

La afectividad, empatía y amor compasivo y su relación con los motivos de conflicto en la pareja: un estudio cuantitativo en la Ciudad de México

Flórez Rodríguez, Yanitza Nicole; Sánchez Aragón, Rozzana

La afectividad, empatía y amor compasivo y su relación con los motivos de conflicto en la pareja: un estudio cuantitativo en la Ciudad de México

Psicología Iberoamericana, vol. 30, núm. 1, e301427, 2022

Universidad Iberoamericana, Ciudad de México, México

Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133970714006>

DOI: <https://doi.org/10.48102/pi.v30i1.427>





Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons Atribución 4.0 Internacional.

La afectividad, empatía y amor compasivo y su relación con los motivos de conflicto en la pareja: un estudio cuantitativo en la Ciudad de México

Affectivity, empathy, compassionate love, and their relationship with the causes of conflict in a relationship: A quantitative study in Mexico City

Yanitza Nicole Flórez Rodríguez nicole.florez.r@gmail.com
Universidad de Nariño, Colombia

 <https://orcid.org/0000-0002-0298-001X>
Rozzana Sánchez Aragón rozzara@unam.mx
Universidad Nacional Autónoma de México, México

 <https://orcid.org/0000-0002-5952-8972>

Psicología Iberoamericana, vol. 30, núm. 1, e301427, 2022

Universidad Iberoamericana, Ciudad de México, México

Recepción: 24 Enero 2022
Aprobación: 13 Mayo 2022

DOI: <https://doi.org/10.48102/pi.v30i1.427>

Redalyc: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133970714006>

Financiamiento

Fuente: Programa UNAM-PAPIIT IN304919
Nº de contrato: IN304919
Beneficiario: Yanitza Nicole Flórez Rodríguez

Resumen: Los objetivos del presente estudio fueron: identificar la relación entre el amor compasivo (AC), empatía y afectividad con los motivos del conflicto y explorar las diferencias en la empatía, afectividad y motivos de conflicto en personas con puntuaciones altas y bajas en AC, a través de un enfoque cuantitativo transversal en una muestra no probabilística por conveniencia de 202 parejas de 18 a 64 años de la Ciudad de México. Se aplicaron instrumentos con una sólida consistencia interna que medían AC, empatía, afectividad y motivos del conflicto en la pareja. Para el análisis de datos, primero se realizó una prueba de Spearman y posteriormente una U de Mann-Whitney. Se encontró que el AC, la empatía y afectividad correlacionan negativamente con los motivos de conflicto. Igualmente, existen diferencias en las personas que experimentan mayor o menor AC. Estos hallazgos evidencian la influencia positiva que tienen las variables citadas en los motivos de conflicto; además, ponen de manifiesto que anteponer las necesidades de la pareja y realizar pequeños sacrificios aporta beneficios para las relaciones, pero también puede generar desacuerdos.

Palabras clave: afectividad, empatía, amor compasivo, conflicto, pareja.

Abstract: The objectives of the present study were to identify the relationship between compassionate love (CL), empathy, and affectivity with motives for conflict and to explore the differences in these factors in people with high and low CL scores. A cross-sectional quantitative approach was used, and the study had a non-probabilistic convenience sample of 202 couples aged between 18 and 64 years from Mexico City. Instruments with a solid internal consistency that mediate CL, empathy, affectivity, and reasons for the conflict in the couple were applied. A Spearman test was performed first for data analysis, followed by a Mann-Whitney U test. It was found that CL, empathy, and affectivity correlate negatively with motives for conflict. Similarly, there are differences in people who experience more or less CL. These findings show the positive influence that these variables have on the determinants of interpersonal conflict and show that putting the needs of their partner first and making small sacrifices can benefit a relationship but may also generate disagreements.

Keywords: affection, empathy, compassionate love, conflict, relationships.

Introducción

Todo ser humano tiene el deseo inherente de pertenecer, por ello se esfuerza en entablar lazos emocionalmente duraderos y satisfactorios con otras personas (Aronson, 2000). Una manera de hacerlo es desarrollar una relación romántica en la que exista un reconocimiento y comprensión del otro de una manera más profunda, intensificando las demostraciones de amor y la necesidad de generar bienestar (Jakubiak & Feeney, 2016; López et al., 2014) a través de la expresión de afecto, entendida como un sentimiento de cariño y una intensa consideración positiva hacia otra persona (Floyd, 2002).

Teóricos como Floyd (2014, 2016) definen al afecto o afectividad como el conjunto de comportamientos verbales y no verbales que permiten transmitir cariño, como puede ser besar, acariciar, abrazar, tomarse de las manos, tocar el cuerpo o tener relaciones sexuales –entre otras más–, que ocurren con frecuencia dentro de las relaciones románticas (Debrot et al., 2017). La afectividad también se encuentra relacionada con la expresión y recepción de amor y apoyo emocional, además de identificarse como una de las necesidades básicas para generar satisfacción dentro de las relaciones con otros (Dillow et al., 2014).

En congruencia con lo anterior, Floyd y Morman (1998) señalan en el modelo tripartita que el comportamiento afectivo se representa en tres formas. En un primer momento, las personas expresan afecto verbalmente a través de las palabras con declaraciones como “te amo” y “eres importante en mi vida”. Segundo, expresan afecto a través de gestos directos no verbales como abrazarse, tomarse de las manos y besarse. Finalmente, las personas también transmiten su afecto por medio de actividades de apoyo social como hacer un favor o reconocer un logro.

Todas estas expresiones de cariño producen beneficios para ambos miembros de la pareja puesto que incrementan el bienestar físico, mental y relacional (Floyd, 2014), generan un ambiente agradable y enriquecedor dentro del vínculo, así como también mejor humor, intimidad, satisfacción, calidad relacional (Sánchez-Aragón, 2018), seguridad, felicidad y cercanía (Horan, 2012).

Es así como, a partir de la expresión y recepción de afecto hacia la pareja, la capacidad de sensibilizarse y entender el comportamiento y los sentimientos del otro se agudiza, ya que existe una conexión con el ser amado y una integración del otro en el yo, permitiéndole a la persona experimentar lo que el otro siente de una manera más completa (Armenta-Hurtarte et al., 2012; Aron et al., 1992). De la misma manera, autores como Gordon y Chen (2016) manifiestan que el comportamiento afectivo entre la pareja precisa la confianza y la intimidad en la relación, y es así como se genera una interdependencia a nivel emocional y la búsqueda de suplir las necesidades del compañero y entenderlo en los momentos de crisis.

A este conjunto de acciones se le designa como empatía, que es la capacidad de entender e imaginarse a sí mismo en la situación de otras personas y poder vivenciar –en cierto modo– las emociones que el

otro experimenta (Nickerson et al., 2011; Sanchez Aragon & Martinez Perez, 2016). Más ampliamente, la empatía está conformada por tres componentes principales. El primero hace referencia a la capacidad de compartir las experiencias afectivas del otro. El segundo componente se entiende como la habilidad cognoscitiva de intuir lo que la otra persona está sintiendo. Por último, el tercer componente hace referencia a la motivación para responder de manera positiva a las necesidades de las otras personas con el fin de aliviar su situación (Péloquin & Lafontaine, 2010). Dicho en otras palabras, la empatía permite entender otros puntos de vista, reaccionar a las expresiones emocionales e intuir y sentir lo que otros están sintiendo, correspondiendo positivamente a su sufrimiento (Guzmán & Trabucco Ch, 2014).

Cabe señalar que la empatía se ha relacionado con la ayuda, el comportamiento moral y la preocupación por los demás (Hoffman, 2000). En contraparte, la falta de aquélla se ha asociado con la conducta psicopatológica, los trastornos del espectro autista y los comportamientos antisociales (Mendez et al., 2011).

En el contexto de la pareja, la empatía facilita el mantenimiento de las relaciones románticas. Es decir, a medida que los miembros de la pareja se esfuerzan por comprender y compartir los sentimientos del otro más comprometidos y valorados se sienten. En este sentido, funciona como una estrategia para desarrollar vínculos estrechos y mejorar la conexión e intimidad entre los miembros a lo largo del tiempo (Péloquin & Lafontaine, 2010). También se ha visto que las reacciones empáticas fomentan la confianza y la intimidad, además de que permiten a ambos integrantes de la díada inferir el contenido de las emociones, pensamientos y acciones de su pareja, guiando así su propio comportamiento y lenguaje a una interacción exitosa, proporcionando validación y facilitando la conexión emocional. Sin la capacidad de inferir el mundo cognitivo y afectivo del otro las interacciones dentro de la pareja probablemente serían conflictivas, inestables y distantes (Blasko, 2016).

Ahora bien, la empatía, al nacer de sentimientos de preocupación y entendimiento de las experiencias del ser amado, produce en la persona un repertorio de comportamientos que tienen como fin procurar el bien del otro. A esto se le conoce como amor compasivo, el cual busca el bienestar de la pareja de manera desinteresada y entregada, integrando componentes como el cuidado, la responsabilidad en la relación, la admiración, la confianza y la aceptación (Fehr et al., 2014; Neto & Wilks, 2017).

Más ampliamente, el amor compasivo es un término “reciente” que alude a un entendimiento más profundo del otro, sus deseos y sentimientos, valorándolo y permitiéndole florecer de manera individual. Dicho amor no es sólo una respuesta emocional sino también un conjunto de comportamientos que tienen como propósito aliviar el sufrimiento del otro (Sprecher & Fehr, 2005). Sin embargo, este objetivo puede llevar a conductas de sacrificio debido a que, al anteponer las necesidades de los otros antes que las propias, la persona llega a colocarse en un segundo lugar o privarse de beneficios propios, todo con el fin de brindar bienestar

o felicidad a alguien más (Flórez-Rodríguez & Sánchez-Aragón, 2019; Kahana et al., 2021).

En el contexto de las relaciones de pareja, Fehr et al. (2014) y Neto y Wilks (2017) exponen que este amor busca como fin último el bienestar del ser amado sin esperar nada a cambio y en muchas ocasiones a partir de un sacrificio personal, incrementando variables positivas como la empatía, conductas prosociales, comprensión, bienestar y felicidad. Asimismo, juega un papel importante en la predicción de la cercanía, satisfacción y la estabilidad en las relaciones.

Por otra parte, Reis et al. (2014) señalan que las parejas que experimentan este tipo de amor dentro de la relación también logran desarrollar otras variables positivas como la aceptación y el entendimiento de las acciones y emociones del otro. Y, más allá de comprender o entender, las personas se logran percibir valoradas, incrementando los sentimientos de seguridad y pertenencia, lo que comunica un respeto positivo por uno mismo y el otro.

Cabe resaltar que las variables mencionadas sirven como mediadoras en situaciones negativas dentro de la relación –como lo puede ser el conflicto–, sirviendo como herramientas para afrontar las situaciones difíciles y problemáticas que atraviesa la pareja (Álvarez-Ramírez et al., 2014). A partir de eso, los conflictos pueden entenderse como confrontaciones, agresiones o disputas cargadas de un alto componente afectivo y un gran número de emociones y cogniciones. Surgen a partir de la oposición de metas, objetivos y valores entre dos o más partes, que amenazan con desestabilizar el equilibrio y la calidad del vínculo (Arnaldo-Ocádiz, 2001; Montes-Piñeiro et al., 2014).

Algunos de los motivos del conflicto son los celos, falta de comunicación, insatisfacción sexual, infidelidad, distribución de las tareas del hogar, tiempo que se le dedica a la relación, interacción con la familia del otro, desacuerdo o diferencia en las formas de ver la vida, los objetivos a alcanzar y hasta las personalidades de los miembros, entre los más comunes (Mora, 2015).

En algunos estudios previos se ha observado que la afectividad disminuye la soledad, depresión y ansiedad, contribuye a la salud física, el bienestar y muchas más reacciones positivas para el ser humano (Hesse & Floyd, 2008). A su vez, desarrolla un ambiente agradable en la vida de la pareja en el que se mitigan los conflictos o se les buscan soluciones constructivas a través de las demostraciones de amor y cariño (Li et al., 2020). En otras investigaciones, como por ejemplo la realizada por Komisaruk y Whipple (1989), se muestra que las personas que reciben más expresiones de amor y contacto a nivel físico con la persona que se ama son menos susceptibles a enfermedades, abuso de sustancias psicoactivas y desarrollar una autoestima baja, debido a las reacciones neuronales que se desatan en este proceso del amor.

En el caso de la empatía, existen estudios como el realizado por Gutiérrez-Sanmartín et al. (2011) en el que se evidencian la relación positiva con la conducta prosocial y la negativa con la conducta agresiva en estudiantes de España. De la misma manera, adoptar la perspectiva

de la otra persona en una situación de conflicto puede conducir a una mejor comprensión de ambos puntos de vista, evitando actos destructivos y facilitando los constructivos. Igualmente, compartir las emociones negativas del ser amado permite despertar mayor comprensión, lo que a su vez puede inhibir los impulsos destructivos en situaciones de conflicto (Klimecki, 2019).

Por último, para el amor compasivo las escasas investigaciones al respecto señalan que este tipo de amor se encuentra relacionado con otras variables positivas para las relaciones interpersonales. Por ello, es propicio presumir que esta variable contrarresta las reacciones negativas, favorece al mejoramiento de estrategias para disminuir o enfrentar el conflicto (Neff & Karney, 2009; Reis et al., 2014) y contribuye a la creación de un espacio en donde la pareja se permita crecer y puedan florecer emociones favorables para su bienestar.

A partir de lo expuesto, es claro que estas variables pueden encontrarse asociadas con otros constructos psicológicos positivos que favorecen y enriquecen las relaciones sanas y a su vez disminuyen los conflictos. No obstante, existe un vacío de conocimiento en relación con los motivos o las razones particulares que pueden verse disminuidas por la práctica de las variables antes mencionadas. Este estudio permitirá resaltar la implementación y práctica de la empatía, la afectividad y el amor compasivo como estrategias para incrementar los recursos de las parejas, contribuyendo al estado emocional y la integridad de sus miembros.

Por otra parte, es de gran relevancia adentrarse en el estudio del amor compasivo, inicialmente porque es un factor poco estudiado en el contexto Latinoamericano y de pareja, pero también porque esta variable no siempre se comporta de manera positiva, como se ha venido señalando, ya que desde su definición se aprecia que puede alcanzar tonalidades negativas que coadyuven a su asociación con algunos tipos de conflicto específicos, debido al nivel de compromiso y entrega que requiere.

A partir de lo expuesto, los objetivos de la presente investigación fueron: Identificar la relación entre el amor compasivo, la empatía y la afectividad con los motivos de conflicto en la pareja romántica; y al mismo tiempo, examinar las diferencias en las variables de empatía, afectividad y motivos de conflicto en la pareja entre personas con puntuaciones altas y bajas en los factores de amor compasivo (apoyo emocional y empatía, así como amor altruista).

Método

Participantes

Se trabajó con una muestra no probabilística por conveniencia con un diseño de investigación transversal (Hernández-Sampieri et al., 2010) de 202 parejas heterosexuales cuyas edades oscilaban entre 18 y 64 años ($M = 37.56$ $DE = 11.344$). En cuanto a la escolaridad, 75 participantes tenían un nivel de secundaria, 129 de preparatoria y 194 de licenciatura. El estado civil fue en el 45.8% unión libre y en 54.2% casados, mientras

que el tiempo de relación iba desde 6 meses hasta los 41 años ($M=14$ y $DE=9.5$ años). Como criterios de inclusión se establecieron ser mayor de edad, tener una escolaridad mínima de secundaria, residir en la Ciudad de México y encontrarse dentro de una relación romántica heterosexual en la cual se tuviera por lo menos seis meses viviendo con la pareja.

En cuanto a los criterios de exclusión, se consideraron: no encontrarse viviendo con la pareja por lo menos durante de 6 meses y ser menor de edad.

Instrumentos

Las medidas aplicadas a los participantes para cumplir con los objetivos fueron:

Escala de Afectividad (Sánchez-Aragón, 2018) que evalúa de manera multidimensional las expresiones de afecto dentro de la relación de pareja a través de 15 ítems (en su versión corta) con un formato de respuesta tipo Likert de 5 puntos que indicaban grados de acuerdo. Estos se ordenan en tres factores que explicaron el 68.75% de la varianza, un índice de KMO=.986 y una Prueba de Esfericidad de Barlett= 38147.044, $gl=861$, $p=.000$; se denominaron: (a) Apoyo (5 ítems y $\alpha=.96$) con elementos como: “Apoyarle cuando lo necesita” y “Dar ánimo”, (b) Expresión de Amor (5 ítems y $\alpha=.96$) con ejemplos de reactivos como: “Decirle: Te amo” y “Tomarle de la mano”, y (c) Interacción y comunicación (5 ítems y $\alpha=.94$), que incluye atributos como: “Decirle que es mi mejor amigo(a)” y “Decirle lo importante que es para mí la relación que tenemos”.

La Escala de Empatía Romántica (Sanchez-Aragon & Martinez-Perez, 2016) mide la reacción emocional o simpatía en respuesta a los sentimientos o experiencias de la pareja con 21 ítems (en su versión corta) en un formato de respuesta tipo Likert de 5 puntos que indican grados de acuerdo, distribuidos en 4 factores que explicaron el 40.35% de la varianza (Índice KMO=.924 y la Prueba de Esfericidad de Barlett=6155.060, $gl=780$, $p=.000$) y un Alpha de Cronbach total de .90. Dichos factores son: (a) Toma de perspectiva (5 ítems y $\alpha=.85$), con reactivos como: “A veces intento entender mejor a mi pareja imaginando cómo ve las cosas desde su perspectiva” y “Trato de pensar como mi pareja con el fin de ser más sensible a lo que le pasa”; (b) Empatía Cognoscitiva de las Emociones (5 ítems y $\alpha=.82$), en la que algunos rasgos son: “Sé cuándo mi pareja está enojada” y “Cuando veo que se aprovechan de mi pareja, siento necesidad de protegerle”; (c) Compasión empática (5 ítems y $\alpha=.70$), con ejemplos de reactivos como: “No soy indiferente a los problemas de mi pareja” y “Trato de prestar atención a las emociones de mi pareja”; y (d) Perturbación propia (6 ítems y $\alpha=.78$), con reactivos como: “Yo sufro si veo que mi pareja no está feliz” y “Me inquieta ver a mi pareja lastimada”.

En cuanto a la Escala de Amor Compasivo (Flórez-Rodríguez & Sánchez-Aragón, 2019), esta evalúa la comprensión y preocupación que tiene la persona por el ser amado de manera altruista por medio de 10

ítems (en su versión corta) y un formato de respuesta tipo Likert de cinco puntos que indican grados de acuerdo. Consta de dos factores cuya validez se obtuvo a través de un análisis factorial que explicó el 61.96% de la varianza (Índice KMO=.981 y la Prueba de Esfericidad de Barlett=25239.795, $gl=528$, $p=.000$) y su confiabilidad se extrajo por medio de un coeficiente Alpha de Cronbach total de .97. Los factores son: (a) Apoyo Emocional y Empatía (5 ítems y $\alpha=.96$) que incluye reactivos como: “Trato de ayudar a mi pareja tanto como pueda” y “Mi pareja puede confiar en que estaré ahí para él(ella) si me necesita”, y (b) Amor Altruista (5 ítems y $\alpha=.92$) con aspectos como: “Prefiero comprometerme en acciones que ayuden a mi pareja” y “Si es necesario, estoy dispuesto(a) a sacrificarme para que mi pareja pueda lograr sus metas en la vida”.

Por último, la Escala de Motivos del Conflicto (Arnaldo-Ocádiz, 2001) mide la frecuencia con la que se percibe tener motivos que generan conflicto con la pareja a través de 37 reactivos con un formato de respuesta tipo Likert de 5 puntos que indicaban grados de acuerdo en su versión corta y organizados en 13 factores denominados: (a) Hijos (3 ítems y $\alpha=.91$), (b) Indiferencia (3 ítems y $\alpha=.87$), (c) Personalidad (3 ítems y $\alpha=.83$), (d) Desconfianza (3 ítems y $\alpha=.80$), (e) Actividades propias (3 ítems y $\alpha=.85$), (f) Religión (3 ítems y $\alpha=.84$), (g) Sexualidad (3 ítems y $\alpha=.83$), (h) Celos (4 ítems y $\alpha=.73$), (i) Dinero (3 ítems y $\alpha=.79$), (j) Familia de origen (2 ítems y $\alpha=.74$), (k) Familia política (2 ítems y $\alpha=.74$), (l) Actividades de la pareja (3 ítems y $\alpha=.83$) y (m) Adicciones (3 ítems y $\alpha=.56$). Se realizó un análisis factorial de componentes principales con rotación ortogonal (tipo varimax). La validez se obtuvo a través de un análisis factorial que explicó el 66.10% de la varianza y Alpha de Cronbach total de .86.

Procedimiento y consideraciones éticas

Los instrumentos fueron aplicados entre febrero de 2019 y febrero de 2020 por psicólogas entrenadas en lugares públicos como sedes de universidades, cafeterías, parques y centros comerciales, así como en otros establecimientos donde se pudieran encontrar participantes que quisieran colaborar y que cumplieran con los criterios de inclusión establecidos. Una vez habiéndose asegurado de que cumplían con los requisitos respondieron de manera voluntaria, anónima y confidencial, pudiéndose retirar en cualquier momento sin ninguna consecuencia cuando alguna pregunta pudiera afectar su moral o creencias. Además, se les aseguró que los datos proporcionados serían utilizados únicamente con fines estadísticos, tomándose consideraciones éticas y en cumplimiento de las reglas establecidas por la Secretaría de Salud, el Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación (2014), la Declaración de Helsinki de 1975 enmendada en 1983, y sobre los principios éticos para la investigación médica con humanos y el Código Ético del Psicólogo de la Sociedad Mexicana de Psicología (Sociedad Mexicana de Psicología, 2007). Una vez que se contaba con su autorización, brindada verbalmente, se procedía a la aplicación individual, con duración

aproximada de 15 minutos. Cualquier duda surgida durante la práctica se resolvió de manera inmediata y exitosa.

Cabe señalar que esta investigación contó con el aval ético de investigación por parte de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México.

Análisis de datos

Para lograr responder los objetivos planteados, en un primer momento se realizó una prueba de normalidad de Kolmogorov Smirnov para escoger qué tipo de análisis estadístico usar. Posteriormente se llevó a cabo una correlación de Spearman para examinar la relación entre la afectividad, la empatía y el amor compasivo con los motivos del conflicto en la pareja. Acto seguido se realizó una Prueba U de Mann-Whitney para encontrar diferencias en la afectividad, empatía y conflicto entre personas con puntuaciones altas y bajas en Apoyo emocional y empatía y Amor Altruista (ambos factores de amor compasivo), mediante el uso del programa estadístico SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*), versión 20.

Resultados

Inicialmente se realizó una prueba de normalidad Kolmogorov Smirnov que indicó que no existe normalidad en los datos ($p < .001$), por lo que para responder al primer objetivo, orientado a identificar la relación entre la afectividad, la empatía y el amor compasivo con los motivos de conflicto en la pareja, se realizó una correlación de Spearman, que para el factor de afectividad indicó que cuando hay mayor apoyo y cuidado por parte de la pareja, expresiones de cariño y comunicación, menos conflictos hay por los hijos, la indiferencia, la personalidad de ambos miembros, desconfianza, actividades propias y el dinero (ver Tabla 1).

En cuanto a la variable de empatía, se encontró que cuando la pareja intenta entender la perspectiva del otro y trata de tomar su punto de vista en cuenta hay menos conflicto debido a la indiferencia. Asimismo, cuando se trata de pensar en las emociones de la pareja y prestar atención a sus problemas se presentan menos conflictos por los hijos, la indiferencia, desconfianza, actividades propias y de la pareja, la religión y el dinero (ver Tabla 1).

Por último, en cuanto al amor compasivo se observó que cuando los participantes prefieren sacrificarse para no ver sufrir a su pareja y se comprometen en acciones que favorezcan a la díada surgen menos disputas por la indiferencia y la desconfianza (ver Tabla 1).

Tabla 1

Tabla 1

Correlaciones entre afectividad, empatía y amor compasivo sobre los motivos de conflicto

		Motivos del conflicto							
Escala		Hijos	Indiferencia	Personalidad	Desconfianza	Actividades propias	Religión	Dinero	Actividades pareja
Afectividad	Apoyo	-.208**	-.323**	-.217**	-.287**	-.233**	-	-.245**	-
	Expresión de amor	-.258**	-.362**	-.242**	-.284**	-.264**	-	-.272**	-
	Interacción y comunicación	-.211**	-.315**	-.250**	-.279**	-.206**	-	-.203**	-
Empatía	Toma de perspectiva	-	-.221**	-	-	-	-	-	-
	Compasión empática	-.224**	-.287**	-	-.211**	-.249**	-.228**	-.271**	-.225**
Amor Compasivo	Amor altruista	-	-.264**	-	-.215**	-	-	-	-

**p=0.01

**p001

Para poder satisfacer el segundo objetivo, dirigido a identificar las diferencias de afectividad, empatía y conflicto entre las personas, fue necesario realizar un análisis de frecuencias de cada uno de los factores de la escala de amor compasivo; con base en esto se realizó un corte en las frecuencias de los participantes en partes iguales (50%), dividiendo entre los puntajes bajos (1 a 3.5) y altos (3.6 a 5).

Ya contando con el grupo alto y el bajo en ambos factores se realizaron los análisis comparativos. En un primer momento no se encontraron diferencias estadísticamente significativas en los motivos de conflicto de: hijos, indiferencia, desconfianza, actividades propias, religión, celos, dinero, familia de origen, familia, actividades de la pareja y adicciones por bajo y alto nivel de amor compasivo en su factor de apoyo emocional y empatía.

En cuanto a los resultados estadísticamente significativos, indican que el grupo alto en el factor de apoyo emocional y empatía está integrado por personas que, en términos de afectividad, brindan más ayuda y ánimo a su pareja, expresan más amor a nivel verbal y no verbal e interactúan y se comunican más constructivamente en comparación con las personas en el factor bajo. Asimismo, se observó que el grupo alto resultó más empático tanto a nivel cognoscitivo como afectivo al ponerse en el lugar del otro, reconocer y prestar atención a sus emociones y sufrir por lo que le pasa, también en comparación con el grupo bajo en dicho factor. En congruencia, los participantes del grupo alto en apoyo y empatía mostraron menos conflictos con su pareja por cuestiones de personalidad y sexualidad en comparación con sus contrapartes (ver Tabla 2).

Tabla 2

Tabla 2

Diferencias en afectividad, empatía y conflicto entre personas con puntuaciones altas y bajas en el factor apoyo emocional y empatía

	Escala	Apoyo emocional y empatía			
		Bajo	Alto	Z	P
Afectividad	Apoyo	170	232	-5.489	.000
	Expresión de amor	167	224	-5.053	.000
	Interacción y comunicación	169	224	-4.805	.000
	Toma de perspectiva	160	243	-7.226	.000
Empatía	Empatía cognitivo-emocional	164	241	-6.696	.000
	Perturbación propia	144	260	-10.140	.000
	Compasión empática	156	244	-7.708	.000
	Personalidad	207	180	-2.382	.017
Motivos de conflicto	Sexualidad	207	180	-2.335	.020

En cuanto a las diferencias en las variables de afectividad, empatía y motivos de conflicto a partir de los niveles alto y bajo en el factor de amor altruista, los datos muestran primero que no hubo discrepancias estadísticamente significativas en personalidad, actividades propias, celos, dinero, familia de origen, familia política y adicciones.

Sin embargo, se observan discordancias con el factor de apoyo emocional y empatía, de tal suerte que el grupo alto mostró más afectividad y empatía en comparación con el grupo bajo. No obstante, en el caso del conflicto los hallazgos muestran diferencias con lo reportado en la Tabla 2, que indican que el grupo alto en amor altruista reporta menos conflictos por temas como la crianza de los hijos, la indiferencia, la desconfianza, la religión y la sexualidad, con excepción de las actividades de la pareja, ya que las personas más altruistas son las que presentan mayores conflictos por este tópico (ver Tabla 3).

Tabla 3

Tabla 3

Diferencias en afectividad, empatía y conflicto entre personas con puntuaciones altas y bajas en el factor amor altruista

		Amor altruista		Z	P
		Bajo	Alto		
Afectividad	Apoyo	113	234	-9.493	.000
	Expresión de amor	119	225	-8.316	.000
	Interacción y comunicación	132	222	-6.972	.000
	Toma de perspectiva	132	226	-7.318	.000
Empatía	Empatía cognitivo-emocional	124	231	-8.266	.000
	Perturbación propia	118	228	-8.588	.000
	Compasión empática	114	230	-9.136	.000
	Hijos	205	171	-2.823	.005
Conflicto	Indiferencia	233	186	-3.678	.000
	Desconfianza	227	186	-3.221	.001
	Religión	223	189	-3.209	.001
	Sexualidad	218	191	-2.128	.033
	Actividades de la pareja	189	218	-2.203	.028

Discusión

En lo que respecta al primer objetivo, los hallazgos revelaron que, en la variable afectividad a mayor apoyo, cuidado, expresiones de cariño y comunicación hacia la pareja existen menos conflictos en tópicos como los hijos, la indiferencia, la personalidad de ambos miembros, la desconfianza, las actividades propias y el dinero. Esto porque, como se sabe, las demostraciones de amor y cariño en el diario vivir de la pareja, tanto para quien las brinda como para quien las recibe, generan otras conductas y reacciones positivas que contrarrestan los malentendidos y disgustos entre las partes (Li et al., 2020). A su vez, el afecto mejora el bienestar físico y psicológico y disminuye la depresión y la ansiedad, los cuales son estados que pueden desencadenar conflictos en los miembros de la díada. Más específicamente, autores como Debrot et al. (2017) mencionan que las interacciones afectivas se asocian con cambios diarios más fuertes en los niveles de cortisol, lo que indica una respuesta más saludable ante los estresores que pudieran estar afectando a los miembros de la pareja, como es el caso de los conflictos.

De igual manera, es posible que dichas variables se encuentren relacionadas con estos conflictos en específico debido a que pueden llegar a reforzar la cercanía y conexión en los miembros, lo que les permite tener una mejor convivencia y dinámica relacional, aunadas a una solución de problemas más constructiva (Flórez-Rodríguez et al., 2022; Sánchez-Aragón, 2018). Igualmente, la comunicación e interacción como factores dentro de la afectividad pueden generar un puente sólido para que ambos miembros de la pareja lleguen a acuerdos en el momento en que se avencinen los conflictos (Villanueva-Orozco et al., 2012).

Seguido de esto, en la variable empatía se encontró que cuando hay mayor toma de perspectiva menos conflicto se percibe por la indiferencia por parte de la pareja, puesto que existe un reconocimiento de la situación del otro y un entendimiento claro por lo que la pareja está pasando o sintiendo, dejando a un lado el ignorar u omitir (Cramer & Jowett, 2010).

Asimismo, cuando se trata de pensar en las emociones de la pareja y prestar atención a sus problemas se presentan menos conflictos por los hijos, la indiferencia, desconfianza, actividades propias y de la pareja, la religión y el dinero. Esto se ve explicado porque las reacciones empáticas producen mayor satisfacción dentro del vínculo y un claro entendimiento de las emociones del compañero cuando se experimenta un desacuerdo, lo que permite un mejor uso de estrategias de regulación emocional y de resolución de conflictos (Sánchez-Aragón, 2010). Igualmente, los hallazgos mencionan que cuando las personas sienten que son entendidas por su pareja hay menos discusiones y se perciben más felices en la relación, de manera que las personas que se sienten más comprendidas son menos propensas a experimentar conflictos (Ángel-Ramírez, 2018; Gordon & Chen, 2016).

Por último, para el amor compasivo se logró observar que cuando se presenta mayor amor altruista menos problemas existen por la indiferencia y la desconfianza, debido a que la pareja se encuentra totalmente entregada y dispuesta a promover bienestar incluso cuando resulte costoso para sus miembros, evitando a toda costa realizar actos que afecten a su compañero(a) y a la relación. Igualmente, estas personas se caracterizan por poner al ser amado antes que ellos mismos, dejando a un lado las situaciones negativas y cediendo ante su pareja (Hoffman et al., 2019; Reis & Clark, 2013). Al respecto, Reis et al. (2014) nos mencionan que este conjunto de características o actos dirigidos a la compasión generan en las personas que los ejecutan un cierto tipo de seguridad y pertenencia hacia la relación, lo que al final se traduce en confianza.

En cuanto al segundo objetivo, se encontró que las personas que expresan más apoyo a su pareja demuestran más afecto verbal y no verbal, se comunican más y logran entenderse mejor de manera emocional y cognitiva. Este resultado se explica a partir de que las relaciones con dichas características contribuyen a mantener y enriquecer un ambiente agradable, generando a su vez emociones y sentimientos positivos como la satisfacción con la relación, la intimidad y mayor percepción de felicidad (Gordon & Chen, 2016).

Aunado a lo anterior, son estos mismos individuos los que tienen menos discusiones por tópicos como la personalidad y la sexualidad, dado que las personas hacen a un lado las diferencias que puedan presentarse o bien generan soluciones constructivas y útiles entre los miembros de la pareja; en consecuencia, fomentan el entendimiento y la comprensión de los aspectos propios de cada individuo junto con la aceptación incondicional del otro (Sprecher et al., 2010) y la búsqueda de la satisfacción de las necesidades de cada uno de ellos.

En cuanto al factor amor altruista, se hace evidente que los participantes que son capaces de anteponer las necesidades de su pareja y se sacrifican por la felicidad del otro son también los que más apoyan, expresan amor, tienen en cuenta los sentimientos y pensamientos de su pareja y tratan de entender su punto de vista. En relación con lo que manifiesta Klimecki (2019), la compasión dispone un ambiente donde se facilitan la reconciliación y la comunicación efectiva, así como también el cariño y la intimidad. De igual forma, son estas mismas personas las que tienen menos conflictos y disputas por temas como la crianza de los hijos, la indiferencia, la desconfianza, la religión y la sexualidad, ya que se encuentran enfocadas en hacer feliz al ser amado través de acciones encaminadas al enriquecimiento y disfrute. Además, un ambiente agradable produce actos positivos hacia la pareja y la relación en general, lo que a su vez resulta en un estado emocional positivo (Sprecher & Fehr, 2006).

Esto no ocurre cuando los problemas y confrontaciones se dan por las actividades de la pareja, ya que como se ve son las personas más altruistas las que presentan mayores conflictos por este tópico. Esto puede suceder cuando el/la participante con este factor en nivel alto procura dar todo para la pareja, incluso llegando al sacrificio, y se da cuenta de que su pareja da preferencia a actividades personales en las cuales no está incluido(a). Ello le afecta más que si tuviera bajo nivel de amor altruista, pues en ese caso no sería tan evidente la falta de equidad, lo que pone de manifiesto que, a pesar de que existe un cierto tipo de sacrificio y abnegación en la pareja mexicana, anteponer al ser amado no siempre generará bienestar, ya que se comienza a percibir el vínculo romántico como injusto (Avendaño-Sandoval et al., 1997).

En términos generales, estos hallazgos demuestran claramente que la afectividad, la empatía y el amor compasivo se relacionan negativamente con los motivos de conflicto considerados en este estudio, debido a que la expresión de afecto, apoyo, ánimo y consideración hacia la pareja generan un ambiente agradable y propicio para las emociones positivas, contrarrestando las peleas y conflictos (Sprecher & Fehr, 2006). De igual manera, se logró cumplir con los objetivos planteados en el estudio evidenciando la importancia que tienen las citadas variables dentro de las relaciones en México; sin embargo, se sugiere para futuras investigaciones analizar dichos componentes con variables sociodemográficas para entender de forma más completa la dinámica relacional.

Como limitaciones, es posible observar que se realizaron análisis en una muestra de parejas con un tiempo de relación amplio, por lo que

para futuras investigaciones se plantea hacer análisis de diferencias debido a que, como se ha visto con anterioridad, los motivos de conflicto que se presentan en las parejas son diferentes en función de la etapa en la que se encuentren. Por otro lado, para la evaluación de los motivos de conflicto se tuvo en cuenta la escala señalada, la cual reúne algunas razones que generan disputa; sin embargo, no se encuentran incluidos todos los que se producen dentro del vínculo romántico. En un futuro se plantea la creación y validación de una escala de conflicto que abarque más componentes y que a su vez se encuentre actualizada con las problemáticas que viven las parejas hoy en día.

Como conclusiones, la presente investigación logró cumplir con los objetivos planteados demostrando que variables como la afectividad, la empatía y el amor compasivo se encuentran relacionadas de manera negativa con los motivos del conflicto y que pueden ser herramientas útiles para mejorar la convivencia con la pareja. Aunado a lo anterior, también fue posible encontrar que, en general, las personas que llegan a presentar mayores comportamientos relacionados con el amor compasivo son las más afectuosas, empáticas y tienen menos conflictos. Sin embargo, se debe analizar con mayor detenimiento el factor de amor altruista, debido a que puede jugar de manera negativa en la dinámica relacional al entenderse como un sacrificio o la renuncia a la valoración propia al poner el bienestar del ser amado antes que el propio. Para futuras investigaciones se desea comprobar la predicción de estos constructos en una muestra más amplia junto con análisis que incluyan la influencia de variables sociodemográficas.

Agradecimientos

Investigación realizada gracias al Programa UNAM-PAPIIT IN304919 del proyecto “Factores protectores y de riesgo a la salud en parejas sanas y con enfermedad crónico-degenerativa”. No se presentaron conflicto de intereses entre las autoras de este artículo.

Referencias

- Álvarez-Ramírez, E., García-Méndez, M., & Rivera-Aragón, S. (2014). Medición de la culpa en la relación de pareja. *Ciencias Psicológicas*, 8(2), 115-128.
- Ángel-Ramírez, J. (2018). *Valoración percibida de la pareja, empatía e infidelidad en hombres y mujeres adultos* [Tesis de licenciatura]. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Armenta-Hurtarte, C., Sánchez-Aragón, R., & Díaz-Loving, R. (2012). ¿De qué manera el contexto afecta la Satisfacción con la Pareja? *Suma Psicológica*, 19(2), 51-62.
- Arnaldo-Ocádiz, O. (2001). *Construcción y validación de un instrumento de conflicto para parejas mexicanas* [Tesis de licenciatura]. Universidad Nacional Autónoma de México.

- Aron, A., Aron, E. N., & Smollan, D. (1992). Inclusion of other in the self scale and the structure of interpersonal closeness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(4), 596–612. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.63.4.596>
- Aronson, E. (2000). *El animal social*. Alianza Editorial.
- Avendaño-Sandoval, R., Díaz-Guerrero, R., & Reyes-Lagunes, R. (1997). Validación psicométrica de la segunda escala de abnegación para jóvenes y adultos. *Revista Interamericana de Psicología*, 31(1), 47-56.
- Blasko, K. (2016). *Love and mindreading: The role of empathic accuracy perceptions on relationship satisfaction* [Tesis de maestría]. University of Michigan-Dearborn.
- Cramer, D., & Jowett, S. (2010). Perceived empathy, accurate empathy and relationship satisfaction in heterosexual couples. *Journal of Social and Personal Relationships*, 27(3), 327-349. <https://doi.org/10.1177/0265407509348384>
- Debrot, A., Meuwly, N., Muise, A., Impett, E., & Schoebi, D. (2017). More than just sex: Affection mediates the association between sexual activity and well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 43(3), 287-299. <https://doi.org/10.1177/0146167216684124>
- Dillow, M., Goodboy, A., & Bolkan, S. (2014). Attachment and the expression of affection in romantic relationships: The mediating role of romantic love. *Communication Reports*, 27(2), 102-115. <https://doi.org/10.1080/08934215.2014.900096>
- Fehr, B., Harasymchuk, C., & Sprecher, S. (2014). Compassionate love in romantic relationships: A review and some new findings. *Journal of Social and Personal Relationships*, 31(5), 575-600. <https://doi.org/10.1177/0265407514533768>
- Flórez-Rodríguez, Y. N., & Sánchez-Aragón, R. (2019). Evaluando el amor compasivo en la pareja. *Vertientes: Revista Especializada en Ciencias de la Salud*, número especial, 55-57.
- Flórez-Rodríguez, Y. N., Sánchez-Aragón, R., Figueroa Peña, M., Gómez-Delgado, Y., & Rosero-Díaz del Castillo, S. (2022). Conflicto, salud y satisfacción: diferencias por etapa en parejas de la Ciudad de México. *Revista de Psicología*, 40(1), 293-32. <https://doi.org/10.18800/psico.2022.01.010>
- Floyd, K. (2002). Human affection exchange: V. attributes of the highly affectionate. *Communication Quarterly*, 50(2), 135-152. <https://doi.org/10.1080/01463370209385653>
- Floyd, K. (2014). Relational and health correlates of affection deprivation. *Western Journal of Communication*, 78(4), 383-403. <https://doi.org/10.1080/10570314.2014.927071>
- Floyd, K. (2016). Affection exchange theory. En C. R. Berger, M. E. Roloff, S. R. Wilson, J. Price Dillard, J. Caughlin & D. Solomon (Eds.), *The international encyclopedia of interpersonal communication* (pp. 1-8). John Wiley & Sons. <https://doi.org/10.1002/9781118540190.wbeic115>
- Floyd, K., & Morman, M. T. (1998). The measurement of affectionate communication. *Communication Quarterly*, 46(1), 144–162. <https://doi.org/10.1080/01463379809370092>
- Gordon, A. M., & Chen, S. (2016). Do you get where I'm coming from?: Perceived understanding buffers against the negative impact of conflict

- on relationship satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 110(2), 239–260. <https://doi.org/10.1037/pspi0000039>
- Gutiérrez Sanmartín, M., Escartí Carbonell, A., & Pascual Baños, C. (2011). Relationships among empathy, prosocial behavior, aggressiveness, self-efficacy and pupils' personal and social responsibility. *Psicothema*, 23(1), 13-19.
- Guzmán, M., & Trabucco Ch, C. (2014). Estilos de apego y empatía diádica en relaciones de pareja en adultos emergentes. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 23(3), 61-69.
- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C., & Baptista-Lucio, P. (2010). *Metodología de la investigación*. McGrawHill.
- Hesse, C., & Floyd, F. (2008). Affectionate experience mediates the effects of alexithymia on mental health and interpersonal relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 25(1), 793–810. <https://doi.org/10.1177%2F0265407508096696>
- Hoffman, M. L. (2000). *Empathy and moral development: Implications for caring and justice*. Cambridge University Press.
- Hoffman, S., Kernes, J., & Bui, N. (2019). Attachment style, spirituality, and compassionate love among mental health professionals. *Journal of Mental Health Counseling*, 41(2), 112–126. <https://doi.org/10.17744/mehc.41.2.02>
- Horan, S. (2012). Affection exchange theory and perceptions of relational transgressions. *Western Journal of Communication*, 76(2), 109-126. <https://doi.org/10.1080/10570314.2011.651548>
- Jakubiak, B., & Feeney, B. (2016). A sense of security: Touch promotes state attachment security. *Social Psychological and Personality Science*, 7(7), 745–753. <https://doi.org/10.1177/1948550616646427>
- Kahana, E., Bhatta, T., Kahana, B., & Lekhak, N. (2021). Loving others: The impact of compassionate love on later-life psychological well-being. *The Journals of Gerontology: Series B*, 76(2), 391–402. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbaa188>
- Klimecki, O. (2019). The role of empathy and compassion in conflict resolution. *Emotion Review*, 11(4), 310-325. <https://doi.org/10.1177/1754073919838609>
- Komisaruk, B., & Whipple, B. (1989). Love as sensory stimulation: Physiological consequences of its deprivation and expression. *Psychoneuroendocrinology*, 23(8), 927–944. [https://doi.org/10.1016/S0306-4530\(98\)00062-6](https://doi.org/10.1016/S0306-4530(98)00062-6)
- Li, X., Zhou, N., Fang, X., & Cao, H. (2020). Marital conflict resolution and marital affection in Chinese marriage: Integrating variable-centered and person-centered approaches. *Marriage and Family Review*, 56(4), 369-389. <https://doi.org/10.1080/01494929.2020.1712575>
- López, M., Arán, B., & Richaud, M. (2014). Empatía: desde la percepción automática hasta los procesos controlados. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 32(1), 37-51. <https://doi.org/10.12804/apl32.1.2014.03>
- Mendez, R. V., Graham, R., Blocker, H., Harlow, J., & Campos, A. (2011). Construct validation of Mexican empathy scale yields a unique Mexican factor. *Acta de Investigación Psicológica*, 1(3), 381-400.

- Montes-Piñero, C., Rodríguez Fernández, D., & Serrano Martínez, G. (2014). Estrategias de manejo de conflicto en clave emocional. *Anales de Psicología*, 30(1), 238-246. <https://doi.org/10.6018/analesps.30.1.135171>
- Mora, M. (2015). *Estrategias de afrontamiento durante el conflicto de pareja* (Tesis de licenciatura). Universidad Nacional Autónoma de México.
- Neff, L. A., & Karney, B. R. (2009). Compassionate love in early marriage. En B. Fehr, S. Sprecher & L. G. Underwood (Eds.), *The science of compassionate love: Theory, research, and applications* (pp. 201-222). Blackwell Publishing.
- Neto, F., & Wilks, D. (2017). Compassionate love for a romantic partner across the adult life span. *Europe's Journal of Psychology*, 13(4), 606-617. <https://doi.org/10.5964/ejop.v13i4.1204>
- Nickerson, R., Butler, S., & Carlin, M. (2011). Empathy and knowledge projection. En J. Decety & W. Ickes (Eds.), *The social neuroscience of empathy* (pp. 43-56). MIT Press.
- Péloquin, K., & Lafontaine, M. (2010). Measuring empathy in couples: Validity and reliability of the interpersonal reactivity index for couples. *Journal of Personality Assessment*, 92(2), 146-157. <https://doi.org/10.1080/00223890903510399>
- Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación. (2014). https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/regley/Reg_LGS_MIS.pdf
- Reis, H. T., & Clark, M. S. (2013). Responsiveness. En J. A. Simpson & L. Campbell (Eds.), *The Oxford handbook of close relationships* (pp. 400-423). Oxford University Press.
- Reis, H., Maniaci, M., & Rogge, R. (2014). The expression of compassionate love in everyday compassionate acts. *Journal of Social and Personal Relationships*, 31(5), 651-676. <https://doi.org/10.1177/0265407513507214>
- Sanchez Aragon, R., & Martinez Perez, M. (2016). Empathy in the romantic context: Design and validation of a measure. *Universitas Psychologica*, 15(1), 19-28. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy15-1.eecd>
- Sánchez-Aragón, R. (2010). *Regulación emocional. Una travesía de la cultura al desarrollo de las relaciones personales*. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Sánchez-Aragón, R. (2018). Afectividad y co-regulación en la pareja: validación de un inventario y cambios a través del ciclo vital. *Revista Psicología e Educac#a#o*, 1(1), 58-69.
- Sociedad Mexicana de Psicología. (2007). *Código ético del psicólogo de la Sociedad Mexicana de Psicología*. Trillas.
- Sprecher, S. & Fehr, B. (2005). Compassionate love for close others and humanity. *Journal of Social and Personal Relationships*, 22(5), 629-651. <https://doi.org/10.1177/0265407505056439>
- Sprecher, S. & Fehr, B. (2006). Enhancement of mood and self-esteem as a result of giving and receiving compassionate love. *Current Research in Social Psychology*, 11(1), 227-242.
- Sprecher, S., Zimmerman, C., & Abrahams, E. M. (2010). Choosing compassionate strategies to end a relationship. *Social Psychology*, 41(2), 66-75. <https://doi.org/10.1027/1864-9335/a000010>

Villanueva Orozco, G. B. T., Rivera Aragón, S., Díaz Loving, R., & Reyes-Lagunes, I. (2012). La comunicación en pareja: desarrollo y validación de escalas. *Acta de Investigación Psicológica*, 2(2), 728-748.