite la evaluación y reevaluación de las posturas personales con lo que en términos actuales podría hablarse de la construcción de historias esperanzadoras y creativas.

Las ideas propias del trabajo psicoeducativo han sido aplicadas a múltiples contextos que han rebasado las fronteras de la enfermedades mentales y cada vez más se aplican en grupos con parejas (Halford y Moore, 2002). Es así como diversos autores dan cuenta de sus experiencias en la construcción de contextos no clínicos, en los cuales se impulsan conversaciones y reflexiones alrededor de aspectos específicos de la vida en pareja, léase: comunicación, expresión del afecto, crianza de los hijos, sexualidad, relaciones con las familias de origen (Cirillo, 1994; Coletti y Linares, 1997; Eguiluz, 2001). La experiencia acumulada en la Especialización en Familia, de la Pontificia Universidad Javeriana Cali, se refleja en trabajos de grado que aportan valiosa información teórico-práctica en torno al trabajo psicoeducativo con parejas y familias desde el enfoque sistémico (Cabal y Guzmán, 2006; Caicedo y Roza, 1999; Chaparro y Montalvo, 2000; Giraldo y Uribe, 2004; Hoyos y López, 1999; López y Gonzales, 2010).

El trabajo que se reporta ha puesto su foco en dos aspectos: uno, la producción de material educativo para parejas, que facilite procesos de encuentro, afianzamiento del vínculo afectivo, resolución de temas, etc.; y dos, la evaluación de este material por parte de las mismas, evaluación que permite poner sobre el tapete, no solamente la pertinencia de los tópicos propuestos, sino también el modo cómo éstos aportan de manera positiva al crecimiento y fortalecimiento de la vida en pareja. Estas conclusiones dan pie a la generación de nuevos materiales y de nuevos encuentros grupales con parejas interesadas no solamente en sus procesos internos, sino también en cooperar y construir historias con otras parejas con las cuales enriquecen su experiencia, sus reflexiones y su filosofía de vida. Esta evaluación pone también de relieve el objetivo con el cual fue pensado y construido el material, el modo cómo se espera sea utilizado por las diferentes parejas que a él accedan; el sentido autoreflexivo con el cual fue construido, el lenguaje, así como la calidad estética y técnica, del producto final.

En torno a la evaluación de material didáctico, se hace útil entender cómo ocurren los procesos

cognitivos y emocionales en torno a la vida en pareja en diferentes niveles. Tomando las ideas de Bateson (1998), hay un nivel 1, en el cual las parejas evalúan e internalizan sus experiencias de acuerdo con sus expectativas y tratan de corregir los errores que captan dentro de un conjunto de alternativas; en un nivel 2, a partir de experiencias tales como ejercicios dirigidos, visualizaciones, grupos focales, sumadas a su experiencia de vida, las posibilidades de cambio se amplían y las respuestas se vuelven cada día más complejas y consecuentes con el proyecto de vida en pareja. Finalmente, en un nivel de aprendizaje 3, las parejas han aprendido a aprender, es decir, han aprendido a contextualizar los sucesos, han aprendido a entender la complementariedad de la relación, y por lo tanto, han internalizado una serie de recursos que les permite construir una vida estable y satisfactoria.

La evaluación de la cartilla "Vivir feliz en pareja", al ser producto de la primera fase de la investigación "Parejas satisfechas de larga duración en la ciudad de Cali, Colombia" (Acevedo et al., 2007), pone su acento en conocer la utilidad de este material para las parejas en la voz de quienes trabajaron con las investigadoras en esta segunda etapa. En este instrumento quedaron establecidas unas áreas de funcionamiento que en el sentir de las parejas participantes eran de necesaria conversación, discusión, elaboración y trabajo, en procura del bienestar marital. Se trata entonces de reconocer la pertinencia de la propuesta, la coherencia entre los objetivos, los materiales y la metodología escogidos. A partir de las reflexiones anteriores se formuló la segunda fase de la investigación, definida a partir de la pregunta: ¿Cuál es la utilidad de la cartilla "Vivir feliz en pareja", como material de ayuda para el fortalecimiento de la vida en pareja?

Como lo expresan Marulanda, Shigematsu y Torres (2009), desarrollar esta segunda fase de la investigación, poniendo a consideración la pertinencia y utilidad de la Cartilla, resulta importante ya que permite expandir y profundizar sobre los resultados encontrados en la primera fase, los cuales sirvieron de base para la construcción de este material. La realización de este estudio, utilizando, como recurso adicional para la recolección de información, el grupo focal, cobra especial valor en la medida en que se busca obtener respuestas amplias e innovadoras, al igual que la expresión de múltiples puntos de vista en torno a los mismos asuntos. El grupo focal, como lo describen López y Scandroglio (2007), es una técnica grupal que

promueve la interacción entre un grupo pequeño de sujetos que no se conocen, pero que tienen un punto en común en relación al aspecto que se quiere investigar. De este recurso metodológico se resalta la riqueza de la información que se puede lograr ya que favorece la interacción y la conversación, facilitando así acciones interventivas (Edmunds, 1999; Krueger y Casey, 2000). En este estudio, el grupo focal permite ampliar el nivel de complejidad de las respuestas obtenidas inicialmente desde la perspectiva de cada una de las parejas. La reflexión grupal con las parejas está destinada a promover un intercambio real de experiencias y puntos de vista que permitan enriquecer a los participantes (Marulanda et al., 2009), tal como de hecho se propone en los modelos cualitativos, aplicados al campo de las Ciencias Sociales (Carey, 2003; Piercy y Hertlein, 2005).

Método

Se trata de una investigación de corte cualitativo, que como lo plantean López y Scandroglio (2007), tiene como propósito fundamental entender e interpretar. El muestreo fue intencional y los análisis fenomenológicos. No intenta establecer explicaciones numéricas de los fenómenos, sino dar descripciones de lo que sucede con ellos; la recolección de la información se hace en un momento puntual. Se pretende obtener conocimientos a través del uso de grupos focales, sobre las creencias y experiencias de parejas de Cali, Colombia, unidas por vínculo civil o religioso, que expresan haber vivido de manera satisfactoria y estable su relación de pareja, con el fin de aplicarlos para la elaboración y divulgación de materiales de apoyo y actividades educativas que favorezcan la vida en pareja, satisfactoria y a largo plazo.

Participantes. Se incluyeron en esta segunda fase del estudio doce de las cincuenta parejas que participaron en la primera fase de la investigación, "Parejas satisfechas de larga duración en la ciudad de Cali, Colombia" (Acevedo et al., 2007). Su puntuación en la escala de satisfacción marital de Pick y Andrade (1988) estuvo situada entre 11 y 26, es decir, corresponden al rango de las siguientes 12 parejas con más alta puntuación, después de las parejas que se ubicaron en los 10 primeros lugares y que fueron entrevistadas a profundidad en la primera fase del estudio. Cumplieron además los siguientes criterios de inclusión: vivir juntos

en matrimonio civil o religioso, tener más de diez años de relación y aceptar participar de manera voluntaria en el proceso investigativo.

Instrumentos

Cartilla "Vivir feliz en pareja". Se trata de un material educativo, estructurado a partir de seis temas: creencias y costumbres; legados familiares; los hijos: educación y crianza; asuntos financieros; la expresión del afecto, y manejo del tiempo libre. En cada uno se utiliza el mismo esquema de trabajo: breve ubicación conceptual del tema, un ejercicio que se desarrolla a partir de objetivos, instrucciones y unas ideas centrales para recordar. Al finalizar cada uno de los ejercicios se sugieren algunas lecturas complementarias, enriquecidas con una bibliografía adicional (Acevedo y Restrepo, 2008).

Cuestionario de evaluación de la cartilla "Vivir feliz en pareja." Elaborado con el fin de recoger las opiniones de las parejas, dando la posibilidad que se expliciten las posibles diferencias de opinión entre sus miembros. Consta de seis preguntas, de las cuales una es cerrada y las cinco restantes incluyen una parte cerrada y una abierta, en la cual se les solicita dar razones, ampliaciones o comentarios adicionales. La primera alude al cumplimiento de las expectativas; la segunda, indaga sobre la claridad en los objetivos; la tercera, abarca utilidad y pertinencia; la cuarta, se interesa en el nivel de comprensión de las instrucciones para la realización de los ejercicios; la quinta, busca precisar sobre el ejercicio particular que generó diferencias entre la pareja respecto de los pasos a seguir, explicitando las posibles razones de ella y la sexta, abarca los ejercicios de cada uno de los temas que incluye la Cartilla, con el fin de indagar sobre el grado de contribución de los mismos con relación al logro de los objetivos, y la opción de formular observaciones que sustenten la respuesta.

Guía de entrevista. Consta de seis preguntas diseñadas por las investigadoras con los insumos de los participantes al responder el cuestionario de evaluación de la cartilla "Vivir feliz en pareja" y el aporte conceptual de tres psicólogos, estudiantes de la Especialización en Familia, PUJ, quienes colaboraron en el estudio y participaron del primer grupo focal realizado (Marulanda et al., 2009). La guía fue estructurada teniendo en cuenta las siguientes categorías: satisfacción marital (pregunta

1); la Cartilla como material de trabajo con parejas (preguntas 2 y 3); la experiencia de reflexión grupal (preguntas 4 y 5); y opciones emergentes para el trabajo psicoeducativo con parejas (pregunta 6). Categorías que buscaban, desde lo teórico y práctico, dar respuesta a los interrogantes de la investigación.

Procedimiento. La presente investigación se hizo por etapas. Inicialmente, se diseñó el Cuestionario de Evaluación de la cartilla "*Vivir feliz en pareja*", el cual fue sometido a la evaluación de dos jueces y revisado para su uso final. Se invitó a 12 parejas que cumplieran con los criterios del estudio por medio de carta y llamada telefónica posterior. Se hizo entrega personal de la Cartilla, acompañada del Cuestionario de Evaluación, a las parejas que aceptaron participar y luego se recogieron los instrumentos de evaluación de la Cartilla diligenciados para su análisis. Finalmente, se construyó una guía de entrevista semiestructurada para orientar la discusión en el grupo focal. Las parejas seleccionadas se conformaron en tres subgrupos y fueron nuevamente invitadas vía telefónica y a través de carta, donde se explicitaba el lugar, fecha y hora del encuentro para la realización del grupo focal de 2 horas de duración. Se confirmó la asistencia telefónicamente. Finalmente, se realizaron tres grupos focales, con diez parejas en total, si se tiene en cuenta la cancelación de última hora por parte de algunas parejas. Así pues, el primer grupo, se hizo con tres parejas en las instalaciones de la Pontificia Universidad Javeriana de Cali; el segundo, con cuatro parejas, y el tercero, con tres parejas, en las instalaciones del Club Colombia de Cali.

Para la realización de cada uno de los grupos focales las investigadoras estructuraron su trabajo de la siguiente manera: una de ellas era la encargada de guiar la entrevista, con base en las preguntas guía. La otra se hizo cargo del proceso de audiograbación y de tomar notas sobre los comentarios de los participantes y las observaciones del proceso grupal. Al finalizar la sesión, dichas autoras generaron un espacio de reflexión cuyo producto era un breve resumen de la experiencia. Los tres grupos focales fueron audiograbados y transcritos, siendo las investigadoras las únicas responsables de la recolección y análisis de la información.

El análisis de los datos recogidos en las tres sesiones de grupo focal comenzó con la lectura de las transcripciones verbatim de las sesiones audiograbadas, hechas progresivamente según se

iban desarrollando. Los temas emergentes en las conversaciones tenían puntos comunes, que de manera reiterativa fueron apareciendo, por lo que, después de la tercera sesión, las investigadoras consideraron que el objetivo de éstas se había cumplido. Realizadas las lecturas, las encargadas de la investigación fueron codificando las respuestas según su frecuencia de aparición, de mayor a menor, para luego reagruparlas por similitud de contenido e introducirlas en una matriz con las categorías elaboradas inicialmente por ellas para la guía de entrevista de grupo focal. Las categorías que surgieron en la matriz tuvieron: por un lado, un sustento teórico en la teoría relacional que dilucida asuntos de la pareja humana, y por otro lado, en la experiencia práctica recogida en las conversaciones con las parejas.

Resultados

Los resultados que se presentan a continuación, son el producto del trabajo con 12 parejas que aceptaron participar de la investigación y que diligenciaron a cabalidad el Cuestionario de Evaluación de la cartilla "*Vivir feliz en pareja*", de las cuales diez participaron en los tres grupos focales.

En la experiencia de grupo focal participaron en total 10 mujeres y 10 hombres, con edad promedio de 49 años para los hombres, siendo 31 el menor rango y 66 el mayor. Las mujeres están en un promedio de 47 años, siendo de 31 años la menor y de 59 la mayor. El 80% de los participantes tenía estudios universitarios; 66% de las mujeres y 48% de los hombres con estudios de posgrado. El 20% de los hombres reportó estudios técnicos. El 90% de los asistentes manifestó profesar la religión católica.

Evaluación de la cartilla "Vivir feliz en pareja"

A continuación se describen las respuestas de las parejas a las preguntas realizadas por las investigadoras y sus observaciones sobre las expectativas, los objetivos, el material de lectura complementaria y las instrucciones de los ejercicios. Es de resaltar que para la totalidad de las parejas la Cartilla llenó sus expectativas y los ejercicios propuestos contribuyeron al cumplimiento de su objetivo principal. Más de la mitad de las parejas, sin embargo, consideró que era importante modificar la bibliografía complementaria sugerida al final de cada ejercicio, por considerarla de difícil

acceso y comprensión. Adicionalmente, resaltaron la necesidad de modificar las instrucciones del Ejercicio 1, “nuestras creencias, nuestras posibilidades” (p. 14-15), por considerarlas confusas. Asimismo, las parejas calificaron positivamente cada uno de los temas de la Cartilla. La experiencia de encontrarse con este material fue reportada como muy satisfactoria y sus expectativas fueron ampliamente superadas. Los temas de la expresión del afecto, el tiempo libre y los asuntos financieros los mejor calificados. Ningún tema fue evaluado como deficiente.

La totalidad de las parejas evaluó el tema: expresión del afecto, como excelente, enfatizando que el ejercicio propuesto les permitió dar nuevos significados a los eventos cotidianos y reconocer que se necesitan más que palabras a la hora de expresarse su sentir. Reportaron que la experiencia con la Cartilla en este tema fue gratificante y permitió resaltar el valor de “recordarse” mutuamente en la vida cotidiana, resaltando cuán importante es el uno para el otro, manifestándose en detalles, caricias y palabras de aprecio, reconocimiento y consideración. Por otra parte, ocho parejas calificaron el tema del uso del tiempo libre como excelente; la mayoría expresó que fue bien abordado y que los condujo a la reflexión sobre la dinámica diaria y al reconocimiento de la necesidad de compartir más y de planear conjuntamente estos espacios. Una pareja expresó su conexión con el ejercicio de “La pareja es como una flor”, por considerarlo básico en el proceso de pensar y pensarse como pareja.

Once de las doce parejas participantes evaluaron el tema de los asuntos financieros como muy bueno. Mencionaron que la realización del ejercicio les permitió revisar lo que está fallando en la economía, dándole mayor importancia al presupuesto familiar, como instrumento para proyectarse favorablemente, e ir alcanzando sus metas. Una pareja reportó que los ejercicios los reaseguró, les permitió confirmarse en tanto pudieron reconocer que han estado manejando adecuadamente el tema, siendo ésta una de sus fortalezas como pareja. Otra, se refirió a los ejercicios como punto interesante y central a trabajar como pareja, ya que aluden a su valor simbólico, en el modo como afecta la vida; rescatan la importancia de la autonomía y de la responsabilidad con asuntos financieros que competen a ambos. Sólo una pareja consideró que el presupuesto detallado que se propone, no se ajusta a los propósitos de la Cartilla.

Frente al tema de los legados familiares, cinco parejas lo calificaron como excelente y siete como muy bueno, reportando que lo abordado en esta temática les aportó en la identificación de las historias con sus familias de origen que influyeron para ser lo que cada uno de ellos es hoy en día, dándose cuenta de la complementariedad y limitaciones que pueden derivar de sus experiencias. Pudieron profundizar en la historia del otro y reconocer la necesidad de ser más expresivos y de trabajar porque en sus interacciones prime lo positivo sobre lo negativo o difícil. De igual modo, se conectaron con sus relatos y legados familiares, validando su capacidad para trascender aquellas cosas de su historia que no desean repetir en su pareja y en su familia hoy.

En lo tocante al tema de la educación y crianza de los hijos, cuatro parejas lo calificaron como excelente, siete como muy bueno y una como bueno. Entre las observaciones que hicieron, se resalta que evidenciaron la importancia de la comunicación y el análisis de la relación de la pareja en su rol parental como distinto de su rol conyugal. Hacer el ejercicio los reafirmó como padres, valorando sus logros y explicitando sus deseos en este campo. Una minoría adicionó que sería bueno incluir preguntas que conduzcan explícitamente a la revisión de la propia experiencia con los hijos.

Es de resaltar que el tema de creencias y costumbres tuvo la mayor dispersión en la calificación que brindaron las parejas. Una de las parejas lo califica como excelente, dos como muy bueno, tres como bueno y seis como regular, manifestando que este abordaje les permitió conocer el origen de sus creencias y actitudes propias y las de su pareja, así como compartir anécdotas desconocidas para el otro. Una de las parejas hizo énfasis en el respeto que deben las familias de origen a los espacios propios de la pareja. Otra expresó que el ejercicio les reconfirmó que han tenido una comunicación clara y abierta.

En síntesis, las parejas refirieron que las preguntas y los ejercicios formulados frente a cada uno de los temas les permitió situar en el primer plano de su reflexión asuntos esenciales de su propia historia familiar, ligándolos a la comprensión de su relación de pareja actual; les llevó a una mayor comprensión y valoración de las fortalezas que han construido en su relación y que sustentan su satisfacción marital y a abordar directamente temas de su relación que no habían tratado previamente.

La experiencia de grupo focal

A continuación, se presentan las respuestas de las 20 personas que asistieron a los tres grupos focales (10 parejas), reagrupadas como se consignó en la descripción del procedimiento.

Satisfacción marital. Las parejas del estudio consideraron que el secreto de una vida de pareja feliz está en: desarrollar una comunicación clara, basada en diálogo honesto y comprensivo, reflejada en la capacidad empática de ponerse en los zapatos del otro; así como en desarrollar habilidades para negociar y ponerse de acuerdo (14); obrar con respeto, traducido en escucha, control de las emociones, manejo del enojo, confianza en las capacidades y amor del otro (10); tolerancia a la diferencia y aceptación de diversos puntos de vista (6); no olvidar expresarse el amor (4); la fe en Dios (4); la lealtad y la honestidad (3); recordar que están juntos en las buenas y en las malas (2); no perder el sentido del humor (2) y aceptar la influencia de las conductas de uno en el otro (1).

Cartilla como material de trabajo con parejas. Las respuestas de los participantes resaltaron las bondades de la Cartilla para el enriquecimiento de la vida de las parejas. Entre las más mencionadas se destacan: se manejaron temas fundamentales, especialmente el de las finanzas (4); fue útil la metodología de trabajo en pareja que se propuso (2); los cuentos fueron agradables e ilustrativos (1). Se hicieron además sugerencias sobre la necesidad de ahondar en los siguientes asuntos: diálogo (4), espiritualidad (4), sexualidad (2), valores de la pareja (1), amistad (1), sentido del humor (1) e influencia del entorno; así como se recalcó la dificultad para realizar el Ejercicio 1, acerca de las creencias, y por lo tanto, se sugirió cambiarlo (1). La Cartilla, de acuerdo al reporte de los participantes, admite mejoras en su diseño y diagramación. Estos fueron los comentarios al respecto: el lenguaje y los ejercicios deben hacerse de modo que puedan ser usados por todo lector (3), los materiales complementarios deben ser sencillos y de fácil acceso y algunas instrucciones se prestan para interpretaciones ambiguas.

En relación con las mejoras en el diseño y la diagramación, se evidenció la necesidad de lograr un mayor nivel de impacto visual, que motive a interesarse en los contenidos de la Cartilla. Este señalamiento se refiere principalmente a las páginas interiores de la misma, donde los comentarios fueron: ilustrar mejor, utilizar color, fotografías,

incluir dibujos que evoquen emociones (4), crear un personaje que guíe la lectura (1), revisar el tipo de letra (1), cambiar la ubicación de los dibujos en el texto (1), utilizar fotos de parejas entre tema y tema (1). La portada fue valorada como suficientemente llamativa, en razón de los colores (7) y se sugirió ilustrarla con fotografías de pareja (1). Los 20 participantes, en los tres grupos focales, estuvieron de acuerdo con que debe cambiarse la nominación de cartilla para este material, de tal forma que pueda ser un documento diferente, que invite a su lectura y sea considerada.

La experiencia de reflexión grupal. Se pidió a los participantes explicar si la lectura de la Cartilla tuvo un impacto en ellos y que reflexionaran sobre su propia vida de pareja, sobre la satisfacción marital y los factores que contribuyen a ella. Estas fueron sus respuestas: pudieron reconocer el modo cómo su historia de vida familiar y personal afecta su manera de ser como pareja (11); surgió la idea de autoevaluación y de "mejoramiento continuo" (8); fue posible generar conversaciones que ayudan a entender las conductas del otro (3); ofrece tipos para parejas (4); les permitió reconocer que han hecho un buen trabajo y que han podido desafiar legados familiares poco útiles (3); reflexionaron en torno a aspectos específicos de la vida (3); los ejercicios evocaron la vida con sus familias de origen (2); se pusieron sobre el tapete ideas, creencias, valores que conocían de su pareja (2), y rememoraron experiencias gratificantes (1).

Además, en el contexto del grupo, mencionaron los efectos de la experiencia del trabajo con la Cartilla para sus vidas así: pudieron evaluarse de tal manera que cada uno pudiera hacerse cargo de aquellos aspectos personales que no favorecían la relación (3), reforzaron el deseo de mantenerse juntos y bien (2), la experiencia de los otros les fue útil para reflexionar sobre sí mismos e ir afinando su relación de pareja (2), pudieron ir mejorando sus habilidades para el diálogo. Se aportaron además ideas de otros ejercicios, como la carta de amor y visualización de la muerte del compañero (2). Los participantes en su totalidad expresaron su agrado y gratitud por la experiencia de reflexión compartida con otros.

Posibilidades del trabajo psicoeducativo con parejas. Las parejas reportaron diversas experiencias de acompañamiento profesional, no profesional y entre pares sobre la vida de pareja. Así: no han tenido experiencias anteriores (7); han asistido a conferencias (3); han sostenido conversaciones

informales con amigos (2); han participado en el encuentro matrimonial (2), y en el de novios (1), de talleres para padres (1), de reuniones semanales con otras parejas (1), de terapia de pareja (1), de encuentros espirituales de reflexión interior (1) y de asamblea familiar, estructurada por ellos mismos en casa (1).

Los participantes aportaron ideas sobre cómo motivarían a otra pareja para replicar la experiencia. Entre sus respuestas se encuentran: invitar compartiendo la experiencia y los beneficios derivados de participar en ella (18); invitar de manera personal a través de carta, encuesta diseñada por la PUJ y llamada telefónica a los eventuales participantes (9); explicitar el motivo de la actividad (3) y hacer uso de otros escenarios como el encuentro matrimonial o el de novios. Finalmente, ofrecieron ideas sobre el impacto que la experiencia de trabajo con la Cartilla puede tener a largo plazo a quienes trabajen con ella: todo enseña, "lo que leo y practico" lo aprendo (11); todo sirve para crecer pero requiere de trabajo continuo, de compromiso con los temas y de seguimiento (7); la experiencia personal es más importante que cualquier ayuda externa (4); cada persona se relaciona con lo que aprende de manera idiosincrática (4), ayuda a crecer el transmitir a otros las experiencias positivas (2) y a veces el impacto es temporal (1).

Discusión

Este estudio propuso realizar una experiencia reflexiva grupal con "Parejas satisfechas de larga duración en la ciudad de Cali, para evaluar la cartilla "Vivir feliz en pareja", y adicionalmente, recuperar las creencias y experiencias de los participantes sobre los temas propuestos, para ampliar la mirada sobre los elementos que contribuyen a la satisfacción en la vida marital. La Cartilla resultó ser un material útil y pertinente, cuyo objetivo, que apuntaba a ofrecer posibilidades para enriquecer la vida en pareja, en el sentir de los participantes, superó las expectativas. Se valoró el tratamiento adecuado de los temas planteados, de los ejercicios y las ideas síntesis al final de cada tema. La pertinencia de los temas se entendió como el resultado de un proceso de investigación previa, teniendo en cuenta las voces de 50 de parejas de Cali (Acevedo et al., 2007). Igualmente, se tuvieron en cuenta los hallazgos sobre factores que contribuyen a la satisfacción marital en la literatura sobre el tema y, finalmente, la construcción del material se apoyó en

la elaboración de las autoras de la Cartilla (Restrepo y Acevedo, 2008) a partir de sus conocimientos y experiencias de trabajo psicoterapéutico y educativo con familias y parejas.

El hallazgo más importante fue alrededor de la expresión del afecto. Los comentarios de las parejas en los grupos focales, dieron cuenta del valor que atribuyen a las expresiones del amor en la vida cotidiana. Tal y como lo plantean varios autores (Caillé, 1992; Coddou y Méndez, 2002; Eguiluz, 2001; Manrique, 2009; Velasco, 2006; Willi, 2004), el anhelo de ser amado se concretiza en la realidad de sentirse reconocidos por ese otro que han elegido y por quien han sido elegidos. Confirmando lo dicho por Liberman y Wheeler (1987), las manifestaciones del afecto contribuyen a dar sentido a la vida en común y a la relación, fortalecen el sentido de competencia y de seguridad personal y, en el caso de las parejas del estudio, se constituye en estímulo para generar acciones recíprocas que alimentan la vida de pareja. Se confirman en la práctica los planteamientos que respaldan la satisfacción marital con la capacidad adulta de los cónyuges para generar lenguajes verbales y no verbales apreciativos y amorosos.

La experiencia de evaluar la Cartilla, deja claro que no se trata de un ejercicio académico; que la Cartilla como pretexto, se constituye en material útil para las parejas, en su proceso de crecer, consolidarse, de hacer uso de sus recursos internos y externos, para potenciar su creatividad, imaginación, solidaridad, cooperación y sentido del humor, con lo que más que un material para leer de corrido, es un material de consulta, en el que se privilegian el encuentro, la conversación reflexiva, la expresión de los afectos, la empatía y el fortalecimiento del mundo interno común de la pareja (Willi, 2004), lo cual se acerca y trasciende al objetivo propuesto para la creación y divulgación de este material.

Respecto a los asuntos financieros, las parejas que participaron en el grupo focal mostraron un comportamiento variable, que para efectos de esta discusión puede sintetizarse: si bien es cierto que en el primer grupo el tema de los asuntos financieros fue tratado por las parejas casi exclusivamente en relación con la planeación económica (Marulanda et al., 2009), nombrando en menor medida la importancia de los legados familiares en esta materia; en los grupos focales 2 y 3, las parejas se detuvieron especialmente en el valor de reconocer el tema del dinero como elemento crucial en la vida

de la familia y de los cónyuges, y su mirada estuvo puesta en sus hijos, en las generaciones jóvenes, quienes en el sentir de las parejas no le dan la importancia que requiere.

Aunque los participantes no hicieron mención explícita del valor simbólico del dinero (Coria, 1991; Madanes y Madanes, 1993), éste puede intuirse en las expresiones y comentarios, con las cuales mostraron su autoestima, su admiración por el camino recorrido juntos y por los logros obtenidos en compañía, al haber puesto los dos interés, recursos, responsabilidad y amor, en el logro del proyecto de vida económico. Las parejas del estudio parecen confirmar los planteamientos de Shapiro (2007), se muestran satisfechas y aportan para confirmar que afrontado el tema adecuadamente, éste se convierte en fuente de valoración mutua, de seguridad, de adecuación, de competencia y de reconocimiento con relación al otro y al contexto.

En cuanto al uso del tiempo libre, se confirman los planteamientos de Chiozza (2005), Hernández Mendo (2000), Liberman y Wheeler (2007), y Viorst (2003), siendo llamativo como en el orden práctico, el ser capaces de mantener la diferencia en la unidad, de hacer complementario lo que a veces es opuesto, de concertar y negociar, de usar un lenguaje apreciativo, asegura el enriquecimiento de este aspecto de la vida en pareja, en torno al cual la literatura es poca, a pesar de todas las implicaciones que en el orden afectivo comporta.

El trabajo en grupo focal permitió dar a "Vivir feliz en pareja" una dimensión que rebasa las fronteras de lo educativo y da lugar a entenderla y usarla como material que en ocasiones puede generar un impacto psicoterapéutico y, en otros momentos, puede usarse en el trabajo psicoeducativo (Coletti y Linares, 1997; Cirillo, 1994; Eguiluz, 2001; Halford y Moore, 2002; Piercy y Hertlein, 2005). El modo como el material está concebido, da lugar a reflexiones que movilizan a los sujetos más allá de sus certezas, a la aparición de multiversos que enriquecen la conversación, a la reflexión personal y a la escucha (Krueger y Casey, 2000; López y Scandroglio, 2007), para en otro nivel lógico generar reflexiones sobre las reflexiones, en un contexto de confianza y de respeto que fortalece la seguridad personal, en el otro y en el vínculo.

Una de las ventajas del grupo focal, como recurso metodológico para este estudio, es su coherencia con la comprensión sistémica del mundo, de los problemas y particularmente de

los asuntos de pareja (Piercy y Hertlein, 2005). El acercamiento al mundo interno de los sujetos, el generar espacios para la aparición de las múltiples voces y miradas, permite a los participantes revisar sus posturas, reconocer las de otros y elegir aquellas con las cuales sus experiencias adquirirían coherencia y sentido, con lo que se estimula el proceso de "bola de nieve" y la creatividad en la generación de ideas. Asimismo, el método utilizado en este estudio tiene sus limitaciones, relacionadas con el tamaño y características de la muestra, por lo que los resultados no pueden ser generalizados a una población más amplia de parejas. Se sugiere continuar realizando estudios que abarquen un mayor número de parejas colombianas, teniendo en cuenta su diversidad.

El material evaluado puede ponerse al servicio de grupos tales como, los novios en encuentros de novios, o los esposos en encuentro matrimonial, o en los grupos informales de parejas, a partir de los cuales se amplían las discusiones, se enriquecen las reflexiones, se complejizan las comprensiones y se da sentido al compromiso y a los retos que implica construir una vida satisfactoria en pareja día a día. Como recurso terapéutico, se sugiere que la Cartilla sea utilizada en este contexto con el acompañamiento y apoyo de un terapeuta, en tanto puede ser útil para el desarrollo de los ejercicios propuestos, con lo cual se fortalecerían más allá de la dilucidación del tema particular, la escucha empática, la tolerancia a las diferencias, el reconocimiento de la complementariedad, la capacidad para resolver problemas, el uso de un lenguaje apreciativo, entre otras posibilidades.

Finalmente, la vida en pareja y las diversas formas de acompañarla se convierte en un tema que sugiere amplias posibilidades de investigación e intervención. Los temas del dinero, de su valor simbólico y de su significación, así como el manejo del tiempo libre, como expresión de la aceptación de la diferencia y vehículo que se fortalece en el manejo y resolución de conflictos, serían inagotables y de enorme utilidad. De otro lado, asuntos propuestos por las parejas: la espiritualidad en la vida de pareja, fortalecimiento de la comunicación, la sexualidad son elementos a considerar en futuros trabajos, que partiendo de la realidad de las parejas del suroccidente colombiano, permita una contextualización de sus circunstancias y posibilidades.

Referencias

- Acevedo, V. y Restrepo de Giraldo, L. (2008). *Vivir feliz en pareja- Cartilla para parejas*. Sello Editorial Javeriano, Cali, Colombia.
- Acevedo, V., Restrepo L. y Tovar, J. (2007) Parejas satisfechas de larga duración en la ciudad de Cali. *Pensamiento Psicológico*, 3 (8), 85-107.
- Andrade, E. M, Cucalón, A. C. y Lopera, A. (2009). *Parejas satisfechas con un hijo(a) en situación de discapacidad visual y/o auditiva*. Trabajo de grado no publicado. Especialización en Familia. Pontificia Universidad Javeriana Cali.
- Anderson, C., Reiss, D. y Hogarty, G. (1986). *Esquizofrenia y familia*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Anderson, C. y Stewert, S. (2000). *Para dominar la resistencia, guía práctica de terapia familiar*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Bagarozzi, D. y Anderson, S. (1996). *Mitos personales, matrimoniales y familiares. Formulaciones teóricas y estrategias clínicas*. Barcelona: Paidós.
- Barriga, S., Reina, V., y Sandoval, S. (2009). *Características de las historias de vida de hombres y mujeres que favorecen el logro de una satisfacción marital*. Trabajo de grado no publicado. Especialización en Familia, Pontificia Universidad Javeriana Cali.
- Bateson, G. (1998). *Pasos hacia una ecología de la mente. Una aproximación revolucionaria a la autocomprensión del hombre*. Buenos Aires: Lohlé-Lumen.
- Cabal, A. y Guzmán, M. (2006). *Pensar la familia, una propuesta para la orientación familiar*. Trabajo de grado no publicado. Especialización en Familia, Pontificia Universidad Javeriana Cali.
- Caicedo, M. y Rozo, C. (1999). *Programa psicoeducativo para el mejoramiento de la comunicación en el subsistema conyugal*. Trabajo de grado no publicado. Especialización en Familia, Pontificia Universidad Javeriana Cali.
- Caillé, P. (1992). *Uno más uno son tres. La pareja revelada a sí misma*. Barcelona: Paidós.
- Carey, M. A. (2003). El efecto del grupo en los grupos focales: planear, ejecutar e interpretar la investigación con grupos focales. En: J. Morse. (Ed.) *Asuntos críticos en los métodos de investigación cualitativa* (pp. 260-280) Medellín: Contus.
- Cirillo, S. (1994). *El cambio en los contextos no terapéuticos*. Buenos Aires: Paidós.
- Coddou, F. y Mendez, C. L. (2002). *La aventura de ser pareja*. Santiago de Chile: Grijalbo.
- Coletti, M. y Linares, J. L. (1997) *La intervención sistémica en los servicios sociales ante la familia multiproblemática: la experiencia de Ciutat Vella*. España: Paidós.
- Coria, C. (1991). *El Dinero en la pareja. Algunas desnudeces sobre el poder*. Barcelona: Paidós.
- Chaparro, C y Montalvo, C. (2000). *Programa psicoeducativo para padres e hijos adolescentes que pertenecen al Programa Voluntario Cruz Roja de la Juventud en Colombia*. Trabajo de grado no publicado. Especialización en Familia, Pontificia Universidad Javeriana Cali.
- Chiozza, L. (2005). *Las cosas de la vida*. Buenos Aires: Libros del Zorzal.
- Dallos, R. (1996). *Sistemas de creencias familiares. Terapia y cambio*. Barcelona: Paidós.
- Edmunds, H. (1999). *The focus group, Research Handbook*. Chicago: NTC Business books.
- Eguiluz, L. (2001). La importancia del amor en la relación de pareja. *Revista Sistémica Asociación Anadaluz de Terapia Familiar*, 9, 85-93.
- Eguiluz, L. (2006). Las parejas funcionales que perduran en el tiempo. En A. Roizblatt. *Terapia Familiar y de Pareja* (pp.517-530). Santiago de Chile: Mediterráneo.
- Elkaim, M. (2000). *Si me amas no me ames*. Barcelona: Gedisa.
- Fisher, H. (2007). *Anatomía del amor. Historia natural de la monogamia, el adulterio y el divorcio*. Barcelona: Anagrama.
- Giraldo, A. y Uribe, M. (2004). *Aplicación del modelo psicoeducativo en la intervención con familias con hijas que presentaron intersexualidad*. Trabajo de grado no publicado. Especialización en Familia, Pontificia Universidad Javeriana Cali.
- Gurman, A. (2008) *Clinical Handbook Of Couple Therapy*. New York: Guilford.
- Gutiérrez de Pineda, V. (1996). *Familia y cultura en Colombia*. (Cuarta Edición). Medellín: Editorial Universidad de Antioquia.
- Halford, W. y Moore, E. (2002). Relationship education and the prevention of couple relationship problems. En A. Gurman y N. Jacobson (Eds.), *Clinical Handbook of Couple Therapy* (p. 400-419). New York: Guilford Press.

- Hernández, A. (1997). *Familia, ciclo vital y psicoterapia sistémica breve*. Bogotá: El Buho Ltda.
- Hernández Mendo, A. (2000). Acerca del ocio, del tiempo libre y de la animación sociocultural. *Lecturas: EF y Deportes. Revista Digital*. Recuperado el 12, marzo de 2010 de <http://www.efdeportes.com/efd23/ocio.htm>
- Hidalgo, M. V. y Menéndez, S. (2003). La pareja ante la llegada de los hijos e hijas. Evolución de la relación conyugal durante el proceso de convertirse en padre y madre. *Infancia y Aprendizaje*, 26 (4), 469-483.
- Hoyos, C. y López, M. (1999). *Intervención psicoeducativa con familias con adolescente adicto en tratamiento*. Trabajo de grado no publicado. Especialización en Familia, Pontificia Universidad Javeriana Cali.
- Imber-Black, E. (2005) Couples' Relationships: questioning assumptions, beliefs, and values. *Family Process*, 44(2), 133, 136.
- Johnson, S. (2008a). *Práctica de la terapia matrimonial concentrada emocionalmente*. New York: Routledge.
- Johnson, S. (2008b). *Hold Me Tight*. New York: Little Brown y company
- Krueger, R.A., y Casey, M.A. (2000). *Focus Groups. A Practical Guide for Applied Research*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Liberman, R. y Wheeler, E. (1987). *Manual de terapia de pareja*. Bilbao: Desclee de Brouwer, S.A.
- López, N. y Gonzáles, F. (2010). *Aprendizajes de las familias para el manejo de la enfermedad de un miembro diagnosticado con esquizofrenia*. Trabajo de grado no publicado. Especialización en Familia, Pontificia Universidad Javeriana Cali.
- López, J. y Scandroglio, B. (2007). De la investigación a la intervención psicosocial: la metodología cualitativa y su integración con la metodología cuantitativa. En A. Blanco y J. Rodríguez (Comp.), *Intervención Psicosocial* (pp. 553-603). Madrid: Pearson Educación S.A.
- Madanes, C. y Madanes, C. (1993). *El significado oculto del dinero*. Buenos Aires: Granica.
- Manrique, R. (2009). *¿Me Amas?* Ciudad de México: Editorial Pax.
- Marulanda, M., Shigematsu, L. y Torres (2009). *Cartilla Vivir feliz en pareja: una experiencia evaluativa de un trabajo psicoeducativo con parejas*. Trabajo de grado no publicado. Especialización en Familia, Pontificia Universidad Javeriana Cali.
- Miklowitz, D. (2008). *Bipolar Disorder. A Family-Focused Treatment Approach*. New York: Guilford Press.
- Moltz, D. y Newmark, M (2002). Multifamily groups for bipolar illness. En: M.C., Farlene, W. (Eds), *Multifamily Groups In The Treatment Of Severe Psychiatric Disorders* (pp. 220 – 243). New York: Guilford Press.
- Perren, S., Von Wyl, A., Burgin, D., Simoni, H., y Von Klitzing, K. (2005). Intergenerational transmission of marital quality across the transition to parenthood. *Family Process*, 44 (4), 441 – 460.
- Pick de Weiss, S. y Andrade Palos, P. (1988). Desarrollo y validación de la Escala de satisfacción marital. *Revista Psiquiatría*, 4(1), 9-20.
- Piercy, F. y Hertlein, K. (2005). Focus groups in family therapy research. En D. H. Sprenkle y F. Piercy (Eds.), *Research Methods In Family Therapy* (pp 85-99). New York: Guilford Press.
- Restrepo, A. y Acevedo, V. (2009). Evaluación del funcionamiento familiar de un adolescente con trastorno afectivo bipolar. *Pensamiento Psicológico*, 5(12), 161-174.
- Riehl-Ende, A., Thomas, V. y Willi, J. (2003). Love: An important dimension in marital research and therapy. *Family Process*, 42(2), 253-267.
- Roizblatt, A., Kaslow, F. Flores, M., Rivera, S., Fuchs, T., Zaccaria, A., Cerda, J. y González, F. (1999) Matrimonios de larga duración en Chile. *Sistemas Familiares*, 15(3), 93-103.
- Roizblatt, A. (2006). *Terapia familiar y de pareja*. Santiago de Chile: Mediterráneo.
- Rojas de González, N. (1995). *Cómo vivir juntos en pareja*. Santafé de Bogotá: Editorial Presencia Ltda.
- Sager, C. (1976). *Contrato matrimonial y terapia de pareja*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Shapiro, M. (2007). Money: A therapeutic tool for couples therapy. *Family Process*, 46, 279-299.
- Sternberg, R. (2000). *La experiencia del amor*. Barcelona: Paidós.
- Velasco, F. (2004). *Parejas en conflicto, conflictos de pareja*. México: Editores de textos.
- Velasco, F. (2006). *Los amorosos y sus descontentos*. México: Lumen.

Viorst, J. (2003). *Matrimonio adulto*. Buenos Aires: Emece S.A.

Willi, J. (2004). *Psicología del amor*. Barcelona: Herder.

Zamudio, L. y Rubiano, N. (1991). *Las separaciones conyugales en Colombia*. Bogotá: Universidad Externado de Colombia.