

EL SIGNIFICADO DEL AMOR EN MATRIMONIOS DE LARGO TIEMPO

Ruth Nina Estrella¹

Resumen

El estudio de la relación de pareja ante el envejecimiento de sus protagonistas es motivo de reflexión por las diversas transiciones que éstos enfrentan en las últimas etapas del ciclo de vida familiar. Esta investigación aborda el tema, mediante la exploración del significado del amor en matrimonios con muchos años de casados. Las personas participantes del estudio fueron 14 parejas seleccionadas por disponibilidad. Entre 65 y 93 años de edad, con 35 años o más en su relación marital. Estos matrimonios estaban en el ciclo de vida familiar de nido vacío. Se realizaron entrevistas a profundidad, que fueron analizadas mediante análisis de contenido. Entre los datos obtenidos se analizan según su concepto del amor, su noción de matrimonio, las causas para mantenerse y sus expresiones del amor. El amor resultó ser un constructo multidimensional, en donde es más significativo la dimensión de intimidad y compromiso que de pasión. A su vez, informaron sentirse satisfechos/as con su relación y tener una buena comunicación. Se propone futuras líneas de investigación en estos matrimonios. [**Descriptor**: amor, matrimonio, relaciones de largo tiempo].

Abstract

This research explored the meaning of love in marriage with a long term relationship. The participants of the study were 14 couples selected by availability, between 65 and 93 years of age, with 35 years or more in his marital relation. These marriages were in the family life cycle denominated 'empty nest'. In depth interviews were conducted, which were analyzed using content analysis. The categories of analysis were: concept of the love, the

¹ Catedrática Departamento de Psicología, Universidad de Puerto Rico en Río Piedras

notion of marriage, and the causes for maintaining the relationship and expressions of love. Among the results obtained: love is multidimensional construct; where it is most significant dimension of intimacy and commitment that passion. Propose future lines of research in long-term marriage. [**Key words:** love, marriage, long-term relationship].

Introducción

El amor es uno de los sentimientos con mayor significado para el ser humano, sobre todo cuando se refiere al amor de pareja. La experiencia de amar a un otro, con quién se comparte un mundo íntimo de sentimientos y emociones, es lo que motiva la existencia de una relación de pareja. El amor evoca una serie de sentimientos que se refieren a: (1) al ser amado, (2) los sentimientos que acompaña el amor, (3) ideas y asociaciones al amar, y (4) las acciones conductuales entre el amante y amado (Sternberg, 2000). Cada uno de estos elementos tendrá un significado que varía según la cultura y el momento socio-histórico en que se encuentre la pareja.

En Puerto Rico, no se encontraron investigaciones sobre las relaciones de pareja ante el envejecimiento. Considerando este factor se realizó una investigación con el objeto de poder comprender la construcción del amor en la relación de pareja ante el envejecimiento. Otro objetivo del estudio fue explorar algunos aspectos relacionados con la experiencia de amar en pareja del adulto mayor. El método, hallazgos e interpretaciones están incluidos en el presente artículo.

Revisión de literatura

En la literatura psicológica diversas son las definiciones que existen sobre el amor, en su mayoría parten de atributos que pueden ser clasificados como conductuales, de actitud o de expresiones afectivas (Diaz-Loving, 1999; Hendrick, 2004; Hendrick & Hendrick, 1986; Noller & Fenney, 2006). Así vemos como para Rubin (1970; 1973), el amor es una actitud que posee una persona hacia otra que incluye sentimientos de atracción física, dependencia, respeto y altruismo. Mientras que, para Aron y Aron (1991) el amor es la constelación de conductas, cogniciones y emociones asociadas al deseo de establecer o mantener una relación cercana con otra persona. En cambio para Fisher (1996) el amor surge cuando están presentes tres elementos: un impulso sexual, una atracción física y un sentimiento de cariño.

Estas definiciones reflejan las dificultades que existen en la literatura al querer definir este sentimiento, además de que no se considera el contexto histórico y cultural de este constructo. Por lo que, se reconoce que el amor en una relación de pareja

es una construcción social que refleja un tiempo y un momento histórico (Nina, 2007).

En cuanto al estudio científico del amor en la psicología, este inicia en la década de los setenta con los trabajos de Rubin (1970). Luego en la década de los ochenta, la psicología social adopta el tema desarrollando investigaciones de manera sistemática y organizada. Predominando dos perspectivas: (1) estudios que definen y comprenden el fenómeno desde un contexto teórico (Díaz Loving, 1999; Díaz Loving & Sánchez Aragón, 2002; Noller, 1996; Sternberg, 1988; Sternberg & Barnes, 1988) y (2) los estudios que analizan diferencias en el amor, estilos de amar y sus consecuencias (Dion & Dion, 1973; Hendrick & Hendrick, 1986; Lee, 1977; Nina, 2007; Sánchez Aragón, 2007).

Entre estos modelos teóricos en la última década resaltan los estudios de Robert Sternberg (1988) quien propone la teoría del Triángulo del Amor. Para este teórico el amor es un constructo multidimensional que comprende tres aspectos: intimidad, pasión y compromiso. En dicho modelo la intimidad se refiere a los sentimientos que se dan en una relación y que fomentan el vínculo en la pareja. La pasión es la expresión de deseos y necesidades, y el compromiso se refiere a la decisión de amar y de mantener la relación de pareja. Entre los tres componentes se da un proceso de interdependencia que puede producir diversas tipologías de amor como sería: cariñoso, romántico y consumado.

Entre las investigaciones latinoamericanas que más se destacan sobre el tema del amor se encuentran los trabajos de Díaz-Loving (1999) quien al considerar la teoría triangular del amor de Sternberg (1988), desarrolló un instrumento para medir el constructo de amor en la cultura mexicana. En sus resultados hubo concordancia conceptual con los componentes de la teoría triangular. El componente de intimidad se refiere a la comprensión, felicidad, interacción, el deseo de compartir con el otro y la preocupación por el bienestar por el otro. El factor de pasión hace referencia al aspecto sensual-pasional de la relación de pareja, pasión y el gusto de tener a la pareja sexualmente. Por el último el compromiso tiene que ver con la importancia que tiene la pareja, el compromiso o deseo de mantener la relación.

No obstante, el estudio del amor mayormente se ha enfocado en las primeras etapas de la relación de pareja, esto es en matrimonios recién casados o matrimonios de personas jóvenes (Nina, 2004; Nussbaun & Coupland, 2004). El estudio del amor en adultos mayores o en matrimonios de largo tiempo en la cultura hispana, es prácticamente inexistente. De esta manera este grupo poblacional queda invisibilizado, cuando requiere mayor atención por las transformaciones sociodemográficas que se presentan en la sociedad.

Cuando los integrantes de una pareja han transitado un largo camino juntos, el amor no es el mismo que enfrentaron al inicio de la relación (Fairman, 2006). En estos matrimonios, la intimidad, la comunicación, el compartir, el apoyo y el gustarse son aspectos que pesan más que la pasión o la atracción físico-sexual (Guerrero, Andersen & Affifi, 2007). Por lo que, cabe preguntarse ¿Cómo perciben el amor aquellos cónyuges que llevan un largo tiempo de casados?, ¿Que les produce satisfacción?, ¿Qué aspectos de la relación marital principalmente valorizan?, y ¿Como expresa el amor, el adulto mayor?

En la literatura al referirse a matrimonios de muchos años de casados se adopta el término de larga duración o largo tiempo (*long-term marriage*), en donde la variable de estudio será la cantidad de años de casados. Los estudios dedicados al tema se han enfocado en la cantidad de años de casados, por lo que, algunos analizan parejas en promedio con: diez o más años (Cuber & Haroff, 1965), veinte años (Fenell, 1993), entre 25 a 49 años (Kaslow & Robinson, 1996; Sharlin, Kaslow & Hammersmidt, 2000) y otros cincuenta años o más (Levenson, Carstensen & Gottman, 1993).

En cambio, para otros al analizar el matrimonio de larga duración se debe considerar también la edad de la pareja, debido a que estas relaciones las constituyen personas que están en etapa mediana y tardía de vida (Kemp & Kemp, 2002; Levenson, Carstensen & Gottman, 1993). Sin embargo, un factor común en todos estos trabajos es su interés en comprender los factores que contribuyen en la estabilidad marital, así como identificar que hacen para mantener un matrimonio sin ruptura alguna.

Entre los primeros trabajos que analizaron matrimonios de larga duración, se encuentran el estudio de Cuber & Haroff (1965) quienes analizaron la variable de comunicación marital. Identificando que en estos matrimonios existe un compromiso mutuo de la pareja con la relación, entre los cuales se produce una comunicación efectiva. Asimismo señalan estos autores que los patrones de comunicación inadecuados es lo que puede provocar un conflicto en una relación marital de larga duración.

Lauer, Lauer y Kerr (1990) analizaron la estabilidad marital desde la percepción de los cónyuges, con el propósito de poder establecer los factores que contribuyen en la estabilidad de la relación marital. Con una muestra de matrimonios con un mínimo de 50 de años casados, encontraron que para ambos integrantes de la relación es importante: (1) estar en una relación con alguien que les guste, (2) estar comprometido con el matrimonio y con la pareja, (3) tener humor, aspecto clave para la estabilidad y la satisfacción en un matrimonio de larga duración, y (4) estar

de acuerdo en la mayoría de los aspectos significativos que en la pareja pueda contribuir a que el matrimonio sea exitoso. Para Fenell (1993) lo que determinan la convivencia por tanto tiempo es el compromiso con el matrimonio, el respeto mutuo que se tiene la pareja, las lealtades entre sí (y la expectativa de que estas sea recíproca), los valores morales, la fidelidad a la vida sexual, el deseo de ser un buen padre, creer en Dios y compartir con la pareja.

En otro estudio con parejas entre 25 y 46 años de casados, también se analizó la percepción de su relación matrimonial (Sharlin, Kaslow & Hammerschmidt, 2000), determinando que el amor, el respeto mutuo, la confianza, el compartir intereses mutuos y querer a los hijos son aspectos que producen la satisfacción marital. Asimismo, de los resultados obtenidos se establecieron ciertos elementos esenciales para la satisfacción de matrimonios de larga duración: 1) que exista confianza (lo que incluye fidelidad, integridad y sentimiento de seguridad); 2) tener habilidades para resolver problemas; 3) tener un compromiso permanente; 4) tener una buena comunicación; 5) disfrutar el tiempo juntos; 6) compartir un sistema de valores; 7) que exista un sentimiento de reciprocidad (dar y recibir); y 8) sentir afecto mutuo.

Por otra parte, Levenson, Carstensen & Gottman (1993) realizaron un estudio con matrimonios longevos con un promedio entre 60-70 años de casados, para entender por qué estas parejas llevan juntas un tiempo significativo y cuáles han sido los diversos cambios que han experimentado. De lo que concluyen que son matrimonios con menos conflictos y con un mayor nivel de satisfacción marital, que parejas con menos años de casados.

Mientras que, Barchand & Caron (2001) lleva a cabo un estudio en que indaga en dos aspectos: causas para que los matrimonios se mantenga por un largo tiempo y los factores que contribuyen a ello. Los resultados indicaron que para las personas sus matrimonios eran únicos, por tanto, al compararse con otros reconocían que su percepción sobre el amor eran diferentes. Entre los diversos factores que contribuyen a la duración de estos matrimonios son: amistad, amor, intereses similares, compromiso, libertad para obtener sus metas, conocerse bien antes de casarse, respeto, valores similares, tener una percepción positiva sobre el cónyuge, entre otros.

Según Nussbaum & Coupland (2004), los estudios sobre los matrimonios de larga duración en general tienen las siguientes limitaciones: (1) son estudios en su mayoría realizados en Estados Unidos con matrimonios blancos; (2) principalmente se ha utilizado instrumentos de autoreportes, lo cual sugiere problemas como

deseabilidad social, distorsión de la memoria y de base cognitiva; (3) dificultades para comparar grupos poblacionales, porque dependiendo de los años de casados varían las circunstancias; y (4) resaltar tan solo el factor de satisfacción o la percepción de matrimonios felices como el elemento que más contribuye. Sin embargo, de estos estudios resulta interesante mencionar que son comunes ciertos factores que contribuyen a la estabilidad de estos matrimonios: respeto, compromiso, comunicación efectiva, valores similares, amor y fidelidad.

Desde el contexto de la cultura hispana, solo se encontró el trabajo de Villar Villamizar y López (2005), quienes analizaron el amor en relaciones de parejas de larga duración mantenidas por personas mayores, además del nivel de satisfacción marital. Se evaluó la experiencia del amor en 144 participantes con un promedio de 73 años de edad y 47 años de duración, mediante la aplicación de la escala de Sternberg (1988).

Estos autores, obtuvieron que en el amor el nivel de compromiso con la relación, el sentido de responsabilidad y la ayuda hacia la pareja sea altamente significativo, contrario al componente de la pasión y la intimidad que predomina en otros grupos poblacionales. Contrario a lo esperado, no se obtuvo diferencias significativas en cuanto la influencia de la edad y años de duración, en la experiencia del amor. En cuanto a su nivel de satisfacción, las mujeres fueron las menos satisfechas con la relación. Con su trabajo concluyeron que la noción del amor en parejas de larga duración es una percepción de estabilidad, es decir, que los cónyuges no perciben cambios el presente de su relación, ni en el futuro.

Método

Participantes

El total de participantes fueron 28 personas, seleccionadas por disponibilidad (14 hombres y 14 mujeres). Toda persona que aceptaba a participar en el estudio debía completar un cuestionario de datos sociodemográficos (género, edad, años de casados, etc.) y una hoja de consentimiento informado. Las edades fluctuaban entre 65 a 93 años, con un promedio de 69.44 años de edad. Los años de matrimonio en promedio fueron 46.33, fluctuando entre 35 a 67 años de vivir juntos como pareja. El total de participantes indicaron estar en su primer matrimonio. Las parejas participantes tenían entre 1 a 5 hijos, con un promedio tres hijos por pareja. Los niveles de estudios eran variados 35.7% con una educación universitaria completa, 14.3% con universidad incompleta y 28.6% con escuela superior completa.

En general al analizar las preguntas cerradas sobre la comunicación y satisfacción marital, se obtuvo que 92.9% de los participantes indicaron que se sienten satisfechos con su relación matrimonial. Igualmente consideraron que su comunicación con su pareja era muy buena.

Técnica de recopilar información

Con el propósito de poder identificar las características de los matrimonios de larga duración se llevó a cabo una entrevista a profundidad. Para guiar la entrevista se diseñó un guion con una totalidad de doce preguntas sobre: el significado del amor, sus maneras de expresarlo, las estrategias de mantenimiento, y los aspectos que han contribuido a que su matrimonio se halla mantenido por un largo tiempo. Además, se incluyó una pregunta cerrada en relación a su nivel de satisfacción con su matrimonio y sobre la percepción de su comunicación marital.

Procedimiento

Se realizaron diversas reuniones en lugares públicos como: centros de trabajo, iglesias, y reuniones en centros comunitarios. A las parejas interesadas en participar, se les brindaba un número telefónico de contacto para que se comunicaran con la investigadora. Cuando la persona se comunicaba, se realizaba una entrevista telefónica de cernimiento, con el objeto de poder determinar que la persona cumplía con los requisitos de participación. Los requisitos de participación eran: (1) no estar participando de consejería o terapia psicológica, (2) no estar experimentando una situación de violencia doméstica, (3) estar casados legalmente y (4) ser mayores de edad, esto es mayores de 21 años. Luego de ello, se coordinaba un día y hora para realizar la entrevista. Esta se realizaba en los hogares de los participantes, se les indicaba que su participación era completamente voluntaria, se les aseguraba que era confidencial, y que la información que expresara sería utilizada exclusivamente para propósitos de la investigación.

Hallazgos

Se utilizó el análisis de contenido que permite estudiar una comunicación conforme categorías establecidas por el investigador (Ander-Egg, 1995; Krippendorff, 2004), con el objeto de estudiar las ideas, significados, temas o frases expuestas por los cónyuges. Las unidades o categorías de análisis fueron determinadas posteriores a la recopilación de la información brindadas por las personas participantes. De la información ofrecida por éstas personas se establecieron cuatro categorías para su análisis: (1) construcción del amor, (2) expresiones de amor, (3) noción de matrimonio y (4) causas para mantenerse por largo tiempo.

Construcción del amor

Al querer definir el amor, las personas entrevistadas reconocieron que es un sentimiento a nivel personal, como también es un sentimiento que coexiste en la interrelación con ese otro en el diario vivir. Para uno de los participantes el amor,

...es un sentimiento que nace de uno mismo, de su propio corazón, que cuando uno se casa con una persona como ella... pues uno no solamente le coge cariño sino que uno no puede ya vivir sin ella. Sino que uno está pendiente para poder hablar con ella y disfrutar la conversación entre los dos. (H, 67 años de matrimonio)

Mientras que, otra participante indica que “El amor en pareja para mí, es primero aceptación y comprensión. Cada día renovar el amor. Bueno pues para mí, el amor en una pareja consiste en aceptar a esa persona con lo bueno y lo malo que tenga” (M, 51 años de matrimonio).

Al parecer luego de tantos años de convivencia las parejas desarrollan un sentido de identidad propio, enmarcando su relación desde una cultura de pareja. Por lo que el amor, lo consideran como un proceso que se transforma constantemente a través del tiempo lo que implica un proceso de adaptación:

Bueno el amor dentro de una relación de pareja viene siendo la continuación del noviazgo; es la primera ¿no? Entonces ahí hay unos ajustes para uno mantener primero, mantenerse con el amor y tratarlo de cultivar siempre para estar en... ¿cómo yo te diría? En esa actitud de sentirse amado y dar amor. (M, 67 años de matrimonio)

Otro participante masculino nos dice:

Pues yo defino el amor como un proceso de adaptación, un proceso de construcción. Un proceso de unificar unas vidas y llega el momento en que pensamos prácticamente al unísono porque cuando existe esa compenetración como que las vidas se unen sin uno darse cuenta. Después del amor entonces uno se enamora. Después de que se enamora entonces viene la relación y en esa relación tiene que haber respeto mutuo, fidelidad, lealtad. (H, 51 años de matrimonio)

Por otro lado, al parecer la comprensión en ese tiempo de duración parece ser fundamental para mantener unida la pareja según expresa un cónyuge:

Fíjate para mí el amor entre dos personas, entre mi esposo y yo es la comprensión. Que me parece, en esos años, nos hemos comprendido uno al otro. A veces he tenido que soportar ciertas cosas, siempre surgen en

el matrimonio problemas porque no hay matrimonio que no haya tenido problemas en su vida. Y para mí eso es lo que es el amor. (M, 53 años de matrimonio)

En cambio para otro cónyuge, la comprensión se requiere simplemente para convivir “es compartir con la persona que vive con uno en la forma más correcta y siempre tratando de no ofenderla y aceptar las cosas siempre y cuando tengan la mayor seguridad de que eso en el futuro va a ayudar a uno para algo” (H, 41 años de matrimonio).

Las personas participantes relacionaron el amor con ciertos valores, emociones y sentimientos. De esta manera, vemos plasmado estos factores en las siguientes narrativas:

Amor es sacrificio, compromiso, entrega, cariño, preocupación por el otro, compañerismo, cooperación, y depende del amor que sea, ves, porque hay amor que es el que conocemos como amor y hay amor, el que se tiene para uno poder durar 35 años casado. (H, 44 años de matrimonio)

Otra participante indica:

Yo defino amor: respeto, sentirme feliz cuando estoy acompañada, compartir las preocupaciones, las alegrías, las inquietudes. El compartir con la familia, con los hijos. Que cuenten con uno en el matrimonio, igual la parte mía hacia él. Tomar decisiones juntas de cosas importantes, del hogar. (M, 46 años de matrimonio)

Además de estos sentimientos se consideró en relación con el amor el aspecto de atracción física,

Tiene el elemento físico que es importantísimo, por lo menos al principio de la relación, el elemento de la confianza de uno en el otro y tiene un elemento bien importante que es el respeto de uno por el otro, consideración y entrega. (H, 58 años de matrimonio)

Como también, se menciona de manera recurrentemente la acción conductual del poder dar, siendo importante complacer a la pareja y que esta acción se manifieste de manera reciproca Por que se tiene que dar. “Sabes, el amor se da y se recibe. En la relación de pareja el amor es, es algo bien importante. Tiene que ser las dos personas porque si solamente uno da y no se complementa, el amor muere” (M, 38 años de matrimonio).

Para estos participantes la tolerancia es un factor significativo en el amor, siendo importante tolerar a modo de aceptar a la pareja, protegerla y cuidar de ella. Sobre esto nos comenta una participante:

Siempre hay tormentas, tú sabes, hay discordias...no siempre se está en acuerdo con la pareja. En esos

momentos resulta un intercambio, pero no deja de ser... desamor. En ese momento dos seres humanos que piensan diferentes. Que piensan diferentes y por más que se quieran pueden llegar a desacuerdos. Para mí, el, el... amor, en sí, es una palabra amor es todo por el todo. Darse [Pausa] y recibir a la otra persona tal y como es. (H, 40 años de matrimonio)

En cuanto a los cuidados nos indicaron:

Yo le expreso el amor cuidándolo. Protegiéndolo porque ahora mismo él está enfermo, teniéndole sus comidas al día. Velando cuando en la noche se queja. Estar ahí. Ese es el amor. Tú sabes. No puedo irme porque él se está enfermando. Yo lo cuido estando ahí con él, velándolo a él si se enferma, estando con él, dándole sus medicinas al día. Velando que se las tome. Tú sabes. Velando por él. Y él también hace lo mismo conmigo. (M, 59 años de matrimonio)

Expresiones de amor

También, se reconoce que las expresiones de afecto evolucionan con el pasar del tiempo de convivencia.

...pero eso después va cambiando. Paulatinamente con la llegada de los hijos, las propiedades, las deudas. Tu sabes se va complicando más. Ahora en el caso mío como yo ya estoy pensionado. Pues, yo la ayuda de otra forma. Yo le lavo las ventanas, le lavo los escritorios, le lavo el baño, le cocino, le preparo el desayuno por la mañana. Todo eso. Esas son pequeñas cosas, tú sabes, pero, eso yo lo hago por hacerlo. No me toca a mí. Pero es parte de mantener esa relación. Yo todas las mañanas le hago el desayuno, desde que me case. Le hago el desayuno a mi esposa. (H, 50 años de matrimonio)

Se señaló lo importante de expresar perdón al ser amado.

El amor en pareja, este, conlleva el saber perdonar a su cónyuge. En ciertas ocasiones. En las ocasiones que sean necesarias para por lo menos prevalecer. Prevalecer por 25 años o más. Por lo menos yo llevo ya 50. A veces se han dado ocasiones, que este desacuerdo conmigo. Pero hemos prevalecido. A pesar de los pesares. (H, 50 años de matrimonio)

Sus expresiones de amor se producen mediante contacto físico y afectos expresados verbalmente. En relación a las expresiones de amor verbalmente, resalta de manera significativa que se debe reproducir de manera recíproca entre los cónyuges. En cuanto a ello dice una participante:

Pues expreso el amor a mi pareja es de diferentes maneras. No es solo decir "yo te quiero". Eso es lo primero, uno le dice "yo te quiero mucho", ayudarlo,

cuidarlo, estar pendiente a sus detalles y que también uno reciba de esa persona... que sea recíproco. (M, 51 años de matrimonio)

Mientras que, en relación a las expresiones físicas sobre el amor una participante comenta:

El siempre me demuestra el amor con besitos, abrazos, cariñitos, Bueno con caricias, con frases que creo que le gusten. Un 'buenos días' y yo siempre [CARCAJADAS] me levanto primero y entonces mientras yo veo la televisión que ella pasa por el pasillo, ella me dice 'buenos días' y yo le digo 'buenos días amor, felicidades'. Todos los días. Y ¿por qué la felicita? Pues porque somos felices. (H, 41 años de matrimonio)

En cuanto a la pregunta de cómo expresa el amor su pareja, en su totalidad indicaron que de igual forma, esto es, el amor que brindan es el mismo que reciben.

Más o menos igual que yo porque estamos compenetrados. Ella nunca me rechaza mis caricias, siempre es amorosa conmigo. Nunca me dice frases hirientes, a veces aunque tenga coraje ella no tiene coraje conmigo. A veces yo le digo a ella 'Chica, paléame'. (H, 43 años de matrimonio)

Mientras que, otra participante dice:

De la misma manera. Cuando él sale por la mañana me dice 'Negra me voy' y me da mi besito y cuando llega pues lo mismo. El día que no lo hace pues uno lo echa de menos y uno dice 'Adiós ¿qué le pasará a éste que no me dio un besito hoy?' Todas esas cositas como que van afincando más a uno y pues uno se va corrigiendo. Siente más el amor. (M, 46 años de matrimonio)

Noción de matrimonio

En cuanto a su noción sobre el matrimonio los participantes destacaron la unión de pareja, amarse y dedicarse a su pareja como factores que pueden contribuir a la estabilidad de una relación.

El matrimonio mira es dedicación, como te dije la otra vez, es paciencia porque el día que uno o el otro se levanta del lado de la cama olvídate no le hagas caso o que no te hagan caso. El amor porque con el amor tú puedes pelear un momentito pero ya a los segundos se te va ¿verdad? Y atender a esa persona, según a ti te gusta que te atiendan tú tienes que atenderlo a él. Hazlo sentir siempre bien en su casa y nunca se te va. Que perseveren tanto el uno como el otro. (M, 40 años de matrimonio)

Por otra parte, mucho resaltaron que se casaron pensando en una estabilidad, por ejemplo un participante establece:

...el primer elemento yo creo que es que nos casamos y nos juramos eternidad, hasta el final de la vida. Nunca aquí se ha hablado de divorcio ni de separación y eso siempre lo hemos tenido presente. Desde que nos casamos dijo 'nos casamos para siempre' y yo le dije 'igual'. El mantenerse uno siempre viviendo solos sin una familia dentro de la casa, eso es importante. Compartir los problemas siempre en lo económico, saber cuando no se puede o se puede. En general, compartir todo. La comunicación es muy importante porque aunque no parezca [Nombre] y yo tenemos buena comunicación. (H, 55 años de matrimonio)

En cambio, otra participante resalto que en la relación marital los cónyuges se deben aceptar tal como son:

La aceptación de cómo es la persona. Yo creo que uno tiene que aceptar al otro ser humano como es para que te acepten a ti porque tú te has casao' con una gente que... tú vienes a vivir con un hombre que nunca has compartido nada y de repente tú tienes que dormir con esa persona y lo que a él le gusta o no le gusta. Cosas que... tonterías, hasta la pasta de dientes si tú no la tapas o algo así son cosas que en los matrimonios hay que entenderlas. (M, 67 años de matrimonio)

Causas para mantenerse casados

En su gran mayoría los cónyuges indicaron que las principales razones para mantenerse por tanto tiempo en su matrimonio responde a una comunicación adecuada, sexualidad, respeto, fidelidad, tolerancia, confianza y aceptación como factores que pueden contribuir a la estabilidad de una relación. En cuanto a la comunicación se señaló que esta debe ser adecuada, esto quiere decir:

No nos gritamos, si no hay fuego no hay por qué gritar. No nos hablamos malo. Yo de vez en cuando le digo una palabrita pero no como insulto sino como parte de la idiosincrasia... mucho respeto. Mucha consideración y no se mete con mi pelo.... Jaja. (M, 48 años de casados)

Asimismo, otra participante manifiesta:

...que se comuniquen, que establezcan unas leyes de comunicación abiertas constante. Que cuando hay alguno que tienen algún sentimiento negativo que se lo exprese lo más pronto posible a su pareja para que puedan dialogar y resolverlo. Nunca guardar rencores porque el rencor hace mucho daño y no ayuda a establecer una comunicación efectiva. (H, 51 años de matrimonio)

Otra de las razones es debe existir respeto entre los cónyuges en la relación marital: "Es el respeto..., tanto respeto a ella como respeto a sus familiares. Respeto en sí a la esposa porque si uno le es infiel a la esposa pues eso pues... todo es el respeto, respeto mutuo" (H, 60 años de matrimonio). Otro participante nos dice que es una combinación de varios elementos:

Pues, primero que nada tiene que haber mucho respeto porque el problema es que hoy en día los muchachos se hablan como tan feo. Se insultan en la calle y se gritan. No se toleran. Yo a la verdad no entiendo cómo pueden estar bien dentro de la casa, si ni en la calle se pueden tolerar. Porque tiene que haber mucha tolerancia. Tiene que haber mucha aceptación mutua... no puedes cambiarlo, tratas un poquito de cambiarlo pero tienes que después aceptar lo que aceptaste cuando empezaste la relación. (M, 38 años de matrimonio)

En cuanto la fidelidad, en general consideraron que este fue un factor determinante para mantenerse en su matrimonio, por lo que uno de los participantes señala:

...ser fiel a su esposa, que trate de ayudarla en todo lo más que pueda. En la partes personales de ella y que la ame mucho. Que le demuestre en algún, en algún... parte de la vida, en algo. Que le haga su regalito y su cosita y eso y así. Porque los matrimonios que están empezando y tienen sus peleas y tienen sus cositas pues que de vez en cuando eso lo echen para el lado. (H, 46 años de matrimonio)

De manera consistente hablaron sobre la tolerancia: "Tiene que haber tolerancia. Por ejemplo, las cosas a veces no van bien, no hay chavos. Este, no hay de donde sacarlos. Hay que meter mano, tiene que tolerar, tiene que tolerar, bregar. No es fácil. No es fácil" (M, 59 años de matrimonio). Mientras otros expresaron la confianza:

La confianza y el amor son dos elementos grandes porque si tú te casas y no tienes confianza en tu marido a los cinco o a los seis meses ya están dejados ¿no? Nadie deja nada por nadie; eso lo tienes que trabajar y lucharlo tú y ¿cómo lo vas a luchar? Pues con cariño, con atenciones, con amor; es de la única manera que tú vas a sacar frutos de esa tu pareja. (M, 45 años de matrimonio)

Finalmente algunos de los participantes mencionaron la sexualidad. "La edad no quita esa parte de que tú quieres participar con tu esposa. No tiene que ser, tener un sexo...pues, vuelvo y te digo hay muchas cosa..." (H, 59 años de matrimonio). Aunque reconocen problemas sexualidad.

Bueno hay un problema grande en la relación de pareja de adulto. Y es que la actividad sexual de las personas

adultas no es la misma que de la... y la mujer pues es más propensa a fallar en ese tipo de relación por la edad, por la menopausia... (H, 48 años de matrimonio)

Discusión

El estudio confirma la postura teórica de que el amor se caracteriza por ser un constructo multidimensional (Diaz-Loving, 1999; Nina, 2007; Sternberg, 1988), compuesto por una diversidad de elementos que responden a un tiempo y a un estilo de vida de pareja. En este sentido el amor refleja la etapa del ciclo de vida de la pareja, el momento histórico que le toco vivir y la cultura a la que pertenecen.

En general del modelo triangular del amor (Sternberg, 2000), las dimensiones que predominaron son la dimensión de intimidad y compromiso. En esta etapa del ciclo de vida matrimonial, la intimidad, la comunicación, el compartir, el apoyo y el gustarse son aspectos que pesan más que la pasión o la atracción físico-sexual (Guerrero, Andersen & Affifi, 2007). A través de las narrativas de los cónyuges se refleja una amistad de largo tiempo, en la que existe un compromiso entre ambos y de protección ante esta última etapa de vida. En donde es importante su bienestar físico y mental, debido a que principalmente se necesitan mutuamente para cuidar su salud y protegerse por sentirse más frágiles en esta última etapa de vida.

Asimismo, estos resultados validan los resultados obtenidos por Villar, Villamizar y López (2005) en cuanto a que para estos matrimonios el amor constituye: un compromiso con la relación, un sentido de responsabilidad y una ayuda hacia la pareja. Siendo estos aspectos altamente significativos, contrario al componente de la pasión y la intimidad que predomina en otros grupos poblacionales.

Los atributos que se le adjudicaron al amor se pueden clasificar como acciones conductuales, actitudes y expresiones afectivas (Diaz-Loving, 1999; Hendrick, 2004; Hendrick & Hendrick, 1986). Considerando en su construcción la comprensión, la unión entre los cónyuges, el cariño, la atracción física, la acción de dar algo, tolerancia y el cuidado de la pareja. Los componentes que integran esta experiencia de amor se puede decir que resultan satisfactorios para la pareja.

Por otra parte, establecieron que el amor es un sentimiento personal pero debe ser correspondido por la personada amada, dándose un efecto de reciprocidad. Para los participantes la reciprocidad está presente tanto en el amor, como en su noción de matrimonio. Para éstos, la reciprocidad es un elemento fundamental que necesita estar presente para que la relación se mantenga (Noller & Fenney, 2006). Asimismo, el amor

lo conceptualizan como una experiencia de expresión afectiva, ya sea verbal o física que surge ante la presencia del ser amado, y se asume como una actitud favorable hacia la pareja (Kemp & Kemp, 2002).

En este estudio, los integrantes de la relación marital tienen mayor conciencia del significado de tener pareja (Nina, 2007). Es decir amar a alguien, quien le corresponde de manera recíproca ese amor. Además de confiar plenamente en la persona, aunque se reconozca sus debilidades y fortalezas. Asimismo, los integrantes de los matrimonios reconocieron que sus construcciones sobre el amor se han transformado según han pasado las diferentes etapas del ciclo de vida de su relación de pareja. Los elementos que le atribuyen al amor no se producen de manera aislada, estos se relacionan entre sí, y evolucionan según se desarrolle la relación de pareja (Hendrick, 2004).

Aunque reconocen que estas expresiones evolucionan con el tiempo, estos elementos deben estar presentes en la relación marital. Las expresiones afectivas son un elemento significativo al demostrar el amor en cualquier de sus manifestaciones. Entre las expresiones verbales importantes se mencionó el perdonar, lo cual quizás responde a esta etapa del ciclo de vida de la pareja en donde es fundamental tener una convivencia saludable, sin rencor alguno.

También, se confirmó el entendido de los cónyuges de que el amor evoca una serie de sentimientos hacia el ser amado, de que existen unas ideas asociadas al amar, y que existen una serie de acciones conductuales entre el amado y el amante (Sternberg, 2000). Sobre estos aspectos los participantes del estudio mencionaron que complacía la pareja con las cosas que les gustaban por ejemplo haciendo comida, cuidado la salud y el bienestar de su pareja.

Los datos sustentan el trabajo de Lauer, Lauer y Kerr (1990) en cuanto a que para ambos integrantes de la relación es importante: estar en una relación con alguien que les guste, y estar comprometido con el matrimonio y con la pareja. Sin embargo, los cónyuges no consideraron el humor como uno de los aspectos significativos para estabilidad de su matrimonio. Como también, los datos fueron similares a los resultados Sharlin, Kaslow & Hammerschmidt (2000), en cuanto a que a la satisfacción marital está determinando por el amor, el respeto mutuo y la confianza.

La comprensión, la tolerancia y el cuidado de la persona son factores importantes en los matrimonios de largo tiempo al definir el amor. El deseo de que el otro entienda su sentir en la relación es parte de los roles que debe asumir el amado. Por otro lado, el ser aceptado en cuanto a la forma en que se actúa y

respetar sus diferencias contribuye altamente a que se mantenga la relación y la satisfacción marital. El no tener la intención de cambiar a la persona aceptándola con su propia personalidad, es un elemento de transparencia.

En cuanto su noción sobre el matrimonio expresaron que debe estar presente factores como: unión, amor y aceptación. Por ejemplo, de manera recurrente una gran parte de los participantes al estudio manifestaron que se casaron pensando en una relación estable, contrario a otras personas que asume un matrimonio pensando en la posibilidad del divorcio o la separación. Otro elemento significativo fue el factor de tiempo en cuanto a la continuidad de la relación o el futuro de la relación, siendo un aspecto que contribuye a la estabilidad emocional. Para los cónyuges saber que se cuenta con una persona por un tiempo dado, les crea un sentido de permanencia que los une más íntimamente (Nina, 2004). Este sentido de unidad como pareja, brinda seguridad y confiabilidad sobre la otra persona que integra la relación marital. Este factor de tiempo es vital porque para las personas participantes el estado de salud de ambos, es un tema importante en sus vidas. Por lo que expresaron aspectos relacionado con apoyar a su pareja, asumir el rol de tener que cuidar una persona enferma o bien estar pendiente a su salud y seguridad.

En estudios anteriores los participantes expresaron que en el matrimonio debe estar presente: la unidad de la pareja, el compromiso, la comprensión, la tolerancia, y la aceptación como factores que pueden contribuir a una relación marital (Kaslow & Robinson, 1996; Lauer & Lauer, 1990; Levenson, et al.1993; Nussbaum & Coupland, 2004; Sharlin, Kaslow & Hammerschmidt, 2000). Las personas participantes le brindaron mayor importancia, para mantenerse por tanto tiempo en un matrimonio, al respeto, la fidelidad, tolerancia, comunicación adecuada y la sexualidad. Interesantemente nunca se mencionó a los hijos e hijas, considerando que la mayoría de los matrimonios tenían prole; como tampoco se hizo algún referente a la familia externa con la que han convivido por tanto tiempo. De las razones para mantenerse, los cónyuges resaltaron como un elemento muy significativo el respeto, considerando que es un elemento sumamente necesario para mantenerse la pareja por un largo tiempo.

Sobre la comunicación, se mencionó que debía ser una comunicación positiva, donde se pueda hablar sobre los malos entendidos o problemas con la pareja dentro de un contexto de respeto. Estar inmersos en una relación donde existe una comunicación adecuada, es importante para la integración de la pareja (Cuber & Haroff, 1965).

Se puede decir que al desarrollar el sentido de nosotros y poder mantener la autonomía propia de las personas en la pareja es todo un reto. Siendo el amor uno de los factores que más pueden contribuir para que la pareja sea exitosa (Noller & Fenney, 2006). Se valora que entre ellos se pueda tener la oportunidad de expresar respeto, así como sentimientos y emociones ya sean positivas o negativas. Es interesante, obtener que aunque estén en una etapa tardía la atracción física-sexual continúa lo que es importante para la estabilidad del matrimonio pero no lo ven relacionado con el amor. Para los cónyuges para que se mantenga en un matrimonio por muchos años es necesaria la actividad sexual, pero establecen que esta cambia según las transformaciones biológicas del cuerpo. Lo que con lleva problemas sexuales.

Al repensar en el foco de atención de los diversos estudios que se han realizado sobre los matrimonios de larga duración, y considerando los hallazgos del presente, se puede decir que existen ciertos elementos que son vitales para la estabilidad y desarrollo de un matrimonio: (1) tener una cultura de pareja, (2) estar comprometido con la relación, (3) comprensión y (4) aceptación de la pareja.

Aunque en este trabajo se consideraron las limitaciones establecidas por Nussbaum & Coupland (2004), se reconoce que en futuros estudios se debería abordar el tema del amor en relación a: matrimonios en los que uno de los cónyuges sea un paciente terminal o con un estado complicado de salud, sentido de soledad, comunicación marital y el conflicto marital. Además de analizar el tema, mediante otras técnicas de estudio como sería el método del diario o historias de vida.

En todo momento de la vida la relaciones de pareja son importantes, la edad no debe ser una barrera que impida la evolución de un sentido de nosotros. Es una etapa de vida para la pareja con nuevas expectativas y experiencias que pueden ser tan placenteras al igual que las etapas anteriores. La experiencia de vivir en un matrimonio por muchos años, le brinda la oportunidad al adulto mayor de poder disfrutar junto a otra persona de su relación, constituyendo un equipo de vida. Con el paso del tiempo, los matrimonios de largo tiempo mantienen ese deseo de vivir de manera exclusiva y única con su pareja en esta última etapa de su ciclo de vida.

Referencias

- Ander-Egg, Ezequiel (1995). *Técnicas de Investigación*. Buenos Aires: Lumen-Hvmanitas.
- Aron, Arthur & Aron, Elaine (1991). Love and sexuality. En McKinney, Kathleen & Sprecher, Susan (Eds.), *Sexuality in close relationships* (pp. 25-48). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Guerrero, Laura, Andersen, Peter, & Afifi, Walid (2007). *Close encounters: Communication in relationships* (2nd ed.) (pp. 181–185). Los Angeles: Sage Publication.
- Bachand, Leslie & Caron, Sandra (2001). Ties that bind: A qualitative study of happy long-term marriages. *Contemporary family therapy*, 23 (1), 105 – 121.
- Cuber, John & Haroff, Peggy (1965). *The significant Americans*. New York: Appleton-Century-Crofts.
- Dion, Kenneth & Dion, Karen (1973). Correlates of romantic love. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 4, 51-56.
- Díaz-Loving, Rolando (1999). *Antología psicosocial de la pareja*. México: AMEPSO.
- Díaz-Loving, Rolando & Sánchez Aragón, Sofía (2002). *Psicología del amor: una visión integral de la relación de pareja*. México: AMEPSO.
- Fairman, Silvia (2006). *El amor a los 70*. Buenos Aires: Lumen - Hvmanitas.
- Fenell, David (1993). Characteristics of long-term marriages. *Journal of Mental Health Counseling*, 15, 446-460.
- Fisher, Helen (1996). *Anatomía del amor*. Barcelona: Editorial Anagrama.
- Hendrick, Susan. (2004). *Understanding Close Relationships*. Boston: Pearson Education.
- Hendrick, Clyde. & Hendrick, Susan. (1986). A theory and method of love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 392-402.
- Kaslow, Florence & Robinson, James (1996). Long-Term Satisfying Marriages: Perceptions of contributing factors. *The American Journal of Family Therapy*, 24 (2), 153 – 173.
- Kemp, Ankersmit & Kemp, Jerrold (2002). *Older couples: New Romances: Finding & keeping love in later life*. Toronto: Celestial Arts.
- Krippendorff, Klaus (2004). *Content Analysis: An Introduction to Its Methodology*. 2nd edition, Thousand Oaks: Sage Publication.
- Lauer, Robert, Lauer, Jeanette & Kerr, Sarah (1990). The long-term marriage: perceptions of stability and satisfaction. *International Journal Aging and human development*, 31 (3), 189 – 195.
- Lee, John (1977). A typology of styles of loving. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 3, 173-182.
- Levenson, Robert, Carstensen, Laura & Gottman, John (1993). Long-term marriage: Age, Gender and Satisfaction. *Journal of Psychology and aging*, 8(2), 301 – 312.

- Nussbaum, Jon & Coupland, Justine (2004). (Ed). *Handbook of Communication and Aging Research*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Nina, Ruth (2007). Análisis de Psicosocial sobre las historias de amor. *Revista puertorriqueña de psicología*, 18, 62-71.
- Nina, Ruth (2004). Sabor a mi... pareja y vejez. En Carmen D. Sánchez (editora), (2004). *Familia y persona de edad mayor*. (pp.117-130). Atlantea: San Juan.
- Noller, Patricia (1996). What is this thing called love? Defining the love that supports marriage and family. *Personal Relationships*, 3, 97-115.
- Noller, Patricia & Feeney, Judith (2006). *Close relationships: functions, forms and processes*. New York: Psychology Press.
- Rubin, Zick (1970). Measurement of romantic love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 16, 265-273.
- Rubin, Zick (1973). *Liking and Loving: An Invitation to Social Psychology*. New York: Holt, Linhart & Winston.
- Sánchez Aragón, Rolando (2007). Significado Psicológico del amor pasional: Lo claro y lo oscuro. *Revista Interamericana de Psicología*, 41(3), 391-402.
- Sharlin, Shlomo, Kaslow, Florence, & Hammerschmidt, Helga (2000). Methodology and theoretical perspectives. En *Together through thick and thin: A multinational picture of long-term marriages*. (pp. 14 – 27). New York: The Hawthorne Press Inc.
- Sternberg, Robert. (2000). *La experiencia del amor*. Buenos Aires: Editorial Paidós.
- Sternberg, Robert (1988). *El triángulo del amor: intimidad pasión y compromiso*. Buenos Aires: Editorial Paidós.
- Sternberg, Robert. & Barnes, Michael (1988). *The Psychology of Love*. New Haven: Yale University.
- Villar, Feliciano, Villamizar, Diana & López, Sonia (2005). Los componentes de la experiencia amorosa en la vejez: personas mayores y relaciones de pareja de larga duración. *Revista Española de Geriátria y Gerontología*, 40, 135-202.

