



UNIVERSIDAD DE LAS AMÉRICAS

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

ESCUELA DE PSICOLOGÍA.

RUPTURAS AMOROSAS EN ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE LAS
AMÉRICAS: EXPERIENCIAS DE LA ACTUAL INTIMIDAD Y AISLAMIENTO

Tesis para optar al grado académico de Licenciado en Psicología.

Autor:

TANIA YANIRA CÁCERES PÉREZ.

NIKOLE DENISSE VARGAS LEAL.

Profesor Guía:

Mg. BORIS CAJAS LUNA.

Viña del Mar, Chile

2018-2019

Agradecimientos

Estimado lector/a:

Para comenzar quiero partir agradeciendo a los seres más importantes en mi vida, a mi familia, a mis padres, por apoyarme desde un comienzo en este proceso universitario, por entregarme el valor y las herramientas para luchar por mis sueños y creer en mis capacidades, por tolerar mis ausencias aquellos fines de semanas familiares y por brindarme la calma y la paciencia cuando muchas veces creí perderla. Claramente este trabajo es fruto también de su amor y dedicación hacia mí, por hacerme capaz de cumplir todo aquello que me proponga, desde lo más profundo gracias y los amo infinitamente.

También quiero agradecer aquella personita que me ha estado conmigo todos estos años universitarios de cerca, mi compañero de vida, mi amor José, quien me ha acompañado en cada paso de este proceso, quien ha tolerado de cerca mis días más complicados de estrés y ansiedad, quien ha secado mis lágrimas de frustración y me ha levantado para que continúe el camino, aquel que me ha ido a buscar aquellas madrugadas de desvelo y ha sido paciente y comprensivo con aquel proceso que estaba atravesando. Gracias por tu apoyo y amor incondicional, te amo.

De igual forma quiero dar un agradecimiento a nuestro profesor Guía Boris cajas, por su gran dedicación y paciencia, por sus espacios de conversación y corrección, pero por sobre todo por su generosidad al transmitirnos sus conocimientos y orientarnos de la mejor forma para realizar esta investigación de la cual hoy nos sentimos orgullosas. Gracias profesor.

También quiero dar las gracias también a mi amiga y compañera, Nikole Vargas por decidir realizar este gran proceso juntas, por tolerar aquellos días de mal humor y siempre conversar cada vez que nos encontramos mal, por apoyarme en aquellas situaciones que surgieron dentro del período, pero que logramos superar.

Para finalizar quiero dar las gracias por la paciencia y comprensión de todos, por ser parte de este proceso tan importante y significativo en mi vida, el cumplimiento de uno de mis sueños.

“Vale la pena luchar por lo que vale la pena tener”

Tania Cáceres Pérez.

Estimado lector/a

En primer lugar, quiero iniciar agradeciéndoles a los pilares fundamentales en mi vida, mis padres, quienes con mucho esfuerzo y sacrificio me dieron la posibilidad de estudiar y cumplir mis sueños, desarrollándome en esta preciosa área, dándome su apoyo incondicional y sus buenas vibras para continuar por este camino. Al mismo tiempo, quiero agradecerle a mi familia, mi hermano, mis tíos, tías, primos y primas, por todas esas frases de aliento que me brindaron en el camino, por subirme el ánimo en momentos que lo necesitaba y por darme un amor incondicional.

Las personas que me conocen sabrán lo importante que es para mí agradecerle a mi nona, que a pesar de que no se encuentre con nosotros, sus valores, enseñanzas y sobre todo los recuerdos siguen vivos, gracias por enseñarnos lo que era luchar por lo que se quiere. Te amo y te amaré por siempre. Abrazos al cielo.

También quisiera agradecerles a todos los maravillosos profesores que pasaron por toda mi enseñanza universitaria, cada uno de ellos aportó con un granito de arena, entregándome no sólo conocimientos, sino que herramientas que necesitaba para volver a creer en mí misma. Espero de todo corazón que todos los estudiantes universitarios, tengan tan buena experiencia como yo la tuve.

A su vez, quiero agradecerle a mi compañera de tesis y amiga, Tania Cáceres, por permitirme realizar esta labor junto a ella, brindándome apoyo cada vez que lo necesité, por cada risa que nacía mientras trabajábamos largas horas, gracias por ser como eres.

Por último, quiero agradecerle infinitamente a cada una de las personas que aportaron en esta investigación, por brindarnos un tiempo de sus vidas, sin ustedes no lo habríamos logrado.

Nikolé Vargas Leal

TABLA DE CONTENIDO

Resumen.....	1.
Abstract.....	1
Introducción	2

CAPÍTULO I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1. Antecedentes del estudio.....	5
1.1. Justificación del problema.....	11
1.2. Viabilidad de la investigación.....	15
1.3. Delimitación del estudio.....	16
1.4. Pregunta de investigación.....	16
1.5. Objetivos de la investigación	17

CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO

2. Marco teórico.....	19
2.1. Marco conceptual.....	19
2.1.2 Etapas del desarrollo.....	19
2.1.3. Adulto joven.....	21
2.1.4. Relaciones interpersonales.....	23
2.1.4.1. Vínculos	23
2.1.4.2. Relaciones de pareja.....	25
2.1.4.3. Enamoramiento.....	26
2.1.4.4. Proyectos de vida.....	27
2.1.4.5. Bienestar emocional.....	28

2.1.5.	Experiencias.....	28
2.1.5.1.	Experiencias amorosas.....	29
2.1.6.	Rupturas amorosas.....	30
2.1.6.1.	Emociones en la ruptura.....	31
2.1.6.2.	Procesos de duelo.....	32
2.1.6.3.	Afrontamiento.....	33
2.1.6.4.	Redes de apoyo.....	35
2.2	Marco referencial.....	36
2.3	Supuestos de la investigacion.....	41

CAPÍTULO III MARCO METODOLÓGICO

3.	Marco metodología.....	43
3.1.	Paradigma de investigación	43
3.2.	Metodología de la investigacion.....	43
3.3.	Tipo de estudio.....	44
3.4.	Diseño de investigación.....	44
3.5.	Universo, población y fuente de información.....	44
3.6.	Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	45
3.7.	Criterios de inclusión muestral.....	45
3.8.	Criterios de cientificidad.....	45
3.9.	Técnicas de análisis de datos.....	46
3.10.	Procedimiento.....	47
3.11.	Consideraciones éticas.....	51

CAPÍTULO IV RESULTADOS

4. Resultados Descriptivos.....	54
4.1. Categoría 1: Historia de amor.....	55
4.1.1. subcategoría 1: Miel sobre hojuelas.....	55
4.1.2. Subcategoría 2: Triste realidad.....	58
4.2. Categoría 2: Rupturas Amorosas.....	60
4.2.1. Subcategoría 1: Distribución del tiempo.....	60
4.2.2. Subcategoría 2: Ambigüedades.....	62
4.2.3. Subcategoría 3: A posteriori oscuro....	63
4.2.4 Subcategoría 4: Renacer.....	66
4.3 Categoría 3: Mirada al futuro.....	68
4.3.1 Subcategoría 1: Mirada actual.....	68
4.3.2. Subcategoría 2: Nuevas prioridades.....	70

CAPÍTULO V CONCLUSIONES

5.1. Discusiones interpretativas.....	74
5.1.1. Categoría 1: Historia de Amor.....	74
5.1.2. Categoría 2: Rupturas Amorosas.....	79
5.1.3. Categoría 3: Mirada al futuro.....	86
5.2. Conclusiones.....	90
5.2.1. Objetivo específico 1.....	91
5.2.2. Objetivo específico 2.....	95
5.2.3. Objetivo específico 3.....	99
5.3. Limitaciones.....	102
5.4. Proyecciones.....	102

5.4.1. Personal	102
5.4.2. Disciplinar.....	103
5.4.3. Social.....	103
Referencias.....	105
Anexos.....	121
Anexo 1:	121
Anexo 2:	131
Anexo 3:	143
Anexo 4:	154
Anexo 5:	177

Resumen

El presente folleto se centra principalmente en estudiantes de la Universidad de las Américas, los cuales se encuentran atravesando la etapa de la adultez joven. La teoría principalmente utilizada incorpora los hallazgos de Erik Erickson, relacionando la etapa de la adultez joven con el estadio psicosexual de intimidad vs aislamiento. El objetivo principal de la presente investigación, se encuentra direccionado en conocer las experiencias de rupturas amorosas en los estudiantes de la Universidad de las Américas, sede Viña del mar, con la finalidad de profundizar en sus historias, describir significados adheridos a la ruptura y la mirada actual ante una nueva relación amorosa. La investigación se realiza bajo los parámetros de la metodología cualitativa, utilizando como instrumento principal un guion temático validado por juicios expertos en el área, llevándola finalmente a cabo mediante la realización de focus group. Los principales hallazgos que se encuentran a lo largo del folleto, se sustentan únicamente por el relato de los estudiantes participantes de la investigación, evidenciando el proceso de duelo asociado a la ruptura, expectativas sobre la vida amorosa, prioridades actuales, etcétera.

Palabras claves: Adultez joven-ruptura amorosa-intimidad-aislamiento.

Abstract

This booklet focuses mainly on students of the University of the Americas, who are going through the stage of young adulthood. The theory mainly incorporated the findings of Erik Erickson, relating the stage of young adulthood with the psychosexual state of intimacy vs. isolation. The main objective of this research, is in the knowledge of the experiences of love breakups in the students of the University of the Americas, headquarters of Viña del Mar, in order to deepen their stories, describe meanings attached to the rupture and the current look before a new love relationship. The research is carried out under the parameters of the qualitative methodology, the use of a main instrument and a thematic system. The main findings found in the length of the booklet are based on the story of the students participating in the research, evidencing the grieving process associated with the breakup, expectations about the love life, the current ones, and so on.

Keywords: Young adulthood-loving break-intimacy-isolation.

Introducción

La presente investigación se llevó a cabo en un contexto universitario, donde es posible encontrar una gran población adulto joven. El propósito principal fue conocer las experiencias de rupturas amorosas en estudiantes de la Universidad de las Américas, sede Viña del Mar, profundizando en sus historias, poniendo en evidencia miradas actuales sobre las relaciones amorosas, expectativas y prioridades del adulto joven de hoy. Lo anterior, está motivado principalmente en el interés sobre la temática, considerando la etapa del desarrollo en el cual se encuentran las personas participativas de la investigación, donde las relaciones de pareja y las vinculaciones con otro, forman teóricamente parte importante de la vida del adulto joven.

Dicho documento cuenta con un total de cinco capítulos, considerando todos los puntos y la información necesaria para conformar una investigación académica.

El primer capítulo, El primero de ellos plantea el problema, en el cual se expondrán los principales antecedentes junto a sus autores correspondientes, en función de la revisión del estado de arte respecto a las experiencias que circunscriben una ruptura amorosa en adultos jóvenes, universitarios, pertenecientes a la Universidad de las Américas.

El segundo capítulo consta de un marco teórico, donde se presentará información teórica investigativa, como sustento significativo para la investigación, el cual consta de un marco conceptual y referencial.

Continuando con el documento, el tercer capítulo, presenta el marco metodológico que delimita la investigación, encontrando una investigación basada en el paradigma fenomenológico, utilizando una metodología de investigación de carácter cualitativo. En el

mismo capítulo, se dan a conocer los instrumentos de recolección de datos que se utilizaran para la obtención de información, siendo la principal herramienta el guion temático, el cual fue previamente revisado por dos juicios expertos. La forma en la que se llevó a cabo la investigación, fue mediante focus group, donde es posible encontrar participantes de distintas carreras impartidas en la modalidad diurna de la Universidad de las Américas, sede Viña del Mar, que quisieron de forma voluntaria participar de la investigación en cuestión.

En el cuarto capítulo llamado resultados, se describen los resultados entregados por los estudiantes, debido al espacio compartido que se generó para realizar el guion temático en, dando paso a la elaboración de una matriz de contenidos, junto a las categorías y subcategorías que se llevaron a cabo para fundamentar un posterior análisis.

En el quinto capítulo, se exponen las conclusiones, se analizan a través de los relatos y experiencias de vida de los participantes de la investigación, a fin de justificar con base teórica las conductas, emociones y sentimientos que suscitan de cada participante. Cabe mencionar que se presentan conclusiones correspondientes a cada objetivo específico, en caminando a las investigadoras al desenlace de esta investigación.

Es importante considerar que el presente documento, respeta todas las consideraciones éticas, pensando en la seguridad de cada uno de los participantes en calidad de voluntarios de la investigación.

CAPÍTULO I
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1. Antecedentes del estudio.

En nuestra vida existe un rango de relaciones interpersonales que varía en importancia y propósito, lo que constituye un aspecto clave en la mirada ecológica del desarrollo humano y el impacto de los sistemas (Luthar, 2006. Citado en Alzugaray, y García., 2016, p. 237)

Coddou y Mendéz (2002) citado por Blandon y López (2016). plantea que, en la constitución de pareja existe la emoción del enamoramiento, la cual está relacionada con la privacidad. Al mismo tiempo, las relaciones afectivas son los vínculos entre las personas, que, a través de su interacción, establecen normas, actitudes y valores. (p. 512). Estas relaciones están determinadas por la autoestima, la capacidad de relación y redes sociales de los individuos. (Jaloma y López., 2013, p. 11). Sin embargo, los significados que los y las jóvenes tienen sobre las relaciones de pareja no son estáticos en el tiempo, cambian dependiendo del tiempo y espacios históricos en el que estos viven. (García y Linares, 2014).

La emergencia de las relaciones íntimas y románticas durante el periodo adolescente coincide con el desarrollo de la intimidad e independencia de vínculos con las figuras parentales, hechos que originan presiones sociales fuertes y provocan la revisión de los patrones existentes en las interacciones sociales. (Clark, Lempers, Ho; 1990. Citado por Casullo; s.a., pág. 42).

El tema de las relaciones de pareja llama la atención de los jóvenes, tanto en su vivencia cotidiana como para sus proyectos de vida, ya sea que hayan tenido o no alguna experiencia en este campo. La búsqueda de una pareja, sólo para un rato o para el resto de la vida, tiene una historia particular en cada persona y es posible encontrar relatos

biográficos individuales al respecto. Es importante resaltar que las relaciones afectivas, especialmente las de noviazgo o pareja, ocupan un lugar muy importante en la vida de los jóvenes (Dávila y Goicovic, 2002. Citado en Romo, 2008).

Debido a que el establecimiento de relaciones afectivas es más intenso y tienen mayor importancia en la población joven adulta, ya que este periodo se caracteriza por la elección ocupacional y la elección de pareja que proporcionan un sentido de vida; es en esta misma etapa que la ruptura de este vínculo sea un hecho bastante probable. (Rage, 2002. Citado por, Jaramillo, 2015, p.4). Es después de la ruptura que se producen una serie de cambios personales, familiares, económicos y sociales, que pueden resultar tanto o más estresantes que el periodo anterior. (Según Bernal, 2006. Citado en Orgilés y Piñero. 2006).

Las experiencias adquiridas hasta ese momento los configuran como sujetos con criterios claros para tomar decisiones sobre su proyecto de vida en pareja y en familia. Durante este ciclo, los adultos jóvenes se caracterizan por tener responsabilidad, seguridad, autonomía, fortaleza, independencia, energía, vitalidad, resistencia física, entre otras cualidades. (Hoffman, Paris y Hall, 1996. Citado en Benítez, 2013, p.61). Es en esta edad - alrededor de los 20 años, que coincide con los estudios universitarios- en la que se produce la mayoría de los cambios que conducen hacia la frontera última del ser joven: la independencia económica, la auto-administración de los recursos disponibles, la autonomía personal y la constitución del hogar propio. (Según Ehrenfeld, 2003. Citado en Romo, 2008).

Las relaciones de pareja corresponden a una de las relaciones más intensas que se pueden establecer entre seres humanos, corresponde al vínculo de mayor significación fuera de la familia de origen. (Maureira, 2011. Citado por García e Ilabaca 2013, p.158).

En el caso de los universitarios, pareciera que ya se han encargado, o están en una fase avanzada del proceso, de elegir de una carrera; quizá por ello muchos pueden dedicar tiempo a la búsqueda de las relaciones afectivas y muestran tanto interés en lo que a una pareja se refiere. (Romo, 2008).

Un estudio realizado por la Universidad de Chile encontró que los jóvenes de 18 a 25 años establecen relaciones amorosas más estables y de mayor duración que las que se presentan en la adolescencia. Las relaciones de pareja estables en esta etapa no solo son una motivación personal, sino que también ayudan a la inserción social (Muñoz y Cruz, 2012. Citado por Espinosa, Salinas, Santillán. 2017). Por tratarse de las interacciones entre dos individuos con diferentes características personales, experiencias, actitudes y creencias, existe la posibilidad de que, en cualquier punto, esta relación entre en un conflicto y su dinámica se vea fracturada, llegando al punto de romper el vínculo amoroso, ya sea de manera temporal o permanente. (Barajas, Roblez, González y Cruz, 2012, p. 27).

Para Weber (1998) citado por Bustos (2011), una ruptura amorosa implica una pérdida de una relación íntima y la mayoría de las veces esto implica un proceso largo y difícil de afrontamiento. (p.11).

La separación es dolorosa por su carácter indeseable e inesperado, sin embargo, en la mayoría de las ocasiones es algo que se va preparando poco a poco; uno de los amantes comienza a sentirse insatisfecho por lo que busca espacios propios y alternativas de bienestar y satisfacción a través de otras fuentes que no sea su pareja como, pasar el tiempo con amigos, practicando otras actividades e incluso involucrándose en una relación con alguien más (Muñiz Tinajero, 2010. Citado por Sánchez y Martínez, 2014. Párr. 8). A nivel

personal, la pareja debe lograr su desvinculación emocional, pasando de una relación de dependencia mutua a una de independencia. (Orgiles y Piñero., 2006).

Se reporta que las consecuencias que se experimentan con mayor frecuencia tras la pérdida de una pareja son: tristeza, llanto, enojo, disminución de la autoestima, un pobre autoconcepto, ansiedad, altos niveles de estrés físico, conductas autodestructivas tales como autolesiones, consumo nocivo de alcohol y otras sustancias; finalmente, reportan inseguridad hacia sí mismo y celos hacia la pareja. (Keller y Nesse, 2005. Citado por Espinosa, Salinas y Santillán, 2017). Por ende, se describe como una de las experiencias más traumáticas, amargas y penosas que pueden sufrir los seres humanos, se quejan de no poder dormir, de haber perdido el apetito, de ser incapaces de concentrarse en el trabajo, o incluso de llorar a menudo sin razón aparente, y en algunos casos, recurren al alcohol, a las drogas o a los tranquilizantes para apaciguar el dolor y ausentarse emocionalmente. (Rojas, 1994. Citado en García e Ilabaca, 2013, p. 159).

De ese modo, perder a una pareja es perder una fuente de seguridad, ya que en la pareja se abre un espacio de vinculación en el cual los demás quedan excluidos, de modo que el pensamiento anticipatorio de la pérdida, despierta angustia y ansiedad; la pérdida afectiva ocasiona pena, tristeza y en algunas situaciones hasta rabia (Bowlby, 1995. Citado por Alvarado, 2014, p.1). Según Betancur, (2009) citado por Navarro, Ospino, y Polo. (2014) como cualquier circunstancia frustrante que da pérdidas, produce dolor; Sin embargo, la intensidad y la permanencia de dicho sentimiento depende de la actitud muy personal con respecto a ella.

Considerando entonces que la ruptura de pareja es un estresor relevante en la vida de un ser humano, podemos suponer que la persona percibe que dicha situación sobrepasa

sus propios recursos y atenta contra su bienestar personal. (Lazarus y Folkman, 1986. Citado en García e Ilabaca, 2013, p.160). Por ende, estudios actuales han demostrado que son algunas características propias de la relación de pareja las que producen, un aumento en el nivel de bienestar respecto a personas que se encuentran solteras, separadas o viudas. (Alzugaray y García., 2016, p. 247).

Romper el vínculo afectivo trae consigo la aceptación del final de un proyecto lo que facilita que se pierda la motivación y se encuentre difícil concentrarse para realizar actividades incluso de la vida cotidiana. (Sánchez y Martínez, 2014, párr. 8).

Según Sarquis (1995). Citado por Calviño, en Integración académica en psicología (2016). la mayor parte de los que se separan, viven un verdadero proceso de duelo. Este proceso es vivenciado como sufrimiento, y no depende de la felicidad o infelicidad que se haya dado con anterioridad, sino de la pérdida de las expectativas y proyectos; es decir de aquello que pudo haber sido y no fue. La separación implica una pérdida inevitable que todos los miembros del sistema familiar deben enfrentar, un período de crisis que requiere cambios y adaptación para todos. De igual forma, para, Vargas (2003). Citado por Rojas y Guzmán (2016), Plantea que todas las personas que sufren pérdidas afectivas atraviesan un proceso de duelo y es inevitable sentir tristeza ante semejante acontecimiento. En el duelo la pérdida es real ya que desaparece un objeto del mundo externo y se sabe cuál es, lo cual conlleva a una menor productividad y el mundo ha quedado para sí, vacío y/o pobre emocionalmente (p. 55).

De modo similar, la amenaza de pérdida despierta ansiedad y la pérdida efectiva ocasiona pena, tristeza, mientras que cada una de estas situaciones es posible que despierte rabia. (Bowlby, 1995. Citado en García e Ilabaca, 2013, p.161).

Según Amezquita, Gonzalez y Zuluaga (2003), la pérdida de un semestre académico, la ruptura de una relación afectiva y el consumo de marihuana y alcohol fueron los únicos factores asociados a depresión con alta significancia estadística (P. 343).

Mearns (1991). Citado por Billorou y Arana (2016) encontró que el 40% de los participantes de su estudio que habían tenido una ruptura hace semanas, cumplían los criterios para depresión clínica [...] (p.7). La satisfacción en las relaciones de pareja se ha transformado en un tema de preocupación para terapeutas de parejas, investigadores y profesionales del área de la salud, dado los hallazgos que indican que las parejas que mantienen conflictos sostenidos, presentan graves consecuencias en su salud física y emocional (Gottman & Levenson, 1999. Citado por Alzugaray & García., 2016, p. 237).

Por esta razón, las investigaciones en el contexto del Divorcio o Separación, se han centrado mayoritariamente en indagar en las consecuencias negativas asociadas a este proceso y en describirlo como un evento altamente estresante. Sin embargo, también puede ser considerado como una experiencia de crecimiento. (Rojas y Guzmán, 2016, p. 321). Ya que, estas relaciones están determinadas por la autoestima, la capacidad de relación y redes sociales de los individuos. (Jaloma y López, 2013, p. 11). Diversos estudios han encontrado que del 70% a 80% de personas reportan algún aspecto positivo dentro de su experiencia de pérdida. (Bustos, 2011, p. 18).

La mayoría de los adolescentes y jóvenes experimentaron por lo menos una ruptura amorosa a lo largo de su vida. A partir de esta experiencia junto con otros factores externos, van a predecir la manera de afrontamiento que se tiene frente a la ruptura amorosa. (Lewandowski, 2009. Citado por García, 2014, p. 290). Según lo referido por Amaris, Madariaga, Valle y Zambrano (2013), encontraron que los jóvenes para manejar las

experiencias estresantes utilizan estrategias como: expresión de los sentimientos, búsqueda de diversión, confianza en las posibilidades de realización y optimismo, desarrollando apoyo social, solución de problemas familiares, evasión de los problemas, búsqueda de apoyo espiritual, atracción por actividades exigentes, buen humor y relajación. Por esta razón se entiende que, las rupturas amorosas se presentan como un riesgo ante la formación de futuras relaciones románticas (Bustos, 2011, p.10).

Considerando los antecedentes planteados anteriormente surge la siguiente pregunta de investigación, ¿Cuáles son las experiencias de intimidad-aislamiento en este grupo etario universitario?

11. Justificación del problema.

La presente investigación, según Roberto Hernández Sampieri (2010), se puede defender bajo cinco criterios de justificación, los cuales son, el criterio de conveniencia, relevancia teórica, social, práctica y metodológica. Para efectos de esta investigación los criterios que se justifican son los siguientes.

Criterio de conveniencia:

De acuerdo a los antecedentes relatados, desde esta perspectiva, para el área disciplinaria de la psicología es conveniente porque implica el deterioro de la salud mental de todas las personas que en algún momento de sus vidas atraviesan o atravesaron por una ruptura amorosa, y les ha sido dificultoso superar aquella etapa de pérdida o duelo, por lo que, es relevante el propiciar testimonios empíricos de la significación que tiene una ruptura amorosa en la vida de una persona y la influencia que esta les propicia a los futuros vínculos que se puedan desear establecer por ellos o ellas.

Boss (2009). Citado en García (2014) afirma que la persona que vivencia una ruptura amorosa pasa por un duelo ambiguo experimentando sentimientos de impotencia, depresión, ansiedad y conflicto en las relaciones sociales. [...] Y conductas autodestructivas tales como las autolesiones, el consumo nocivo de alcohol y otras sustancias (Barajas, Roblez, González y Cruz, 2012). Lo que pone en peligro la salud física y psicológica de jóvenes y adultos, lo anterior revela la importancia de realizar proyectos enfocados en la prevención, para así evitar o disminuir las consecuencias o secuelas que puede dejar un quiebre amoroso.

En relación con lo anterior esta investigación es conveniente para la etapa del desarrollo adultez joven, debido a que las relaciones interpersonales marcan de manera importante ese proceso, al aumentar la importancia en los proyectos de vida y las relaciones estables. Dada la importancia que tiene este tipo de relación para los jóvenes, su disolución puede ser una fuente importante de estrés, dolor, tristeza y malestar general (Barajas y Cruz del castillo, 2017. p.343). Es por esta razón que puede ser fuente importante de malestares o problemas de salud mental, que se pueden dejar en evidencia y de esta forma servir como datos preventivos.

Por otro lugar esta investigación es conveniente para la Universidad de las Américas, ya que los principales participantes serán de aquella institución, lo que proporcionará información relevante de los alumnos, que puede servir como material fundamental para mantener la seguridad tanto emocional, como académica, de todos los estudiantes de la institución. Lo cual también puede ser utilizado o encontrarse a disposición de la universidad para la realización de posibles investigación o actividades preventivas respecto a esta u otras temáticas.

Relevancia social:

El estudio de esta temática mediante testimonios empíricos entrega la posibilidad de generar una sensibilización respecto a la presión social que se les proporciona a las personas que se encuentran viviendo dicho proceso, de esta forma se iniciará un proceso de concientización respecto a la influencia que tienen los “comentarios”, las actitudes e incluso las gesticulaciones, en el quehacer y el pensamiento de una persona que se encuentra atravesando una situación dificultosa, por lo que, entendiendo lo anterior, se daría paso a iniciar una transformación en la visión que tiene la sociedad de la soltería en la etapa adulta, de esta forma, se reconocería el poder de influencia que tiene la sociedad, con la finalidad de utilizarlo de manera beneficiosa en el cambio cultural por el cual se atraviesa. En esta concientización es importante que el entorno social cercano de la persona comprenda que el formar vínculos amorosos estables no depende solo de una persona, sino de la voluntad de ambos participantes. La red social próxima del individuo es uno de los principales factores para la adecuada evolución del duelo [...] es en el comportamiento por parte de las personas que forman parte de las redes de apoyo, que muestran su desconocimiento sobre qué hacer en este proceso, quizás por esta misma razón y las características del afectado y el entorno, es que la mayoría usa estrategias dirigidas al sentimiento, principalmente a la negación y evasión, que suelen no ser funcionales. (Moreno y esperanza, 2018).

De acuerdo a lo anterior la investigación entrega la posibilidad de dar una comprensión generar al proceso significativo que adquiere una ruptura amorosa y como esta puede impactar tanto de manera positiva como negativa a la formación de una nueva relación,

entregando información relevante en relación al bienestar emocional y social que poseen las personas de acuerdo a la edad o al contexto.

Relevancia Práctica:

Por otro lado, si se tiene en cuenta que la temática expuesta con anterioridad es de corte cualitativo, la presente investigación puede ser de gran utilidad para conformar y complementar teorías a partir de temáticas que se encuentran ligadas a la parte subjetiva del ser humano, otorgándole así la importancia que merece el bienestar de la salud mental de todas las personas. Por lo anterior, es relevante destacar que, siempre serán de gran utilidad documentos que ayuden a comprender la diversidad que compone a todos los seres humanos, fomentando así el interés que se debe tener por el entendimiento de estos mismos, facilitando en un futuro el incremento de la atención en las diferencias, siendo éste un nuevo foco de interés, con la finalidad de poder iniciar un aumento en la necesidad de realizar nuevas investigaciones, incorporando así nuevas aristas y a su vez, motivando a más profesionales, con el objetivo de que finalmente se realice un trabajo multidisciplinario que se interese en el estudio del área subjetiva del ser humano, considerando a su vez que, aunque muchas temáticas puedan ser vistas como aspectos normales de la vida de una persona, estas pueden llegar a ser bastantes perjudiciales. Además, posee gran relevancia e interés para nuestro campo disciplinar, psicología, pues será una fuente de información para generar investigaciones e incluso intervenciones de la temática, al ser un tema atinente en la época y relevante en la salud mental de los jóvenes y adultos.

1.2 Viabilidad de la investigación.

La presente investigación, cumple con todos los recursos materiales, humanos y financieros, para poder ser llevada a cabo, con la finalidad de cumplir todos los objetivos expuestos a lo largo del documento, a su vez, se consideraron todos los instrumentos necesarios para poder llevarlo a término. Además, se tomarán medidas éticas, donde nuestro principal objetivo será el resguardar la seguridad y el bienestar de todas las personas que serán partícipes del análisis, donde se proporcionarán de parte de la universidad las cartas formales de presentación, como también los consentimientos informados, respecto a la confiabilidad de la información adquirida en el proceso de investigación. El tiempo con el que se cuenta para realizar dicha investigación, es el necesario para poder realizar un análisis exhaustivo sobre el tema del que se tratará, teniendo en cuenta que el grupo de estudiantes al cual investigaremos, está directamente relacionado con el tiempo, considerando, que la presente investigación forma parte del inicio de un proyecto investigativo.

En efecto, tomando en cuenta las consideraciones éticas, se propiciarán todos los permisos, cartas y acuerdos de manera escrita y con el consentimiento de los involucrados, como también de la Universidad de las Américas. Por lo demás, hasta el momento se encuentran realizadas todas las gestiones, contactos y permisos, con la institución involucrada. Cabe mencionar que se llevarán a cabo al finalizar la investigación las pertinentes devoluciones y retroalimentaciones a todos los participantes de esta investigación, utilizando términos claros y favoreciendo el entendimiento de cada uno de los integrantes. Al mismo tiempo, los resultados se encontrarán a disposición de la institución.

1.3 Delimitación del estudio.

El presente estudio se encuentra enfocado principalmente en estudiantes, los cuales se encuentran atravesando la etapa del desarrollo adulto joven, por lo que, los participantes se encontrarán en el grupo etario de entre veinte a treinta años, considerando ambos sexos. Además, los participantes se encuentren insertos dentro de la Universidad de las Américas, Campus Los Castaños, Viña del Mar.

Cada uno de los integrantes de la presente investigación atravesaron una ruptura amorosa mientras se encontraban insertos en la educación superior, dentro de la modalidad diurna que entrega la Universidad de las Américas.

La presente investigación se llevará a cabo desde septiembre del año 2018 hasta Julio del año 2019.

1.4 Preguntas de investigación.

Mediante lo expuesto, la pregunta central de investigación que surge es, ¿Cómo son las experiencias de ruptura amorosa del adulto joven estudiantes de la Universidad de las Américas?

De acuerdo a todos los antecedentes planteados con anterioridad, es que surgen otras preguntas: ¿Es considerablemente significativa la formación de vínculos amorosos para el adulto joven?, ¿Para el adulto joven es motivo de desilusión el no formar pareja, en aquella etapa del ciclo vital?, ¿Qué tan perjudicial puede ser una ruptura o un quiebre amoroso para el adulto joven?, ¿Tiene un quiebre amoroso una significancia en la salud mental de las personas?, ¿Es posible hablar de duelo cuando se vive un quiebre amoroso?, ¿Existe una

presión social inminente de formar o mantener relaciones amorosas en la adultez joven?, ¿Puede fortalecer a la persona la forma de manejar una ruptura amorosa?, ¿El proceso que se vive durante el quiebre amoroso puede tener implicancia en la posterior formación de vínculos de pareja?.

1.5 Objetivos de la investigación.

1.5.1 Objetivo general:

Conocer las experiencias de rupturas amorosas en estudiantes de la Universidad de las Américas, sede Viña del Mar.

1.5.2 Objetivos específicos:

Profundizar en las historias de pareja de los estudiantes en la Universidad de las Américas, sede viña del Mar.

Describir los significados que circunscriben las rupturas amorosas en estudiantes de la Universidad de las Américas, sede Viña del Mar.

Describir a través del relato de los estudiantes de la Universidad de las Américas la mirada ante una nueva relación amorosa.

CAPÍTULO II
MARCO TEÓRICO

II. MARCO TEÓRICO

2.1 Marco Conceptual.

2.1.2 Etapas del desarrollo.

En la perspectiva de Erikson se organiza una visión del desarrollo del ciclo completo de la vida de la persona humana, -extendiéndose en el tiempo, de la infancia a la vejez, y en los contenidos, el psicosexual y el psicosocial-, organizados en ocho estadios (Bordignon, 2005.p. 52)

Estadios	Descripción	Crisis psicosocial
Infancia (0-18 meses)	Ligado al vínculo que se establece con la madre, pues puede determinar la forma de vinculación en un futuro.	Confianza v/s desconfianza
Niñez temprana (18 meses hasta los 3 años)	Comienza su desarrollo cognitivo y muscular, a tener conciencia de sí, como también a ser más independientes de sus padres, es una etapa exploratoria, por ende, de aprendizaje, puede conducir momentos de duda y vergüenza, pero los logros generan sensaciones de autonomía e independencia.	Autonomía v/s vergüenza y duda
Edad del juego (3 años hasta los 5 años)	Existe mayor interés por relacionarse con otros niños, lo que favorece la estimulación activa y curiosidad, además es acompañado por un	Iniciativa v/s culpa

	crecimiento acelerado de su desarrollo físico, cognitivo y social, lo que estimula habilidades.	
Edad escolar (6 años y 12 años)	Existe un gran interés por el funcionamiento de las cosas e intentan llevar a cabo muchas actividades de forma autónoma. Es muy importante la estimulación de la escuela o sus mismos pares. En caso de que existan fracasos o comparaciones, puede presentarse un sentimiento de inferioridad e inseguridad.	Laboriosidad v/s inferioridad
Adolescencia (12 años hasta los 20 años)	se produce un acelerado crecimiento físico y la madurez psicosexual. Es una etapa de incertidumbre, comienza una búsqueda por descubrir su identidad o ¿Quién soy?, preparatoria para la adultez, por ende se produce un distanciamiento de las figuras paternas, pero se acrecientan las relaciones de amistad, las cuales adquieren un gran valor.	Identidad v/s confusión de la identidad.
Adultez joven o juventud (20 años hasta 30-40 años)	Existe una modificación en la forma de relacionarse, se busca relaciones más estables e íntimas, que requieran de un compromiso recíproco, por ende, comienzan a priorizar los proyectos de vida estables. Lo que produce un aislamiento o distanciamiento del individualismo y egocentrismo.	Intimidad v/s aislamiento

Adultez (40 años hasta los 60 años)	se prioriza el tiempo familiar, y una búsqueda entre el equilibrio de la productividad, ligado al cuidado de las siguientes generaciones, con el fin de sentirse útil y el estancamiento se da cuando no se logra encontrar la utilidad o función.	Generatividad v/s estancamiento
Vejez (50 años en adelante)	Ligada a la aceptación de los procesos vividos anteriormente. Se encuentran presente los procesos de duelo, ya sea por cambios físicos, pérdidas o disminución de la productividad, por ende, se lucha por seguir autónomos, productivo y útil, de lo contrario comienza un proceso de desesperación frente al constante cambio y pérdida.	Integridad v/s desesperación

Cuadro N° 1. Creación propia. “El desarrollo psicosocial de Erik Erikson. El diagrama epigenético del adulto” (Bordignon, 2005) y “Desarrollo humano” (Papalia 2012).

2.1.3 Adulto Joven

A lo largo de nuestra vida, vamos cursando distintas etapas que nos van marcando de diferente manera, estas etapas se encuentran divididas por el rango etario, pudiendo encontrar de esta forma, la etapa de la infancia (0-18 meses), niñez temprana (18 meses a 3 años), edad del juego (3-5 años), edad escolar (6-12 años), adolescencia (12 a 20 años), adultez joven (20 a 40 años), adultez (40 a 60 años) y vejez (60 años en adelante).

Para la presente investigación es necesario profundizar en la etapa del desarrollo de la adultez joven. Según Erickson citado por Bordignon (2005), la adultez joven que se extiende desde los 20 a los 30-40 años de edad, se caracteriza por encontrarse dentro del

estadio psicosexual llamado intimidad versus aislamiento, “la intimidad es la fuerza sintónica que lleva al joven adulto a confiar en alguien como compañero en el amor y en el trabajo, integrarse en afiliaciones sociales concretas y desarrollar la fuerza ética necesaria para ser fiel a esos lazos, al mismo tiempo que imponen sacrificios y compromisos significativos”. Por el contrario “el aislamiento afectivo, es el distanciamiento o la exclusividad que se expresa en el individualismo y egocentrismo sexual y psicosocial, individual o los dos”. (p.57)

Durante estas dos décadas se toman muchas de las decisiones que han de afectar al resto de la vida, con respecto a la salud, la felicidad y el éxito del individuo (Fernández, 2006.p.8)

Desde un punto de vista psicosocial la adultez es, en la sociedad occidental, el estadio de la asunción plena de responsabilidades: procreación y cuidado de la familia, educación y transmisión de las pautas normativas de la sociedad, trabajo y producción en el sistema económico que nos caracteriza, dirección y gestión de la sociedad política, y búsqueda definitiva de elementos trascendentes que, dando coherencia a todas estas dimensiones, aportan sentido a la existencia. (Zapata, Cano y Moya, 2002.p. 2). Por otro parte, la forma de relacionarse con otras personas se modifica, el individuo empieza a priorizar relaciones más íntimas que ofrecen y requieren de un compromiso recíproco, una intimidad que genere más sensación de seguridad, de compañía y de confianza. (Carreño, Flores y Basulto, 2015)

En general, en esta etapa, el ser humano posee cualidades sensoriales y psicomotrices que le permiten vivir con calidad y eficiencia, planteándose proyectos a mediano y largo plazo, que incluyen a la pareja y a la familia. (Jiménez, 2012.p.14)

2.1.4 Relaciones interpersonales.

El hombre es una especie gregaria que vive en grupos, y que en situaciones normales está involucrado en una gran cantidad de relaciones interpersonales. (Herriko, s.a)

Según Bisquerra (2003: 23), una relación interpersonal es una interacción recíproca entre dos o más personas. Las relaciones interpersonales, son una necesidad primordial de cada individuo, por medio de estas podemos comunicarnos y expresar nuestros sentimientos, emociones, pensamientos y conocimientos, a su vez las relaciones interpersonales nos ayudan a desarrollarnos como personas plenas y completas (Motas, Riveras y Flores 2015. Citado por Mozkeda, 2017)

Entenderemos que, [...] el ser humano es una pieza fundamental para que dichas relaciones se generen. Estas mismas piezas se manejan a través de ciertas herramientas que facilitan su uso, tales herramientas son la comunicación, la confianza, la pertenencia, rendimiento, colaboración, entre otros, (Beiza, 2012, p. 16).

Según Hernandez (2011) citado por Melgarejo, Aguirre y Cabrera, (2015) Las relaciones interpersonales se presentan en diferentes contextos como, la familia, grupos de amigos, matrimonios, entornos laborales, clubes y comunidades, las mismas pueden ser reguladas por costumbres o por acuerdos mutuos, y son una base fundamental de los grupos y sociedades. Por ende, podemos entender que las relaciones afectivas son parte del proceso de formación de la identidad personal y social [...].

2.1.4.1 Vínculos.

La teoría del apego, cuya formulación fue iniciada por John Bowlby (1969, 1979, 1980), da cuenta de la necesidad humana universal de formar vínculos afectivos estrechos hacia los cuales recurrir en momentos de sufrimiento o estrés [...] Si bien, inicialmente la teoría del apego se focalizó de manera prioritaria en las relaciones tempranas, surgió con

posterioridad una serie de estudios que aplicaron los principios del apego a la edad adulta.
(Guzmán y Contreras, 2012)

Pichón Riviére, destaca que nunca existe un tipo único de vínculo, sino que las relaciones que el sujeto establece con el mundo son mixtas, en la medida en que siempre emplea en forma simultánea diferentes estructuras vinculares. (Farías, s.a)

En el siguiente cuadro, encontramos ejemplos de similitudes en la vinculación, comparando la etapa del desarrollo de la infancia, con la de la adultez.

Similitudes de vinculación en la adultez con la vinculación en la infancia	Características
Contacto físico	Relaciones materno filial e interacciones íntimas únicas en el tipo de relación.
Criterios de selección	Vinculación preferentemente con personas que respondan a nuestras necesidades, que sean agradables y familiares.
Reacción ante la separación	Ansiedad y estrés. Si la separación es duradera se produce un desapego o una reorganización afectiva.
Efectos sobre la salud física y psicológica	Sujeto más vulnerable de enfermedad física y psicológica.

Cuadro N° 2. Creación propia. “Estilo de apego y estilo de amar” (Mínguez y Álvarez, 2013).

2.1.4.2 Relaciones de pareja.

Existe un amplio espectro de relaciones que se configuran en el transcurso de la vida de las personas, entre los cuales está la relación de pareja, que permite que las

personas ofrezcan y reciban valoración intelectual, emocional y física. (Blandón y López, 2014,p. 506).

Las relaciones pueden ser unas de las cosas más positivas que ocurran en la vida, pueden ser románticas, excitantes, divertidas y pueden provocarte sentimientos positivos muy intensos, pero, a veces, también pueden ser algo complicado y provocar sentimientos negativos e incluso dolor. (Paz, 2010, p. 3)

Las relaciones amorosas en la adultez emergente presentan múltiples alternativas y denominaciones, dependiendo de niveles diferenciales de involucramiento emocional, exclusividad, intimidad sexual, permanencia en la relación y su formalización [...] Estas relaciones se dan en un contexto social donde coexisten diversas concepciones del amor, del sexo, del placer y legitimidad de diversas formas vinculares. (Rivera, Cruz y Muñoz, 2011)

La pareja es el grupo social más pequeño que se puede encontrar dentro de la gran complejidad de las relaciones interpersonales, lo que no ha restado relevancia en cuanto a su interés dentro del mundo de la investigación, solo por ser la unidad más diminuta de relación social posible. (Alfaro y Pérez, 2014, p.20)

El nivel de adherencia duradera hacia una pareja, “se basa en factores de mantenimiento constantes conformados en parte por amor, y en parte por condiciones externas estables, las cuales mantienen a una relación junta, sin importar si se tienen sentimientos positivos hacia alguien o no”. A su vez, para adquirir un compromiso de pareja mutuo y fuerte se necesita que ambas partes muestren y mantengan sentimientos positivos el uno hacia el otro. (Citado Torres y Ojeda, 2009.p. 39)

2.1.4.3 Enamoramiento.

Nos atrevemos a llamar amor verdadero, como el deseo, la pasión, el enamoramiento, la simple relación de pareja o el mismo matrimonio. Estos se confunden conceptualmente porque cada uno les aplica los atributos que su experiencia y su moral le permiten. (López, 2009)

El enamoramiento en su sentido más propio es definido, según la Psicología como “el estado de una persona dominada por un vivo sentimiento hacia otra, a quien considera su mayor bien, con la que desearía estar unida para siempre y por la que llegaría a sacrificar, si fuera necesario su propia vida” (Mora, 2007.p. 364)

Aquel proceso del enamoramiento es propio del espacio de exclusividad, de intimidad, siendo algo necesario para la construcción de la pareja. (Blandon y López. 2016. p.512)

Con el enamoramiento los jóvenes empiezan a separarse de su familia y a individualizarse, buscando su propia identidad [...] Ya no dependen tanto de la familia en términos afectivos. Por ello, sus relaciones de pareja son parte medular en su vida afectiva y un fuerte soporte para deslindarse de sus padres e iniciar un proceso de socialización con respecto a personas del otro sexo. Aquí es donde el adolescente necesita darse cuenta de que hay otras personas no tan incondicionales como la familia, pero a veces tan importantes como los propios padres. (Bobadilla, 2013.p.6)

Esta experiencia anteriormente mencionada, está sesgada por la cultura, en algunas lo atractivo será un aspecto físico que en otras no se considera. En un estudio se visualizó doce factores precursores del enamoramiento en distintos grupos étnicos, se encontró que la familiaridad y los gustos comunes son comunes, mientras que la personalidad, la tendencia

al aislamiento y la influencia social entre otros, son consideradas de manera distinta. (Riela, Rodriguez, Aron, Xu, Acevedo, 2012 citado por Pinto, p.16)

2.1.4.4 Proyectos de vida.

El proyecto vital se consolida a partir de las expectativas que desde la niñez se esperan para el futuro, con el transcurrir de los años muchas de estas se transforman o se arraigan con mayor fuerza. Pensarse en familia es uno de esas ilusiones que se tienen, para muchas y muchos como un objetivo a realizar, para otros algo que, si bien, está bien, no es una opción. Lo cierto es que la toma decisión parte de encontrar a esa persona, con quién se construye un vínculo erótico afectivo dual y se comparte la cotidianidad. (Benítez, 2012.p.89)

A favor de una mayor libertad de conformación de los proyectos vitales, la formación de una pareja con la que se desea formar un hogar, con vocación de estabilidad en el tiempo y con el deseo de tener hijos comunes, esto es, la formación de una familia sigue siendo una aspiración vital compartida por la inmensa mayoría de las nuevas generaciones. (Meil, s.a.p.40). Entonces, cuando se consolida una relación y se toma la decisión de vivir con la otra persona y crear un proyecto de vida en común, ambos miembros de la pareja deben aprender su nuevo papel de cónyuges y encarar cambios importantes en su estilo de vida y en el sistema de seguridad emocional de cada cual a fin de lograr un acoplamiento entre ambos. (Garrido, et al. 2007)

2.1.4.5 Bienestar emocional.

El bienestar emocional es el estado de ánimo caracterizado por sentirse bien, en armonía y tranquilidad, a gusto con nosotros mismos y con el mundo que nos rodea, consciente de nuestras propias capacidades para afrontar las tensiones normales de la vida de manera equilibrada. (Fraternidad Muprespa, s.a. p. 3). Son las mismas emociones que experimenta una persona en un momento dado las que proporcionan la sensación de mayor o menor bienestar. En este sentido, la experiencia del bienestar emocional, satisfacción de la vida o felicidad, implica sentir afecto preponderantemente agradable, más que desagradable, a lo largo de un periodo de tiempo. (Obiols y Pérez, 2011, p.1)

2.1.5 Experiencias.

Según Kant, citado por Amangual (2007) La experiencia indica la referencia del conocimiento, a partir de la cual tiene que elaborarse, a la que ha de adecuarse, responder y corresponder, de la que tiene que dar razón o incluso la que ha de ser su contenido. (p.3)

La experiencia entonces, vendría siendo "eso que me pasa" [...], como una superficie de sensibilidad en la que algo pasa, al pasar por mí o en mí, deja una huella, una marca, un rastro o una herida. (Larrosa, s.a.91)

Según la real academia española se entiende experiencia como un conocimiento de la vida adquirido por las circunstancias o situaciones vividas o también como la práctica prolongada que proporciona conocimiento o habilidades para hacer algo.

2.1.5.1 Experiencias amorosas.

“Las relaciones de pareja comienzan cada vez a una edad más temprana (Price & Byers, 1999). Se entiende por estas "una relación diádica que involucra interacción social y actividades conjuntas con la implícita o explícita intención de continuar la relación hasta que una de las partes la termine o se establezca otro tipo de relación como la cohabitación o el matrimonio". [...]

En las relaciones de pareja de jóvenes y adolescentes ocurren multitud de experiencias positivas y negativas. Dentro de estas experiencias negativas, se pueden encontrar ciertas conductas violentas que se extienden, al igual que en las relaciones de pareja de personas adultas, en un continuo que va desde el abuso verbal y emocional, hasta la agresión sexual y el asesinato”.

(Hernando, Maraver y Pazos, 2016, p. 2)

Tal y como se menciona anteriormente, se debe considerar que las relaciones afectivas de pareja están en el centro de la vida, proporcionando experiencias positivas o negativas que pueden influir en los niños y adolescentes en su desarrollo a corto, pero, sobre todo, a largo plazo [...] se observa la necesidad de trabajar las relaciones de pareja pues, además de observarse una evidente necesidad de hablar de estos temas, son habituales los casos en los que se relatan experiencias y actitudes no saludables respecto a las relaciones de pareja, observando carencias evidentes. (Callejón y Gila, 2017)

2.1.6 Ruptura amorosa.

La ruptura amorosa es un tipo de duelo ambiguo que suele ser muy común en la vida de las personas, donde se experimentan estados afectivos y cognitivos negativos, como también se presentan conflictos en las relaciones sociales del entorno íntimo de la persona (Boss, 2001. Citado por García, 2014.p. 289).

Los procesos de ruptura de pareja conllevan, aunque no siempre coinciden en el tiempo, dos tipos de pérdidas. Uno tiene que ver con la separación física, material, objetiva de la separación física, el distanciamiento y la ausencia. La otra es, la pérdida de los sueños, proyectos, expectativas, del ideal de pareja y del amor incondicional. (De la Parra, 2008. p27).

Según Doménech (1994). Citado por Peñafiel (2011). Después de la ruptura se producen una serie de modificaciones tanto personales, familiares, económicas, sociales que pueden resultar igual o más estresantes que el periodo anterior, la etapa posterior a la ruptura requiere un ajuste por parte de los dos cónyuges a la nueva situación [...] (p.56)

Proceso de pérdida o de una ruptura amorosa se compone por tres etapas.

Etapas de la ruptura amorosa.	Características
Revisión obsesiva de lo vivido.	Búsqueda mental de atribuciones y explicaciones de lo sucedido. Se presentan como lamentos. ¿Por qué fue la ruptura?
Soledad social y emocional.	La persona extraña a su pareja sintiendo una profunda pérdida. Aparecen sentimientos de desorientación y confusión con respecto al estatus previo a la pareja.
Persistencia de apego con la pareja.	Noción de que la persona aún existe, apareciendo la posibilidad de volver a verla y buscarla.

Cuadro N° 3. Creación propia. Weiss, 1975 en Espinosa, 2017).

2.1.6.1 Emociones en la ruptura

Para poder comprender cuál es la experiencia emocional que acompaña a la ruptura de pareja, resulta indispensable recordar la importancia emocional que tiene los lazos afectivos para el ser humano. (De la Parra, 2008. p27).

Una persona que vivencia una ruptura amorosa pasa por un duelo ambiguo experimentando sentimientos de impotencia, depresión, ansiedad, y conflictos en las relaciones sociales. Por su parte, el duelo ambiguo es una pérdida muy común en la vida de la gente, sin embargo, su presencia ocasiona mucho estrés, dejando a su paso desconcierto. (García, 2014.p.2)

La ruptura de la relación afecta la sensación de bienestar de la persona, sobre todo cuando uno de ellos se niega a aceptar el quiebre, no se desvincula totalmente de él/ella y trata de seguir formando parte de su vida, deteniendo el proceso de elaboración de la pérdida (Doménech, 1994) (García e Ilabaca, 2013.p.4). Según Carmona (2012) el sufrimiento es aquel malestar significativo que impide la elaboración de la pérdida y que lleva al sujeto a la negación de la ruptura, a la desesperanza frente a la posibilidad de continuar la vida e iniciar un nuevo vínculo, al resentimiento, al odio, a la victimización, desconfianza generalizada hacia el género o a la enfermedad física, entre otros. (p. 44 y 45). Siguiendo con lo anterior, la psicóloga Silvia Russek (s.a) menciona al sufrimiento como la respuesta cognitivo-emocional, que tenemos ante un dolor físico o ante una situación dolorosa. Por esta razón, entenderemos que sufrimiento [...] es una sensación muy difusa, pues radica en el alma e impregna a la totalidad del sujeto. Se instala en las entrañas, en el ánimo y en la voluntad. Afecta, incluso, a quienes rodean al sufriente (sufrimos al ver sufrir). (Aguilar, 2016)

Según la real academia española, sufrimiento se entiende como padecimiento, dolor o pena. Por ende, podemos definirlo como una experiencia sensorial que acrecienta el propio dolor (Ortega, 2016.p.5)

El sufrimiento y el vacío emocional que aparece tras la ruptura, la intensidad de la relación previa, el grado y el tipo de conflicto, la situación económica en la que puedan quedar las partes implicadas, la presión social y familiar a la que se ven sometidos, quien toma la decisión de la ruptura y quien la debe aceptar, el caos y la falta de anticipación de las necesidades de los miembros de la familia, entre otros, son aspectos que determinarán que los conflictos post-divorcio se re-conduzcan de una manera o de otra, contaminando e intensificando el clima emocional durante el proceso mediador y después de este. (Parra, 2008.p.5)

En forma de resumen, la ruptura de pareja se caracteriza por ser una de las experiencias más dolorosas que puede sufrir una persona a lo largo de su vida, se considera el acontecimiento más estresante después de la muerte de un ser querido, según la escala de eventos de vida de Colmes y Rahe (1967). (Peñafiel, 2011.p.3)

2.1.6.2 Proceso de Duelo.

Para Rojas (2008). Citado por Calviño en Integración académica en psicología (2016), el duelo es la respuesta psicológica que se manifiesta en el individuo tras la pérdida de un ser querido, respuesta que es normal y subjetiva a la experiencia de cada persona y que depende de las estructuras mentales y emocionales de quien la vivencia; por lo que sentir dolor frente a la pérdida es inherente a los seres humanos, pero sin embargo, los sistemas de creencias de quien lo sufre, modifican su expresión y desarrollo, determinando su complejidad o manejo para cada realidad particular.

Continuando con lo anteriormente mencionado, se puede definir al duelo como una reacción extremadamente dolorosa, pero normal, que se desencadena a raíz del rompimiento de una relación personal, cuyo proceso cumple una función homeostática, pues su finalidad es lograr la adaptación del individuo a la pérdida (Reyes, 1991 en Zaragoza Toscano, 2007). Citado por Sánchez y Martínez, 2014.p.1331

Lo anteriormente mencionado se encuentra altamente relacionado con el término de una relación, tal y como lo comenta Zabala (2016) Terminar una relación de pareja en muchas ocasiones, es un momento, en nuestra vida que nos puede llevar a estancar, a la depresión y a sentir que la vida ya tiene futuro, que nadie más podrá amarnos o que nosotros/as mismas no podremos amar nuevamente. Con la ruptura de la de la pareja, perdemos al confidente, compañero; perdemos al amante; perdemos al socio de nuestra empresa familiar; perdemos al padre o a la madre de nuestros hijos; perdemos aquel ser con el cual compartíamos los amigos, el ocio, los secretos más íntimos, en definitiva, todo nuestro ser, etc (De la Parra, 2008).

2.1.6.3 Afrontamiento.

El afrontamiento es entendido como un esfuerzo cognitivo y conductual orientado a manejar, reducir, minimizar, dominar o tolerar las demandas externas e internas que aparecen y generan estrés (Halstead, Bennett, Cunningham, 1993. Citado por Solís y Vidal.s.a.p.35)

Por ende, según Mechanic (1978) citado por Soriano (2002) Los sujetos responden de forma distinta ante un mismo agente estresante, sin embargo, cada modo de afrontamiento debe ser elástico y adecuado para cada situación (p.76)

Es importante considerar que, cuando se habla de una ruptura amorosa, nos referimos a una situación estresora en la vida de las personas, que puede traer una serie de consecuencias negativas. Esto será así o se podrá superar con mayor facilidad de acuerdo al sexo, edad y el grado de expectativa que se haya tenido al momento de generar y conformar una relación de pareja, puesto que se ponen en juego los diversos mensajes, y creencias que tienes respecto a tu relación. (Zalaga, 2008)

Los recursos de afrontamiento son todos los pensamientos, re-interpretaciones, conductas y actitudes que se pueden desarrollar para tratar de conseguir los mejores resultados posibles en cierta situación que demanda un poco más a las personas. (Massone y González, 2001 citado en Psicología online)

Resultados de investigaciones al respecto han demostrado que tenemos un amplio repertorio de estrategias para afrontar situaciones que nos generan estrés, estando su eficacia relacionada con el proceso de ajuste entre las demandas de la situación y la persona, atendiendo a criterios como el bienestar subjetivo, funcionamiento social, o salud fisiológica (Ortega y Salanova, 2016)

Debido a esto es que, las estrategias de afrontamiento son entendidas como recursos psicológicos que el sujeto pone en marcha para hacer frente a situaciones estresantes.

(Amaris, Madariaga, Valle y Zambrano, 2013.p.125)

Estrategias de afrontamiento	Características
Afrontamiento Activo	Acciones directas para incrementar o reducir al estresor
Planificación	Pensar cómo afrontar al estresor
Búsqueda de apoyo instrumental	Solicitar ayuda o consejos a personas competentes
Búsqueda de apoyo emocional	Conseguir apoyo de simpatía y de comprensión
Auto-distracción	Concentrarse en otros proyectos para no concentrarse en el estresor
Desahogo	Tendencia a expresar o descargar el malestar emocional

Desconexión conductual	Reducir los esfuerzos para tratar el estresor
Reinterpretación positiva	Buscar el lado positivo y favorable del problema
Negación	Negar la realidad del estresor
Aceptación	Aceptar que el hecho estresante es real
Religión	Tendencia a volver hacia la religión en momentos de estrés
Uso de sustancia	Significa hacer uso de estas para sentirse bien o soportar el estresor
Humor	Hacer bromas sobre el estresor
Autoinculpación	Criticarse y culpabilizarse

Cuadro N°4. Creación propia. (Manquian y Rivas, 2016).

2.1.6.4 Redes de apoyo

Abelló y Madariaga (1999) definen la red social como un conjunto de relaciones humanas que tienen un impacto duradero en la vida de cualquier persona. Es decir, cuando se habla de red social se hace referencia a las características estructurales de las relaciones sociales y está conformada por los sujetos significativos cercanos al individuo constituyendo su ambiente social primario. Citado por Orcasita y Uribe, 2010. p. 70

Tal y como se mencionó anteriormente, la red de apoyo social está conformada por un conjunto de relaciones familiares y no familiares que brindan, efectiva o potencialmente, uno o varios tipos de ayuda que incluyen la compañía, el apoyo emocional, la ayuda práctica, económica y la guía cognitiva o consejo (Sluzki, 1996). [...] Al no disponer de vínculos de apoyo, se pueden provocar situaciones de extremo aislamiento social, sentimientos de soledad y diversas patologías. (Citado por Arias, 2015. p. 152-153)

Estudios comprueban que individuos con apoyo de la familia y amigos tienen mejores condiciones de salud física y mental, teniendo en cuenta los recursos emocionales. [...] ayuda a procurar los recursos emocionales y prácticos que el individuo precisa. El afecto, la asistencia y la información de los amigos y familiares y las relaciones de

compañerismo ejercen un efecto de protección y bienestar. (Citado por Balistieri y Melo, 2013)

2.2 Marco Referencial

Según una investigación realizada por GFK Adimark, en febrero del 2018, tomando en cuenta la población de hombres y mujeres mayores de 15 años, pertenecientes a cualquier grupo socioeconómico, se tomó una muestra de 4800 casos. En base a lo anterior se pudo determinar que el 70% de los chilenos tiene pareja, englobando así que el 39% se encuentra casado, 26% soltero, pero con pareja y el 5% convive. Las personas que se encuentran pareja declaran mayores índices de felicidad (73%). Sin embargo, las relaciones de pareja es la causa de estrés para el 7% de los chilenos, mientras que, el no tener pareja es causa de estrés para el 4% de los solteros.

Cabe mencionar que, en el caso de los jóvenes que se dedican sólo a estudiar, se encuentran mayoritariamente sin pareja (57.4%), y los que estudian y trabajan, en un 41.9% establecen una relación de mayor compromiso y perdurabilidad (pololeo). A diferencia de los casos anteriores, los jóvenes unidos en vínculo de matrimonio en su mayoría se encuentran insertos en el mercado laboral (INJU, 2006). A su vez, el tipo de vínculo varía con la edad, siendo las relaciones de pareja de menor compromiso más frecuentes entre los jóvenes de 15 a 19 años. En el tramo de 20 a 24 años, la relación de pololeo es la relación más frecuente (33%), mientras que entre los 25 a 29 años el vivir en pareja (39.2%) es la relación mayoritaria (INJU, 2006) (Rivera, Cruz y Muñoz, 2011).

Según la investigación realizada por Gómez (2014) Las relaciones sentimentales serían, por tanto, las instancias precisas que mueven al ser humano hacia su propio crecimiento,

llevándolo a éste a una búsqueda continua por mantener una narración de sí mismo y, al mismo tiempo, desarrollar una narración común con la pareja.

De acuerdo con la anterior, una investigación realizada por Pabón en el año 2016, concluyó que, desde que se entabla una relación con la pareja actual, la concepción de amor cambia, ya que se basa principalmente en reafirmar el amor diariamente, por ende, se encuentra más relacionada con el aprendizaje mutuo y está menos relacionado con el componente compromiso, puesto que el amor, al ser una reafirmación de todos los días, es un aprendizaje constante que no toma en cuenta una visión de la pareja a largo plazo.

Debido a lo anterior, es importante comprender, desde cuando comienza el cambio. De acuerdo a algunas investigaciones en 1990, cerca de 100 mil personas se casaban al año (103.710 en 1989 y 98.702 en 1990) y los hogares compuestos por jefes de hogar casados eran dos tercios (68,8%), mientras que los de convivientes apenas el 6,3%. Fue en esa década cuando los matrimonios comenzaron a caer progresivamente. Para 1995 hubo 88.303 enlaces, y 10 años después solo 67.397. (Olvarría, 2014). Otras investigaciones en Chile, nos muestran índices en donde el descenso se aprecia con fuerza en los jóvenes entre 15 y 29 años. En 1990, el 27,4% de ellos estaban casados, dice el capítulo “Jóvenes” de la Encuesta Casen 2015, dado a conocer el 13 de octubre. Según el informe, el porcentaje de jóvenes que en 2015 estaba casado era de solo 4,9%. Es decir, una caída de 22,5 puntos en 25 años. (Sepúlveda, La Tercera, 2017)

Los matrimonios estables unidos por vínculo religioso, no necesariamente son felices, y pueden sostener una relación en el tiempo, pero altamente insatisfactoria; estadísticamente reportaban hasta 1991 un 16.7% de separaciones, frente a un 52.2% de las rupturas en parejas constituidas en unión libre. “Se encontró que el promedio de duración del

matrimonio católico era de 12.4 años, del matrimonio civil de 7.5 años y la unión libre de 6.3 años” (Zamudio & Rubiano, 1991, p. 90. Citado por Londoño, 2014)

Según un estudio realizado por Blandón y López en 2016, comprende que en la actualidad existe un cambio en la forma de crear parejas, en las cuales se adquieren diferentes nombres, como el “amigovio”, “amigos con derecho”, “relaciones virtuales”, “relaciones sexuales”, etcétera. Pero, existe un aspecto que no cambia, el cual es, la búsqueda de relaciones románticas, encontrándose mayoritariamente ligada a la estabilidad, la confianza, identidad e intimidad, con el fin de construir futuros y proyecciones, trayendo bienestar y salud. (p.515)

En la actualidad debido a los avances tecnológicos el internet y en especial las redes sociales virtuales, han ampliado el cambio en la búsqueda y formación de nuevas parejas, pues, las nuevas generaciones que presentan mayores actividades dentro de estos medios, tienen mayores posibilidades de socialización para encontrar de esta forma posibilidades de formar una pareja, lo que conlleva y da cuenta de que las relaciones de pareja han ido evolucionando en conjunto con el cambio cultural y las nuevas tecnologías. (Rodríguez y Rodríguez, 2016). Complementando lo anterior, una investigación realizada por Ruiz en 2001, arrojó que las relaciones de pareja en las generaciones actuales, se ven modificadas debido al cambio ideológico de la mujer, un ejemplo de lo anterior, vendría siendo el ingreso a la formación superior y, por ende, al mercado laboral, lo que ha producido un cambio en las prioridades en relación a la formación de familia y composición de la pareja, teniendo en cuenta que la mujer cada vez va tomando un rol de más independencia.

En relación a lo anterior, cabe mencionar que, una investigación realizada por Tenorio en 2010, explicita que, debido al cambio social y cultural del último tiempo, ha generado

una modificación en la estabilidad de las relaciones de pareja. Un estudio llevado a cabo por investigadores de la Universidad de Utah en Salt Lake City (EE. UU.) En colaboración con expertos de la Universidad de Toronto (Canadá) ha examinado las razones principales para romper la relación involucran la personalidad del compañero, las violaciones de la confianza (como la infidelidad o el engaño) y el desapego de la pareja (ya no representa un apoyo ni es cariñosa). (Rev. Muy interesante. s.a)

Cuando la ruptura aparece por infidelidad comprobada, resulta más evidente el rasgo de la negación de la pérdida y frecuente las conductas de búsqueda para solicitar o bien aclaración, o bien actos de reconquista que, al resultar insuficientemente satisfactorias, o en el peor de los casos fallidas, motivaron la decisión de alejarse definitivamente. (Carmona, 2012. p.45)

Al respecto, Houston (2005) dice que los hombres son infieles principalmente por razones sexuales, (75-80%), mientras las mujeres lo son por razones emocionales (20%). (Varela, 2014)

Un estudio de las naciones unidas se muestra que la mayoría de los divorcios en 61 culturas de todo el mundo, ocurren alrededor del cuarto año de casados en EEUU en la década de los 80 del siglo XX la mayor proporción de divorcio se presentó entre el segundo y tercer año después de la boda, en Argentina una tercera parte de los casados terminan separándose y en EEUU la mitad de los matrimonios se divorcian (Orlandini, 1998. Citado por González y Espinosa, 2004)

Rhoades, Kamp, Atkins y Makman (2011), citado por García y Ilabaca en el año 2013, encontraron que el 36,5% de una muestra con 1295 participantes jóvenes, terminó una o más veces su relación durante el lapso de veinte meses.

De la muestra total de 181 personas, la investigación sobre los motivos por los que se produce una ruptura amorosa de Bustos (2011), arroja que el 41% de los participantes informaron haber pasado por una ruptura amorosa en los últimos 12 meses, 34% reportó ser el iniciador de la ruptura y 31% reportaron que ambos fueron iniciadores de la ruptura.

El INE (citado por Peñafiel, 2011) afirma que la prevalencia de la separación amorosa en el país sudamericano de Bolivia es de 7% entre las mujeres en edad fértil. Este incidente se presenta desde temprana edad, entre los 20 y 24 años ya existe un 6% de mujeres separadas y por encima de los cuarenta años un 11% de las mujeres son divorciadas o separadas, el 4.0 % de los hombres son divorciados y el 0.6 % separados. Por otro lado, la agrupación, Separados de Chile (2009), sostiene que cada año aumentan los divorcios, anulaciones y separaciones de parejas, con lo que se supone que, durante el proceso de las rupturas amorosas, los ex -cónyuges, estarían pasando por una etapa dolorosa y conflictiva. Así mismo se halló que este incidente con frecuencia ocurre en la etapa del noviazgo, el 36,5%, terminó una o más veces su relación durante el lapso de veinte meses (Sánchez y Retana, 2013. Citado por Ruiz y Vargas, 2016. p.13). Siendo, el 74% de las separaciones se originaron por engaños extra maritales de la pareja, el 18 % por problemas económicos con abandono del hogar, un 6% por violencia intrafamiliar gatillada muchas veces por el consumo excesivo de alcohol y/o drogas, y un 2% corresponde a variados motivos como el desamor, síndrome del nido vacío, entre otros. (Separados de Chile)

A modo de complemento, una investigación sobre los motivos por lo que se puede llegar a una ruptura amorosa, arrojó que de 833 participantes (396 mujeres y 436 hombres) de 17 a 56 años, las principales causas del rompimiento amoroso y sus frecuencias figuraron las siguientes: no sabían (6), infidelidad (197), diferencias (142), falta de amor (54), falta de tiempo compartido (67), falta de gusto por estar con el otro (71), celos (66), se fue enfriando la relación (67), desconfianza (28), falta de comunicación (26), maltrato (11), sin respuesta (98). (Sánchez y Martínez, 2014, p.1334)

De acuerdo a lo anterior, las relaciones de pareja se componen tanto por experiencias positivas como negativas, las anteriores forman parte del transcurso necesario para poder llegar a la formulación de la pareja estable. Es importante considerar que las conformaciones de relaciones afectivas son generadas desde el primer momento en el que llegamos al mundo, siendo la primera, la conformada con nuestra madre, es así cómo es que, a lo largo de nuestra vida, iremos formando distintos tipos de relaciones, siendo un aspecto de gran importancia para el ser humano. (Farías, s.a)

2.3 Supuestos de la investigación.

Supone que, el apoyo social conforma la red de apoyo principal y primordial para poder construir y superar el proceso de duelo tras una ruptura amorosa.

Supone que la ruptura amorosa de una pareja, trae consecuencias en distintos contextos de la vida cotidiana de la persona, afectando el rendimiento y la eficiencia a nivel académico de los estudiantes.

Supone que una ruptura amorosa produce una serie de cambios en el significado que adquiere el emparejarse, afectando en la construcción de futuras relaciones de pareja.

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

III Marco metodológico

3.1 Paradigma de investigación

El paradigma de la presente investigación es fenomenológico, donde la idea principal es entender los fenómenos sociales desde la propia perspectiva del actor. Examina el modo en el que se experimenta el mundo, la realidad que importa es lo que las personas perciben como importante (Berger y Luckmann, 1967, Bruyn, 1966, Husserl, 1913, Psathas 1973, Schutz, 1962)

3.2 Metodología de la investigación

Para esta investigación se utilizará una metodología de tipo cualitativa. Aquel enfoque se selecciona cuando se busca comprender la perspectiva de los participantes (individuos o grupos pequeños de personas a los que se investigará) acerca de los fenómenos que los rodean, profundizar en sus experiencias, perspectivas, opiniones y significados, es decir, la forma en que los participantes perciben subjetivamente su realidad. (Sampieri, R, .2010) Lo anterior, no quiere decir que a los investigadores cualitativos no les preocupa la precisión de sus datos. Un estudio cualitativo no es un análisis impresionista, informal, basado en una mirada superficial a un escenario o a personas. Es una pieza de investigación sistemática conducida con procedimientos rigurosos, aunque no necesariamente estandarizados. (Taylor y Bogdan, 2000, p. 9)

3.3 Tipo de estudio.

Es un tipo de investigación de caso descriptivo. Los estudios descriptivos son aquellos que estudian situaciones que ocurren en condiciones naturales, más que aquellos que se basan en situaciones experimentales. (Valdivia, 2008) El objetivo de la investigación descriptiva consiste en llegar a conocer las situaciones, costumbres y actitudes predominantes a través de la descripción exacta de las actividades, objetos, procesos y personas. (Van Dalen y Meyer, 2006)

3.4 Diseño investigación

El diseño de investigación que se llevará a cabo será el no experimental, Es aquel que se realiza sin manipular deliberadamente variables [...] Se basa en categorías, conceptos, variables, sucesos, comunidades o contextos que ya ocurrieron o se dieron sin la intervención directa del investigador. Es por esto que también se le conoce como investigación «ex post facto» (hechos y variables que ya ocurrieron). (Dzul, 2010)

3.5 Universo, población y fuentes de información.

Universo: Adultos jóvenes pertenecientes a la región de Valparaíso.

Población: Adultos jóvenes estudiantes de la Universidad de las Américas, Campus Los Castaños, Viña del Mar.

Fuente de información: Adultos jóvenes estudiantes de la universidad de las Américas, Campus Los Castaños, Viña del Mar, que sufrieran una ruptura amorosa mientras se encontraban estudiando en la educación superior, incorporando un rango etario desde los 20 a los 30-35 años, incluyendo ambos sexos.

3.6 Técnica e instrumento de recolección de datos

Como instrumento de recolección de datos en la investigación se utilizará el guion temático, que se llevará a cabo por medio de la técnica de la entrevista semi- estructurada, donde los entrevistadores fijan los objetivos de la entrevista, respecto a la información que se desea obtener. Sin embargo, se debe tener flexibilidad de acuerdo a la dinámica de esta, para generar matices con temáticas que la entrevistada crea importante, pero siempre teniendo como objetivo asociarlas a la información que se desea recabar. (Troncoso y Amaya, 2016). Aquella técnica se llevará a cabo mediante focus group, los cuales se realizarán de una forma aleatoria para intercalar las distintas carreras participantes.

3.7 Criterios de inclusión muestra

- Alumnos dentro de la modalidad diurna de la Universidad de las Américas.
- Personas que se encuentren dentro del ciclo vital del adulto joven.
- Personas que hayan sufrido una ruptura amorosa mientras se encontraran estudiando en la educación superior.

3.8 Criterios de cientificidad.

En el comienzo de la investigación se expone una cantidad aproximada de participantes que serán entrevistados, sin embargo, este aproximado sufre modificaciones debido a que el contenido expresado por los entrevistados en los distintos focus group, comienza a repetirse, por lo que, las investigadoras del presente folleto, deciden terminar con el proceso de recolección de datos al finalizar el cuarto focus group, logrando de esta

forma la validación de la información entregada por los estudiantes de la Universidad de las Américas, sede Viña del Mar, mediante un proceso de saturación de la información.

En el ámbito de la investigación cualitativa se entiende por saturación el punto en el cual se ha escuchado ya una cierta diversidad de ideas y con cada entrevista u observación adicional no aparecen ya otros elementos. Mientras sigan apareciendo nuevos datos o nuevas ideas, la búsqueda no debe detenerse. (Martínez, 2011)

3.9 Técnicas de análisis de datos.

Para el análisis de los datos, se empleó como herramienta metodológica la técnica de análisis de contenido, que aporta conocimientos y una representación de los hechos, ya que trata de investigar el significado simbólico de los mensajes. De acuerdo con Krippendorff (1990), el análisis de contenido, es “una técnica de investigación cualitativa, destinada a formular, a partir de ciertos datos, inferencias reproducibles y validas que puedan aplicarse a su contexto”, que permite reconocer el contenido o el significado de las palabras o frases, de una manera valida, reproducible, y confiable.

Este proceso inició con la recolección de la información, transcripción de las entrevistas de forma literal, conservando términos y expresiones propias del sujeto, determinación de unidades, muestreo y registro. En el análisis de contenido se distinguen tres clases de unidades: unidades de muestreo, unidades de registro y unidades de contexto. Los datos se constituyeron en la unidad de información grabada en audio. Las unidades de análisis corresponden al punto central que se analizó.

3.10 Procedimiento.

La realización del procedimiento de la presente investigación está sujeta a los planteamientos realizados por Rodríguez y García (1996), donde aparecen en evidencia cuatro fases, las cuales, al mismo tiempo, se dividen en una serie de etapas que serán presentadas y sintetizadas a continuación.

Fases	Etapas
Preparatoria	1. Reflexiva.
	2. Diseño.
Trabajo de campo	1. Acceso al campo.
	2. Recogida productiva de datos.
Analítica	1. Análisis de la información recogida.
	2. Reducción de datos.
	3. Disposición y transformación de datos.
	4. Obtención de resultados y verificación de conclusiones.
Informativa	1. Presentación y difusión de los resultados.

Cuadro N°5 Elaboración propia. (Rodríguez y García, 1996).

Considerando lo anterior, la primera fase correspondería a la fase preparatoria, la cual es dividida en dos etapas, la etapa reflexiva y de diseño.

Etapas Reflexiva: Al inicio, las investigadoras del presente folleto comenzaron a realizar un proceso de selección de una idea particular, la cual fuese atinente a los intereses de ambas. En un principio, se expusieron distintos temas de contingencia que, para el parecer de las

investigadoras, eran de gran importancia investigar. Es importante considerar que las investigadoras eligieron la temática en base a su formación profesional, la cual radica directamente a la psicología de las personas.

Diseño: El diseño de la investigación fue seleccionado posterior a la elección de la temática a tratar. Como se esperaba trabajar en base al relato de las personas que quisieran participar de la presente investigación, se llegó al consenso que la metodología que hondaría de mejor manera el tema apunta principalmente al ámbito cualitativo. Posteriormente se fueron delimitando de mejor manera la forma en la que se esperaba recoger información de manera más eficiente, llegando a la conclusión que la realización de focus group, daría paso a la formación de un ambiente que brindara distintos puntos de vista de una forma mucho más rápida.

La siguiente fase considerada por Rodríguez y García, contempla el trabajo de campo, el cual se divide en el acceso al campo y la recogida productiva de datos.

Acceso al campo: En primer lugar, para llevar a cabo la presente investigación, la principal delimitación responde a encontrar un contexto donde se encuentren jóvenes universitarios que se encuentren dentro de la etapa adulto joven, la cual abarca desde los 20 a los 30 35 años de edad. Por lo anterior, la mejor forma de hallar en mayor magnitud a estas personas sería dentro de los mismos establecimientos de educación superior. Al mismo tiempo, las investigadoras al encontrarse dentro de aquel contexto, deciden realizar los nexos necesarios para realizar la investigación dentro de la misma casa de estudios, con la finalidad de incorporar información relevante para los siguientes estudiantes que quieran continuar con la investigación o bien, agregar relevancia a la temática a tratar.

Recogida productiva de datos: Una vez aceptadas todas las solicitudes necesarias para llevar a cabo la investigación cumpliendo la normativa, se realiza el primer acercamiento a los estudiantes. Como la investigación requería de una delimitación más específica se realiza en primer lugar una pequeña encuesta para encontrar a las personas que serían de ayuda para la investigación. Posterior a lo anterior, se cita a los estudiantes intercalando distintas carreras, con la finalidad de realizar focus group utilizando un guion temático evaluado anteriormente por un juicio experto.

Al finalizar con las etapas anteriormente mencionadas se da paso a la fase analítica, compuesta por las etapas, análisis de la información recogida, reducción de datos, disposición y transformación de datos y obtención y verificación de conclusiones.

Análisis de la información recogida: Posterior a la realización de la entrevista semi-estructurada que se llevó a cabo mediante focus group, las investigadoras se disponen a analizar toda la información que fue posible obtener gracias al relato de los participantes de la investigación.

Reducción de datos: Se realiza en primer lugar una matriz de categorización, la cual esta compuesta por todas las citas extraídas de los discursos de los participantes de la investigación. Desde allí, se realiza una reducción de todo aquel contenido que sea completamente idéntico, con la finalidad de acotar aquella matriz para facilitar su lectura posterior.

Disposición y transformación de datos: Posterior a la realización de reducción de datos, se obtuvo la matriz de categorización definitiva, de la cual, se comienza a realizar un proceso de descripción de todo lo expuesto por los estudiantes participantes de los distintos focus group, integrando todo lo relatado por los mismos.

Obtención de resultados y verificación de conclusiones: Como última instancia se realiza un proceso de análisis, conformado por ambas investigadoras a cargo, donde la idea principal era argumentar o contrarrestar algunos aspectos teóricos vistos a lo largo del folleto. Al momento de finalizar y en conjunto con lo anterior, se da paso para realizar las conclusiones generales de la investigación.

Finalizando con las fases, se encuentra como último paso, la fase informativa, la cual se compone únicamente por una etapa,

Presentación y difusión de los resultados: Aparte de la realización del informe principal con todos los puntos que conlleva la investigación, se considera la realización de un punto de reunión con las personas participantes de la entrevista realizada mediante focus group, para indicar resultados y conclusiones al momento de finalizar la presente investigación.

Todo lo anterior es posible resumirlo en una secuencia creada por Álvarez-Gayou (2005), donde se señala que las investigaciones cualitativas deben cumplir con las siguientes cuatro etapas,

1. Obtener la información: La presente investigación recolectará datos mediante la realización de focus group, donde se utilizará un guion temático mediante la técnica de la entrevista semi-estructurada.
2. Capturar, transcribir y ordenar la información: Se realizará la captura de información recolectada, mediante registros de grabaciones de audio, para posteriormente ser transcrito con la finalidad de ordenar la información entregada por los participantes de la investigación

3. Codificar la información: La información recolectada se ordenará mediante categorías, las cuales darán paso a la formación de subcategorías, lo que permitirá el ordenamiento de la investigación.
4. Integrar la información: Posterior a aquella separación de datos mediante categorías y subcategorías, se dará paso a integrar información teórica, con la finalidad de analizar profundamente cada cita entregada por los participantes de la investigación.

3.11 Consideraciones Éticas.

Artículo 15º: Aspectos Relativos a la Investigación en Psicología

1. En el diseño y realización de las investigaciones, el psicólogo/a debe considerar las normas y criterios aceptados por la comunidad científica, con el fin de preservar el desarrollo de la psicología como ciencia.
2. En el desarrollo de su trabajo como investigador, el psicólogo/a debe resguardar el bienestar y los derechos de las personas participantes.
3. El psicólogo/a deberá obtener el consentimiento informado, expreso y por escrito de los participantes, en caso que las investigaciones pongan en riesgo su privacidad; particularmente cuando se contemple cualquier clase de registros, filmaciones y/o grabaciones que puedan ser utilizadas en reportes posteriores. Además, cuando sea posible anticipar eventuales efectos no deseados para los participantes, el psicólogo/a deberá informar de los alcances de los mismos y contar con el consentimiento escrito de los participantes con discernimiento, o de los representantes legales cuando corresponda.

4. El sujeto de investigación tiene el derecho de suspender su participación en el momento que así lo estime conveniente. El psicólogo/a, a su vez, debe comprometerse a realizar las acciones que correspondan para paliar posibles efectos no deseados en los sujetos, producto del estudio que se lleva a cabo.
5. Para realizar investigaciones en instituciones públicas o privadas, el psicólogo/a deberá solicitar autorización a la autoridad correspondiente y comunicar a ésta los objetivos, sentido y alcances de las mismas. (Código de ética, 1999.)

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

4. Resultados descriptivos.

Considerando el plan de análisis descrito anteriormente, corresponde dar a conocer un análisis detallado y profundo a partir del trabajo de investigación realizado y la posterior elaboración de la Matriz de Contenido, presentada posteriormente en anexos. El presente apartado de la investigación, expone la información que fue posible recabar, dividida por categorías, las cuales, de forma individual, responderán a los distintos objetivos específicos anteriormente mencionados en el desarrollo del documento. Las categorías, están sustentadas por focus group, por lo que, toda información expuesta, responde directamente a aquellos relatos, acercándose absolutamente a la realidad.

Al mismo tiempo, cada categoría que responde a un objetivo específico, se divide en distintas subcategorías, las cuales se utilizarán para organizar la información de mejor forma, buscando a su vez, conocer mediante el relato de los participantes de la investigación, la mirada de su realidad.

En concreto, la presente investigación dio origen a tres categorías. La primera categoría arroja un total de dos subcategorías, posteriormente la segunda categoría origina en total de cuatro subcategorías. Por último, la tercera categoría, engloba dos subcategorías las cuales, en general, arrojan un total de ocho subcategorías, las cuales se sustentan por 170 unidades de registro, para de esta forma, explicar los tres objetivos específicos que fueron propuestos a lo largo del documento de la tesis de investigación. Para seleccionar las unidades de registro, fue necesario realizar una transcripción de los cuatro focus group realizados a los estudiantes de la Universidad de las Américas, posteriormente, se seleccionaron las frases más recurrentes y significativas, lo que permitieron elaborar la matriz anteriormente mencionada.

4.1 Categoría 1: Historias de amor.

4.1.1 Subcategoría 1: Miel sobre hojuelas.

“Mi última relación fue muy diferente a las demás, y como que tomé la decisión de convivir con él” (2-5 FG1)

“Lo que más me gusta, puede ser ese amor que es reciproco, que puedes confiar dar todo lo de sí, saber que ella lo va hacer, que puedes llegar al lado de él y él será una fuente de apoyo y tranquilidad.” (533-535 FG3)

“Todos mis pololos formales, han sido relaciones largas, de más de un año o tres años, todas muy largas” (478-479 FG3)

Los estudiantes describen de forma detallada, las experiencias que tuvieron con sus parejas significativas, decisiones que tomaron en aquellas circunstancias, etcétera, evidenciando relaciones que abarcan largos periodos de tiempo. Las ideas de convivir, aparecen como una opción probable, siendo sustentada por aquellas relaciones formales. Los propósitos anteriores, lógicamente vienen acompañadas de las expectativas que tienen los adultos jóvenes estudiantes actuales, sobre los aspectos necesarios que debe poseer la otra persona, para poder formar una pareja en base a la cooperación, la ayuda y el amor reciproco.

“Sentir que hay alguien ahí, que te está entregando amor y viceversa con la persona.” (882 FG4)

“Tener un partner y poder decirle a todo a esa persona, yo me guardo mucho las cosas, pero cuando tengo pareja, como que puedo sacarlas y es bacán eso, incluso ni a mis amigos, no le cuento todo, a mi pareja, intento involucrarla en mi vida.” (887-889 FG4)

“Que es un amigo, que te entrega el apoyo y uno también, le entrega apoyo, como que uno se sostiene con la persona.” (833-834 FG4)

“El sentirme cómoda y segura, tener una protección, tanto la persona que tenga mi protección como yo la de ella, el apoyo, la confidencialidad y tener una amistad.” (289-291 FG2)

“El aporte más grande ha sido la experiencia, dedicarme a aprender lo que le gusta a la otra persona, intentar meterme en su mundo para comprender” (50-51 FG1)

Aspectos como, el apoyo, amor, compañerismo, amistad, protección y confidencialidad, reciproca, aparecen como factores más relevantes dentro de las relaciones amorosas de los adultos jóvenes actuales entrevistados. Como es posible evidenciar en sus relatos, el amor, ya no es el único ingrediente necesario para poder formar las relaciones amorosas, más aspectos son necesarios, pero, no solo la otra persona debe tener cualidades importantes, los adultos jóvenes actuales, hacen una mirada autocrítica, entendiendo y aseverando que el construir una relación implica a dos personas y por ende, la entrega y disposición debe ser compartida, es decir, de forma unilateral, es posible evidenciar al mismo tiempo, atributos personales necesarios para que una relación funcione en la actualidad.

“Lo más difícil es saber entenderse también, porque o sea la relación se basa en dos personas que son distintas, que están intentando de como unir sus lazos, unir ideas, unir proyectos.” (500-502 FG3)

“Soy honesta, como que siempre digo lo que pienso y que también siempre voy a intentar entender a la otra persona.” (859-860 FG4)

“Escuchar más, si, se escuchar más a otras personas, yo me consideraba antes súper consentida, como que yo era súper consentida, como que yo era súper importante y con el tiempo tuve que aprender que las opiniones de los otros eran igual de importante que las mías.” (903-906 FG4)

“Hay que tener confianza en la otra persona, por ejemplo, él vive acá y yo soy de Quintero, entonces, yo no sé más allá de lo que él puede hacer, entonces solo me queda confiar en él.” (1066-1068 FG4)

“Soy entregada a la otra persona, el tiempo que tengo se lo dedico, siempre estoy para la otra persona.” (857-858 FG4)

“Soy apañadora, aunque la persona haga algo completamente diferente a mí.” (-863 FG4)

“El aporte más grande ha sido la experiencia, dedicarme a aprender lo que le gusta a la otra persona, intentar meterme en su mundo para comprender” (50-51 FG1).

Los atributos personales que más aparecen nombrados por los adultos jóvenes actuales, abarcan desde la importancia de saber escuchar al otro y al mismo tiempo comprenderlo, lo que lleva entonces a un apoyo, evidenciando en el relato el esfuerzo de los jóvenes al introducirse en el mundo de la otra persona. Hasta la confianza, respondiendo a la validación de la vida personal de las personas que componen la pareja. En donde la mayoría de los jóvenes describe, que han sido atributos adquiridos por medio de la experiencia, tanto en sus procesos personales, como de relaciones de pareja.

4.1.2 Subcategoría 2: Triste realidad.

Dentro de la investigación, los adultos jóvenes entrevistados, ponen en evidencia historias amorosas que no han sido placenteras ni satisfactorias para ellos. Poniendo en la palestra, distintas situaciones que van desde situaciones negativas leves, hasta situaciones de maltrato y violencia.

“He sido super tolerante al maltrato e incluso me han llegado a hacer pensar que es mi culpa y eso es super fome po, como que no son cosas pequeñas, pero a la larga te vuelven insegura y te hacen daño.” (853-855 FG4)

“Relaciones cortas, malas, después uno hace una retroalimentación y como que me he dado cuenta que me he conformado con pocas cosas.” (13-14 FG1)

“Yo soy mucho como les dije igual de aguantar cosas chicas, pero ir sumándolas, por ejemplo, no sé, que te falten el respeto y uno dice ah ya filo y después las voy sumando.” (114-116 FG1)

“El poder abrirme y poder confiar en la otra persona, de que no me va a dejar de querer, como que ese es mi gran problema, no sé si la persona me va a soportar por así decirlo.” (872-874 FG4)

Entre las consecuencias negativas que fueron posible evidenciar a lo largo de todas las entrevistas realizadas en los distintos focus group, se encuentran principalmente relaciones ligadas a la violencia, que trajo consecuencias negativas a nivel personal del o la involucrada, considerando su autoconcepto, autoestima, confianza, etcétera, pero que al mismo tiempo genero instancias de aprendizaje importantes.

“No sé si he tenido una gran relación amorosa, pero lo que he podido vivir con todos, igual he vivido experiencias muy tóxicas que me han dañado, eh mi salud mental y lo mismo mi autoestima, mi auto concepto como tal.” (471-474 FG3)

“Aprender a conocerme a mí, me he dado cuenta que quizás por eso mis relaciones fueron cortas, por mis problemas de autoestima.” (18-19 FG1)

“Tengo un problema de autoestima, ese ha sido el motivo, si no se quiere uno no se quiere nadie”. (6-7 FG1)

“La mía ha sido un desastre jajaja, no, no sé, si un desastre, pero si me ha costado salir de las relaciones que he tenido como que me he dado cuenta que son malas, pero como que aún estoy en trabajo de mi autoestima, como para poder respetarme y no aguantar ciertas cosas.” (826-829 FG4)

Algunos adultos jóvenes fueron capaces de nombrar algunas situaciones de maltrato a los cuales fueron expuestos, principalmente las secuelas relacionadas en estas relaciones “tóxicas”, en donde la gran mayoría de los adultos jóvenes comenta una disminuida autoestima, en donde la mayoría menciona estar atravesando por un proceso de reconstrucción de autoestima o bien, haber pasado por aquella situación, mencionando además que aquellas experiencias, les ayudo a poder distinguir posteriormente cuando una relación traspasa los límites de amor, cuidado, y respecto, al maltrato.

“He pensado muchas veces, el amor todo lo soporta, pero no todo lo soporta po.” (851-852 FG4)

“Era el quien ponía los límites, el control y yo obedecía, creo que eso fue lo que realmente me dañó demasiado.” (579-580 FG3)

“Privarme de cosas, dejé que la otra persona me dijera cosas.” (31 FG1)

“El inventaba planes para que yo no saliera con mis amigos y yo lo aguantaba para no entrar en discusión, me privé mucho. También me dejé de lado a mí misma.” (32-34 FG1)

Los conceptos de límites y control, estuvieron presentes para la mayoría de los adultos jóvenes convocados, siendo situaciones negativas, donde el error en mucho de sus relatos, recaía en conflictos emocionales y de confianzas, ligados a inseguridad, que les permitió soportar dichas situaciones tóxicas, por un periodo de tiempo, justificándolas con sentimientos de culpabilidad, por haber cometido algún error que permitiese sentir a la otra persona esa clase de sentimientos, provocando posteriormente en ellos, un impacto negativo en su autoimagen.

4.2 Categoría 2: Rupturas amorosas.

4.2.1 Subcategoría 1: Distribución del tiempo.

Considerando que las personas entrevistadas en todos los focus group responden a la etapa del desarrollo del adulto joven, la totalidad de estos se encuentran insertos dentro del mundo universitario, siendo para muchos, una situación que abarca un gran fragmento de su tiempo diario y, por consiguiente, de su vida. Para muchos jóvenes, la universidad puede ser una carga que se contrapone con el poder formar pareja. El tiempo, será un factor extremadamente relevante para la mayor parte de la población entrevistada.

“Mi caso ahora actualmente que estoy conociendo a una persona y él también estudia, entonces es muy poco lo que se puede hacer estando en la universidad, estas todo el día por lo menos yo todo el día.” (144-147 FG1)

“El tiempo, para mí lo más difícil ha sido el tiempo, pero igual trabajo y estudio entonces para mí, lo más difícil es dedicarles tiempo a otras personas y la otra persona igual exige tiempo.” (844-846 FG4)

Gran parte de los jóvenes convocados refieren el tiempo como uno de los principales conflictos, pues, los tiempos de ocio son escasos, además para algunos, el trabajo también forma parte de sus vidas, por lo que la carga se vuelve mucho más difícil de llevar. Al mismo tiempo, aspectos positivos salen a la luz, pudiendo evidenciar, lo positivo que es hablar con otra persona luego de días ocupados por distintos quehaceres, el sentir el apoyo de esa persona es bueno.

“Dentro del día no nos veíamos tanto, por la misma universidad, entonces poder contar también, como estoy, como estuvo tu día, eran cosas buenas.” (835-836 FG4)

Pero, la vida universitaria y el trabajo para algunos, no es solo el único espacio en donde el adulto joven debe estar a la vanguardia, otros contextos como la vida social, vida familiar, etcétera, aparecen para ocupar el resto de tiempo que le queda al estudiante. Por lo anterior, es posible evidenciar el esfuerzo de algunos al intentar distribuir de forma equitativa su día a día, trayendo algunas consecuencias al intentarlo.

“Uno intenta darle más importancia a la otra persona, muchas veces deja de lado otras cosas entonces está siempre ese problema que uno intenta dividir y al final no hace nada bien.” (292-294 FG2)

“Yo trabajo y estudio, entonces uno aparte de trabajar y estudiar y estar en familia tiene que dedicarle tiempo a la otra persona, entonces muchas veces la otra persona no te retribuye el esfuerzo que hace uno.” (295-298 FG2)

4.2.2 Subcategoría 2: Ambigüedades.

Cada vez que los jóvenes hablaban de sus rupturas amorosas, el relato venía acompañado de expectativas o situaciones que le habría gustado a cada uno de ellos que ocurrieran, contrarrestando al mismo tiempo, con la situación real vivida. Las cuales se encontraban relacionadas principalmente con la posibilidad de generar un proceso de cierre de la relación mucho más explicativo y concreto, respecto a las causas o causante del término.

“Yo me aferré a mis amigas y familia, pero esperaba que esa persona me dijera algo, no me dijo terminamos” (81-82 FG1)

“Yo esperaba algo más formal, nunca me dio la explicación, esperaba de esa persona que me pidiera perdón.” (83-84 FG1)

Como es posible evidenciar, los jóvenes esperaban más acciones por parte de su pareja anterior, situaciones que en muchas ocasiones no fueron concordantes con su ruptura amorosa real, pero, no solamente esperaban situaciones de sus parejas, los adultos jóvenes también presentaban expectativas que involucraban tanto a sus familiares más cercanos, como a su círculo de amigos, pudiendo evidenciar nuevamente situaciones que no cumplieron con las expectativas de los entrevistados.

“Yo espere un poco más de mis amigas, no estuvieron y de mi mamá. Si bien vivimos lejos, mi mamá fue muy es una polola no más, pero para mí fue terrible.” (85-87 FG1)

Dentro de todos los hechos mencionados, es posible, identificar expectativas fuera del área personal, ya que los adultos jóvenes nuevamente hablan de sus esfuerzos propios

para poder de alguna forma, terminar una relación de la mejor manera posible, pero en muchos casos, la situación no cumple con los acontecimientos esperados.

“Como que tratamos de terminar en buena, pero como que en verdad cuando terminai algo, como que nunca puede ser en buena al cien, cuando terminai una relación” (627-629 FG3)

“Mmm en general intento no terminar en mala, porque yo creo que igual hay cariño, entonces como que evito eso igual” (642-643 FG3)

Considerando al mismo tiempo que las personas entrevistadas responden a la etapa del desarrollo del adulto joven, y que todos se encuentran insertos en el mundo universitario, por ende, posterior a una ruptura, también aparecen expectativas que hablan de cómo sobrellevar la situación de mejor manera para responder a la vida universitaria, dirigida principalmente a poder cumplir cada una de sus obligaciones y que no interfiera en el resto.

“Como que uno intenta hacer las separaciones, es como ahora tienes una prueba súper importante y es como ya le voy a poner, pero igual como que no se ve algo y te duele.” (724-726 FG3)

4.2.3 Subcategoría 3: A posteriori oscuro.

Luego de la ruptura y considerando lo expresado por los estudiantes universitarios convocados en los focus groups, aparece un proceso con bastantes cargas emocionales, en donde en su mayoría relata emociones negativas, en las cuales se identifican las crisis, llanto, aislamiento, etcétera. Estas sensaciones y sentimientos los acompañaros por un periodo de tiempo prolongado y que le afecto tanto en su vida personal, como social,

familiar, laboral y universitaria. Donde cada uno de ellos de acuerdo a su relato, presento dificultades para afrontar.

“Casi dos años me costó, un año fue horrible, caí en esa crisis fuerte, no quería nada con nadie, conversar con nadie, en mi casa fue súper fuerte, caí en un hoyo como que creí que nunca iba a salir de eso.” (944-946 FG4)

“Tenía todas las cosas de mi casa y yo vivía en su departamento y tuve que vender todo, de tenerlo todo pasé a no tener nada, entonces ha sido lo más difícil.” (59-61 FG1)

“Estuve casi un mes llorando, después de ese mes me encerré totalmente donde vivía, con el computador y no salía a menos que me fuera a buscar a la puerta de la casa.” (91-92 FG1)

“Dos o tres meses en los que full computador y full no salir. Tenía una máquina para hacer ejercicio, tenía piscina en el edificio y no la ocupaba porque estaba el mayor parte encerrado.” (93-95 FG1)

Cabe mencionar, que aparte de toda la carga emocional, que conlleva el término de una situación sentimental y amorosa, los adultos jóvenes entrevistados tuvieron que lidiar con la vida universitaria, mientras atravesaban una situación que para muchos fue considerada como muy difícil, viéndose esta área sumamente implicada e influida, por la vida personal de los jóvenes adultos, pese a sus esfuerzos relatados por intentar separar dichas situaciones, la ruptura, trajo para algunos repercusiones académicas importantes, como la pérdida de ramos o semestres, el no poder rendir al nivel esperado o habitual, generando en algunos conflictos a nivel personal, como también familiar.

“En el proceso como que no quería nada, eh... como que tenía en mi mente de que hago, donde voy a vivir, me preocupé de otros factores en vez de mi examen, que, si era algo para mí, no me preocupe de eso, me sentí ya lo doy para pasarlo” (167-170 FG1)

“Como lo digo primero estuvimos un buen tiempo juntos, terminamos después volvimos, terminamos y fue súper agotador igual, tuvimos hartos atados, me afectó caleta el tema de la u.” (456-458 FG3)

“Me eché un año de U por eso mismo como les conté, bueno como que va todo de la mano porque me eché ese año de U, mi familia igual estuvo mal porque ellos son los que pagan po.” (679-681 FG3)

“Como que no me concentraba para nada, entonces el primer año me lo eché.” (458-459 FG3)

A demás, una serie de cambios o de re-estructuraciones parecen en la vida de los jóvenes, mencionando algunas consecuencias atribuibles al proceso de crisis que atravesaron producto de la ruptura amorosa vivenciada, situaciones que involucran tanto a su vida familiar, social o de amistad, hasta incluso, la situación personal particular de cada uno de ellos. La mayoría ligada a estos efectos negativos que conlleva el tener relaciones sentimentales perniciosas.

“Me desligue de todo el grupo de amigos que tenía con él y me di cuenta que todo era negativo por ende los alejé y realmente me fije en quienes realmente eran mis amigos y me había acompañado en todo este proceso.” (601-604 FG3)

“Cambia todo tu esquema de vida, y eso como lo que más me ha marcado hasta ahora, llevar un estilo de vida con mi pareja y ahora estar sola es difícil.” (593-595 FG3)

“Uno termina y como que perdió todo el espacio que tenía, perdió amigos, perdió todo, porque se involucró solo en un mundo, sin salir a otro.” (891-893 FG4)

4.2.4 Subcategoría 4: Renacer.

“Para mí fue mal, pero a la vez muy bueno porque me preocupé mucho de mí y sentía que podía hacer cosas por mí misma.” (95-97 FG1)

“Me he ido preocupando más de mí, en el tema de la confianza, de creer que me la puedo, ese tipo de cosas.” (98-99 FG1)

“Fue una experiencia traumática igual, pero creo que igual he crecido.” (597 FG3)

Los entrevistados ponen en evidencia situaciones posterior a la ruptura amorosa, que envuelven emociones positivas y de crecimiento para cada uno de ellos. Si bien, para cada uno, el acontecimiento se desarrolla de forma distinta, es posible apreciar características en común, ligadas al crecimiento personal y a la creciente preocupación individual, relacionada al aumento de confianza de cada uno de ellos, en sí mismos, tomándolo finalmente como una buena experiencia.

Para otros, aquella situación dio paso para generar nuevas oportunidades, basadas en un pensamiento distinto al anterior, ligado a aprendizajes de las experiencias vividas anteriormente en sus relaciones amorosas, que dieron lugar a situaciones y características propias, provocando un crecimiento en sus relaciones, como también en su ámbito personal, disminuyendo así aquellas expectativas planteadas con anterioridad, de cómo deben sobrellevarse o producirse ciertas situaciones.

“Ya no solo tenía tiempo en ese tiempo para él, ahora no, era solo estudiar, mis amigos, me focalicé, yo creo que con él era más problemático y después desligarme de eso, y dejarlo de lado, era la oportunidad de generar el cambio.” (712-715 FG3)

“Todo lo que he aprendido últimamente ha sido en base a todas esas experiencias.” (554-555 FG3)

“Si no funcionó o algo así, uno al final aprende de eso, sino todo sería bonito perfecto, no sería vida yo creo, no sería como una relación, no podría ser todo perfecto.” (563-564 FG3)

“Me he ido preocupando más de mí, en el tema de la confianza, de creer que me la puedo, ese tipo de cosas.” (98-99 FG1)

La forma en que los adultos jóvenes deciden refugiarse para afrontar posteriormente una situación de ruptura amorosa puede variar, pero en todas es posible encontrar un factor en común, el cual apunta directamente a las personas a quienes recurren en momentos dolorosos. Aquellas personas siempre están ligadas a sus familiares más cercanos, amigos e incluso para muchos, la misma vida universitaria, que se utiliza como un sistema distraccional, que lo que hace principalmente es mantener su mente ocupada.

“Me aferré mucho a mi familia, mi mamá y mis amigas. Para mí fue un pilar fundamental porque uno se distrae, hace cosas nuevas entonces trata de superarlo lo mejor posible.” (71-73 FG1)

“La U y los fines de semana con los amigos funcionan muy bien. Sobre todo, la U, uno no tiene mucho tiempo para estar mal. (75-76 FG1)

Todo lo anterior responde a un proceso de superación, donde, como mencionaban anteriormente los participantes, no fue un periodo o proceso fácil, pues, atravesaron una carga emocional difícil, llegando a vivenciar en algunos casos actos dañinos para todos los involucrados, pese a esto, los estudiantes convocados mencionan que aquel proceso tuvo su término, independiente del tiempo involucrado en cada uno de los caso, que claramente se presentó de forma diferente en cada uno de ellos, pero que de alguna u otra forma coinciden que la cantidad de tiempo fue prolongada, hasta sentirse nuevamente bien.

“Casi dos años me costó, un año fue horrible, caí en esa crisis fuerte, no quería nada con nadie, conversar con nadie, en mi casa fue súper fuerte, caí en un hoyo como que creí que nunca iba a salir de eso.” (944-946 FG4)

“Me costó mmm... como cuatro meses en retomar todo, todo, todo, incluso yo creo que unos 6 meses porque desde ahí como que dejé de sentir dolor”. (946-947 FG4)

4.3 Categoría 3: Mirada al futuro.

4.3.1 Subcategoría 1: Mirada actual.

“La vida sexual para mi es importante, eso fue lo más positivo” (39 FG1)

“Yo veo como que no voy a tener relaciones significativas, siento eso. Como que no veo un futuro donde voy a encontrar a esa persona con la que voy a estar siempre.” (188-190 FG1)

“Voy a estar con personas que la voy a pesar bien el tiempo que dure, pero no me veo con una estabilidad.” (190-191 FG1)

“Bueno como que también siento que las relaciones son efímeras, como que duran corto tiempo, lo que tiene que durar solamente, o sea obviamente puede pasar, pero yo así pensándolo siento que no.” (198-200 FG1)

La población adulto joven entrevistada, destaca la mirada actual sobre las relaciones amorosas que son posibles formar hoy en día. El ámbito sexual, aparece como un aspecto de suma importancia, para la mantención de las relaciones amorosas hoy, pero, la mirada en general apunta a la imposibilidad de encontrar una pareja que dure para toda la vida, referente a la disminuida estabilidad y significancia que les otorgan a las relaciones, viéndolo como una opción difícil de alcanzar, pues se les atribuye una condición efímera a las relaciones de pareja. Al mismo tiempo, aquella idea, viene sustentada por experiencias anteriores que han llevado a que los adultos jóvenes actuales, reafirmen sus apreciaciones respecto a esa idea de relaciones románticas inestables.

“No poniéndole tanto interés, o sea así como tan darlo todo, confianza al cien por ciento, así como siempre ahí, como que lo tengo ahí no que entre al cien por ciento a mi vida, siempre con cuidado.” (202-204 FG1)

“Siempre siento que en todo hay un mínimo de mentira.” (220 FG1)

A su vez, respondiendo a la visión anterior de los adultos jóvenes, estos comentan que sus vidas se encuentran ligadas a muchas más actividades, que actualmente no sólo giran en torno a las relaciones sentimentales, poniendo en evidencia que el tener pareja es una de las múltiples actividades que el adulto joven actual puede desarrollar en esta etapa de su vida. Evidenciando incluso, la opción de eliminar aquel aspecto sentimental de sus

vidas en el caso de tener que elegir, debido al poco tiempo restante por el resto de sus actividades.

“Para mí antes la pareja lo era todo, todo giraba en torno a eso, ahora veo que hay muchas otras cosas y si no tengo pareja está bien, no es como que me vaya a quedar sola por siempre, no me estresa estar en pareja ahora.” (1058-1060 FG4)

“Yo estoy en esa, como que, si tuviera que dejar algo sería la pareja, evitaría estar en pareja, porque una te quita mucho tiempo.” (737-739 FG3)

A pesar de lo anterior, los adultos jóvenes entrevistados comentan que existen también beneficios asociados a tener pareja en esta etapa de sus vidas, pudiendo evidenciar la importancia que le otorgan al apoyo y la compañía de otro, como una forma de sentirse aliviados, acompañados y confiados por otro.

“La base de todo es la confianza, la tolerancia, que sea tu partner, tu amigo” (818-819 FG3)

“No sé si es tan importante, pero me hace bien igual, por ejemplo, siempre hay estrés en la universidad entonces si recibo una llamada de esa persona como que me alivia.” (1005-1007 FG4)

4.3.2 Subcategoría 2: Nuevas prioridades.

“Yo creo que lo pondría en tercer lugar porque primero estoy yo, luego mi estudio y luego el resto.” (730-731 FG3)

“Como primero la familia, la universidad igual la considero importante más que una relación, yo lo pondría como tercero.” (184-185 FG1)

“Sería mi última opción, primero yo, mis estudios, mi pega y si me alcanza el tiempo, si es que puedo estaría.” (739-741 FG3)

Los adultos jóvenes entrevistados ponen en evidencia sus prioridades otorgándoles lugares a cada una de las dimensiones o ámbitos que se encuentran presentes en este periodo de su vida. En los primeros lugares, se encuentra el desarrollo propio o personal, enfocada a su crecimiento, aprendizaje, maduración, entre otros factores, dentro de este primer lugar también es posible encontrar a la familia, como un área de su vida primordial, posteriormente la universidad, implicada en su desarrollo personal y profesional, en algunos casos el trabajo, como sustento de otros de sus ámbitos, dejando en su mayoría, las relaciones amorosas como una de sus últimas prioridades a germinar.

“Ahora me importan más otras cosas como mi estudio y terminar mi carrera que eso” (800-801 FG3)

“Ahora están los estudios, mi trabajo de hecho si tuviera que dejar algo sería eso (las parejas).” (1001-1002 FG4)

Uno de los factores por los cuales, los jóvenes consideran que las relaciones amorosas quedan en el último de sus prioridades, responden a un factor en común, el tiempo, en su mayoría, consideran que la universidad, agota la mayor parte del tiempo que tienen durante el día, por lo que, cumplir con la vida universitaria es más importante que formar una relación estable.

“Estoy súper claro con lo mío, con mis metas, quiero salir de la u, entonces no tengo tiempo para andar repitiendo lo mismo.” (598-599 FG3)

“Me complica mucho la universidad, es importante po, antes como que uno no sabe lo que quiere, entonces como que el tiempo no se hace nada, entre la universidad, la pareja como de verdad no tení tiempo para nada.” (692-695 FG3)

CAPÍTULO V
CONCLUSIONES

5. Discusiones interpretativas.

A partir de los resultados obtenidos mediante los focus groups realizados a adultos jóvenes, estudiantes diurnos de la Universidad de las Américas que atravesaron por alguna ruptura amorosa en su periodo académico, se concluye en base a las categorías, las cuales son; historias de amor, rupturas amorosas y mirada al futuro lo siguiente:

5.1. Categoría 1: Historias de amor.

Mediante el relato de los alumnos podemos concluir que si bien, al principio nuestro vínculo más cercano es principalmente con nuestro progenitores o cuidadores, a medida que vamos creciendo este proceso se va complejizando cada vez más, debido a que se incorpora la necesidad de independizarse e individualizarse de aquellas figuras, volviéndose muy necesario generar vínculos fuera de nuestro núcleo concebido o familiar, conociendo un mundo externo totalmente diferente al que estamos acostumbrados.

Desde pequeños los seres humanos tenemos la necesidad de generar relaciones interpersonales, que satisfagan nuestras necesidades más básicas, ligadas principalmente al ámbito fisiológico, pero también nuestras necesidades sociales, referentes a nuestras habilidades comunicacionales y relacionales. [...] las personas tenemos la necesidad humana universal de formar vínculos afectivos estrechos hacia los cuales recurrir en momentos de sufrimiento o estrés. (Guzmán y Contreras, 2012)

A medida que pasa el tiempo, maduramos y comenzamos a generar una búsqueda de aquella persona capaz de cumplir y cubrir todas aquellas necesidades propias del ser humano, principalmente ligadas al apoyo y la compañía, pero a su vez también buscamos a otro con el fin de entregarle y brindarle todo nuestro amor y preocupación.

“pero para lograr el amor "hacen falta dos", lo que, por supuesto requiere de una elección, tal vez la más importante de todas, la elección de pareja; quién creemos será nuestro compañero de toda la vida, con quién compartiremos la responsabilidad de los hijos, del trabajo, la casa, etc”. (Canales, Garrido y Gacitúa, 1996).

Como se puede apreciar a través de lo relatado, la palabra pareja, se encuentra principalmente relacionada con el amor, lo que a su vez implica, una serie de características idealizadas respecto a la concepción de ésta, de tal forma en que solo es posible encontrar peculiaridades ligadas al ámbito únicamente positivo.

Según Sangrador (1993) el amor puede entenderse desde diferentes puntos de vista. Como una actitud, lo que incluye una tendencia a pensar, sentir y comportarse de una cierta manera hacia una persona en concreto por la que se siente atracción. (citado en Pérez, 2016).

Tomando en cuenta lo anterior, se puede apreciar mediante un relato empírico, una sobrevaloración de las características que debe poseer este hombre o mujer que acompañe nuestros procesos de vida posteriores, pensando en muchas ocasiones que el concepto amor, es el que proporciona dichas cualidades satisfactorias, incluso, en algunas ocasiones llegando al extremo. lo que hoy en día es posible encontrar conceptualizado como amor romántico.

Según Fromm, el amor romántico, es entendido como aquel que incluye la necesidad de cuidar y confiar en la pareja, además de la presencia de sentimiento de bienestar, conductas de intimidad, apoyo y tolerancia al otro, que posteriormente lleva al matrimonio (García, Fuentes y Sánchez, 2016). Un relato no muy diferenciado de lo

expuestos por los estudiantes en los focus groups realizados, debido a que infieren de la palabra amor, conceptos como compromiso, respeto, apoyo, tolerancia e intimidad.

Por otro lado, es importante mencionar que los acontecimientos anteriormente mencionados se encuentran teóricamente mucho más latente en la etapa de la adultez joven, debido a que éstos se encuentran en un proceso de preparación que abarca tanto su desarrollo personal, como amoroso, pues existe la finalidad de crear una estabilidad que los acompañe por el resto de sus vidas, lo que implica al mismo tiempo, la formación de vínculos afectivos que proporcionen un conjunto de características y sentimientos reconfortantes, ligados principalmente a la compañía, a la comprensión, apoyo mutuo y resolución de conflictos. Lo anterior como se mencionó está relacionado principalmente a la maduración de la relación que se está formando, donde cada etapa tendrá que atravesar distintos desafíos, que deberán ser resueltos de la mejor manera posible, para preservar el vínculo establecido.

“La formación de una pareja es común en la vida adulta. [...] las nuevas parejas deben adaptarse a diferentes necesidades de independencia y cercanía, el cultivo de la individualidad de cada miembro, la división del quehacer doméstico y el desarrollo de un método para manejar los conflictos” (Craig, Hoffman, Kail, Cavavaugh, Morales, Morris, Rice y Sarason. 2009).

En efecto, Como bien mencionan los estudiantes universitarios, las relaciones amorosas fluctúan, presentando una serie de cambios que van desde situaciones muy positivas, hasta acontecimientos que generen conflictos propios de las relaciones humanas, es por eso, que en general, las relaciones de pareja implican, en primer lugar, el conocer más profundamente a un otro, lo que ayuda a comprender de forma más completa los

motivos de actuar de la pareja implicada. Suceso relatado también por, Ubillos, Páez y Zubietta (S.a) “el amor es un proceso dinámico que está en continuo cambio en el transcurso de la relación, por lo que su definición variará en función del estado de la relación”

De acuerdo a lo anterior, también, es posible conectarlo fácilmente con lo ya expuesto respecto a la concepción de amor romántico, donde para los jóvenes, aquel amor vendría siendo, la expectativa principal a la hora de hablar de formar una pareja amorosa. Con lo anterior, es posible apreciar al mismo tiempo que si bien los jóvenes están atravesando una etapa donde las relaciones con otros son importantes, la formación de una pareja romántica aparece más bien como un aspecto más en sus vidas, contra poniéndose con lo anteriormente citado por los autos, respecto a lo normativo que es en aquella etapa de la vida, buscar una pareja.

Por otro lugar, es necesario hacer hincapié debido a la importancia que requiere, aquel concepto en la presente investigación, como también en el relato vivenciado de los participantes, la idea de “amor”, donde para todos, aquella palabra viene acompañada de una serie de características que tienen que existir, para que la relación que se está formando sea satisfactoria y beneficiosa, para ambas partes. Las características que con más frecuencia aparecen en el relato de los estudiantes investigados, engloban conceptos ligados al apoyo, compañerismo y por supuesto, el cariño y el amor recíproco. A su vez, Rage (1997) menciona que la mayoría de los individuos comparten una imagen de la pareja ideal; tienen ideas definidas sobre lo que están buscando en ella, así como las categorías de personas que son elegibles o no. (Citado por Vargas, Ibáñez y Hernández, 2013).

Al mismo tiempo y como es de esperar, toda relación interpersonal, presenta un grado de esfuerzo mutuo, donde es posible enfrentarse a conflictos o situaciones que no son

de nuestro agrado, por lo que no todo es tan miel sobre hojuelas como pareciera, pues, estos conflictos necesitan de la colaboración de ambos integrantes para poder superar con éxito aquellas dificultades propias de la unión sentimental. Lo que deja al descubierto que este amor romántico muchas veces llega a camuflar actitudes poco saludables, pues, otorga un valor de omnipotencia al amor. Algo también descrito por autores como Perez (2016) “Como el amor todo lo puede, han de ser capaces de superar cualquier dificultad que surja en la relación, llegando incluso a creer que la violencia y el amor son compatibles, pues romper con la pareja es el fracaso absoluto”.

De acuerdo a lo anterior, los entrevistados mencionan que el estar en pareja presenta una constante dualidad entre este amor romántico que aflora y al mismo tiempo las dificultades propias de compartir con otro, lo que produce que ambos choquen y aquella felicidad esperada en la relación, comience a verse empañada por una serie de emociones negativas que vienen acompañadas de aquellos sucesos y que son sostenidas por el miedo al término de aquella etapa tan placentera y satisfactoria para muchos. “El término o la ruptura de una relación, comienza a ser una opción probable, cuando la situación comienza a desencadenar acontecimientos poco agradables para algunos de los participantes de la pareja. Cuando acontece dicha pérdida en medio del enamoramiento, es casi de regla un duelo patológico, con las características de una depresión reactiva”. (Capponi, S.a)

Lo mencionado se contrapone a lo Teóricamente esperado, pues según riveras, cruz y Muñoz (2011) se espera que las experiencias de los jóvenes en relaciones de pareja sean predominantemente satisfactorias, siendo mayor en el caso de las relaciones de mayor estabilidad y compromiso, independientemente del tiempo involucradas en ellas, lo cual es esperable en este período evolutivo.

Al parecer, la visión de los jóvenes entrevistados no está de acuerdo con lo que se menciona anteriormente, pues, se pone en evidencia una serie de consecuencias negativas sustentadas al mismo tiempo de experiencias poco placenteras que tuvieron que atravesar cada uno de ellos al momento de estar en pareja. Las mentiras, los celos, la poca valoración por parte de la pareja, falta de comunicación y de respeto, hasta incluso la dominación, aparecen a la luz, como situaciones no tan difíciles de encontrar en la vida amorosa de los adultos jóvenes, poniendo en evidencia que existe un lado negativo en muchas de las experiencias amorosas que los jóvenes han tenido que atravesar y que, al mismo tiempo, les ha sido dificultoso poder dejar ir. algo sustentado por otros autores, “Víctimas y agresores de violencia en la pareja, han entendido los celos y la agresión como una expresión de amor”. (Sueiro, 2018).

Los jóvenes entrevistados proporcionan a través de su relato que el amor romántico, con todas las características positivas relacionadas al apoyo mutuo, amor recíproco y felicidad constante, comienza a verse en un momento de la relación cada vez más, como una situación más bien utópica, difícil de encontrar, hasta en algunos casos, imposible, sustentado principalmente en la concepción del daño psicológico que les ha dejado a los adultos jóvenes, el haber estado en relaciones amorosas llamadas por ellos mismos, como tóxicas.

5.2 Categoría 2: Rupturas amorosas.

Así como se menciona en el apartado anterior y como bien se especifica en el relato de los jóvenes entrevistados, se deja al descubierto que, cuando una relación amorosa por diferentes factores comienza a ser insatisfactoria, dolorosa o negativa para alguno de los dos o incluso ambos involucrados, independiente de la razón que lo esté causando, es que

comienza aparecer la opción de terminar la relación. Las causas de la separación son muy variadas, dependiendo esto de cada pareja e individuo. “Del mismo modo, variadas son las formas en que se llega a tomar una decisión de esta índole y el modo en que se concreta” (Weinstein, 2006). Que comience a ser una opción el terminar la relación, tiene como finalidad de alguna u otra forma, que cada uno pueda buscar la felicidad por separado, tomando en cuenta la dualidad de las relaciones amorosas, donde el objetivo principal actual es la satisfacción de ambos participantes que componen la relación amorosa, validando entonces a la otra persona como alguien con derechos y al mismo tiempo con necesidades. “El amor es una construcción llevada a cabo por dos protagonistas, para su destrucción es suficiente uno de los dos. Puede ocurrir que uno aún tenga intenciones de seguir construyendo, mientras que el otro decidió detener la obra; o bien, ambos, por mutuo acuerdo concluyen que la edificación debe interrumpirse” (Ralph, 2011). Pero este proceso como bien lo mencionan los involucrados no implica una situación fácil, rápida, ni tampoco es la opción más cómoda o menos dolorosa, pues, el poner fin a una relación sentimental, con aquella persona que compartiste por un periodo de tiempo, tu intimidad, y a la cual amas profundamente o bien se tiene un gran cariño, es muy doloroso, por que como bien se menciona anteriormente las relaciones de pareja se construyen desde una serie de características, vivencias, sentimientos, emociones, ideas y proyectos, que se comparten y acomodan con un otro, por lo que perder tu pareja implica perder un ser querido, perder objetivos y metas en común, teniendo que comenzar nuevamente una historia donde se deben enfrentar distintas situaciones cotidianas de la vida, solo, sin el apoyo y la contención de otro. “Con la ruptura de la de la pareja, perdemos al confidente, compañero; perdemos al amante; perdemos al socio de nuestra empresa familiar; perdemos al padre o a la madre de nuestros hijos; perdemos aquel ser con el cual compartimos los amigos, el ocio, los secretos

más íntimos, en definitiva, todo nuestro ser, etc. (De la parra, 2008). Produciendo en muchos de los casos un sentimiento de vacío, desolación, dolor, tristeza, desesperanza, acompañado con la baja de la autoestima, bajas expectativas, pérdida de metas, etcétera. algo muy similar a lo que se siente cuando se pierde a un ser querido tras la muerte de este. Por lo anterior, es que para los entrevistados el separarse de su pareja, conllevó a pasar por una crisis bastante complicada y difícil de sobrellevar, la cual requiere de un tiempo, el cual no es determinado teóricamente y responderá únicamente de la persona, para poder atravesar dicho proceso de adaptación y cambios constantes. “La palabra duelo significa “dolor”, y por tanto el proceso de duelo será un proceso de “pasar por el dolor”. (Ramos, S.A).

Al terminar comienza un proceso o etapa difícil, ya que como se menciona anteriormente, debe existir un proceso de re-estructuración y organización de todos estos elementos que antes implicaba a ese otro, la persona debe trabajar en este proceso de adaptación de pasar a ser un equipo a ser uno solo, ya sea en los rituales cotidianos que compartían, como en el aspecto sentimental, de comenzar este proceso de desvinculación emocional con la persona que posterior a la ruptura se convierte en tu ex pareja. “Casi siempre la separación es vivida como una especie de duelo (una persona ligada a nuestra vida ya no está más con nosotros) que es necesario atravesar y, de un modo u otro, superar. Esto requiere esfuerzos y adaptaciones que no siempre resultan fáciles de poner en práctica” (Goldberg, 2004). Debido a que este proceso está ligado a bastantes cargas emocionales que, según lo relatado por los estudiantes convocados, en su pluralidad son emociones negativas, en la gran mayoría de los casos le afectó en casi todos los ámbitos de su vida, como es en lo personal, ya que aquella ruptura viene acompañada de la baja de la

autoestima, pérdida del autoconcepto, etcétera. En lo social y familiar, considerando que la primera reacción mencionada por los entrevistados radica principalmente en aislarse del círculo más cercano de amigos y de familia, evitando todas las interacciones sociales posibles y en el ámbito laboral y académico, poniendo en evidencia la dificultad de separar los sentimientos con las actividades cotidianas que requieren de un alto nivel de concentración de las personas. Convirtiendo esas experiencias amorosas, ideal y satisfactoria, en uno de los momentos más complejos de su vida. “En muchas situaciones, la depresión, la angustia, la pérdida de energía vital, la impotencia, la desilusión, el decaimiento, la falta de estímulos reforzantes, la subestimación, la alteración perceptiva y atencional, son los síntomas, entre otros, de un periodo de duelo que inundan a quien lo experimentan” (De la parra, 2008).

Como todo duelo es difícil lidiar con todo el malestar y consecuencias que esto deja, pero como bien se menciona anteriormente la tarea que cumple el proceso de vivir el duelo, es lograr recuperarse, sanar o simplemente aprender a vivir con aquella experiencia que en ese instante es extremadamente dolorosa. Como bien mencionan los estudiantes en su relato, su posición de estudiantes los obligaba a enfrentar dicho proceso de la mejor manera posible, pensando que deben continuar cumpliendo con sus responsabilidades y obligaciones académicas, entendiendo que, si bien el proceso de ruptura provoca todas aquellas situaciones y sensación negativas descrita anteriormente por diversos autores y también por los adultos entrevistados, es un suceso relativamente normativo en la vida de las personas. “Ante esto, se puede definir al duelo como una reacción extremadamente dolorosa, pero normal, que se desencadena a raíz del rompimiento de una relación personal, cuyo proceso cumple una función homeostática, pues su finalidad es lograr la adaptación

del individuo a la pérdida” (Sanchez y Martinez, 2014). Cabe mencionar y como bien podemos apreciar en la narración de los joven entrevistados, que cada uno vive este proceso doloroso de diferente manera, por ende, el tiempo determinado en el que los estudiantes universitarios se pueden encontrar en proceso de duelo, será relativo a cada individuo, pues, son muchos los componentes que influyen en este proceso adaptativo, como puede ser el tipo de vínculo establecido por la pareja, los recursos emocionales con los que cuenta cada persona, las contenciones o redes de apoyo externas, entre otros, pero lo que sí se señala con certeza entre todos los jóvenes entrevistados, es que evidentemente existe un proceso de duelo posterior al término de una relación sentimental. “El duelo común o no complicado, tiene características y duración relativas y predecibles, determinadas por el tipo de relación que se tenía con lo perdido, el cómo fue la pérdida y el tipo de personalidad del doliente” (Moreno y Esparza, 2014). Si bien no se puede especificar o determinar un tiempo exacto para este proceso, si hay una fase que está completamente clara debido a la función que cumple y es que en algún momento, aquella etapa tan dolorosa pasara, como relatan los estudiantes, fueron momentos difíciles, que cada uno vivió y afrontó de diferente manera, algunos les tomó más tiempo, otros les tomó menos, pero en lo que todos coincidieron es que llega un momento donde aquel periodo se siente “superado”, refiriéndonos a esto como aquel momento en donde la situación se vuelve menos dolorosa, “última etapa del duelo, significa que la persona ha superado la pérdida y es factible diferenciarla, ya que las personas se reconocen más alegres y comienzan a reconstruir de forma más activa y positiva la vida” (Arriagada, 2010) donde los jóvenes llegaron a entender dicha situación como una instancia de aprendizaje y crecimiento personal, necesario para seguir mejorando y construyendo relaciones amorosas más saludables y estables, entiendo de esta forma que no todo en el término y duelo es tan oscuro después de

todo, poniendo en evidencia que incluso gracias a los acontecimientos anteriormente vividos, han logrado en muchas ocasiones formar a la persona que son hoy en día, de hecho autores como Bustos (2011) plantea sus efectos constructivos para aquellos (as) que lo han padecido pues una vez superado, permite generar nuevos significados que favorecen tanto el crecimiento como el afrontamiento de nuevos retos con mayor seguridad, pues la separación demanda la construcción de una nueva identidad y estilo de vida así como la reestructuración de las relaciones interpersonales (Citado en Sánchez y Martínez, 2014)

Desde el relato proporcionado por los jóvenes entrevistados se puede apreciar que la ruptura amorosa no es un proceso fácil de aceptar, por ende, en aquel momento aparecerán un sin fin de desilusiones y expectativas, que giraran respecto al cómo les gustaría que fuera o se diera dicha situación, en donde uno de los principales deseos, se encuentra relacionada con el poder generar un cierre, es decir, que el término de la relación se diera de manera más concreta, donde se expusieron las causas y posibles soluciones, en donde ambos tuvieran una instancia de conversación más profunda y dinámica, el principal objetivo de conversar, era poder mantener una relación agradable posterior al término con la otra persona involucrada, pero también entienden lo difícil que es hablar en una situación tan compleja como esa, es difícil decir adiós. No es fácil afrontar adecuadamente y de manera efectiva una conversación en la que sentimos que hay cosas importantes en juego y en la que las emociones están presentes con cierta intensidad, más aún cuando no tenemos las herramientas para hacerlo. (Sacanell, 2016). Por otro lugar, las otras situaciones esperadas por los jóvenes universitarios, se encuentra principalmente relacionada con la posibilidad de que sus seres más cercanos, familiares y amigos, se encontrarán más presentes en aquel momento de sufrimiento, que les proporcionarán apoyo, compañía,

cariño, un involucramiento y entendimiento más cercano de su proceso de duelo, si bien el duelo vivido es un proceso íntimo, en el cual implica un proceso de aceptación y crecimiento personal, que es necesario lleve a cabo la persona involucrada en lo más profundo de su ser, pero también, como en todo proceso de duelo, las redes de apoyo cumplen un papel importante, en el fortalecimiento de este proceso personal. “La red de apoyo social y familiar en estos momentos cumple un papel fundamental en este proceso” (De la parra, 2008). El duelo debe darse en un contexto social de contención, pues para cada uno de ellos, significaba una pérdida importante, tal cual, fuera el fallecimiento de alguna persona significativa. Es importante considerar que para todos los entrevistados el haber tenido fuentes de apoyo provenientes de sus amigos o de sus familiares más cercanos, significó el poder reconstruirse de una forma mucho más rápida y placentera, algo bastante contradictorio al primer mecanismo utilizado por ellos mismos, el cual se basaba principalmente en el aislamiento social. “Las redes familiares y comunitarias, que en el pasado eran más extensas, solían cubrir esta necesidad básica y ofrecer apoyo necesario al doliente. Pero actualmente el entorno tiende a distraer, evitar o negar este espacio, es decir, tiende a “proteger” del dolor”. (Díaz, Losantos, Pastor, 2014)

Como bien se menciona anteriormente ha tenido 2 etapas importantes, en donde una principalmente se encuentra ligada al dolor y sufrimiento, al cómo afrontar la pérdida de ese ser querido, y posteriormente el aprendizaje y crecimiento proporcionado por aquella etapa. pero al ser jóvenes estudiantes universitarios, este conflicto romántico tuvo muchas más consecuencias y se dio en un ambiente que le proporcionó poco espacio para poder afrontar dicha situación con las herramientas necesarias, como bien es mencionada por los entrevistados, el ser estudiante está principalmente relacionado con el escaso tiempo

disponible, pues, la universidad es una entidad que demanda bastante tiempo, por ende, los participantes de la investigación refieren haber tenido por esta misma situación disminuido espacio o tiempo, para pasar el duelo, sin tener las preocupaciones de las pruebas, trabajos, de la asistencia a clases, entre otras de las muchas actividades que demanda cada carrera, “estudiar requiere que el alumno o alumna posea, además de las habilidades y la predisposición, el tiempo necesario para ello”. (Duran y Pujol, 2013). Cada uno de los entrevistados lo afrontó de diferente manera, para muchos le sirvió como motivo de inspiración, lo que provocó que mantuvieran su mente ocupada en los estudios y fuera menos doloroso afrontar la ruptura, pero para otros la ruptura y proceso de duelo, trajo consecuencias también en lo académico, que empeoró mucho más el panorama en cierto periodo.

5.3 Categoría 3: Mirada al futuro.

Posicionando a la base que todos los acontecimientos de la vida fluctúan, dependiendo de la temporalidad en la que estemos insertos, es posible remontarse años atrás, donde los adultos jóvenes presentaban una serie de obligaciones y de tareas muy distintas a las que son posibles encontrar actualmente. Profundizando más aún, podemos encontrar las diferencias en las funciones que cada joven, tenía dentro de la sociedad. Antiguamente, la conformación de una pareja, formalización y posterior matrimonio, era bastante esperado en la etapa del adulto joven. Donde, en su mayoría, los hombres cumplían un rol más ligado al mundo exterior y la mujer un rol más ligado al mundo doméstico. El modelo de familia burguesa que se configuró a partir de la revolución industrial y que fue tomando fuerza durante el siglo XIX y particularmente en XX se basó

en la existencia de hombres proveedores y mujeres amas de casa (Olavarría, 2014 citado por Chacón y Tapia 2017).

Aquel ámbito, no es el único que sufre modificaciones a la hora de insertarnos en ellas, en el ámbito de la sexualidad también es posible encontrar cambios significativos, la reducción de la sexualidad de la mujer ligado únicamente a la reproducción y negándole su posibilidad de placer, definiéndose como perteneciente a algún hombre, quien vive su sexualidad con ansias de propiedad sobre dicha mujer. (Duarte, 2002) cambia sustancialmente. Hoy en día, considerando los relatos de las personas entrevistadas, la conceptualización de sexualidad se ha modificado radicalmente, encontrando que esta, ha tomado un rol más protagónico no solo para los hombres, sino que para las mujeres de nuestra población adulto joven actual, quienes lo consideran como un acto que debe ser placentero para ambos participantes que conformen la pareja, aunque al mismo tiempo, los jóvenes ponen en evidencia que aquella visión se ha ido modificando de una forma paulatina y periodica, por consiguiente, el ejercicio de la sexualidad aparece separado de la reproducción, pudiendo observar un mayor número de parejas sin hijos. (Durán, Medina, González, Rolón, 2007)

Si bien, el amor y la conformación de una pareja, también aparece dentro de los requisitos necesarios, el matrimonio, en esta etapa de la vida, queda como una opción y no como un punto necesario que se debe cumplir en este momento de sus vidas, pudiendo encontrar en el relato de los jóvenes como un plan a futuro, que incluso para muchos debiese cumplirse posterior al adquirir una estabilidad económica, donde sea posible mantener aquella idea de matrimonio feliz. Este “tipo de amor” se hace popular y

normativo, donde el matrimonio aparece como una elección personal donde el amor romántico y la satisfacción sexual deben lograrse en él” (Herrera, 2015)

Desde el sentido común las relaciones de pareja se inscriben en una gama más amplia de modelos: matrimonio, unión libre, concubinato, relación abierta, con amor y sin él, noviazgo, sexo sin relación y relaciones sin sexo. (Tenorio, 2012). La concepción de la forma en que se componen las parejas o las relaciones, a medida que se va avanzando en el tiempo, cambia cada vez más, para nuestros entrevistados, el tener una pareja estable en esta etapa de sus vidas, puede ser una situación que aporte complejidad, algo asociado a la creación de problemas, por lo que, las nuevas miradas y los nuevos nombres y funciones que se le otorgan a las mismas, son sustentadas por las necesidades que los adultos jóvenes tienen en la actualidad que se está viviendo, tomando en cuenta que estos no se encuentran únicamente desarrollando aquella área de sus vidas, el crecimiento personal y profesional comienza a tomar fuerza, dejando en eslabones más bajos a temas relacionados con el amor.

Continuando con la misma línea de los cambios que son posibles encontrar debido a la temporalidad en la que nos encontramos insertos, es posible identificar cambios en el punto de vista del crecimiento personal profesional, la mayoría de los jóvenes de hoy en día, al estar atravesando la etapa de la adultez joven se encuentran insertos de forma directa con la vida universitaria, la cual les brinda un espacio de crecimiento profesional y personal en sus vidas. La mayoría de los jóvenes de 21 a 24 años considera que ya son adultos antes del matrimonio y del nacimiento del primer hijo. (Mora y Oliveira, 2009), lo anterior se encuentra sustentado ya que, para los adultos jóvenes actuales, la elección de una pareja y la posterior conformación de una familia, no es el único aspecto a desarrollar durante esta

etapa tan importante, la universidad, el trabajo y las actividades recreativas, también forman parte sumamente importante de su desarrollo como persona adulta, incluso para la mayoría, el desarrollo adecuado de la vida universitaria, el trabajo y el desarrollo en el ámbito personal, son los primeros eslabones en base a sus prioridades que se deben cumplir antes de poder formar una relación estable. Los adultos buscan su realización personal en varios ámbitos, tales como el laboral, obteniendo una profesión y desarrollando sus conocimientos en su lugar de trabajo. (Cordero y Roa, 2016), para así sentirse satisfechos, considerando las metas más comunes que son posibles encontrar en la actualidad se direccionan hacia un campo totalmente distinto a la que se direccionaba anteriormente en el tiempo de las personas de la tercera edad.

El cambio significativo de las trayectorias que llevan a la vida adulta durante el siglo XX, es debido sobre todo a la expansión del sistema educativo y a la participación creciente de las mujeres en la fuerza de trabajo. (Mora y Oliveira, 2009), sustentando a lo anterior, los jóvenes investigados ponen sobre la palestra, la necesidad y el deber que cada uno de ellos, independiente del género, tienen de finalizar sus estudios universitarios, poniéndolo como una de sus prioridades más relevantes, uniéndolo al mismo tiempo con el anhelo de ser independientes y poder valerse por si mismos, para así, en el momento en que se encuentren totalmente desarrollados en esa área anteriormente mencionada, poder cumplir con las obligaciones del amor. Con lo anterior es posible decir que existe un cambio de mentalidad en los que valores como la autonomía y la independencia económica adquieren una centralidad cada vez mayor entre hombres y mujeres. (Chacón y Tapia, 2017)

La pareja, si bien aparece como uno de los puntos a conseguir durante el desarrollo de la adultez joven, ya no toma un rol protagónico, quedando para la mayoría de los entrevistados, en el tercer o cuarta de sus prioridades a desarrollar durante esta etapa, viéndose como uno de los puntos más lejanos o posteriores a desarrollar, debido al poco tiempo que presentan, considerando sus otras responsabilidades.

Con todo lo anterior, es posible complementar que la visión de los adultos jóvenes actuales, hacen evidente la razón por la cual prefieren continuar con sus estudios universitarios, en vez de realizar múltiples esfuerzos direccionados a la realización del ámbito de la vida amorosa. Para ellos y sustentado en el relato de los jóvenes universitarios entrevistados, en esta etapa de sus vidas, es más necesario y relevante trabajar y formar herramientas que los ayuden a sostenerse a lo largo de sus vidas a nivel económico y profesional, ya que, la formación de lazos afectivos, requiere de la misma o incluso una mayor cantidad de dedicación, que la que se le otorga a los estudios universitarios, por lo que, ambas cosas en el mismo momento, podría generar situaciones bastante estresantes, llegando a ser, acontecimientos que pueden generar consecuencias negativas en sus vidas, considerándolo para la mayoría, como algo muy difícil de llevar.

5.2 Conclusiones.

A partir de los resultados obtenidos mediante los focus groups realizados a adultos jóvenes, estudiantes diurnos de la Universidad de las Américas que atravesaron por alguna ruptura amorosa en su periodo académico, se concluye en base a los objetivos propuestos, que se basan en tres aspectos primordiales, en primer lugar, profundizar en las historias de pareja de los estudiantes, indagando esta esfera en su amplio contexto, por otro lado,

describir los significados que circunscriben las rupturas amorosas y por último, la descripción a través del relato de los estudiantes, sobre su mirada ante la formación de una nueva relación amorosa. Todas las conclusiones se encuentran sustentadas por el relato de las personas participantes de la investigación, lo que permitió desarrollar las siguientes conclusiones.

5.2.1 Objetivo específico 1: Profundizar en las historias de pareja de los estudiantes de la Universidad de las Américas.

Respecto a este primer objetivo que tiene que ver principalmente con indagar de manera profunda en las historias de pareja de los estudiantes, refiere principalmente que, si bien cada uno de los jóvenes entrevistados han vivido experiencias distintas en cuanto a sus relaciones amorosas, algo fácil de entender, debido a la diversidad humana, existen ideas y conceptos que conciben todos como importantes y que tiene que ver con lo significativo que ha sido la búsqueda de pareja, de una relación, la necesidad de encontrar a otro con quien relacionarnos íntimamente, mucho más allá de lo que puede proporcionar la familia o las amistades, mediante sus relatos podemos deducir que este proceso no comienza claramente en la adultez joven, es una búsqueda que viene de mucho antes, cuando comenzamos con nuestro desarrollo madurativo, psicosexual, psicosocial, que vendría siendo de la adolescencia, como bien sabemos la etapa de la adolescencia presenta un desarrollo psicosexual importante, que lleva a la búsqueda de establecer una identidad personal y donde las relaciones sociales comienzan a intensificarse y adquirir mayor grado compromiso.

Podemos concluir que la gran mayoría de las historias relatadas por los estudiantes, son relaciones amorosas de mucho tiempo, de años de relación afectiva, que emprendieron

o comenzaron sus inicios en la etapa de la adolescencia, y que culminaron en la etapa de la adultez joven, que coincide con la etapa académica universitaria, y de donde se pudo extraer dos componentes o ingredientes sustanciales de las relaciones amorosas, que son dos etapas cruciales, como es la primera fase del amor romántico, en donde se encuentra y exhibe la primera etapa, el enamoramiento, donde se encuentra todo lo que rodea a la relación y a la pareja escogida en esos entonces, con características idealizadas y sobre valoradas. Es decir, gran parte de los jóvenes relata que las relaciones afectivas tienen un comienzo donde todo es positivo, lo que llamamos metafóricamente como miel sobre hojuelas, los comportamientos tanto propios como las sus parejas respectivas, se encuentran principalmente ligadas al bienestar del otro, a satisfacer al otro de forma completa, entregándole, amor, apoyo, comprensión, y todo lo que se necesita para mantener viva la relación afectiva, pero, el ir creciendo y madurando como persona, como individuo, trae consigo en efecto, la maduración de las relaciones sociales que vamos formando, por lo que a medida que transitamos de la adolescencia a la adultez, el formar pareja va adquiriendo mayor valor y significado, al mismo tiempo este amor va mutando y debe ir adaptándose a las nuevas características que van adquiriendo las personas involucradas, es por esta razón donde la estabilidad comienza a tomar mayor grado de importancia, en donde podemos encontrar actualmente según lo relatado por los jóvenes, la convivencia, como una tapa crucial, que adquiere la relación en cuanto a la independencia, cercanía y compromiso que vamos necesitando como personas a lo largo de nuestra vida, lo que a su vez, trae consigo una re- estructuración en la dinámica relacional de la pareja, es decir, se emprende un proceso adaptativo ligado a la labor de entendimiento de la individualidad del otro, pero al mismo tiempo, del equipo que forman juntos, y es aquí donde los roles de cada uno comienzan a jugar un papel importante en la relación. Lo que da paso a la siguiente etapa

relatada por los jóvenes entrevistados, que tiene relación con las dificultades y conflictos que se presentan en las relaciones.

Como se puede concluir desde la investigación realizada, la interacción en las relaciones sentimentales, requieren de un carácter recíproco, es decir, que ambos integrantes en la relación mantengan la necesidad de proporcionar bienestar en otro, de satisfacer al otro, cuando esto se pierde en alguno de los dos integrantes y cuando no se piensa en el bienestar propio equitativamente, se suscita una serie de consecuencias relatada, que tienen que ver con una segunda etapa mencionada, de manera que la relación debe atravesar diferentes dificultades y conflictos. Es posible deducir que mantener relaciones sentimentales por largos periodos de tiempos es una tarea cansadora, porque requiere pensar en uno, pero también en otro, por lo que no todo puede ser tan virtuoso o afable como se espera y por ende, se presentaran dificultades, que, si se afrontan de manera estable y con recursos o herramientas personales saludable y tomando las medidas accionales correspondientes, como tener una buena comunicación con la pareja y mantener los márgenes de respeto, puede ser una etapa ventajosa, porque, proporcionara aprendizajes significativos en la pareja. Pero, por el contrario, si las dificultades presentes, no son atendidas de forma correcta, puede desencadenar situaciones perjudiciales para la pareja, como para las personas involucradas.

En coherencia a lo especificado a lo largo de la investigación, una de las más grandes dificultades a enfrentar por los estudiantes en este periodo, dice relación con la disminuida capacidad de establecer límites con la pareja, desencadenado como principal conflicto el exceso de control de parte de alguno de los dos miembros de la pareja e incluso por ambos, aludiendo a dificultades como; los celos, faltas de respeto, mentiras, problemas de comunicación y excesivo control, inconvenientes que sobrepasan los conflictos

normativos de una pareja, pues, desencadenaron episodios de violencia psicológica, difíciles de tolerar, que a su vez provocan consecuencias negativas y significativas en el auto concepto de mucho de los afectados, siendo su autoestima la más dañada.

De acuerdo a lo mencionado, es posible concluir que la gran mayoría de los jóvenes, al iniciar sus relaciones amorosas estables en la adolescencia, no logran establecer según lo esperado por la teoría de Erickson, su identidad personal, proceso necesario para lograr diferenciar, sus características personales y proporcionar la individualidad, lo que conlleva a una confusión de roles, que incita compromisos precipitados, en el plano interpersonales, es decir, en sus relaciones sentimentales. Por lo demás, cuando llegaron a la etapa de la adultez joven, etapa caracterizada por la búsqueda de mayor intimidad y compromiso, evidencio consecuencias arrastradas de la etapa anterior, es decir, se espera que en la adultez joven al resolver con éxito la capacidad de comprometerse íntimamente con otro, la persona adquiera confianza mutua, que conducirá la fusión de las identidades de ambos involucrados, sin la necesidad de perder la individual, lo cual, no es posible evidenciar en los estudiantes de la universidad, pues, el que no lograr establecer su identidad personal victoriosamente, trajo posteriormente en el asentamiento de compromisos, inseguridades, que llevo a no respetar los límites personales de la pareja, sobre controlando las situación, desencadenado actos de violencia psicológica, ligadas a la desconfianza del otro, que a su vez causo efectos negativos en el auto concepto de los involucrados y más inseguridad en su identidad personal, culminando en el término de la relación amorosa.

5.2.2 Objetivo específico 2: Describir los significados que circunscriben las rupturas amorosas en estudiantes de la Universidad de las Américas, sede Viña del Mar.

Respondiendo al objetivo específico número dos, para los estudiantes de la Universidad de las Américas, sede Viña del Mar, las rupturas amorosas que han tenido que atravesar durante toda su etapa del desarrollo adulto joven, ha venido acompañada de una serie de procesos, los cuales se han posicionado sobre una seguidilla de emociones y sentimientos que oscilan desde angustia, decepción y tristeza, hasta sentimientos de superación, acompañados de crecimiento personal.

En primer lugar, los estudiantes ponen en evidencia que la universidad, la vida familiar, social y las obligaciones laborales forman parte de las múltiples tareas que debe llevar a cabo los adultos jóvenes actuales, teniendo que cumplir con responsabilidad en cada uno de los contextos anteriormente mencionados. Aquellas obligaciones entorpecen en gran medida a la formación y mantención de una pareja amorosa, ya que, como se menciona anteriormente, los jóvenes se encuentran atravesando distintas situaciones propias de la etapa del desarrollo en el cual estamos insertos, que demandan de un gran tiempo de concentración y dedicación, por lo que, para muchos, estar en relaciones amorosas vendría siendo otra situación estresante más que atravesar y superar, generando una sobrecarga visible a la hora de expresar dicha situación. A pesar de las consideraciones anteriores, todos los adultos jóvenes se disponen de igual forma a tener relaciones sentimentalmente amorosas, otorgando de este modo, otra responsabilidad más a sus vidas, la cual debe construir, cuidar y mantener.

Centrándose de forma más precisa en la posibilidad de término de aquellas relaciones de pareja, los adultos jóvenes entrevistados mencionan, en primer lugar, una

serie de expectativas sobre dicha situación, donde en su mayoría, esperaba que aquel proceso doloroso, fuese de una forma más positiva o bien, esperaba más de la otra persona involucrada, reflejándose mediante explicaciones, cambios en el actuar del otro e incluso, el perdón, evitando de esta forma, el daño que conlleva al mismo tiempo, una ruptura amorosa. No obstante, los adultos jóvenes comentan que, en su mayoría, las expectativas que han tenido a lo largo de su vida, no han sido concordantes con la realidad, comentando situaciones que para muchos llegan a la falta de respeto por parte de la otra persona, dejando bastante que esperar.

A demás de lo anterior, las rupturas amorosas conllevan situaciones posteriores de gran dolor, estrés, tristeza y desesperanza, donde para muchos, es expresada como una situación oscura, de donde es muy difícil salir. Como es mencionado, aquella situación es vista como un proceso, en el cual, se deben atravesar una serie de acontecimientos para poder llegar a un fin. Entre aquellas situaciones son posibles encontrar la adaptación que debe realizar el adulto joven, para poder comprender y empaparse de dicha nueva vida, donde tendrá que armar sus propias herramientas individuales para poder enfrentarse de forma personal a las dificultades que trae la vida cotidiana, ya que no existirá aquella persona con quien compartir el día a día y en quien apoyarse, por lo que, es posible, considerar aquellas rupturas amorosas como un proceso de duelo, el cual será profundamente parecido a la pérdida de un ser querido por fallecimiento, solo que, en este caso, el adulto joven tendrá que vivir con la idea de que aquella persona, si bien no ha fallecido, no conformará parte de su vida nuevamente y que esas expectativas de un amor romántico y duradero con esa persona, han llegado a su fin. Como es de esperar, para los jóvenes, aquella situación de adaptación y de comprensión, genera sentimientos que

afectarán al mismo tiempo, otros ámbitos de su vida cotidiana. La universidad, el trabajo, la vida social y familiar, se ven sumamente afectadas por el proceso que aquel adulto joven ha estado atravesando. Algunas de las consecuencias más nombradas, engloban el bajo rendimiento académico latente en el contexto universitario, lo que podría al mismo tiempo conllevar a la pérdida de carga académica, afectando directamente el área económica de aquel adulto joven. Al mismo tiempo, se produce un aislamiento social importante, donde en su mayoría, mientras se encuentran atravesando aquella situación, prefieren quedarse en lugares donde no exista un permanente contacto social con otro, incluso para algunos, es preferible anular dichas situaciones sociales hasta nuevo aviso, lo anterior se contrapone fuertemente con las obligaciones labores y universitarias, volviendo nuevamente a afectar dichos ámbitos de la vida del joven, volviéndose un círculo interminable de situaciones negativas posterior a la ruptura amorosa, reforzando así la idea de que dicho acontecimiento es titulado como uno de los momentos más difíciles que han tenido que atravesar a lo largo de sus vidas.

Considerando lo anterior y siguiendo con las consecuencias que trae consigo las rupturas amorosas, los adultos jóvenes ponen en evidencia situaciones de gran impacto, como lo es la violencia psicológica y física que más de alguno ha tenido que atravesar. Dichos acontecimientos, si bien pueden ser algunas de las múltiples causas que gatillaran alguna ruptura amorosa, al mismo tiempo, forma parte de una situación que genera grandes consecuencias a las personas afectadas, problemas de autoestima, desconfianza y desesperanza, son algunos de los miles de resultados que engloba dicha situación de maltrato, algo que, para los jóvenes, no es muy difícil de encontrar.

Teniendo en cuenta todo el proceso anteriormente mencionado y las dificultades que este mismo conlleva, los adultos jóvenes realizan diferentes acciones que los ayuden a salir de aquella situación. La familia, los amigos e incluso ayuda profesional, son algunos de los factores que más han generado una ayuda en la reconstrucción del mundo interior y exterior de aquel adulto joven afectado. Si bien, es posible que en algunos casos el apoyo generado por sus redes más cercanas no haya cumplido en totalidad las expectativas de la persona en cuestión, es considerado como un aspecto sumamente importante para poder sobrellevar de buena manera aquella situación tan estresante y de este modo, no seguir sumergiéndose en aquel suceso tan desgarrador.

Como es de esperar, todo proceso tiene un inicio, un desarrollo y un final. Con respecto al último, los adultos jóvenes se expresan de una forma esperanzadora, donde es posible apreciar que, para muchos, la experiencia generada posterior a esas relaciones y consiguientes rupturas amorosas, a gatillado la actual persona, con su personalidad, herramientas mejoradas, nuevos sueños y nueva mirada frente a la vida, por lo que, el arrepentimiento, no forma parte de esta ecuación. Siguiendo con lo anterior, es posible darse cuenta que, las consecuencias negativas que trae la ruptura amorosa, nutren al adulto joven, movilizándolo para que, en momentos futuros, no quiera cometer los mismos errores que había cometido en el pasado, llegando a un punto en donde conocerse a sí mismo, forma parte de una situación necesaria para poder amar a otra persona de una forma saludable. Los límites, aparecen como parte del aprendizaje, ahora, el adulto joven, sabe que debe dar y que debe recibir al mismo tiempo, con la finalidad de que las relaciones que forme en un futuro, se centren en algo recíproco y beneficioso para ambos participantes de la misma.

5.2.3 Objetivo específico 3: Describir a través del relato de los estudiantes de la Universidad de las Américas, la mirada ante una nueva relación amorosa.

No es difícil darse cuenta que a medida que el tiempo va transcurriendo los acontecimientos que lo acompañan sufren modificaciones. Como es de esperar, no sólo las costumbres, tradiciones y situaciones cambian, las mismas personas van modificando su forma de pensar y de actuar, las prioridades cambian porque los mismos sueños y metas se modifican, siendo en conjunto una continuidad de situaciones oscilantes.

Como es de esperar, los adultos jóvenes actuales presentan una mentalidad acorde a la generación en la cual se encuentran insertos. Las obligaciones que debe cumplir en la actualidad un adulto joven, engloban distintos ámbitos de la vida, encontrándose el mundo universitario como uno de los principales a la hora de conversar con un joven, el ámbito laboral, donde en su mayoría, los jóvenes comienzan a forjar experiencias que le facilitarán el ingreso a este campo posteriormente, la vida social, donde el adulto joven presenta teóricamente redes más estables las cuales permanecerán durante todo su desarrollo y que por consiguiente deben dedicarle tiempo y por supuesto, la vida familiar, donde es necesario y de vital importancia para ellos el compartir con sus seres queridos momentos de calidad que les generen sentimientos de tranquilidad y relajación.

Considerando las obligaciones que posee actualmente un adulto joven y las distintas modificaciones que han sufrido las generaciones sobre sus prioridades y metas. Estos presentan una visión bastante particular sobre donde posicionan, en grado de importancia, el formar relaciones de pareja estables. En primer lugar y como bien se menciona anteriormente, para los adultos jóvenes existen múltiples áreas donde se debe cumplir de forma responsable para obtener resultados satisfactorios. La universidad forma parte

importante y crucial de dichas responsabilidades, ya que, para los jóvenes, aquella oportunidad de estudiar aporta principalmente para obtener un futuro donde sea posible cumplir metas ligadas al crecimiento profesional y vocacional, además de metas ligadas al ámbito económico, donde la estabilidad es una de los principales propósitos que tienen hoy en día los jóvenes actuales. Respondiendo a lo anterior, la universidad no es el único movilizador para poder alcanzar dicha estabilidad tan anhelada, el trabajar y formar experiencia también aporta para que, en un futuro, el mundo laboral pueda abrirse frente a la mirada ansiosa de los adultos jóvenes.

Continuando con las prioridades actuales de los jóvenes, la familia cumple un rol fundamental, si bien, la mayoría de los adultos jóvenes tienen una visión futura donde se quiere y se anhela tener una independencia, el pasar tiempo de calidad con los seres queridos que conforman la familia, forma una de las principales prioridades de entretenimiento que presentan actualmente los adultos jóvenes.

Otro de los aspectos a considerar como importante en la vida actual de un adulto joven, radica principalmente en tener tiempo para conectarse consigo mismo, tomando en cuenta todas las obligaciones anteriormente mencionadas, es imprescindible poner sobre la palestra que los jóvenes actuales no presentan mucho tiempo libre donde puedan utilizar dicho espacio para relajarse y disfrutar de la individualidad, sin preocupaciones ni obligaciones, por lo que, un tiempo así, forma parte importante de las necesidades de los adultos jóvenes actuales, para continuar con las responsabilidades del quehacer diario que se impone en la actualidad.

Luego de poner en evidencia todas aquellas responsabilidades que son posibles encontrar en la actualidad en la vida de un adulto joven estudiante, las relaciones de pareja

no conforman una parte prioritaria para sus vidas. Si bien, se reconoce que los beneficios de estar en una relación, como el tener un apoyo constante, el poder conversar con otro, el obtener un amor y cariño distinto al que te ofrece la familia, son sumamente importantes y podrían aportar en el día a día, se expresa al mismo tiempo que sumar otra responsabilidad más a sus vidas, vendría siendo una situación bastante difícil de manejar. Por lo anterior, se pone en evidencia que los adultos jóvenes toman en cuenta el trabajo que se necesita para poder construir, mantener y cuidar una relación de pareja, lo cual responde directamente a las expectativas que se tiene actualmente sobre la misma, donde lo principal es la ayuda recíproca, con la finalidad de tener un compañero que vaya a la par y no una persona que se encuentre por sobre el otro. En consecuencia, los jóvenes actuales prefieren que aquel acontecimiento ocurra en situaciones donde no se encuentren con una carga tanto laboral y académica tan importante, con la finalidad de realizar todas sus responsabilidades lo más satisfactoriamente posible. Si bien, se menciona que, si aparece aquella opción de formar una relación romántica, no la desecharían, no cumple como una de las prioridades más importantes en la vida del adulto joven actual.

Es importante señalar que, a pesar de lo anteriormente mencionado, los jóvenes actuales no consideran que se encuentren atrasados en su desarrollo considerando su ciclo vital en cuestión. El adulto joven no necesita formar pareja en esta etapa de su vida para sentirse realizado, incluso, es posible pensar que aquella situación donde la universidad, el trabajo, las redes sociales fuera del ámbito amoroso y la familia, que responden como aspectos mucho más prioritarios que la formación de una pareja amorosa, se logre considerar como una situación normativa entre los jóvenes del mismo rango del ciclo vital de la adultez joven, por lo que, considerando lo anterior, vendría siendo necesaria una

modificación teórica sobre lo que se espera actualmente en la etapa anteriormente mencionada, teniendo que actualizarse considerando las responsabilidades actuales, las metas y las prioridades que se tienen hoy en día con respecto a la vida.

5.3 Limitaciones

En el desarrollo de la investigación se presentaron las siguientes limitaciones:

- Dificultad de acceso a la muestra, al ser una entidad privada, fue necesario contar con el permiso de cada una de las carreras a investigar antes de poder tener acceso a la muestra, labor dificultosa, debido al disminuido tiempo con el que contábamos para poder coordinar una reunión con cada uno de ellos, con la finalidad de exponer la presente investigación.
- Posteriormente falta de disponibilidad horaria de los estudiantes de la muestra, lo que presento mayor dificultad a la hora de reunirlos en los determinados focus grup.
- Disminuida participación de la muestra masculina, lo que disminuyo a su vez la cantidad del grupo estimado por cada focus groups, al no presentarse a la sesión acordada.
- Carencia de antecedentes sobre investigaciones referentes a rupturas amorosas en estudiantes universitarios.

5.4 Proyecciones.

5.4.1. Personal:

Desde una perspectiva personal, la presente investigación ha proporcionado la instancia para poder generar nuestra primera publicación científica. Al realizar esta investigación referente a una temática atingente y que compete directamente al alumnado

perteneciente a la Universidad de las Américas, se abre la posibilidad de postular a una revista científica interna de la universidad, lo que a su vez genera la instancia de realizar algún presentación o exposición de temática dentro de la institución. Lo que nos proporcionaría un crecimiento personal y a su vez profesional importante.

5.4.2. Disciplinar:

A partir de los datos recabados mediante la presente investigación, se permite reafirmar algunas consideraciones en estudios similares a nivel internacional, como también nacionales. Como, por ejemplo, la similitud de las rupturas amorosas con el proceso de duelo, que trae consigo una serie de etapas las cuales estas principalmente ligadas al sufrimiento como primera fase y posteriormente el crecimiento personal y la aceptación. Sin embargo, también la investigación presenta ciertas contradicciones respecto a estudios anteriores, principalmente referente a las etapas del desarrollo, dando cuenta de los cambios producidos a niveles generacionales, producto de los cambios sociales y culturales a los que nos encontramos expuestos. Por lo tanto, esta información permite que a nivel disciplinar exista la posibilidad de generar o actualizar ciertas teorías o investigaciones, que permita un entendimiento mucho más cercano y comprensivo de las conductas actuales de todos los seres humanos.

5.5.3. Social:

Lo relevante de la investigación, de obtener y analizar los resultados, es que a nivel institucional nos permite generar instancias referentes a los procesos vividos por los estudiantes, procesos normativos, que tienen una implicancia significativa a nivel

académico, lo que proporciona la posibilidad a la institución acoger aquellos datos, para posteriormente realizar algún tipo de acción promocional o preventiva, como también, de acompañamiento a los alumnos del establecimiento.

Por otro lugar esta investigación, servirá de base investigativa para futuras generaciones, permitiendo indagar e integrar aquel proceso de las rupturas amorosas en diferentes contextos, como también investigar en profundidad respecto a las etapas del desarrollo evolutivo, los cambios etarios presentes y las crisis normativas en cada una de ellas, acorde a las nuevas generaciones, pues, la sociedad a través del tiempo ha sufrido transformaciones importantes, sobre todo a nivel educacional. Tanto los hombres como las mujeres tienen acceso hoy a la educación superior, lo que ha producido que ciertas etapas normativas en su vida se posterguen, como es el formar familia, producto de un cambio de prioridades presente en la cultura actual. Lo que es digno de investigar, producto que estamos en constante progresos y cambios.

REFERENCIAS

- Aguilar, B. (2016). Dolor y sufrimiento en medicina. Disponible en http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-04202016000100005
- Alfaro, A. Pérez, A. (2014). Las relaciones de pareja: ¿la educación, las condiciona? Disponible en: <https://www.uv.es/igualtat/webnova2014/anaalfaro.pdf>
- Alguaray, C y Garcia, F. (2015). Relaciones de pareja y bienestar psicológico. Disponible en https://www.researchgate.net/publication/294891178_Relaciones_de_pareja_y_bienestar_psicologico
- Alvarado, M (2014). Estrategias de afrontamiento ante conflictos conyugales que utilizan las parejas no problemáticas de 5 a 10 años de casados. Tesis de grado. Disponible en: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2014/05/42/Alvarado-Maria.pdf>
- Alzugaray, C y García, F (2016). Relaciones de pareja y bienestar psicológico. Pág. 237 y 247. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/294891178_Relaciones_de_pareja_y_bienestar_psicologico
- Amangual, G. (2007). El concepto de experiencia: de Kant a Hegel. Disponible en <http://www.redalyc.org/pdf/288/28811907001.pdf>
- Amarís, M, Madariaga, C, Valle, M y Zambrano, J. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. Rev. Programa de psicología de la universidad del norte. Disponible en: <http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/psicologia/article/view/2051/6905>

Amézquita, M, Gonzales, R y Zuluaga, D (2003). Prevalencia de la depresión, ansiedad y comportamiento suicida en la población estudiantil de pregrado en la universidad de Caldas, año 2000. Rev. Colombiana de psiquiatría. Pag.343. Disponible en: <http://www.redalyc.org/html/806/80632404>

Arias, C. (2015). La red de apoyo social: Cambios a lo largo del ciclo vital. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/308661906_La_red_de_apoyo_social_Cambios_a_lo_largo_del_ciclo_vital

Arriagada, F y Ruiz, P. (2010) “la ruptura matrimonial, un proceso de duelo”. Tesis. Disponible en: <http://repobib.ubiobio.cl/jspui/bitstream/123456789/1433/1/Arriagada%20Sarmiento,%20Faviola.pdf>

Balistieri, S. y Melo, M. (2013). La importancia del apoyo socio-emocional en adolescentes y adultos jóvenes portadores de enfermedad crónica: una revisión de literatura. Vol.12. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412013000200019

Barajas M, Roblez R., González C., Cruz C. (2012) El significado psicológico de una ruptura de pareja significativa en jóvenes universitarios. Rev. Psicología Iberoamerica. vol. 20. Disponible en <http://www.redalyc.org/html/1339/133928816004/>

Beiza, A. (2012). Las Relaciones Interpersonales Como Herramienta Esencial Para Optimizar el Clima Organizacional En La Escuela Básica. Disponible en <http://mriuc.bc.uc.edu.ve/handle/123456789/956>

Benítez, L. (2012). Proyectos de vida en parejas de jóvenes adultas y adultos profesionales de Bogotá: Convivencia, cambios y permanencias. Disponible en:

<http://bdigital.unal.edu.co/8947/1/Lindsayben%C3%ADtezbarajas.2012.pdf>

Billorou, M., Arana, F. (2016). Una revisión sistemática sobre la relación entre ruptura amorosa y el estrés psicológico. Rev. Psocial. Pág. 7. Disponible en:

https://www.researchgate.net/publication/288839891_UNA_REVISION_SISTEMATICA_SOBRE_LA_RELACION_ENTRE_LA_RUPTURA_AMOROSA_Y_EL_DISTRES_PSI_COLOGICO

Bisquerra, J. (2003). Relaciones Interpersonales. Editorial: Mac Graw Hill. Bogota

Blandón, A. & López, L. (2016). Comprensiones sobre pareja en la actualidad: jóvenes en busca de estabilidad. Rev. Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud.

Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/rlcs/v14n1/v14n1a35.pdf>

Bobadilla M. (2013). Estilos de enamoramiento como expresión cultural y ancestral en las relaciones interpersonales de los jóvenes en la isla Amantaní, Pomo-Perú. Disponible en:

<http://www.redalyc.org/pdf/4498/449844866001.pdf>

Bordingnon, N. (2005). El desarrollo psicosocial de Eric Erikson. El diagrama epigenético del adulto. Disponible en <http://www.redalyc.org/pdf/695/69520210.pdf>

Bustos, A. (2011). Cuando se acaba el amor: estrategias de afrontamiento, duelo por pérdidas amorosas y crecimiento postraumático en estudiantes universitarios. Tesis de grado

presentada como requisito para la obtención del título de psicólogo clínico.

Disponible en línea: <http://repositorio.usfq.edu.ec/bitstream/23000/604/1/99784.pdf>

Cabodevilla, I. (2007). Las pérdidas y sus duelos. Disponible en

http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1137-

[66272007000600012&lng=es&tlng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1137-66272007000600012&lng=es&tlng=es)

Calviño, M. (2016). Integración académica en psicología. Rev. Científica de asociación

latinoamericana para la formación y la enseñanza de la psicología. Vol. 4. Disponible

en: [http://www.alfepsi.org/wp-content/uploads/2016/05/Integracion-Academica-en-](http://www.alfepsi.org/wp-content/uploads/2016/05/Integracion-Academica-en-Psicologia-V4N11.pdf#page=55)

[Psicologia-V4N11.pdf#page=55](http://www.alfepsi.org/wp-content/uploads/2016/05/Integracion-Academica-en-Psicologia-V4N11.pdf#page=55)

Callejón, M. Gila, J. (2017). Necesidad de trabajar las relaciones de pareja saludable desde

contextos socio-educativos. Vol.14. Disponible en:

<http://revistas.ugca.edu.co/index.php/sophia/article/view/703/1251>

Carmona, C. (2012). Intervención al duelo por ruptura de pareja desde la terapia cognitivo

conductual a partir del análisis de cuatro casos. Disponible en:

<http://biblioteca.uniminuto.edu/ojs/index.php/POLI/article/viewFile/361/358>

Canales T, Garrido y Gacitúa “Amor adulto y elección de pareja” (1996) Disponible en:

<https://tuvntana.files.wordpress.com/2013/11/amor-adulto-y-elecccic3b3n-de-pareja.pdf>

Carreño, E. Flores, V. y Basulto, C. (2015). Teorías del desarrollo psicoanalítico Erik

Erikson. Disponible en

http://www.academia.edu/13007686/PSICOLOGIA_DEL_DESARROLLO_ERICKSON

Capponi R. “Las tres edades del amor” Disponible en:

http://www7.uc.cl/facteo/centromanuellarrain/htm/capponi_edades.html

Casullo, M. (s.a.). Elección de pareja en adolescentes y adultos jóvenes. Pág. 42.

Disponible en <file:///C:/Users/Ricardo%20Vargas/Downloads/Dialnet-EleccionDeParejaEnAdolescentesYAdultosJovenes-5645306.pdf>

Craig, Hoffman, Kail, Cavavaugh, Morales, Morris, Rice y Sarason. “Las etapas del desarrollo” (2009). Disponible en: https://portalacademico.cch.unam.mx/repositorio-de-sitios/experimentales/psicologia2/pscII/MD1/MD1-L/etapas_desarrollo.pdf

Cordero C. y Roa A. “Bienestar de personas con o sin discapacidad física que se encuentren en la adultez temprana.” (2016) Disponible en: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/24273/1/Trabajo%20de%20titulaci%C3%B3n.pdf>

De la parra, G. (2008). Experiencia emocional y ruptura de pareja. Disponible en: <https://summa.upsa.es/high.raw?id=0000029326&name=00000001.original.pdf>

Días P, Losantos S, y Pastor, p (2014). “Guía de duelo adulto, para profesionales socio-sanitarios”. Disponible en: <http://www.dgt.es/Galerias/seguridad-vial/unidad-de-victimas-de-accidentes-de-trafico/aspectos-psicologicos/guia-de-duelo-adulto.pdf>

Duarte K. (2002). “Mundos Jóvenes, mundos adultos: lo generacional y la reconstrucción de los puentes rotos en el Liceo” Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-22362002000100004

Durán, E. y Pujol, L. (2013). Manejo del tiempo académico en jóvenes que inician estudios en la Universidad Simón Bolívar. Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/rlcs/v11n1/v11n1a06.pdf>

Dzul, M. (2010). Aplicación básica de los métodos científicos: Diseño no experimental.

Disponible en:

https://www.uaeh.edu.mx/docencia/VI_Presentaciones/licenciatura_en_mercadotecnia/fundamentos_de_metodologia_investigacion/PRES38.pdf

Espinosa, V., Salinas, J., Santillán, C. (2017). Incidencia del duelo en la ruptura amorosa en estudiantes universitarios en un centro de crisis, emergencias y atención al suicidio

(CREAS). Revista Electrónica ScienceDirect. Vol. 9. Disponible en línea:

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2007078018300026#bib0035>

Farías, C. (s.a). Dependencia emocional en el vínculo de la pareja. Disponible en:

https://sifp.psico.edu.uy/sites/default/files/Trabajos%20finales/%20Archivos/trabajo_final_de_grado_de_carolina_farias.pdf

Fernández, L. (2006). Fichas para investigadores: ¿Cómo analizar datos cualitativos?

Disponible en: <http://www.ub.edu/ice/recerca/pdf/ficha7-cast.pdf>

Fernández, N. (2006). Características de desarrollo psicológico del adulto. Disponible en

<https://trabajosocialucen.files.wordpress.com/2012/05/desarrollo-aduldez.pdf>

Fraternidad Mupresca. Bienestar emocional. Disponible en:

<https://www.fraternidad.com/sites/default/files/inline-files/Gu%C3%ADa%20Prevencion%20-%20Bienestar%20Emocional%20-%20v2%20%28protegida%29.pdf?portal=previene>

García, D. (2014). Narración del duelo en ruptura amorosa. Pág. 290. Disponible en línea:

<http://www.ucb.edu.bo/publicaciones/Ajayu/v12n2/v12n2a07.pdf>

García F, Fuentes R y Sánchez A. “Amor, satisfacción en la pareja y resolución de conflictos en adultos jóvenes” (2016) vol. 14. Disponible en:

<http://www.redalyc.org/pdf/4615/461546437004.pdf>

García, F., Ilabaca, D. (2013). Ruptura de pareja, afrontamiento y bienestar psicológico en adultos jóvenes. Pág. 158-161. Disponible en:

<https://www.ucb.edu.bo/publicaciones/ajayu/v11n2/v11n2a03.pdf>

García, F. Manquian, E. y Rivas, G. (2016). Bienestar psicológico, estrategias de afrontamiento y apoyo social en cuidadores informales. Disponible en

<http://www.psicoperspectivas.cl/index.php/psicoperspectivas/article/viewFile/770/560>

García, G., Linares, C. (2014). Relaciones de pareja en las/os estudiantes universitarios/as y sus implicancias en sus interacciones sociales, Tacna 2011. Rev. Perú. Disponible en:

<https://www.aulavirtualusmp.pe/ojs/index.php/rpoe/article/viewFile/707/553>

Garrido, A. et al. (2007). La vida en pareja: un asunto a negociar. Vol. 12. Disponible en:

<http://www.redalyc.org/pdf/292/29212212.pdf>

GFK Adimark (2018). Los chilenos y el amor. Disponible en

https://www.adimark.cl/es/estudios/documentos/gfk%20adimark_los%20chilenos%20y%20el%20amor_2018.pdf

Goldberg, B. (2004). Tuyos, míos, nuestros: cómo rearmar y disfrutar de la familia después del divorcio. Buenos aires: Lumen.

Gómez, F. (2014). Relaciones de pareja como instancia propicia para la progresión de sí mismo, bajo la regulación de las necesidades de individuación e identificación. Disponible en

<http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/134246/TESIS%20MAGISTER%20FELIPE%20GOMEZ.pdf;sequence=1>

González, S. y Espinosa, M. (2004). Parejas jóvenes y divorcio. Disponible en <http://revistas.unam.mx/index.php/rep/article/viewFile/22817/21543>

Guzmán, B. (s.a). Relaciones de pareja: diferentes formas para designar las relaciones afectivas en el lenguaje juvenil chileno. Disponible en http://www.academia.edu/4631742/RELACIONES_DE_PAREJA_DIFERENTES_FORMAS_PARA_DESIGNAR_LAS_RELACIONES_AFECTIVAS_EN_EL LENGUAJE_JUVENIL_CHILENO

Guzmán, M. Contreras, P. (2012). Estilos de apego en relaciones de pareja y su asociación con la satisfacción marital. Vol. 21. Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-22282012000100005

Hernando, A. Maraver, P. y Pazos, M. (2016). Experiencias positivas y negativas en relaciones de pareja de jóvenes y adolescentes. Vol.25. Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0719-05812016000200007

Hernández, J. (2011). Las relaciones afectivas y los procesos de subjetivación y formación de la identidad en el bachillerato. Disponible en http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-26982012000100008

Herriko, E. (s.a.). Relaciones interpersonales. Generalidades. Disponible en <http://www.ehu.eus/xabier.zupiria/liburuak/relacion/1.pdf>

Jaloma, J y López, A. (2013). Relaciones afectivas de estudiantes universitarios en un espacio intercultural: caso UVI Selvas. Tesis de grado de maestras en psicología y desarrollo comunitario. Disponible en:

<https://cdigital.uv.mx/bitstream/handle/123456789/34522/jalomacruz.pdf?sequence=1>

Jaramillo, M. (2015). Estrategias de afrontamiento tras una ruptura de relaciones afectivas en jóvenes adultos de la carrera de ciencias de la comunicación social del área de la educación, arte

y comunicación, de la universidad nacional de Loja, Mayo-Junio 2015. Tesis previa a la obtención del título de psicóloga clínica. Pág. 4. Disponible en:

<http://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/14191/1/1.%20TESIS%20MAR%C3%8DA%20EMILIA%20JARAMILLO.pdf>

Jiménez, G. (2012). Teorías del desarrollo III. Disponible en

http://www.aliat.org.mx/BibliotecasDigitales/Educacion/Teorias_del_desarrollo_III.pdf

Krippendorff, K. (1990). Metodología de análisis de contenido: teórica y práctica.

Disponible en:

https://books.google.cl/books/about/Metodolog%C3%ADa_de_an%C3%A1lisis_de_contenido.html?id=LLxY6i9P5S0C

Larrosa, J. (s.a). sobre la experiencia. Disponible en

http://files.practicadesubjetivacion.webnode.es/200000018-/_la_experiencia_Larrosa.pdf

Londoño, C. (2014). Factores que permiten a las parejas permanecer unidas y satisfechas.

Disponible en

<https://repository.upb.edu.co/bitstream/handle/20.500.11912/2337/TESIS.pdf?sequence=1>

López, L (2009). Erotomania, amor y enamoramiento. Contradicciones. Vol.

29. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0211-57352009000100012

Martínez, C. (2011). El muestreo en investigación cualitativa, Principios básicos y algunas controversias. Disponible en: <http://www.scielo.br/pdf/csc/v17n3/v17n3a06.pdf>

Meil, G. La pareja en los proyectos vitales de las nuevas generaciones: deseos y realidades. Disponible en: http://www.injuve.es/sites/default/files/revista67_tema3.pdf

Melgarejo, A. Aguirre, D y Cabrera, N. (2015). Consecuencias en las Relaciones Interpersonales que genera la primera experiencia laboral. Disponible es:

http://www.enfermeria.fcm.unc.edu.ar/biblioteca/tesis/maquin_melgarejo_andrea.pdf

Mínguez, L. Álvarez, L. (2013). Estilos de apego y estilo de amar. Disponible en: <https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/3007/MinguezMartinezL.pdf?sequence=1>

Mora, J (2007). Comprensión del enamoramiento. Vol. 2. Disponible en: http://dehesa.unex.es/bitstream/handle/10662/2175/1886-4945_2_363.pdf?sequence=1

Mora M y Oliveira O. “Los jóvenes en los inicios de la vida adulta: trayectorias transiciones y subjetividades” (2009) vol. XXVII. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/598/59820689009.pdf>

Moreno, J y Esparza, E. (s. a.). Integración académica en psicología. Rev. de la asociación latinoamericana para la formación y enseñanza de la psicología. Disponible en: <http://integracion-academica.org/component/content/article/14-volumen-2-numero-5-2014/63-estrategias-de-afrontamiento-en-la-ruptura-de-pareja>

Moreno, J y Esparza, E. (2014) “Estrategias de afrontamiento en la ruptura de pareja”.

Disponible en: <http://integracion-academica.org/14-volumen-2-numero-5-2014/63-estrategias-de-afrontamiento-en-la-ruptura-de-pareja>

Mozkeda, J. (2017). Relación interpersonal. Disponible en:

<https://es.scribd.com/document/362086551/relacion-interpersonal-docx>

Navarro, J, Ospino, K y Polo, N. (2014). Estrategias de afrontamiento y la ruptura amorosa en adolescentes de una universidad privada de Cartagena. Trabajo de investigación para optar al título de psicólogos. Disponible en:

https://bibliotecadigital.usb.edu.co/bitstream/10819/6069/1/Estrategias%20de%20Afrontamiento%20ruptura%20amorosa_Jordy%20Navarro_2018.pdf

Obiols, M. y Pérez, N. (2011). Bienestar emocional, satisfacción en la vida y felicidad.

Disponible en: [http://www.ub.edu/grop/wp-](http://www.ub.edu/grop/wp-content/uploads/2014/03/Bienestar_emocional_satisfaccion_en_la_v.pdf)

[content/uploads/2014/03/Bienestar_emocional_satisfaccion_en_la_v.pdf](http://www.ub.edu/grop/wp-content/uploads/2014/03/Bienestar_emocional_satisfaccion_en_la_v.pdf)

Olvarria, J. (2014). Transformaciones de la familia conyugal en Chile en el período de la transición democrática (1990-2011). Disponible en

https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-65682014000100025

Orcasita, L. Uribe, A. (2010). La importancia del apego social en el bienestar de los adolescentes. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/psych/v4n2/v4n2a07.pdf>

Orgilés, M y Piñero, J. (2006). ¿Existe relación entre el abuso de drogas y la ruptura de pareja? Análisis de la percepción de ambos cónyuges sobre las causas de su separación.

Salud y

drogas. Disponible en: <http://www.redalyc.org/html/839/83960206/>

Ortega, A. y Salanova, M. (2016). Evolución de los modelos sobre el afrontamiento del estrés: hacia el coping positivo. Disponible en https://www.researchgate.net/publication/301235480_Evolucion_de_los_modelos_sobre_el_afrontamiento_del_estres_hacia_el_coping_positivo

Ortega, P. (2016). Dolor y sufrimiento: actualización y abordaje enfermero. Disponible en https://biblioteca.unirioja.es/tfe_e/TFE002084.pdf

Pabón, M. (2016). Relación de pareja en la unión libre- estudio de caso. Disponible en http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-21612016000200008

Papalia, D. Feldman, R y Martorell, G. (2012). Desarrollo humano. Disponible en <https://adrianaboterochoa.files.wordpress.com/2015/03/desarrollo-humano.pdf>

Parra, J. (2008). Experiencia emocional y ruptura de la pareja. Pág. 5. Disponible en: <https://summa.upsa.es/high.raw?id=0000029326&name=00000001.original.pdf>

Paz, J. (2010). Relaciones y parejas saludables: cómo disfrutar del sexo y del amor. Disponible en: http://www.formajoven.org/AdminFJ/doc_recursos/2012210135756201.pdf

Peñañiel, O. (2011). Ruptura amorosa y terapia narrativa. Pág. 3. Disponible en: <http://www.scielo.org.bo/pdf/rap/v9n1/v9n1a2.pdf>

Pérez, N. (2016) “Deconstruyendo el amor romántico para prevenir la violencia de género”. Trabajo fin de grado. Disponible en: <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/3475/Deconstruyendo%20el%20Amor%20Romantico%20para%20prevenir%20la%20Violencia%20de%20Genero%20%20%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Pinto, B. (2012). Psicología del amor. Disponible en:

https://www.researchgate.net/publication/256791293_Psicologia_del_amor

Ralph, E. (2011) “Cuando termino una relación amorosa”. Disponible en: [https://bpintot-](https://bpintot-bismarck.blogspot.com/2011_02_22_archive.html)

[bismarck.blogspot.com/2011_02_22_archive.html](https://bpintot-bismarck.blogspot.com/2011_02_22_archive.html)

Ramos, B. (S.a)” El duelo por ruptura de pareja. Una propuesta para comprender y tratar este tipo de duelo. Disponible en: <https://www.coursehero.com/file/42228409/Duelo-por-rupturapdf/>

Real academia española. Experiencia. Disponible en <http://dle.rae.es/?id=HleIZIn>

Rev. Muy interesante. (2017). Las razones por las que las parejas rompen según la ciencia.

Disponible en <https://www.muyinteresante.es/salud/articulo/las-razones-por-las-que-las-parejas-rompen-segun-la-ciencia-691503389029>

Rev. Psicología Online. (2012). ¿Qué es el afrontamiento? Disponible en

<http://menteypsicologia.blogspot.com/2012/11/que-es-el-afrontamiento.html>

Riffo, E. (2013). Violencia en la pareja de jóvenes: una mirada desde los discursos de jóvenes de un Colegio de la comuna de Maipú. Disponible en

<http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/130489/TESIS%20MAGISTER%20PSICOLOGIA%20.pdf?sequence=1>

Rivera, D. Cruz, C. y Muñoz, C. (2011). Satisfacción en las relaciones de pareja en la adultez emergente: El rol del apego, la intimidad y la depresión. Vol.29. Disponible en:

https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-48082011000100008

Rodríguez, T. y Rodríguez, Z. (2016). El amor y las nuevas tecnologías: Experiencias de comunicación y conflicto. Disponible

en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=34642628002>

Rojas, Y. y Guzmán, M. (2016). Psicoterapia y crecimiento postraumático en el contexto del divorcio y separación. Salud y sociedad. Pág. 55 y 321. Disponible en:

<http://www.redalyc.org/pdf/4397/439749582006.pdf>

Romo, J. (2008). Estudiantes universitarios y sus relaciones de pareja: de sus experiencias y proyectos de vida. Disponible en

http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-66662008000300006

Sacanell, E. (2016). “¿Cómo se lo digo? El arte de las conversaciones difíciles. El impulso de cambios efectivos a través del dialogo. Disponible en:

<https://librosdecabecera.s3.amazonaws.com/book/92/capitulo-gratis-como-se-lo-digo-el-arte-de-las-conversaciones-dificiles.pdf>

Sánchez, R y Martínez, R. (2014). Causas y caracterización de las etapas de duelo romántico. Acta de investigación psicol. Vol. 4. Disponible en:

http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-48322014000100002

Sepúlveda, P (2017). Diario la tercera. Disponible en

<https://www.latercera.com/noticia/solo-49-los-menores-30-anos-pais-estan-casados/>

Soriano, J. (2002). Reflexiones sobre el concepto de afrontamiento en psicooncología.

Disponible en <https://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N75-4.pdf>

Sueiro T. (2018) “Los celos y el amor romántico en los jóvenes”. Disponible en:

https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-48082011000100008

Tenorio, N. (2010). ¿Qué tan modernos somos? El amor y la relación de pareja en el

México contemporáneo. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/644/64416133004.pdf>

Torres, T. Ojeda, A. (2009). El compromiso y la estabilidad en la pareja: Definición y dimensiones dentro de la población mexicana. Vol.17. Disponible en:
<http://www.redalyc.org/pdf/1339/133912613005.pdf>

Ubillos S. Páez D. y Zubietta E. “Capítulo XV: Relaciones íntimas: Atracción, amor y cultura.”. Disponible en:
<https://www.ehu.eus/documents/1463215/1504276/Capitulo+XV.pdf>

Van Dalen, D. y Meyer, W. (2006). La investigación descriptiva. Disponible en:
<https://noemagico.blogia.com/2006/091301-la-investigaci-n-descriptiva.php>

119

Vargas J, Ibáñez E. y Hernández M. “Selección de pareja y diferenciación: Un estudio cualitativo” (2013) vol. 17. Disponible en:

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-339X2013000200009

Weinstein, E. (2006). Parejas (im)perfectas. Santiago de Chile: El Mercurio/Aguilar

Zabala, G. (s.a). La ruptura de pareja. Disponible en:

<https://es.scribd.com/document/319598592/3-LA-RUPTURA-DE-PAREJA-pdf>

Zapata, R. Cano, A. y Moya, J. (2002). Tareas del desarrollo en la edad adulta. Disponible

en: http://madrid.quned.es/archivos_publicos/webex_actividades/4805/bienestariivj2.pdf

ANEXOS.



Viña del Mar, Mayo de 2019

CARTA DE SOLICITUD

Director:

PRESENTE:

Tania Cáceres Pérez, RUT 19.394.129-K y Nikole Vargas Leal RUT 19.121.776-0, alumnas de último año de la carrera de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de las Américas (UDLA), Viña del Mar, quienes actualmente se encuentra desarrollando su tesis para la obtención del Grado Licenciado en Psicología, solicita a usted autorización para la aplicación de entrevistas cuyo propósito es obtener información, en el marco de la investigación titulada: "Rupturas amorosas en estudiantes de la Universidad de las Américas: Experiencias de la actual intimidad-aislamiento".

Quien suscribe, Boris Cajas Luna, Profesor Guía de Seminario de Grado I y II, solicita a Usted utilizar las dependencias la Universidad de las Américas, Campus Los Castaños, Viña del Mar, para llevar a cabo la mencionada investigación con los estudiantes que deseen participar voluntariamente. Respecto a lo anterior y en conformidad a lo acordado en el artículo 10 del código de Ética del Colegio de Psicólogos de Chile, sepa Usted, que se tomarán todos los resguardos que una investigación científica involucran, dentro de éstos, consentimiento informado, así como la confidencialidad de cada uno de los participantes.

Se entregará a las autoridades de la Universidad de las Américas, un ejemplar digital del estudio investigativo, una vez haya concluido el proceso.

Sin otro particular y esperando una buena acogida de la presente solicitud,
Saludan atentamente a usted.

**Tania Cáceres
Pérez**
Alumna Investigadora

**Nikole Vargas
Leal**
Alumna Investigadora

Boris Cajas Luna
Profesor Guía de la
Investigación
UDLA Viña del Mar

Autenticado
[Firma]

24/05/19



Scanned with
CamScanner



Viña del Mar, Mayo de 2019

CARTA DE SOLICITUD

Director: *Marcela Varas Rocco*

PRESENTE:

Tania Cáceres Pérez, RUT 19.394.129-K y Nikole Vargas Leal RUT 19.121.776-0, alumnas de último año de la carrera de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de las Américas (UDLA), Viña del Mar, quienes actualmente se encuentra desarrollando su tesis para la obtención del Grado Licenciado en Psicología, solicita a usted autorización para la aplicación de entrevistas cuyo propósito es obtener información, en el marco de la investigación titulada: "Rupturas amorosas en estudiantes de la Universidad de las Américas: Experiencias de la actual intimidad-aislamiento".

Quien suscribe, Boris Cajas Luna, Profesor Guía de Seminario de Grado I y II, solicita a Usted utilizar las dependencias la Universidad de las Américas, Campus Los Castaños, Viña del Mar, para llevar a cabo la mencionada investigación con los estudiantes que deseen participar voluntariamente. Respecto a lo anterior y en conformidad a lo acordado en el artículo 10° del código de Ética del Colegio de Psicólogos de Chile, sepa Usted, que se tomarán todos los resguardos que una investigación científica involucran, dentro de éstos, consentimiento informado, así como la confidencialidad de cada uno de los participantes.

Se entregará a las autoridades de la Universidad de las Américas, un ejemplar digital del estudio investigativo, una vez haya concluido el proceso.

Sin otro particular y esperando una buena acogida de la presente solicitud,

Saludan atentamente a usted.

**Tania Cáceres
Pérez**
Alumna Investigadora

**Nikole Vargas
Leal**
Alumna Investigadora

Boris Cajas Luna
Profesor Guía de la
Investigación
UDLA Viña del Mar

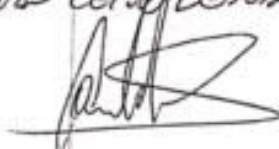


Scanned with
CamScanner

Viña del Mar, Mayo de 2019

CARTA DE SOLICITUD

Director:

*Folia Leizaola***PRESENTE:**

Tania Cáceres Pérez, RUT 19.394.129-K y Nikole Vargas Leal RUT 19.121.776-0, alumnas de último año de la carrera de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de las Américas (UDLA), Viña del Mar, quienes actualmente se encuentra desarrollando su tesis para la obtención del Grado Licenciado en Psicología, solicita a usted autorización para la aplicación de entrevistas cuyo propósito es obtener información, en el marco de la investigación titulada: "Rupturas amorosas en estudiantes de la Universidad de las Américas: Experiencias de la actual intimidad-aislamiento".

Quien suscribe, Boris Cajas Luna, Profesor Guía de Seminario de Grado I y II, solicita a Usted utilizar las dependencias la Universidad de las Américas, Campus Los Castaños, Viña del Mar, para llevar a cabo la mencionada investigación con los estudiantes que deseen participar voluntariamente. Respecto a lo anterior y en conformidad a lo acordado en el artículo 10 del código de Ética del Colegio de Psicólogos de Chile, sepa Usted, que se tomarán todos los resguardos que una investigación científica involucran, dentro de éstos, consentimiento informado, así como la confidencialidad de cada uno de los participantes.

Se entregará a las autoridades de la Universidad de las Américas, un ejemplar digital del estudio investigativo, una vez haya concluido el proceso.

Sin otro particular y esperando una buena acogida de la presente solicitud,
Saludan atentamente a usted.



**Tania Cáceres
Pérez**
Alumna Investigadora

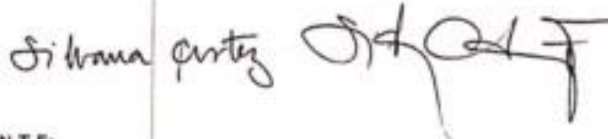


**Nikole Vargas
Leal**
Alumna Investigadora

Boris Cajas Luna
Profesor Guía de la
Investigación
UDLA Viña del Mar

Scanned with
CamScanner

Viña del Mar, Mayo de 2019

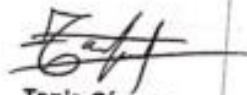
CARTA DE SOLICITUDDirector: **PRESENTE:**

Tania Cáceres Pérez, RUT 19.394.129-K y Nikole Vargas Leal RUT 19.121.776-0, alumnas de último año de la carrera de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de las Américas (UDLA), Viña del Mar, quienes actualmente se encuentra desarrollando su tesis para la obtención del Grado Licenciado en Psicología, solicita a usted autorización para la aplicación de entrevistas cuyo propósito es obtener información, en el marco de la investigación titulada: "Rupturas amorosas en estudiantes de la Universidad de las Américas: Experiencias de la actual intimidad-aislamiento".

Quien suscribe, Boris Cajas Luna, Profesor Guía de Seminario de Grado I y II, solicita a Usted utilizar las dependencias la Universidad de las Américas, Campus Los Castaños, Viña del Mar, para llevar a cabo la mencionada investigación con los estudiantes que deseen participar voluntariamente. Respecto a lo anterior y en conformidad a lo acordado en el artículo 10 del código de Ética del Colegio de Psicólogos de Chile, sepa Usted, que se tomarán todos los resguardos que una investigación científica involucran, dentro de éstos, consentimiento informado, así como la confidencialidad de cada uno de los participantes.

Se entregará a las autoridades de la Universidad de las Américas, un ejemplar digital del estudio investigativo, una vez haya concluido el proceso.

Sin otro particular y esperando una buena acogida de la presente solicitud,
Saludan atentamente a usted.


**Tania Cáceres
Pérez**
Alumna Investigadora
**Nikole Vargas
Leal**
Alumna Investigadora**Boris Cajas Luna**
Profesor Guía de la
Investigación
UDLA Viña del MarScanned with
CamScanner

CARTA DE SOLICITUD

Director:

Gabriela Lizama Pomero

Lizama

PRESENTE:

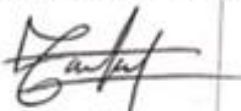
Tania Cáceres Pérez, RUT 19.394.129-K y Nikole Vargas Leal RUT 19.121.776-0, alumnas de último año de la carrera de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de las Américas (UDLA), Viña del Mar, quienes actualmente se encuentra desarrollando su tesis para la obtención del Grado Licenciado en Psicología, solicita a usted autorización para la aplicación de entrevistas cuyo propósito es obtener información, en el marco de la investigación titulada: "Rupturas amorosas en estudiantes de la Universidad de las Américas: Experiencias de la actual intimidad-aislamiento".

Quien suscribe, Boris Cajas Luna, Profesor Guía de Seminario de Grado I y II, solicita a Usted utilizar las dependencias la Universidad de las Américas, Campus Los Castaños, Viña del Mar, para llevar a cabo la mencionada investigación con los estudiantes que deseen participar voluntariamente. Respecto a lo anterior y en conformidad a lo acordado en el artículo 10 del código de Ética del Colegio de Psicólogos de Chile, sepa Usted, que se tomarán todos los resguardos que una investigación científica involucran, dentro de éstos, consentimiento informado, así como la confidencialidad de cada uno de los participantes.

Se entregará a las autoridades de la Universidad de las Américas, un ejemplar digital del estudio investigativo, una vez haya concluido el proceso.

Sin otro particular y esperando una buena acogida de la presente solicitud,

Saludan atentamente a usted.



**Tania Cáceres
Pérez**
Alumna Investigadora



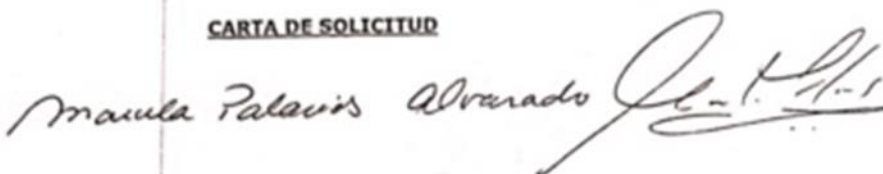
**Nikole Vargas
Leal**
Alumna Investigadora

Boris Cajas Luna
Profesor Guía de la
Investigación
UDLA Viña del Mar

Viña del Mar, Mayo de 2019

CARTA DE SOLICITUD

Director:

**PRESENTE:**

Tania Cáceres Pérez, RUT 19.394.129-K y Nikole Vargas Leal RUT 19.121.776-0, alumnas de último año de la carrera de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de las Américas (UDLA), Viña del Mar, quienes actualmente se encuentra desarrollando su tesis para la obtención del Grado Licenciado en Psicología, solicita a usted autorización para la aplicación de entrevistas cuyo propósito es obtener información, en el marco de la investigación titulada: "Rupturas amorosas en estudiantes de la Universidad de las Américas: Experiencias de la actual intimidad-aislamiento".

Quien suscribe, Boris Cajas Luna, Profesor Guía de Seminario de Grado I y II, solicita a Usted utilizar las dependencias la Universidad de las Américas, Campus Los Castaños, Viña del Mar, para llevar a cabo la mencionada investigación con los estudiantes que deseen participar voluntariamente. Respecto a lo anterior y en conformidad a lo acordado en el artículo 10 del código de Ética del Colegio de Psicólogos de Chile, sepa Usted, que se tomarán todos los resguardos que una investigación científica involucran, dentro de éstos, consentimiento informado, así como la confidencialidad de cada uno de los participantes.

Se entregará a las autoridades de la Universidad de las Américas, un ejemplar digital del estudio investigativo, una vez haya concluido el proceso.

Sin otro particular y esperando una buena acogida de la presente solicitud,

Saludan atentamente a usted.



**Tania Cáceres
Pérez**
Alumna Investigadora



**Nikole Vargas
Leal**
Alumna Investigadora

Boris Cajas Luna
Profesor Guía de la
Investigación
UDLA Viña del Mar



Viña del Mar, Mayo de 2019

CARTA DE SOLICITUD

Director:

Paola Ruiz A

PRESENTE:

Tania Cáceres Pérez, RUT 19.394.129-K y Nikole Vargas Leal RUT 19.121.776-0, alumnas de último año de la carrera de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de las Américas (UDLA), Viña del Mar, quienes actualmente se encuentra desarrollando su tesis para la obtención del Grado Licenciado en Psicología, solicita a usted autorización para la aplicación de entrevistas cuyo propósito es obtener información, en el marco de la investigación titulada: "Rupturas amorosas en estudiantes de la Universidad de las Américas: Experiencias de la actual intimidad-aislamiento".

Quien suscribe, Boris Cajas Luna, Profesor Guía de Seminario de Grado I y II, solicita a Usted utilizar las dependencias la Universidad de las Américas, Campus Los Castaños, Viña del Mar, para llevar a cabo la mencionada investigación con los estudiantes que deseen participar voluntariamente. Respecto a lo anterior y en conformidad a lo acordado en el artículo 10 del código de Ética del Colegio de Psicólogos de Chile, sepa Usted, que se tomarán todos los resguardos que una investigación científica involucran, dentro de éstos, consentimiento informado, así como la confidencialidad de cada uno de los participantes.

Se entregará a las autoridades de la Universidad de las Américas, un ejemplar digital del estudio investigativo, una vez haya concluido el proceso.

Sin otro particular y esperando una buena acogida de la presente solicitud,

Saludan atentamente a usted.

**Tania Cáceres
Pérez**
Alumna Investigadora

**Nikole Vargas
Leal**
Alumna Investigadora

Boris Cajas Luna
Profesor Guía de la
Investigación
UDLA Viña del Mar



Scanned with
CamScanner



Viña del Mar, Mayo de 2019

CARTA DE SOLICITUD

Director: Iván Echeverri Henríquez



PRESENTE:

Tania Cáceres Pérez, RUT 19.394.129-K y Nikole Vargas Leal RUT 19.121.776-0, alumnas de último año de la carrera de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de las Américas (UDLA), Viña del Mar, quienes actualmente se encuentra desarrollando su tesis para la obtención del Grado Licenciado en Psicología, solicita a usted autorización para la aplicación de entrevistas cuyo propósito es obtener información, en el marco de la investigación titulada: "Rupturas amorosas en estudiantes de la Universidad de las Américas: Experiencias de la actual intimidad-aislamiento".

Quien suscribe, Boris Cajas Luna, Profesor Guía de Seminario de Grado I y II, solicita a Usted utilizar las dependencias la Universidad de las Américas, Campus Los Castaños, Viña del Mar, para llevar a cabo la mencionada investigación con los estudiantes que deseen participar voluntariamente. Respecto a lo anterior y en conformidad a lo acordado en el artículo 10 del código de Ética del Colegio de Psicólogos de Chile, sepa Usted, que se tomarán todos los resguardos que una investigación científica involucran, dentro de éstos, consentimiento informado, así como la confidencialidad de cada uno de los participantes.

Se entregará a las autoridades de la Universidad de las Américas, un ejemplar digital del estudio investigativo, una vez haya concluido el proceso.

Sin otro particular y esperando una buena acogida de la presente solicitud,
Saludan atentamente a usted.

**Tania Cáceres
Pérez**
Alumna Investigadora

**Nikole Vargas
Leal**
Alumna Investigadora

Boris Cajas Luna
Profesor Guía de la
Investigación
UDLA Viña del Mar



Scanned with
CamScanner

Viña del Mar, Mayo de 2019

CARTA DE SOLICITUDDirector: *M. Juan Manuel C.*
(Derecho, VL)**PRESENTE:**

Tania Cáceres Pérez, RUT 19.394.129-K y Nikole Vargas Leal RUT 19.121.776-0, alumnas de último año de la carrera de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de las Américas (UDLA), Viña del Mar, quienes actualmente se encuentra desarrollando su tesis para la obtención del Grado Licenciado en Psicología, solicita a usted autorización para la aplicación de entrevistas cuyo propósito es obtener información, en el marco de la investigación titulada: "Rupturas amorosas en estudiantes de la Universidad de las Américas: Experiencias de la actual intimidad-aislamiento".

Quien suscribe, Boris Cajas Luna, Profesor Guía de Seminario de Grado I y II, solicita a Usted utilizar las dependencias la Universidad de las Américas, Campus Los Castaños, Viña del Mar, para llevar a cabo la mencionada investigación con los estudiantes que deseen participar voluntariamente. Respecto a lo anterior y en conformidad a lo acordado en el artículo 10 del código de Ética del Colegio de Psicólogos de Chile, sepa Usted, que se tomarán todos los resguardos que una investigación científica involucran, dentro de éstos, consentimiento informado, así como la confidencialidad de cada uno de los participantes.

Se entregará a las autoridades de la Universidad de las Américas, un ejemplar digital del estudio investigativo, una vez haya concluido el proceso.

Sin otro particular y esperando una buena acogida de la presente solicitud,
Saludan atentamente a usted.

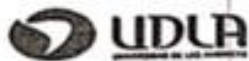


**Tania Cáceres
Pérez**
Alumna Investigadora



**Nikole Vargas
Leal**
Alumna Investigadora

Boris Cajas Luna
Profesor Guía de la
Investigación
UDLA Viña del Mar



Viña del Mar, Mayo de 2019

CARTA DE SOLICITUD

Director: *Amir Luis Esquivel*

PRESENTE:

Tania Cáceres Pérez, RUT 19.394.129-K y Nikole Vargas Leal RUT 19.121.776-0, alumnas de último año de la carrera de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de las Américas (UDLA), Viña del Mar, quienes actualmente se encuentran desarrollando su tesis para la obtención del Grado Licenciado en Psicología, solicita a usted autorización para la aplicación de entrevistas cuyo propósito es obtener información, en el marco de la investigación titulada: "Rupturas amorosas en estudiantes de la Universidad de las Américas: Experiencias de la actual intimidad-aislamiento".

Quien suscribe, Boris Cajas Luna, Profesor Guía de Seminario de Grado I y II, solicita a Usted utilizar las dependencias la Universidad de las Américas, Campus Los Castaños, Viña del Mar, para llevar a cabo la mencionada investigación con los estudiantes que deseen participar voluntariamente. Respecto a lo anterior y en conformidad a lo acordado en el artículo 10 del código de Ética del Colegio de Psicólogos de Chile, sepa Usted, que se tomarán todos los resguardos que una investigación científica involucran, dentro de éstos, consentimiento informado, así como la confidencialidad de cada uno de los participantes.

Se entregará a las autoridades de la Universidad de las Américas, un ejemplar digital del estudio investigativo, una vez haya concluido el proceso.

Sin otro particular y esperando una buena acogida de la presente solicitud,

Saludan atentamente a usted.

**Tania Cáceres
Pérez**
Alumna Investigadora

**Nikole Vargas
Leal**
Alumna Investigadora

Boris Cajas Luna
Profesor Guía de la
Investigación
UDLA Viña del Mar



Scanned with
CamScanner

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo Datmara Santibañez, RUT 19.326.807-2
certifico que he sido informado(a) con la claridad y veracidad debida respecto al ejercicio académico que las estudiantes NIKOLE VARGAS LEAL, RUT 19.124.776-0 y TANIA CÁCERES PÉREZ, RUT 19.394.129-K me han invitado a participar; que actúo consecuente, libre y voluntariamente como colaborador, contribuyendo a este procedimiento de forma activa. Soy conocedor(a) de la autonomía suficiente que poseo para retirarme u oponerme al ejercicio académico, cuando estime conveniente y sin necesidad de justificación alguna. Al mismo tiempo, soy consciente que no se me hará una devolución personal de forma escrita y que no se trata de una intervención con fines de tratamiento psicológico. Por último, estoy al tanto de que mi información se utilizará de forma respetable y bajo los estándares de confidencialidad, poniendo en primer lugar mi seguridad física y psicológica.



NIKOLE VARGAS LEAL

19.124.776-0



TANIA CÁCERES PÉREZ

19.394.129-K

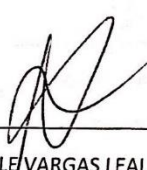

NOMBRE: Datmara Santibañez
RUT: 19.326.807-2



CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo Tania Cáceres Pérez, RUT 19.394.129-K

certifico que he sido informado(a) con la claridad y veracidad debida respecto al ejercicio académico que las estudiantes NIKOLE VARGAS LEAL, RUT 19.124.776-0 y TANIA CÁCERES PÉREZ, RUT 19.394.129-K me han invitado a participar; que actúo consecuente, libre y voluntariamente como colaborador, contribuyendo a este procedimiento de forma activa. Soy conocedor(a) de la autonomía suficiente que poseo para retirarme u oponerme al ejercicio académico, cuando estime conveniente y sin necesidad de justificación alguna. Al mismo tiempo, soy consciente que no se me hará una devolución personal de forma escrita y que no se trata de una intervención con fines de tratamiento psicológico. Por último, estoy al tanto de que mi información se utilizará de forma respetable y bajo los estándares de confidencialidad, poniendo en primer lugar mi seguridad física y psicológica.


NIKOLE VARGAS LEAL
19.124.776-0


TANIA CÁCERES PÉREZ
19.394.129-K

NOMBRE: Tania Cáceres Pérez

RUT: 19.394.129-K



Scanned with
CamScanner

CONSENTIMIENTO INFORMADO

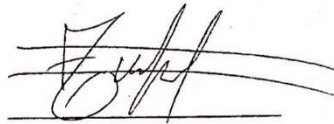
Yo Daniela Jara, RUT 19.698.982-K

certifico que he sido informado(a) con la claridad y veracidad debida respecto al ejercicio académico que las estudiantes NIKOLE VARGAS LEAL, RUT 19.124.776-0 y TANIA CÁCERES PÉREZ, RUT 19.394.129-K me han invitado a participar; que actúo consecuente, libre y voluntariamente como colaborador, contribuyendo a este procedimiento de forma activa. Soy conocedor(a) de la autonomía suficiente que poseo para retirarme u oponerme al ejercicio académico, cuando estime conveniente y sin necesidad de justificación alguna. Al mismo tiempo, soy consciente que no se me hará una devolución personal de forma escrita y que no se trata de una intervención con fines de tratamiento psicológico. Por último, estoy al tanto de que mi información se utilizará de forma respetable y bajo los estándares de confidencialidad, poniendo en primer lugar mi seguridad física y psicológica.



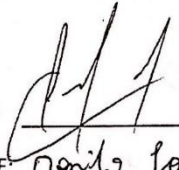
NIKOLE VARGAS LEAL

19.124.776-0



TANIA CÁCERES PÉREZ

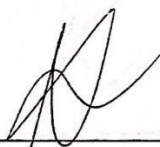
19.394.129-K

NOMBRE: Daniela JaraRUT: 19.698.982-K

CONSENTIMIENTO INFORMADO

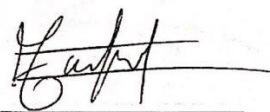
Yo Camila Apablaza Toledo, RUT 19.612.251-6

certifico que he sido informado(a) con la claridad y veracidad debida respecto al ejercicio académico que las estudiantes NIKOLE VARGAS LEAL, RUT 19.124.776-0 y TANIA CÁCERES PÉREZ, RUT 19.394.129-K me han invitado a participar; que actúo consecuente, libre y voluntariamente como colaborador, contribuyendo a este procedimiento de forma activa. Soy conocedor(a) de la autonomía suficiente que poseo para retirarme u oponerme al ejercicio académico, cuando estime conveniente y sin necesidad de justificación alguna. Al mismo tiempo, soy consciente que no se me hará una devolución personal de forma escrita y que no se trata de una intervención con fines de tratamiento psicológico. Por último, estoy al tanto de que mi información se utilizará de forma respetable y bajo los estándares de confidencialidad, poniendo en primer lugar mi seguridad física y psicológica.



NIKOLE VARGAS LEAL

19.124.776-0



TANIA CÁCERES PÉREZ

19.394.129-K



NOMBRE: Camila Apablaza

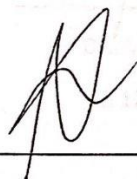
RUT: 19.612.251-6



Scanned with
CamScanner

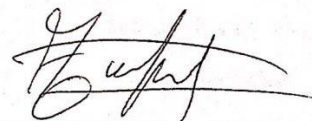
CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo Karisma Muñoz Valencia, RUT 19.786.972-0
certifico que he sido informado(a) con la claridad y veracidad debida respecto al ejercicio académico que las estudiantes NIKOLE VARGAS LEAL, RUT 19.124.776-0 y TANIA CÁCERES PÉREZ, RUT 19.394.129-K me han invitado a participar; que actúo consecuente, libre y voluntariamente como colaborador, contribuyendo a este procedimiento de forma activa. Soy conocedor(a) de la autonomía suficiente que poseo para retirarme u oponerme al ejercicio académico, cuando estime conveniente y sin necesidad de justificación alguna. Al mismo tiempo, soy consciente que no se me hará una devolución personal de forma escrita y que no se trata de una intervención con fines de tratamiento psicológico. Por último, estoy al tanto de que mi información se utilizará de forma respetable y bajo los estándares de confidencialidad, poniendo en primer lugar mi seguridad física y psicológica.



NIKOLE VARGAS LEAL

19.124.776-0



TANIA CÁCERES PÉREZ

19.394.129-K

Karisma

NOMBRE: Karisma Muñoz V.

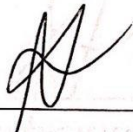
RUT: 19.786.972-0

Scanned with
CamScanner

CONSENTIMIENTO INFORMADO

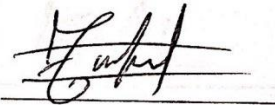
Yo Oscar Amador Ruiz, RUT 19.012.760-5

certifico que he sido informado(a) con la claridad y veracidad debida respecto al ejercicio académico que las estudiantes NIKOLE VARGAS LEAL, RUT 19.124.776-0 y TANIA CÁCERES PÉREZ, RUT 19.394.129-K me han invitado a participar; que actúo consecuente, libre y voluntariamente como colaborador, contribuyendo a este procedimiento de forma activa. Soy conocedor(a) de la autonomía suficiente que poseo para retirarme u oponerme al ejercicio académico, cuando estime conveniente y sin necesidad de justificación alguna. Al mismo tiempo, soy consciente que no se me hará una devolución personal de forma escrita y que no se trata de una intervención con fines de tratamiento psicológico. Por último, estoy al tanto de que mi información se utilizará de forma respetable y bajo los estándares de confidencialidad, poniendo en primer lugar mi seguridad física y psicológica.



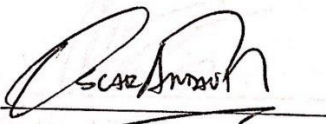
NIKOLE VARGAS LEAL

19.124.776-0



TANIA CÁCERES PÉREZ

19.394.129-K



NOMBRE: Oscar Amador Ruiz

RUT: 19.012.760-5

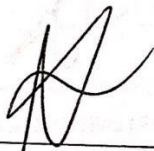


Scanned with
CamScanner

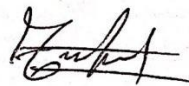
CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo TOMÁS ALISTAR MORA, RUT 18367.755-4

certifico que he sido informado(a) con la claridad y veracidad debida respecto al ejercicio académico que las estudiantes NIKOLE VARGAS LEAL, RUT 19.124.776-0 y TANIA CÁCERES PÉREZ, RUT 19.394.129-K me han invitado a participar; que actúo consecuente, libre y voluntariamente como colaborador, contribuyendo a este procedimiento de forma activa. Soy conocedor(a) de la autonomía suficiente que poseo para retirarme u oponerme al ejercicio académico, cuando estime conveniente y sin necesidad de justificación alguna. Al mismo tiempo, soy consciente que no se me hará una devolución personal de forma escrita y que no se trata de una intervención con fines de tratamiento psicológico. Por último, estoy al tanto de que mi información se utilizará de forma respetable y bajo los estándares de confidencialidad, poniendo en primer lugar mi seguridad física y psicológica.



NIKOLE VARGAS LEAL
19.124.776-0



TANIA CÁCERES PÉREZ
19.394.129-K

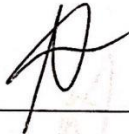


NOMBRE: TOMÁS ALISTAR MORA
RUT: 18.367.755-4

CONSENTIMIENTO INFORMADO

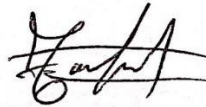
Yo Tania Angélica Cabeza, RUT 18.996.753-5

certifico que he sido informado(a) con la claridad y veracidad debida respecto al ejercicio académico que las estudiantes NIKOLE VARGAS LEAL, RUT 19.124.776-0 y TANIA CÁCERES PÉREZ, RUT 19.394.129-K me han invitado a participar; que actúo consecuente, libre y voluntariamente como colaborador, contribuyendo a este procedimiento de forma activa. Soy conocedor(a) de la autonomía suficiente que poseo para retirarme u oponerme al ejercicio académico, cuando estime conveniente y sin necesidad de justificación alguna. Al mismo tiempo, soy consciente que no se me hará una devolución personal de forma escrita y que no se trata de una intervención con fines de tratamiento psicológico. Por último, estoy al tanto de que mi información se utilizará de forma respetable y bajo los estándares de confidencialidad, poniendo en primer lugar mi seguridad física y psicológica.



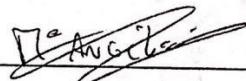
NIKOLE VARGAS LEAL

19.124.776-0



TANIA CÁCERES PÉREZ

19.394.129-K



NOMBRE: Tania Angélica Cabeza Sepúlveda

RUT: 18.996.753-5

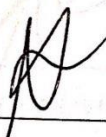


Scanned with
CamScanner

CONSENTIMIENTO INFORMADO

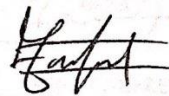
Yo Tania Oberreuter V., RUT 17944078-4

certifico que he sido informado(a) con la claridad y veracidad debida respecto al ejercicio académico que las estudiantes NIKOLE VARGAS LEAL, RUT 19.124.776-0 y TANIA CÁCERES PÉREZ, RUT 19.394.129-K me han invitado a participar; que actúo consecuente, libre y voluntariamente como colaborador, contribuyendo a este procedimiento de forma activa. Soy conocedor(a) de la autonomía suficiente que poseo para retirarme u oponerme al ejercicio académico, cuando estime conveniente y sin necesidad de justificación alguna. Al mismo tiempo, soy consciente que no se me hará una devolución personal de forma escrita y que no se trata de una intervención con fines de tratamiento psicológico. Por último, estoy al tanto de que mi información se utilizará de forma respetable y bajo los estándares de confidencialidad, poniendo en primer lugar mi seguridad física y psicológica.



NIKOLE VARGAS LEAL

19.124.776-0



TANIA CÁCERES PÉREZ

19.394.129-K



NOMBRE: Tania Oberreuter

RUT: 17944078-4



Scanned with
CamScanner

CONSENTIMIENTO INFORMADO

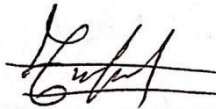
Yo Karla Rosales, RUT 18.917.490-K

certifico que he sido informado(a) con la claridad y veracidad debida respecto al ejercicio académico que las estudiantes NIKOLE VARGAS LEAL, RUT 19.124.776-0 y TANIA CÁCERES PÉREZ, RUT 19.394.129-K me han invitado a participar; que actúo consecuente, libre y voluntariamente como colaborador, contribuyendo a este procedimiento de forma activa. Soy conocedor(a) de la autonomía suficiente que poseo para retirarme u oponerme al ejercicio académico, cuando estime conveniente y sin necesidad de justificación alguna. Al mismo tiempo, soy consciente que no se me hará una devolución personal de forma escrita y que no se trata de una intervención con fines de tratamiento psicológico. Por último, estoy al tanto de que mi información se utilizará de forma respetable y bajo los estándares de confidencialidad, poniendo en primer lugar mi seguridad física y psicológica.



NIKOLE VARGAS LEAL

19.124.776-0



TANIA CÁCERES PÉREZ

19.394.129-K

18.917.490-K

NOMBRE: Karla Rosales

RUT: 18.917.490-K

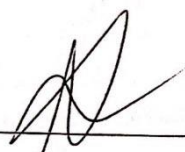


Scanned with
CamScanner

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo Valentina Díez Valdebenito, RUT 19.872.857-8

certifico que he sido informado(a) con la claridad y veracidad debida respecto al ejercicio académico que las estudiantes NIKOLE VARGAS LEAL, RUT 19.124.776-0 y TANIA CÁCERES PÉREZ, RUT 19.394.129-K me han invitado a participar; que actúo consecuente, libre y voluntariamente como colaborador, contribuyendo a este procedimiento de forma activa. Soy conocedor(a) de la autonomía suficiente que poseo para retirarme u oponerme al ejercicio académico, cuando estime conveniente y sin necesidad de justificación alguna. Al mismo tiempo, soy consciente que no se me hará una devolución personal de forma escrita y que no se trata de una intervención con fines de tratamiento psicológico. Por último, estoy al tanto de que mi información se utilizará de forma respetable y bajo los estándares de confidencialidad, poniendo en primer lugar mi seguridad física y psicológica.



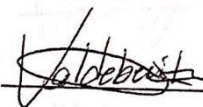
NIKOLE VARGAS LEAL

19.124.776-0



TANIA CÁCERES PÉREZ

19.394.129-K



NOMBRE:

RUT: 19.872.857-8



Scanned with
CamScanner

CONSENTIMIENTO INFORMADO

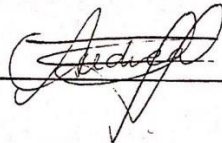
Yo Andrea Duran de Lugo, RUT 20.002.082-7
certifico que he sido informado(a) con la claridad y veracidad debida respecto al ejercicio académico que las estudiantes NIKOLE VARGAS LEAL, RUT 19.124.776-0 y TANIA CÁCERES PÉREZ, RUT 19.394.129-K me han invitado a participar; que actúo consecuente, libre y voluntariamente como colaborador, contribuyendo a este procedimiento de forma activa. Soy conocedor(a) de la autonomía suficiente que poseo para retirarme u oponerme al ejercicio académico, cuando estime conveniente y sin necesidad de justificación alguna. Al mismo tiempo, soy consciente que no se me hará una devolución personal de forma escrita y que no se trata de una intervención con fines de tratamiento psicológico. Por último, estoy al tanto de que mi información se utilizará de forma respetable y bajo los estándares de confidencialidad, poniendo en primer lugar mi seguridad física y psicológica.



NIKOLE VARGAS LEAL
19.124.776-0



TANIA CÁCERES PÉREZ
19.394.129-K



NOMBRE:

RUT: 20.002.082-7.



Scanned with
CamScanner

Viña del Mar, Mayo 2019

Srta. Ps. Beatriz Fernández.

Es grato dirigimos a usted para manifestarle en primer lugar nuestro saludo cordial. Dada su experiencia profesional y méritos académicos y personales, le solicitamos su colaboración como experta para la validación de contenido de las preguntas que conforman nuestro guion temático, el cual será aplicado a una fuente de información que tiene como finalidad recoger referencias directas para la investigación titulada "RUPTURAS AMOROSAS EN ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE LAS AMÉRICAS: EXPERIENCIAS DE LA ACTUAL INTIMIDAD-AISLAMIENTO" para así, obtener el grado académico de licenciado en psicología.

Para efectuar la validación del instrumento, usted deberá leer cuidadosamente cada enunciado, para posteriormente evaluar la pertinencia, claridad, lenguaje y coherencia, además de su nivel de utilidad.

Se le agradece cualquier sugerencia que considere relevante para mejorar el instrumento.

Muy atentamente,

Tania Cáceres Pérez y Nikole Vargas Leal



Scanned with
CamScanner

Objetivo General: Conocer las experiencias de rupturas amorosas en estudiantes de la Universidad de las Américas, sede Viña del Mar.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS	DIMENSIONES	PREGUNTAS
Profundizar en las historias de pareja de los estudiantes de la Universidad de las Américas.	Historia de vida en pareja	1. Cuéntame un poco de tu vida amorosa ¿cómo ha sido? 2. Considerando las relaciones de pareja que has construido a lo largo de tu historia, ¿Qué cosas positivas o agradables rescatarías y que ha sido lo más complejo o no tan agradable? 3. ¿Pudieras contarme cuales son los puntos más complejos y al mismo tiempo los más favorables para ti, respecto a poder formar pareja? 4. ¿Qué es lo que más te ha gustado de estar en pareja? 5. ¿Qué es lo que menos te ha gustado de estar en pareja? 6. En base a tu experiencia si pudieras cambiar o mejorar algo de tu vida amorosa ¿qué sería? 7. Desde tu punto de vista, ¿Que te ha aportado a ti como persona el haber estado en pareja?
Describir los significados que circunscriben los quiebres amorosos en estudiantes de la Universidad de las Américas, sede viña del mar.	Experiencia en ruptura amorosa	8. Profundizando en tu historia, ¿Cuál es la ruptura amorosa que más te marcó y en qué sentido? 9. ¿Cómo afrontaste esa ruptura? Y ¿Cómo te encuentras hoy respecto a ella? 10. Para entender tu experiencia ¿cómo han sido los términos de tus relaciones amorosas? 11. Coméntame que ocurre después de que tú has terminado ¿tienes alguna noción de cuanto es el tiempo en que tu ruptura? 12. Podrías decirme ¿quiénes te ofrecieron apoyo en la situación de término? Y ¿quiénes esperabas que lo hicieran?

		13. Cuéntame ¿Cómo se terminan habitualmente o en términos generales tus relaciones? 14. ¿Influyo en algún ámbito de tu vida esa o esas ruptura/as? 15. ¿Cómo has compatibilizado los estudios o tu vida académica con las situaciones amorosas? Y ¿qué ocurrió cuando terminaste en este ámbito?
Describir a través del relato de los estudiantes de la Universidad de las Américas, la mirada ante una nueva relación amorosa	Nueva mirada ante una relación	16. ¿Qué lugar ocupa en tu vida hoy tener pareja? Y ¿esto lo vez en tu futuro? 17. ¿Qué herramientas o recursos tienes actualmente para enfrentar una nueva relación? Y ¿Qué aspectos personales sientes que aún te falta trabajar, para enfrentar una relación nueva? 18. En relación a tu experiencia actual ¿cuáles crees serían los puntos más beneficiosos y dificultosos entre estudiar y tener pareja actualmente? 19. ¿Crees que existe alguna diferencia entre el valor que le atribuyas a tus relaciones anteriores con el que le atribuyes actualmente?



Instrucciones: Coloque en cada casilla una X en SI o NO, según corresponda, respondiendo a la claridad en la redacción, coherencia, inducción a la respuesta, lenguaje adecuado y pertinencia.

Los números hacen referencia a las preguntas anteriormente señaladas.

PREGUNTAS	Claridad en la Redacción		Coherencia		Inducción a la respuesta		Lenguaje adecuado		Mide lo que pretende		Esencial	Útil pero no esencial	NO Importante	OBSERVACIONES
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO				
1	X		X		X		X		X		X			
2	X		X		X		X		X		X			
3	X		X		X		X		X		X			
4	X		X		X		X		X		X			
5	X		X		X		X		X		X			
6	X		X		X		X		X		X			
7	X		X		X		X		X		X			
8	X		X		X		X		X		X			
9	X		X		X		X		X		X			
10	X		X		X		X		X		X			
11	X		X		X		X		X		X			
12	X		X		X		X		X		X			
13	X		X		X		X		X		X			



14	X		X		X	X		X				
15	X		X		X	X		X		X		
16	X		X		X	X		X		X		
17	X		X		X	X		X		X		
18	X		X		X	X		X		X		
19	X		X		X	X		X		X		
20	X		X		X	X		X		X		

CONSTANCIA DE VALIDACION

Quién suscribe, Beatriz Fernández Boto, con RUT 13.226.285-3 de profesión Psicóloga Clínica, con grado de Terapeuta Familiar y de Parejas, ejerciendo actualmente como, Socia Directora – Psicóloga Clínica, en la Institución Centro Médico Familiar SER.

Por medio del presente hago constar que he revisado con fines de VALIDACIÓN, el guion temático presentado por las estudiantes TANIA CÁRECES PÉREZ y NIKOLE VARGAS LEAL.

Luego de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes apreciaciones de modo general.

Congruencia relación objetivo - preguntas	DEFICIENTE	ACEPTABLE	BUENO	EXCELENTE
				X



Scanned with
CamScanner

Redacción de las preguntas				X
Claridad de las preguntas				X
Pertinencia				X

Fecha: 23.05.2019

Firma:

Patricia Pérez Polo



Scanned with
CamScanner



Scanned with
CamScanner

Viña del Mar, Mayo 2019

Sr. Ps. Pedro Reyes

Es grato dirigirnos a usted para manifestarle en primer lugar nuestro saludo cordial. Dada su experiencia profesional y méritos académicos y personales, le solicitamos su colaboración como experta para la validación de contenido de las preguntas que conforman nuestro guión temático, el cual será aplicado a una fuente de información que tiene como finalidad recoger referencias directas para la investigación titulada "RUPTURAS AMOROSAS EN ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE LAS AMÉRICAS: EXPERIENCIAS DE LA ACTUAL INTIMIDAD-AISLAMIENTO" para así, obtener el grado académico de licenciado en psicología.

Para efectuar la validación del instrumento, usted deberá leer cuidadosamente cada enunciado, para posteriormente evaluar la pertinencia, claridad, lenguaje y coherencia, además de su nivel de utilidad.

Se le agradece cualquier sugerencia que considere relevante para mejorar el instrumento.

Muy atentamente,

Tania Cáceres Pérez y Nikole Vargas Leal



Objetivo General: Conocer las experiencias de rupturas amorosas en estudiantes de la Universidad de las Américas, sede Viña del Mar.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS		DIMENSIONES	PREGUNTAS
Profundizar en las historias de pareja de los estudiantes de la Universidad de las Américas.		Historia de vida en pareja	1. Cuéntame un poco de tu vida amorosa ¿cómo ha sido? 2. Considerando tus relaciones de pareja, ¿Qué cosas positivas rescatarías de la historia relatada y a su vez qué ha sido lo más complejo o no tan agradable? 3. ¿Pudieras contarme un poco qué es lo más difícil o cuáles son los puntos más complejos para ti, para formar pareja? 4. ¿Qué es lo que más te gustó de estar en pareja? 5. ¿Qué es lo que menos te gusta de estar en pareja? 6. Dentro de tu historia si pudieras cambiar o mejorar algo de tu vida amorosa ¿qué sería? 7. Cuéntame un poco ¿Qué te ha aportado a ti como persona el hecho de haber estado en pareja?
Describir los significados que circunscriben los quiebres amorosos en estudiantes de la Universidad de las Américas, sede viña del mar.		Experiencia en ruptura amorosa	8. ¿Cuál sientes tú que ha sido el término de relación más difícil para ti? ¿Y podrías contarme un poco cómo o por qué? 9. ¿Cómo te sientes hoy con respecto a esa experiencia? ¿La sientes superada? ¿Qué rescatas de eso? 10. Cuéntame un poco, en general, ¿cómo han terminado tus relaciones? ¿Cuáles han sido los principales motivos?

		11. Podrías contarme un poco, cuando has sido tú quien ha terminado la relación, ¿cómo has reaccionado? ¿Y cuánto tiempo te ha tomado superar el término? 12. Podrías decirme, ¿quiénes fueron las personas que te apoyaron en esa situación? ¿Y quiénes esperabas que te brindaran su apoyo y no lo hicieron? 13. Cuéntame, desde tu punto de vista, ¿a qué atribuyes el término de tus relaciones? ¿Qué ves que ha influido en eso? 14. ¿El término de la relación afectó otros ámbitos de tu vida? 15. ¿Cómo has compatibilizado los estudios o tu vida académica con las relaciones amorosas? ¿Qué ha implicado para ti el término de una relación en época de estudios?
Describir a través del relato de los estudiantes de la Universidad de las Américas, la mirada ante una nueva relación amorosa	Nueva mirada ante una relación	16. Actualmente, ¿Qué tan importante es para ti estar en pareja? ¿Y cómo lo ves a futuro? 17. ¿Qué herramientas o recursos ves que tienes hoy para enfrentar una nueva relación de pareja? Y, de acuerdo con tus experiencias anteriores, ¿qué aspectos de ti dejarías fuera de la relación? 18. ¿Cuáles serían los puntos más complejos entre estudiar y estar en pareja, actualmente? 19. ¿Cuáles crees tú que son los factores que hacen posible que una relación sea estable y perdure en el tiempo?





Scanned with
CamScanner

Instrucciones: Coloque en cada casilla una X en SI o No, según corresponda, respondiendo a la claridad en la redacción, coherencia, inducción a la respuesta, lenguaje adecuado y pertinencia.

Los números hacen referencia a las preguntas anteriormente señaladas.

PREGUNTAS	Claridad en la Redacción		Coherencia		Inducción a la respuesta		Lenguaje adecuado		Mide lo que pretende		Útil pero no esencial	NO Importante	OBSERVACIONES
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO			
1	X		X			X	X		X				
2	X		X			X	X		X				
3	X		X			X	X		X				
4	X		X			X	X		X				
5	X		X			X	X		X				
6	X		X			X	X		X				
7	X		X			X	X		X				
8	X		X			X	X		X				
9	X		X			X	X		X				
10	X		X			X	X		X				
11		X		X		X	X			X			
12		X		X		X	X			X	X		
13	X		X			X		X					
14		X	X			X	X		X				
15		X	X			X	X		X				
16	X		X			X	X		X				
17	X		X			X	X		X				
18		X		X		X	X		X				
19	X		X			X	X		X		X		
20	X		X			X	X		X				



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Quién suscribe, **Pedro Andrés Reyes Rivera**, con RUT 14.243.756-2, de profesión **Psicólogo**, con grado de **Magíster**, ejerciendo actualmente como, **Profesor de Cátedra**, en la **Institución Universidad De Las Américas**.

Por medio del presente hago constar que he revisado con fines de **VALIDACIÓN**, el guion temático presentado por las estudiantes **TANIA CÁRCEZ PÉREZ** y **NIKOLE VARGAS LEAL**.

Luego de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes apreciaciones de modo general.

	DEFICIENTE	ACEPTABLE	BUENO	EXCELENTE
Congruencia relación objetivo - preguntas			✓	
Redacción de las preguntas		✓		
Claridad de las preguntas			✓	
Pertinencia			✓	

Firma:

Fecha: 24-05-2019

FG1: Me gustaría preguntarles a ustedes que me contaran un poco de su vida amorosa y ¿cómo ha sido? Para mí, mi última relación fue muy diferente a las demás y como que tomé la decisión de convivir con él, fue algo totalmente diferente y también con mi hija entonces igual por eso termino porque fue una rutina y ya no era como una relación. Yo no sé cómo decirlo, siempre he tenido mala suerte, mis relaciones no han sido verdaderas. Actualmente igual estoy pololeando, pero si lo vemos de aquí a dos años no es muy estable. Tengo un problema de autoestima, ese ha sido el motivo, si no se quiere uno no se quiere nadie. Yo de mal en peor, no mentira, mis relaciones han sido bastante cortas, unas más largas que otras, la última duré un año y medio, pero de ahí en adelante ha sido un vaivén, o muy bien o muy mal. Actualmente estoy en una relación, afortunadamente con una buena persona que conozco hace mucho tiempo entonces por, ahora bien. yo estoy en la misma situación que él. Tú comentabas que tenías mala suerte ¿a qué te referías? Relaciones cortas, malas, después una hace una retroalimentación y como que me he dado cuenta que me he conformado con pocas cosas, he rescatado características de las cuales no van para ningún lado. Entonces considerando las relaciones de parejas que has construido a lo largo de sus vidas ¿qué cosas positivas o agradables rescatarían? El compañerismo, el ser compañero, el conocer más a fondo a la otra persona creo que es algo positivo. Reconocer lo que es bueno para el o lo malo. Aprender a conocerme a mí, me he dado cuenta que quizás por eso mis relaciones fueron cortas, por mis problemas de autoestima. Ahora no me siento en las mismas situaciones que antes entonces tengo una relación estable y es súper distinto, noto la diferencia. Rescato las salidas a comer jajaja, pero aparte de eso, que uno tiene, como que viene la relación, el término de la relación, el asumir que terminó la relación y la reflexión de que todo lo que paso, porqué paso y porqué llegaron a este punto. La otra relación es totalmente diferente entonces no quieres cometer los errores que cometiste. Siguiendo la misma línea ¿Qué sería lo más complejo y no tan agradable de las relaciones que han tenido a lo largo de la vida? Que de repente no te va a entender, pensamos distinto, pero tenemos que asumir no más porque tenemos que entender que es distinto. Llegar a un acuerdo. Lo más fome en una relación ha sido intentar lidiar con los pasados, de alguna u otra forma algo se mete que siempre o no sé, x persona te habló y no la veo hace muchos años, o yo era como “y qué pasó acá”, entonces empezar a lidiar con los pasados es difícil. Privarme de cosas, dejé que la otra persona me dijera cosas que, por ejemplo, salía con mis amigas y él sabía que yo iba a salir con mis amigas entonces él inventaba planes para que yo no saliera con mis amigas y yo lo aguantaba para no entrar en discusión, me privé mucho. También me dejé de lado a mí misma. ¿En qué sentido te dejaste de lado? En preocuparme de mí, en preocuparme de “sí, soy linda, puedo hacer esto”. Sentía que la otra persona me opacaba porque yo trataba de ayudarlo mucho a él, porque él sí tenía problemas de autoestima y trataba mucho de subírselo, pero me dejé de lado a mí misma por ayudarlo a él. Siguiendo esta línea, pero ahora refiriéndonos más a la pareja en sí ¿qué es lo que más te gustó de estar en pareja? La vida sexual para mí es importante, eso fue lo más positivo. Podría rescatar lo mismo y el compañerismo. cuando hablan del ámbito sexual ¿a qué va ligado? ¿En qué sentido? Que sea activo, Teniendo vida sexual, Tener relaciones te tira para arriba, te sube el ánimo. ¿Para ustedes significa lo mismo? Creo. En base a la experiencia que han tenido con respecto a su vida amorosa. Si pudieran cambiar algo o mejorar algo ¿qué sería? La comunicación, la confianza de él hacia mí. Sentía que solamente yo trataba de tener comunicación, pero él no. La confianza principalmente. Desde su punto de vista ¿qué les ha aportado como persona el haber estado con una pareja? Madurez, porque yo tenía una vida de adulto. Yo soy mamá, entonces al tener la

responsabilidad del hogar, era “mi casa, mis cosas, mi relación”, era un núcleo. Eso me hizo madurar mucho durante la relación. Por esa relación entré a estudiar y fue totalmente diferente. Creo que el aporte más grande ha sido la experiencia, dedicarme a aprender lo que le gusta a la otra persona, intentar meterme en su mundo para comprender. Creo que una de las cosas que más me costó aprender, sobre todo repostería, entonces cuando aprendí me sentí bien. Lo mío es algo similar, pero con respecto a la tolerancia, tolerar a la otra persona. En la etapa ligada a la ruptura más significativa que han tenido ¿Cuál sienten que ha sido el término más difícil de una relación para ustedes? Yo he tenido dos relaciones largas, una con el papa de mi hijo y otra con otra persona. Yo estaba muy acostumbrada porque yo vivía con él. Yo no soy de viña, soy de san Felipe, Nos vinimos a vivir juntos. Estuve 3 años viviendo con él y ahora este último año de carrera, sola. Para mí ha sido muy difícil, no solo porque no lo tengo a él, sino porque empecé de cero. Yo tenía todas mis cosas de mi casa y yo vivía en su departamento y tuve que vender todo, de tenerlo todo pasé a no tener nada, entonces eso ha sido lo más difícil. Y la ruptura fue mala porque uno siempre se entera de cosas que no debe enterarse. A mí me pusieron el gorro dos años, entonces eso fue difícil. Para mí no han sido tan terrible mis rupturas porque siempre llega un límite, siempre dejo que me pasen a llevar hasta que colapso y chao, sufro durante la relación, pero al terminar ya boté todo lo malo entonces no lo quiero ver más. La de mi primera polola fue la más difícil. Porque uno se ilusiona por primera vez, te imaginas un mundo entero con esa persona y no es así, entonces fue decepcionante. También me enteré de cosas que no debía y fue malo. Estuve casi un mes llorando y ahora que lo pienso me cuestiono. Con respecto a lo mismo ¿Cómo se afrontó esa ruptura? Yo me apoyé mucho en mi familia. Cuando terminé con él (diciembre) mi mamá vivió un proceso muy delicado en el cual cayó en la uci. Se me juntó todo, me costó, pero me aferré mucho a mi familia, mi mamá y amigas. Para mí eso fue un pilar fundamental porque uno se distrae, hace cosas nuevas, entonces trata de superarlo lo mejor posible. Dentro de lo poco que les había contado, yo creo que, si estuviera sola y sin estudiar ni trabajar, me costaría mucho superarlo, independiente de lo que les había dicho. La u y los fines de semana con los amigos funcionan muy bien. Sobre todo, en la u, uno no tiene mucho tiempo para estar mal. Suena feo, pero dicen por ahí que un clavo saca a otro clavo, lo intenté, no funcionó, pero por el momento me sirvió para olvidarme de lo mal que lo estaba pasando, después de eso me aferré, a mi familia. Yo vivía en Santiago con mi abuela mis tías. En ese mismo sentido como respondieron la mayoría ¿Quiénes estuvieron allí y quiénes esperaban que estuvieran y no estuvieran? Yo me aferré a mis amigas y familia, pero esperaba que esa persona (mi ex) me dijera algo. No me dijo “terminemos”, yo lo vi en la disco y estaba con la otra persona, entonces yo esperaba algo más formal, nunca me dio la explicación, esperaba de esa persona que me pidiera perdón, pero no pasó. Yo también me aferré a mi familia y compañeros, ellos eran mi entorno, pero nadie que esperé que estuviera no estuvo. Yo esperé un poco más de mis amigos, no estuvieron, y de mi mamá. Si bien vivíamos lejos, mi mamá fue muy “es una polola no más”, pero para mí sí fue terrible. Con respecto a estos términos ¿Tienen alguna noción de cuánto tiempo lograron retomar sus proyectos de vida posteriores a esta ruptura? En marzo retomé recién, de diciembre a marzo estuve retomando todo. Siento que esta relación ha sido la más difícil, siendo que las otras han sido difíciles. 3 meses Estuve casi un mes llorando, después de ese mes me encerré totalmente donde vivía, con el computador y no salía a menos que me fueran a buscar a la puerta de la casa. ¿Cuánto tiempo duró eso? 2 o 3 meses, en los que era full computador y full no salir. Tenía una máquina para hacer ejercicios, tenía piscina en el edificio y la ocupaba tarde, porque

estaba la mayor parte, encerrado. ¿Cómo se encuentran hoy respecto a esa relación? Para mí fue malo, pero a la vez muy bueno porque me preocupé mucho de mí, y también sentí que podía hacer más cosas por mí misma. Fue muy positivo porque aprendí a hacer cosas que no sabía hacer sola. Me he ido preocupando más de mí, en el tema de confianza, de creer que me la puedo y ese tipo de cosas. La verdad esa relación fue hace mucho tiempo, entonces ahora estoy mucho mejor, pero sigue habiendo bastante alegría de que en algún momento vamos a volver. Creo que la única persona que no logro sacar es con la que estoy ahora. ¿Tu pensaste que ibas a volver? Siempre hemos hablado mucho, mucho, nos poníamos en el hipotético caso que íbamos a volver. Ah, o sea ¿existe comunicación? Si, después de eso tenía una amiga que me molestaba, y me decía pavo, no te puedes volver a meter ahí y claro po no me pude meter ahí y terminé con ella. Entonces ¿estuvieron mucho tiempo en un proceso antes de terminar? Si, ósea duro bastantes años como que terminamos yo me fui de Santiago y como que era por temporada, como que calzaba que los dos estábamos solos y nos agregábamos a redes sociales y hablábamos y yo viajaba y nos poníamos en el hipotético caso de la vuelta. Viéndolo de una forma más general, ¿cómo es que habitualmente terminan sus relaciones? Cuando uno ya analiza eso al final siempre hay algo negativo que pasa, yo soy de mucha comunicación, pero no me ha tocado que la otra persona me responda con la misma manera que soy, si termino a mí me gustaría hablar las cosas de porque paso no te digo que te voy a pedir perdón o algo o vuelve conmigo, sino que dame tus razones y las voy a entender, pero no he recibido eso. yo soy mucho como les dije igual de aguantar cosas chicas, pero ir sumándolas, por ejemplo, no sé, que te falten el respeto y uno dice ah ya filo y después las voy sumando como que siempre me da lo mismo de que no se una pelea paso esto y esto otro y uno al final de repente dice o debería decir no debería aguantar esto y termino. mmm... mi patrón seria como terminar mal siempre, porque sutilmente llega la noticia de ella te engañaba con otro y yo quedaba como y no me di cuenta antes pero no quedaba con ese sentimiento de pucha porque lo hizo sino como porque no me dijo ella y me tuvo que decir otra persona. Y en cuanto a esas rupturas o las que han sido más significativas, ¿influyó en algún ámbito de su vida? yo como en el estudio, si estuve mal era como que no quería estudiar principalmente en los estudios me desmotivaba con la U. eh... yo a pesar de la pena que tenía como que yo misma me tiraba para arriba como que decía no puedo estar así por alguien, nadie ha muerto por amor, te juro que en mi mente yo decía, porque me jugaba en contra la mente, yo decía como que quería llorar, llorar y estar acostada y yo no, no me pueden ver así tengo un hijo una familia y como que me tiraba yo mucho para arriba eso yo creo, y me afecto en el ámbito sexual porque estuve mucho tiempo sin eso jajajaja. si bien nunca le puse como que para los estudios no me desanimaba de por sí ya me iba mal asique da lo mismo, era más en el ámbito social porque quería estar solo, no hablar con nadie, para mí era 24/7 computador y después cuando ya dejé de esa manía del computador fue salir a carretear y carretear y carretear y tomar y carretear, y tengo que seguir adelante y dejé de hueviar. Tomando en cuenta también que estamos en in contexto de universidad y que los estudios para nosotros son importantes ¿Cómo compatibilizabas los estudios con la vida amorosa? Te hacen la tarea, no de verdad de repente s cuando necesito ayuda y si como en cierto ámbito que no es mi especialidad por ejemplo tengo que Hacer actividades y se me ocurre algo manual y yo soy asquerosamente malo para lo manual, es como la motricidad fina no es lo tuyo, entonces ella me ayuda a mí. Me hace las tareas y me empieza a ayudar, me corrige los trabajos. No a mí no me influye nada. Eran totalmente diferentes las carreras, yo en si lo ayudaba, pero mecánica con diferencial no mucho, entonces cada uno por su lado en los

142 estudios, igual influía primer año que yo no tenía mi computador y se lo quitaba y cosas
143 mínimas, compartíamos cosas, el computador, por ejemplo. Pensando que los tiempos son
144 súper acotados en la universidad ¿Cómo influía eso con su vida amorosa? Yo te puedo mi
145 caso ahora actualmente, que estoy conociendo a una persona, y él también estudia entonces
146 es muy poco lo que se puede hacer estando en la universidad, estas todo el día por lo menos
147 yo todo el día, practica, tiempo acá, salgo en la noche casi, en verlo, una tiene que ver a sus
148 amigas, es muy poco el tiempo que uno tiene como para tener una relación. Yo los fines de
149 semana viajo a ver a mi hijo entonces es muy escaso, es muy difícil. Yo me organizo súper
150 bien, soy demasiado estructurada para eso, no sé, voy a estudiar una semana antes porque la
151 próxima semana vamos a tener poco tiempo y al día, así muy estructurada en ese sentido.
152 Entonces tu estudia tal día y nos organizamos los dos como para el mismo día, vernos tal
153 día y así. Qué envidia porque yo soy todo lo contrario, soy demasiado espontaneo, estudio
154 de aquí a la 1 de la mañana más o menos y salgamos un rato en la tarde, mis relaciones han
155 sido como existen días viernes y fin de semana y la persona con la que estoy ahora vive a
156 una cuadra de mi casa entonces no es tan lejos y se fue un año y medio de viaje por un tema
157 de iglesia entonces ahora tengo tiempo para mí y para mis amigos. No la voy a ver en un
158 año y medio asique. Solo en el ámbito universitario ¿Qué ocurrió cuando terminaron? Yo
159 cero ganas de estudiar, ahora estoy en pareja entonces estamos hablando de no estar en
160 pareja, entonces como que me voy de un lado a otro, pero cuando me ha pasado he estado
161 mal amorosamente, no me dan ganas de agarrar ningún cuaderno, pero no en el sentido de
162 llorar, simplemente no tener ganas. No, a mí me tocó en diciembre, justo en la semana de
163 exámenes, y me la lloré todas, todas, todas, pero igual di mis cosas sin animo, pero fue
164 igual difícil, influye mucho. No soy muy bueno para agarrar el cuaderno, entonces creo que
165 mi tiempo era específico para sufrir y el resto para estudiar. La universidad es una cosa y la
166 vida amorosa otra cosa. Cuando tu decías que influye ¿en qué crees tú que influye? En el
167 ámbito emocional, que igual uno en el proceso, como que no quería nada, eh, como que
168 tenía mi mente de que hago ¿dónde voy a vivir? Me preocupe de otros factores en vez de
169 mi examen que, si era algo para mí, no me preocupe de eso, me sentí como ya lo doy para
170 pasarlo, para mí me influyó mucho en lo emocional. En tu caso mencionabas que tu separas
171 lo amoroso de lo académico, ¿a qué te refieres? Me acuerdo que en primer año, llego una
172 compañera a clase media mal sentimentalmente se puso a llorar, salió de la sala y el
173 profesor dijo usted tiene que aprender a separar las cosas de la vida con las de la
174 universidad y ahí me quedo eso, porque como voy a llegar a la clase ahora y decirle
175 profesor me siento mal, yo confié en usted pero después de eso no po, tengo que separar las
176 cosas, tratarlas por separado, es súper difícil porque en algún momento si los sentimientos
177 se encuentran pero es como ya me centro en la universidad o me centro en la otra persona,
178 si me centro en la universidad me olvido completamente de la otra persona, es como
179 mañana tengo prueba tu no existes para mí yo doy la prueba y salimos después. ¿Lograste
180 aprender eso? Sí ahora sí. Viendo en la actualidad ¿Qué lugar ocupa en sus vidas el tener
181 pareja? Segundo lugar porque tengo otras prioridades primero, pero si yo soy una persona
182 de no estar mucho tiempo sola, entonces yo creo que igual para mí debe ser algo importante
183 porque si no puedo estar sola es porque si es algo importante, eso. Segundo lugar primero
184 mi hijo y después eso. Si yo igual como primero la familia, la universidad igual la
185 considero importante más que una relación yo lo pondría como tercero. Segundo tercer
186 lugar porque la familia y el estudio primero, a mí siempre me dijeron que yo necesitaba el
187 título primero para mantenerla, entonces mi título y después si quiere cualquier otra cosa. Y
188 en un futuro, ¿cómo lo ven? Yo me veo como que no voy a tener relaciones significativas,

189 siento eso. Como que no veo un futuro en donde voy a encontrar a esa persona con la que
190 voy a estar siempre, no lo veo así, veo que voy a estar con personas que la voy a pasar bien
191 el tiempo que dure, pero no me veo con una estabilidad. Yo igual me voy igual. Todo lo
192 contrario, ya tenemos planes una vida cuando ella vuelva, si yo tomo otra decisión y me
193 voy por dos años también por tema de iglesia ella también lo va entender, me va a esperar y
194 así lo hemos hablado siempre y lo hablamos cuando éramos amigos y hace 3 años atrás
195 cuando la conocí y así fue. ¿por qué piensan que no van a encontrar esa persona ideal? Yo
196 creo que, por mi última mala experiencia, como que no van a estar las personas como para
197 que uno se proyecte o no sé si la voy a conocer con mis características o con las
198 características de la otra persona, esa es mi mentalidad de ahora. Si yo igual, bueno como
199 que también siento que las relaciones son efímeras como que duran corto tiempo, lo que
200 tienen que durar solamente, o sea obviamente puede pasar, pero yo así pensándolo siento
201 que no. Considerando como se ven ahora, ¿qué herramientas consideran que tienen
202 actualmente para enfrentar una nueva relación? Yo como no poniéndole tanto interés, o sea
203 así como tan darlo todo, confianza al cien por ciento, así como siempre ahí, como que lo
204 tengo ahí, no que entre al cien por ciento a mi vida, siempre con cuidado. Yo repitiendo lo
205 que no hice, quizás en la otra relación yo me apresure mucho, siento que ahora debo ir un
206 poco más lento conocer a la persona, conocer como es, cosas que uno si, eh, vaya más lento
207 y sin apresurarlas o después colapsa. Sí, yo solía apresurar muchas las cosas, si voy con
208 intención de algo no es de ser amigos y de un momento a otro paso que esta persona paso
209 de ser mi amiga mucho tiempo y paso a ser mi polola y fue que paso acá yo no tenía nada
210 planeado y fue súper lento y nos conocimos súper bien y la forma de aceptarlo fue bastante
211 complicada porque toda la gente nos miraba raro, el papa también fue como yo te deje
212 entrar a mi casa con confianza tú te quedabas a dormir acá y bueno, cosas que pasan. Y
213 ¿Qué piensan que les falta trabajar para poder formar una relación nueva? Yo creo que no
214 ser tan intensa, yo soy muy intensa o sea con la persona que estoy conociendo siento que
215 soy así como, sé que somos amigos, pero sé que siento más cosas por el que el por mí,
216 siento que soy muy intensa quizás no sé porque no he estado con pareja o porque necesito a
217 una persona, eso. Confianza, como autoestima más que confianza. Confiar también, me
218 cuesta mucho confiar. ¿En quién? En la otra persona, siento que siempre esta esa barrera,
219 mi primera relación pensaba que todo iba a ser bonito y después que me entere que me
220 engaño fue como me cerré y nunca más pude abrir esa barrera, siempre siento que en todo
221 hay un mínimo de mentira y pasa normalmente que si lo hay y si me molesta. Yo siento
222 todo lo contrario a mí me engañaron, pero no fue una barrera para mí, confió mucho en la
223 otra persona. Yo soy del pensamiento de que uno saca con ser celosa con no se calentarte la
224 cabeza con eso si al final si te quieren engañar lo van hacer igual. ¿Cuáles son los puntos
225 más beneficios entre estudiar y tener pareja? Contención, a veces uno puede salir mal de la
226 u y que te esté esperando alguien y que te diga pucha ya va a pasar, todo va estar bien,
227 quizás no te va a solucionar la nota, pero vas a poder luchar por la otra. Si lo mismo. La
228 ayuda y el apoyo que viene de la otra persona, sé que si necesito algo va a estar la otra
229 persona para ayudarme. Y ¿lo más difícil? Yo como les dije soy súper organizada entonces
230 no tengo ese problema, se me hace súper practico, no tengo problemas entre estudiar y
231 tener pareja. Para mí el tiempo, como soy muy espontaneo muy disperso por ejemplo yo
232 decía salgo de aquí a la 1 y de la 1 a las 3 podemos salir y ya eran las 6 de la tarde y aun
233 seguíamos en la playa. Yo, no sé, mmm... si el tiempo, saber organizarse, eso. Como
234 última pregunta ¿creen que existe alguna diferencia entre el valor que le atribuías antes a la
235 pareja con respecto al valor que le atribuyes ahora? Tienen el mismo valor. Antes era más

236 importante, ahora me daría lo mismo. Yo a veces siento que me siento muy sola y busco a
237 alguien para no sentirme así, cambia solo el que no quiero tener una relación estable, pero
238 el estar con una persona es igual de importante que antes, para mí es importante tener a
239 alguien al lado. // **FG2:** Cuéntame un poco de tu vida amorosa ¿cómo ha sido? Eh ya bueno
240 mi vida amorosa principalmente ha sido un poco tormentosa, yo solo he tenido una relación
241 seria que duro como 3 años, pero ha sido como desequilibrada podría decirse, o sea al
242 principio todo bien pero después uno ve como es realmente la otra persona, porque siempre
243 al principio es lo bonito y después viene por decir lo malo y eso. Bueno la mía como dice
244 también ella ha sido también con altos y bajos, o sea, con etapas muy bonitas y con
245 decepciones también, pero actualmente se podría decir que estoy en algo. Mira yo como ya
246 pasé como ese modo, lo describo como que estuve en el piso y ahora recién estoy como
247 subiendo al bienestar mío ¿cachay?, anteriormente tuve una relación muy toxica y ahora
248 estoy bien con mi pareja actual, pero por lo mismo porque uno va aprendiendo y esas cosas.
249 Considerando las relaciones de pareja que has construido a lo largo de tu historia, ¿Qué
250 cosas positivas o agradables rescatarías y que ha sido lo más complejo o no tan agradable?
251 El poder tener experiencias con el otro, momentos en los que hay apoyo, y también el tema
252 de la maduración, al principio uno ve los temas dentro de un foco, pero luego después de
253 esas experiencias uno ve las cosas como de otra forma, la relación va madurando también,
254 entonces se crea también, eso que dije, el apoyo que no es de tu familia, y te sientes más
255 seguro de compartir cosas con esa otra persona, problemas y cosa. Y con respecto a lo más
256 complejo es que a veces te estancan en tu desarrollo personal, puede ser, como que la
257 persona dice no, no hagas eso porque yo estoy o yo lo puedo hacer entonces yo
258 prácticamente no hacía nada, después de esa relación me puse metas y al final me di cuenta
259 que yo podía hacer las cosas por mí, y no que alguien dijera yo las hago. Bueno el solo
260 hecho de compartir tus experiencias con alguien y momentos bonitos y esas cosas y
261 también sentirte apoyado con alguien que no es de tu familia, el apoyo que te puede ofrecer.
262 Y con respecto a lo más complejo es que yo creo que muchas veces uno posterga la
263 felicidad personal por la felicidad de la otra persona, las metas personales por las metas de
264 la otra persona, entonces existe esa priorización. Yo creo que los aprendizajes que traen,
265 porque uno parte sin saber nada, pero poco a poco a partir de los procesos que uno tiene vas
266 aprendiendo a cuidarte a ti misma, tu bienestar y también a cuidar a la otra persona, a no
267 tenerla en un ambiente toxico y todo eso. ¿Podieras contarme cuales son los puntos más
268 complejos y al mismo tiempo los más favorables para ti, respecto a poder formar pareja?
269 Los más complejos para mí yo creo que es mi personalidad, porque igual como que yo
270 siempre pienso que tengo la razón entonces, como que, para la otra persona puede ser malo
271 y yo no me doy cuenta cachay. Pero los más beneficiosos, son como, el ser entregada,
272 porque igual como que yo le doy todo de mí a la otra persona, como que intento que se
273 sienta bien, y todo eso, entonces por eso es bueno. Mm... lo más complejo... que difícil
274 jajajaja, quizás el que me cueste mucho ser cariñoso, como que para la otra persona
275 significa que no la quiero, pero en realidad no es así, como que yo demuestro de otra forma,
276 no sé si me entienden jajaja, soy muy frío. Y lo bueno, es que soy honesto, si pienso algo te
277 lo voy a decir, son decir no es que esto es que esto otro, te lo digo y punto, hay que partir
278 hablando con la verdad creo yo. A mí me costó el tema de la inseguridad, que yo estaba
279 insegura de que iba hacer una pareja estable, de que me iba a dañar o el fallar yo misma,
280 porque yo sentía que fallaba a la otra persona, pero ahora aprendí que no era yo la que
281 fallaba y se cuidar la relación, eh... me doy cuenta que no todos me dañan, que debo dar la
282 oportunidad, porque no todos son iguales, pero eso es lo que más me cuesta el darme cuenta

283 que no todos son distintos. Y lo bueno yo creo que la fuerza, la fuerza que uno va
284 adquiriendo y el como uno ve la relación que quiere, como uno la forma, porque no vas a
285 crear una relación toxica. Si ya tuviste una, te ayuda a poner las cartas sobre la mesa y si
286 está de acuerdo bien y si no, también... yo me adapto. ¿Qué es lo que más te ha gustado de
287 estar en pareja? La contención, no sé, el sentirse amado o querido por alguien, como ese
288 tipo de cosas. La compañía, el compartir momentos con la otra persona, el sentirse apoyado
289 por la otra persona, querido, amado, eso. El sentirme cómoda y segura, tener una
290 protección, tanto la persona que tenga mi protección y yo la de ella, el apoyo y la
291 confidencialidad y tener una amistad, porque, que fome ser aburridos. ¿Qué es lo que
292 menos te ha gustado de estar en pareja? Para mí, es un tema esto, el tema del tiempo, uno
293 por intentar darle más tiempo a la otra persona muchas veces deja de lado otras cosas
294 entonces esta siempre ese problema que uno se intenta dividir y al final no hace nada bien
295 po, jajajaja. Yo creo que, en mi caso personal, se me limitan los tiempos, yo trabajo y
296 estudio, entonces uno aparte de trabajar y estudiar y estar en familia tiene que dedicarle
297 tiempo a la otra persona, entonces muchas veces la otra persona no te retribuye el esfuerzo
298 que hace uno y eso es lo que me ha pasado. Bueno yo no hablando de mi relación actual,
299 pero creo que los limites que ponen unas personas, como que te empiezan a separar del
300 entorno, el control, eso es lo que me molesta bastante. En base a tu experiencia si pudieras
301 cambiar o mejorar algo de tu vida amorosa ¿qué sería? Yo creo que los celos jajaja porque
302 antes era muy mandona también, aunque yo creo que eso va en el tema de la maduración
303 porque cuando uno es chico como que quiere que todo sea a su modo entonces las cosas no
304 son así po, el saber escuchar también. Yo potenciaría las relaciones amorosas, pero en base
305 a una amistad, porque creo que cuando uno es amigo como que te apoyas de otra manera,
306 se entienden y trabajan en pro del otro que cuando uno está en pareja. Yo no creo que
307 cambiara nada, porque gracias a las experiencias que he tenido, soy la persona que soy
308 ahora, con los valores que tengo, la ideología que todos, entonces todos eso proceso ayudar
309 a ser, no cambiaría. Desde tu punto de vista, ¿Que te ha aportado a ti como persona el haber
310 estado en pareja? A ser más asertivo también, primero ver bien con la persona que quieres
311 estar, como más selectivo, pero yo creo que eso va de la mano con la maduración, todo
312 radica en eso. Crecimiento y maduración, ser más independiente, las experiencias buenas o
313 malas te ayudan a no cometer los errores que cometiste en el pasado. Eh...
314 Responsabilidades, saber que hay responsabilidades compartidas y que cada uno tiene que
315 cumplir por su lado, el saber cómo cuidar a la otra persona y no dañarla, eso es súper
316 importante y eso. Profundizando en tu historia, ¿Cuál es la ruptura amorosa que más te
317 marcó y en qué sentido? Como dije antes yo igual había tenido parejas, pero cuando ya me
318 sentí segura de que quería estar con esa persona y que tenía todos los atributos que a mí me
319 gustaban, duramos mucho entonces sentí que perdí tiempo, aunque igual son experiencias,
320 pero yo creo que me marcó mucho porque nunca pensé que pasaría, y al final terminé con
321 mi última pareja, quien pensaba que era perfecta para mí. La ruptura amorosa que más me
322 marcó.... Uf... en lo personal fue con una chica que tuve que luchar con su familia, eso, me
323 marco mucho, a ver, no son clases sociales, pero con distintos tipos de crianza, yo en
324 algunas cosas era para su familia menos de lo que ellos esperaban para ella y eso me marco
325 mucho también po, como que te baja no sé si el ego, pero la personalidad y el autoestima
326 quizás y por eso mismo terminamos. A mí me paso que no tuve una relación muy larga,
327 pero fue muy toxica, en el sentido que habían muchos limites, que yo no podía quedarme
328 hasta tarde acá, porque no le gustaba, porque no me podía juntar con mis amigos, a tal
329 punto que algunos se llegaron a separar de mí, eh, que me puso en contra de ,mi familia,

330 entonces yo no me daba cuenta de eso, hasta que estuve muy muy mal, caí demasiado, en
331 una depresión y todo y recién ahí me di cuenta que yo estaba mal, porque le estaba
332 permitiendo todo eso y solo yo obedecía y entonces eso yo creo que fallo... ¿Cómo
333 afrontaste esa ruptura? y ¿Cómo te encuentras hoy respecto a ella?. Yo creo que, con la
334 contención de mi familia y amigos, porque yo creo que cuando esa relación hace que nos
335 alejemos de nuestros amigos, luego uno termina y los amigos que siguen ahí son los reales
336 entonces, para mí, mi familia y mis amigos fueron los más importantes. Hoy estoy súper
337 superada jajaja independiente, con muchas metas, muchos propósitos, para mí fue como un
338 punto positivo, al principio estuve mal pero después me di cuenta que en realidad esa
339 relación debía terminar si o si, porque me estaba haciendo muy mal. Me costó como un año
340 más o menos, estuve finalmente como 2 años sin tener nada serio cuesta salir de eso, o sea
341 cuando uno se enamora cuesta mucho salir de eso, al menos para mí. Yo pase por una
342 depresión, pero apoyo familiar y amigos, fue lo más importante porque te ayuda a decir ya,
343 hasta acá. Hoy me encuentro bien, está superada esa etapa de mi vida. Yo en el apoyo de
344 los amigos que quedaron, en nuevas amistades exteriores, en mi familia, especialmente mi
345 abuelo, quien me ayuda en todas esas cosas y yo mismo porque no soy mucho de contarle
346 mis cosas a otras personas, yo mi espacio, mi construcción... Ahora bien, si, ya está
347 superado, antes como que daba pena rabia y ahora no. Para entender tu experiencia ¿cómo
348 han sido los términos de tus relaciones amorosas? No he tenido muchos términos, porque
349 como les dije, como que mi relación más seria fue la última que tuve, lo otro no lo llamaría
350 así. Pero con esa persona como que igual fue complicado, yo tomé la decisión de hacerlo y
351 puta, si po, fue complicado, como que uno se arrepiente luego no, pero es parte del proceso
352 quizás, no sé. Es súper peludo. Eh bueno yo creo que no son como que se parezcan jajajaja
353 no sé, yo creo que han sido todos difíciles, porque igual como que uno deja de hablar con la
354 otra persona, entonces igual es complicada esa cuestión, sentí que perdí a la otra persona
355 po, no solo como pareja sino como amiga, como todo, entonces yo creo que es difícil, un
356 término es difícil y el que te diga que no está loco jajajajaj. Yo he tenido una sola, la que
357 comente. Coméntame que ocurre después de que tú has terminado ¿tienes alguna noción de
358 cuanto es el tiempo en que tu logras retomar tus proyectos de vida posterior a una ruptura?
359 Yo creo que como un año me costó, igual depende del tiempo que estuviste con esa
360 persona, porque si la relación duró poquito no creo que se demoren tanto, o ¿sí? jajajja
361 bueno no sé, pero yo me demoré como un año, en decir, ya lo superé. Bueno yo lo respondí
362 antes, me demoré como un año en dejar de pensar en todo lo que había pasado, de dar
363 vueltas en la cabeza esas cosas y como luego de 2 años tuve recién con otra persona,
364 entonces igual cuesta. Uh yo creo que todo un semestre, yo me acuerdo que terminé el
365 primer semestre de primer año y ya como al otro del mismo año me puse las pilas conmigo,
366 porque estaba en eso de que no, era mi culpa, entonces me costó arto, como siete meses.
367 Podrías decirme ¿quiénes te ofrecieron apoyo en la situación de término? Y ¿quiénes
368 esperabas que lo hicieran? En mi caso como que nunca pensé que mis amigos iban a estar
369 conmigo como que me había alejado tanto entonces dije pucha como yo era quien me había
370 alejado tanto, como que dije ahora no iré yo por ellos y decir ya estén conmigo porque
371 tampoco es un tema de obligación, pero de verdad ahí uno se da cuenta quienes son tus
372 amigos, quienes de apoyan, apañan y todo, nunca esperé nada de nadie y si estuvieron y
373 bueno como dije antes mi familia también estuvo conmigo. A ver, yo creo que uno muchas
374 veces espera más de lo amigos y ahí uno se da cuenta de quienes son los reales amigos. Yo
375 esperaba más de ellos, o sea, igual algunos estuvieron ahí, pero te das cuenta que no son los
376 15, si no que 5, por ejemplo, uno se mentaliza con muchos amigos y son re pocos los reales

377 po. Y mi familia, si estuvo totalmente, como dije antes, ellos, fueron los más importantes.
378 Si mis amigos, mi familia, mi abuelo, pero uh yo por un problema familiar de lazos, creo
379 que mi papá, es que bueno desde chica, eh esperado que el de el paso, pero nunca lo ha
380 dado, siempre esta esa espinita. ¿Influyó en algún ámbito de tu vida esa o esas ruptura/as?
381 A mí me influyó más personalmente porque como dije antes tuve que pasar de un punto en
382 donde me hacían todo, a otro en donde yo tenía que decir yo sí puedo, entonces fue difícil,
383 deje de restringirme, empecé a trabajar, deje de pensar en los peros, pero fue un trabajo.
384 Bajo mi punto de vista influyó en el ámbito personal de mi vida, me costó mucho conocer
385 gente luego de eso, miedo a pasar lo mismo, social, entonces jajajaja pero personalmente en
386 el autoestima podría ser, porque pensaba que yo era el problema cachay. En lo académico,
387 se ve reflejado, como que no tenía las ganas de seguir estudiando, como que no quería venir
388 a clases y en lo social, yo creo que la separación con algunos amigos y en lo familiar, yo
389 creo que aún no construyo bien los lazos que antes había, debido a que me puso en contra
390 de ellos. ¿Cómo has compatibilizado los estudios o tu vida académica con las situaciones
391 amorosas? Y ¿qué ocurrió cuando terminaste en este ámbito? En sí uno puede hacer de
392 todo, aquí el factor que más se debe controlar por así decirlo, es el tiempo, hay que
393 organizarse, es difícil, pero igual se puede creo yo, equilibrio entre familia, vida social,
394 pareja, trabajo, igual difícil jajajaja. Bueno y cuando terminé, como que igual se te quitan
395 las ganas de hacer las cosas, como que yo intentaba tomar los cuadernos, pero tu cabeza
396 estaba en otro lado, es súper difícil poder controlar eso, igual no me fue mal, pero fue un
397 tiempo penca. Igual a mí me ha complicado bastante, combinar el trabajo, el estudio, y la
398 vida amorosa, se me ha hecho súper difícil, el tiempo, es lo peor jajajaja. Y qué ocurrió en
399 los estudios, mmm, mucha igual es complicado como dice la niña antes, uno igual como
400 que está en las clases y estoy en otra jajaja, a mí me pasaba que quería puro llegar a la casa
401 y listo, al final uno hace las cosas porque tiene que hacerlas no más po. Ahora, es muy
402 distinto porque la persona con la que estoy al lado me ayuda a estudiar, si sabe otras cosas
403 me las enseña, es súper creativo, entonces me hace las diapos de los ppt, entonces es como
404 un pilar que tengo para seguir adelante, entonces bien. Cuando terminé uy disminuyeron
405 mis notas, puros 4,0 y 4,1... como que no servía, jaajaj. pero ya al principio del segundo
406 año me focalice solo en mis estudios y en el alrededor. ¿Qué lugar ocupa en tu vida hoy
407 tener pareja? Y ¿esto lo vez en tu futuro? Para mí, el primer lugar es mi familia, segundo
408 lugar la universidad y ya tercer lugar vendría siendo la pareja. Y en un futuro, no sé... yo
409 creo que sí, en tercer lugar, también, o a ver no mentira, igual subiría, no sé en qué lugar,
410 pero subiría. Yo pucha, no es una prioridad para mí, preferiría mil veces terminar mi carrera
411 por ejemplo que estar con alguien. Yo creo que está en el último de mis prioridades. En el
412 futuro, es que no se yo creo que las cosas llegan no más, pero puede que después me
413 importe más porque tendré otras etapas terminadas. Yo creo en segundo lugar, y segundo y
414 medio los estudios jajaja, primero yo también. Y a futuro, si, en un lugar más arriba, más
415 que arriba jajajaj. ¿Qué herramientas o recursos tienes actualmente para enfrentar una
416 nueva relación? Yo creo que la madurez, tus pensamientos son diferentes a como son antes,
417 tus metas son distintas, uno va creciendo como persona por esas experiencias. También,
418 concuerdo con la niña de antes jajajaj. Creo que decir las cosas, si algo te molesta decirlo,
419 tener esa capacidad de conversar las cosas, eh como dejar de ser tan impulsiva y dar el
420 espacio de conversación como dije recién. Y ¿Qué aspectos personales sientes que aún te
421 falta trabajar, para enfrentar una relación nueva? Ay que difícil jajajajaj yo creo que mi
422 mayor defecto que aún tengo es que yo creo que siempre tengo la razón como que eso se
423 mantiene en todas las relaciones que he tenido jajajajja como que no hice un click diciendo

oye te equivocaste en eso cámbialo, como que, en realidad, no es como que lo diga yo, pero como que de verdad yo siento que casi nunca me equivoco jajajaja pero para mí puede que esté bien pero para el resto no. Yo potenciaría el cariño, ahora me cuesta mucho ser cariñoso, demostrar cariño me cuesta muchísimo. Mm... yo creo que la dependencia que uno comienza a formar con la otra persona, esa idea de querer estar todo el tiempo, así como pegote, soy muy pegote todavía. En relación a tu experiencia actual ¿cuáles crees serías los puntos más beneficiosos y dificultosos entre estudiar y tener pareja actualmente? Yo creo que lo más beneficioso es el poder ayudarse, poder compartir ese ámbito y que la otra persona de un apoyo, lo encuentro beneficioso tanto para los estudios como para la pareja en sí. Y lo difícil, el tiempo, totalmente, es difícil organizarse, creo que es posible, pero es difícil. Yo creo que cuando uno tiene el apoyo de la pareja, es súper beneficioso cuando se estudia juntos o lo ayudas a hacerlo, le haces preguntas, es lo mejor. Y lo más difícil, como lo he dicho todo el rato es el tiempo, hay muy poco tiempo libre, entonces es difícil. El apoyo, es decir me ayuda a distribuir los tiempos, como que igual son fundamentales, por ejemplo, yo solo los fines de semana voy a la casa, entonces me llevo las cosas y algunas veces tengo tarea, entonces queremos salir y él me dice, mira dedícate dos horas a esto tranquila, hace lo bien y después salimos, entonces me da esos espacios. Y lo dificultoso la falta de tiempo que se tiene, a mí se me acortan mucho los tiempos porque solo los fines de semana estoy allá, antes era todo el tiempo, todas las vacaciones, el tema de los tiempos afecta bastante. ¿Crees que existe alguna diferencia entre el valor que le atribuías a tus relaciones anteriores con el que le atribuyes actualmente? Sí, existe una diferencia totalmente, antes era más prioritario que ahora, totalmente. Sí, yo creo lo mismo que la compañera. Yo creo que si cambio, porque antes la relación que tenía esta en primer lugar, y ahora está en segundo lugar porque prefiero cuidarme yo, para estar bien para la persona y poder hacer que la relación funcione ¿Cuáles crees que son los factores que hacen posible que una relación sea estable y perdure en el tiempo? Confianza totalmente, ser empático, entender a la otra persona, que vienen de lugares distintos. Confianza, empatía, amistad, aparte de los sentimientos de amor debe existir la amistad para que se puedan escuchar de forma distinta. La confianza, el apoyo y el amor y saber conllevar las cosas negativas.// **FG3:** Cuéntame un poco de tu vida amorosa ¿cómo ha sido? Jajajaja bueno yo no soy de la quinta soy de Calama, llegue aquí pololeando, y bueno por tema de distancias y de edades y todo el cuento rompimos pero esa ruptura, fue como por ejemplo a ver, como lo digo primero estuvimos un buen tiempo juntos terminamos después volvimos terminamos y fue súper agotador igual, tuvimos hartos atados, me afectó caleta el tema de la u, y como era de afuera como que tenía todo el rato la mente allá en Calama y como que no me concentraba para nada, entonces el primer año me lo eché y bueno con ella actualmente somos amigos. Después de ella una relación sería que me haya marcado fue una del año pasado que terminamos que duramos como un año y medio y con ella tuvimos hartos problemas, ella era una persona súper insegura y bueno yo igual en su momento y tuvimos hartos atados, yo nunca había tenido migrañas y todos esos show de ella, más la carga académica terminé con migrañas a cagar, el ánimo por el piso, sueño todos los días, desgastado y dije puta que hago si entre estar enamorado y entre estar así no sabía qué hacer, al final la loca, bueno mi ex decidió terminar la relación y a mí me costó hartos, caleta bastante salir adelante, te puedo decir que desde febrero estoy bien, porque igual estoy yendo al psicólogo, por las mismas experiencias que he tenido, pero esas son las únicas relaciones que me han marcado caleta, fue complicado, difícil, súper, súper difícil, el tema del amor igual como que cuesta mucho como desempotarse por decirlo así jajajaja, yo soy

471 muy de piel y me cuesta despegarme de las personas. Yo mira la verdad no sé si eh tenido
472 una gran relación amorosa, pero lo que he podido vivir con todos, igual eh vivido
473 experiencias muy toxicas que me han dañado ehh... mi salud mental y lo mismo mi auto
474 estima, mi auto concepto como tal, entonces actualmente me case, hace un par de meses,
475 con quien fue mi primer pololo y con quien realmente me hace sentir bien, me hace sentir
476 amada, que es lo que siempre espere de una persona, entonces ahora me siento bien me
477 siento tranquila y siento que de verdad ahora mi vida amorosa está en su mejor momento,
478 eso. Como ha sido mi vida amorosa en general, todos mis pololos formales, han sido
479 relaciones largas, de más de un año o tres años, todas muy largas. Considerando las
480 relaciones de pareja que has construido a lo largo de tu historia, ¿Qué cosas positivas o
481 agradables rescatarías y que ha sido lo más complejo o no tan agradable? Positivamente de
482 las relaciones, bueno yo creo que toda relación te deja una enseñanza como tal, buenas o
483 malas, bueno yo trato de ver siempre las buenas. Yo logré ganar confianza en mí mismo,
484 eso lo puedo rescatar de mis relaciones. Y lo más complejo puta, los celos, es un problema
485 cuatico ese, porque puta podía estar pensando todo el rato en lo mismo y la verdad es que es
486 súper complicado po, más si tení un historial po jajaja. eh... si también los aprendizajes,
487 pero también lo que quiero, lo que espero de alguien y también lo que creo de mi misma,
488 porque si bien cuando tenemos el primer pololo no conocemos mucho y no sabemos cómo
489 actuar frente a muchas situaciones, por ende, cuando ya transcurren varias situaciones y
490 cuando ya maduras o no sé si se puede llamar así, pero cuando ya pasan bastantes
491 acontecimientos importantes puedes saber decidir lo que vas hacer y todo lo que vas
492 desencadenando en tu vida, asique eso. Y lo negativo eeeeh yo creo que lo que más cuesta
493 es salir, en mi caso puede hacerlo por mi cuenta, yo misma me di cuenta y eso no sé, tuvo
494 repercusiones en el poder definirme como tal, y el poder no saber realmente quien soy, el
495 que me haya hecho tanto daño que ni siquiera me podía conformar con mi propio físico,
496 esas cosas, actualmente ya no ocurren, gracias a Nicolás quien es mi pareja, quien me ha
497 demostrado que de verdad esto no es así, pero creo que ese ese es el punto, el poder salir de
498 ahí, de la relación y no ver el daño que hizo en mi salud mental. La compañía que tiene
499 uno, como el apaño, que a pesar de que uno está pololeando, como que igual es tu
500 compañero de vida en ese momento. Y lo más difícil es saber entenderse también, porque,
501 ósea la relación se basa en dos personas que son distintas, que están intentando de como
502 unir sus lazos, unir ideas, unir proyectos, quizás, creo que eso es lo más difícil, llevar a
503 cabo la relación los dos juntos como remando para el mismo lado, creo yo, hablando de la
504 última relación que tuve, eso fue lo que gatillo el termino, no fue nada amoroso, de cómo
505 oh me cagaste, no, si no que fue como en verdad ya no teníamos mismos proyectos de vida,
506 entonces ya no estábamos remando para el mismo lado, entonces cortamos por lo sano.
507 Pudieran contarme ¿Cuales son los puntos más complejos y al mismo tiempo los más
508 favorables para ustedes, respecto a poder formar pareja? Los más complejos es mi actitud
509 totalmente, es que me exalto caleta igual, es algo que estoy trabajando pero, eso creo yo
510 que sería lo más complejo mío, jajajaj y lo favorable es que soy honesto sabí, como que no
511 estoy ni ahí con andar diciendo hueas que no creo, entonces creo que eso atrae caleta
512 porque te sentí segura, no sé si me explico. Yo voy a partir por lo más difícil jajaja yo creo
513 que es el poder tener seguridad de sí misma, como tal vez al tener experiencias pasadas a
514 los otros crees que va hacer lo mismo, entonces al generar lazos de confianza, el poder
515 contar muchas cosas, eso como que va... como que repercute lo que viene de atrás,
516 entonces contar cosas importantes, lo que te ha pasado en tu niñez en tu infancia, esas
517 cosas, tal vez no se las vas a confiar a cualquiera, porque ya tuviste una experiencia pasada

518 no buena, y eso repercute, yo creo... y los más favorables... mmm yo no sé cómo
519 describirla en verdad, porque en verdad yo ponga toda mi disposición a, pero siempre con
520 un previo conocimiento de la persona, no sé si puede ser, la estabilidad, puede ser, pero el
521 poder ponerme en el lugar del otro, quizás eso puede ser. Lo más favorable es que soy muy
522 entregada, que soy muy intensa jajaaj, pero yo como que estoy dispuesta como, a, como, no
523 a los cambios que me va hacer los cambios que nacen de estar en pareja, si no como que
524 estoy abierta de mente para todo lo que venga, y quizás eso me favorece quizás arto, a ya
525 tení este cacho y me cierro, yo no, como ha ya podemos verlo juntos, estoy más dispuesta a
526 eso. Y lo más difícil yo creo que dentro de la libertad que tengo también soy muy cuadra
527 dentro de ese sentido, es como si estamos haciendo algo, hagámoslo bien y terminémoslo
528 de hacerlo, no me gusta como... me gustan las cosas ordenadas, si vamos a tener una
529 relación que sea ordenada y eso como que me juega mucho en contra porque no todos le
530 gustan las formas en las que yo llevo las cosas, porque igual soy muy guiada a mis ideas.
531 ¿Qué es lo que más te ha gustado de estar en pareja? Muy buena pregunta jajajaja, yo creo
532 que es el hecho de que hay alguien que te apaña, alguien está conmigo constante, me está
533 apañando, es rico sentir eso, sentir tu das y yo doy, el apoyo. Lo que más me gusta, puede
534 ser ese amor que es reciproco, que puedes confiar dar todo lo de si, y saber que ella lo va
535 hacer, que puedes llegar al lado de él y el será una fuente de apoyo de tranquilidad, y que
536 pueden pasar mil cosas, llegas al lado de él y todo es distinto, entonces creo que esas cosas
537 para mi han sido súper importante, pero también la toma de decisiones que no es solo de un
538 lado, que somos un equipo, asique eso. Lo que más me gusta, mm... la compañía de no
539 sentirme sola yo creo, porque igual yo vivo solo con una amiga, entonces el proceso que
540 tuve de estar viviendo con mi mama y de pasar a vivir sola, es como que me ayudo arto eso,
541 de no sentirme, como de que tengo alguien al lado que va conmigo, que tengo un
542 compañero ¿Qué es lo que menos te ha gustado de estar en pareja? Los celos, totalmente,
543 siempre son los celos jajajajaj. Lo menos que me ha gustado, ahora que estoy casada, el
544 tener que ligarnos o tener que mezclar, no sé, modelos de vivir y tener que mezclarnos y
545 encontrar la unión o el equilibrio, para que podamos los dos estar bien, porque claro él tiene
546 otras modalidades, no se a la hora de bañarse y claro a mí me molestan, entonces, el
547 encontrar el equilibrio para mi han sido un desafío importante. Lo que menos me gustaba es
548 que igual llega un momento que uno necesita su espacio, yo creo que ahí igual, dentro de lo
549 desfavorable de las relaciones, que necesita, que es súper difícil, controlar los espació del
550 otro, como que ya yo si necesito cariñito besito, pero también el espacio, es como oye ya es
551 mi espacio, necesito lo mío, hacer mis cosas, aparte de mi mundo que tengo contigo
552 también tengo mi mundo propio, por ejemplo acá en la universidad, acá en la pega, eso es
553 lo más difícil de controlar creo yo. En base a tu experiencia si pudieras cambiar o mejorar
554 algo de tu vida amorosa ¿qué sería? Yo creo que nada, todo lo que he aprendido
555 últimamente ha sido en base a todas esas experiencias, entonces como que le debo lo que
556 soy a eso mismo y si actué como actué fue porque pensé que así era correcto. En mi parte
557 tal vez los limites, porque me repercuten hasta el día de hoy, como que te pongan hora, te
558 digan con quien te tienes que juntar, con quien no, eso lo cambiaria, porque lo puedo ver
559 ahora, jamás dentro de mi núcleo ha existido reglas, entonces ahora el verlo y decir guau,
560 ahora no existen los limites, eso creo y realmente vivir sin límites es mucho mejor, en todo
561 sentido, en tu familia, con tu pareja, en la universidad, cuando no pones limites, tu puedes
562 definirte como tal, eso. Yo creo que no cambiaría nada, porque si uno toma las decisiones
563 de estar en pareja eh al final uno la tomo, y si no funciona o algo así, uno al final aprende
564 de eso, si no todo sería bonito perfecto, no sería vida yo creo, no sería como una relación,

565 no podría ser todo perfecto, así como a mi amorcito y todo bien, yo no creo que todo me ha
566 hecho aprender, todas mis relaciones me han hecho aprender, todas las que he estado, me
567 han hecho aprender sobre convivencia en pareja. Desde tu punto de vista, ¿Que te ha
568 aportado a ti como persona el haber estado en pareja? Jajaja que complicado, nunca me lo
569 habían preguntado jajajaja, eh... el entender que el otro tiene una opinión diferente a ti, otro
570 punto de vista, por ejemplo la mujer tiene otro punto de vista diferente al hombre, o bien
571 todas las personas son distintas, entonces como que tengo que calmarme mucho, darme
572 cuenta que venimos de lugares distintos, crianzas distintas, entonces eso es súper rudo. Me
573 aporta el poder definirme como tal, como mujer, como hija, como esposa, como todo y me
574 ayuda a definirme como tal, quien soy, mi realidad frente a lo emocional, mi físico, como
575 me comunico y eso más que nada. Como que uno aprende a estar con otro, a tratar de
576 coordinar tu vida con otro, no sé, algo así. Profundizando en tu historia, ¿Cuál es la ruptura
577 amorosa que más te marcó y en qué sentido? Bueno las dos que mencione antes. Yo creo
578 que una de las que más me marco, no fue tan larga, pero fue una de las más dañinas, una de
579 las que más me ha marcado, porque tenía límites, era el quien ponía los límites, el control y
580 yo solo obedecía, creo que eso fue lo que realmente me daño demasiado, el me definía
581 como tal, él me ponía en una posición que el solo creía, eso me perjudico, en el equilibrio
582 que yo tenía, es decir, yo decía soy así y él me decía no que tú eres así, así y así... y eso fue
583 como guau, una explosión entre lo que yo creía y mi imagen y auto concepto que tenía
584 como tal, entonces el después poder re construirlo, fue igual bastante difícil... además
585 violencia, verbal, como gritos y no sé qué sea como violencia, fue como guau, fue muy no
586 se... yo creo que hasta el día de hoy, ósea igual, son aprendizajes, pero me ayudo a
587 comprender que eso jamás va hacer una relación. Yo ahora ultimo termine hace poco, y yo
588 creo que igual, porque yo vivía con él, vivía con él, ems y tenemos igual, como aparte ha
589 sido la relación más seria que he tenido en general, porque después, ahora, terminamos y
590 fue cambio de todo, porque cuando dejamos de vivir juntos, fue también po, fue cambio de
591 mi vida completa en general, porque estás haciendo vida con una persona y al terminar se te
592 va todo, tení que empezar hacer tus cosas, hasta las cosas más mínimas, por ejemplo
593 cocinar, ya no cocinai para dos po, cocinai para uno, te cambia todo tu esquema de vida y
594 eso es como lo que más me ha marcado hasta ahora, llevar un estilo de vida con mi pareja y
595 ahora estar sola, es difícil. ¿Cómo afrontaste esa ruptura? y ¿Cómo te encuentras hoy
596 respecto a ella? Hoy me siento la raja, me siento súper bien hoy en día jajajaj como te dije
597 anteriormente fue una experiencia traumática igual, pero creo que igual he crecido,
598 entonces igual la raja po. Igual no nos hemos visto desde que terminamos, pero no creo que
599 afecte, estoy súper claro con lo mío, con mis metas, quiero salir de la U, entonces no tengo
600 tiempo para andar repitiendo lo mismo. Como lo afronté, pucha mi familia, totalmente y
601 psicólogo, creo que me ha ayudado mucho eso, mucho. Yo creo que me desligue de todo el
602 grupo de amigos que tenía con él y me di cuenta que todo era negativo por ende los aleje y
603 realmente me fije en quienes realmente eran mis amigos y me habían acompañado en todo
604 este proceso y eso me ayudo a entender que no estaba sola, que ellos me podían ayudar y
605 realmente distraerme, el poder estar con mi familia y el estar sola y no tener una pareja
606 durante un par de meses eso me ayuda a poder saber y reconstruirme como tal, después de
607 todo el daño que me había hecho, eso fue como la mejor decisión que pude tomar y después
608 bueno llego Nicolás mi esposo y bueno ahí todo fue distinto y ahí realmente comprendí que
609 estaba bien y no fue como que haya llegado y estuviéramos juntos, si no que espere el
610 tiempo suficiente en el que yo me pudiera sentir cómoda, para poder empezar otra relación,
611 porque obviamente traía varias cosas de atrás. Ahora estoy bien, me encuentro estable, me

612 encuentro feliz, no sé, creo que ya ha pasado tiempo de eso, y ya no lo recuerdo como un
613 momento amargo de explicar, ahora es como que puedo estar tranquila, lo puedo comentar,
614 puedo de verdad analizar lo que paso y por qué paso, superado totalmente superado, tenía
615 remordimiento a y eso me pasaba antes, a la persona con quien estaba le tenía odio o
616 remordimiento por todo lo que había hecho, pero ahora cuando lo veo no me pasa eso,
617 siento que estoy tranquila, que realmente es como que ya, es una persona más, antes cuando
618 lo veía de verdad era como, me pasaban muchas cosas, solo quería gritarle y esas cosas,
619 pero eso. Yo creo que como buscar tú, a mi lo que lo que... yo he hecho ahora es como
620 que... me estaba restando, he si no me suma, que no me reste, entonces como empezar a
621 buscar la paz interior de uno mismo, entonces es como ya esto querí en tu vida, sabí que no,
622 no lo quiero, entonces si no lo querí, es por algo, entonces avanza, yo creo que eso es como
623 lo que me ha tirado para arriba, entonces como que no es como que quede mal, porque al
624 final las cosas pasan por algo, los tiempos son como bien, si decidimos terminar ahora, es
625 porque para que después de esto, no seguir estirando el chicle, para que después de verdad
626 no nos llevemos mal y empiecen a empeorar las cosas, es mejor terminar bien, de forma
627 sana... yo creo que eso me ha ayudado. Y hoy como estoy... yo uh que fuerte... yo, como
628 que tratamos de terminar en buena, pero como que en verdad cuando terminai algo, como
629 que nunca puede ser en buena al cien, cuando terminai una relación como que, yo por
630 ejemplo fui la que terminé con él en este caso y como que Eh el sigue buscándome,
631 buscándome, y yo como que me da rabia, pero bien, ósea seguimos hablando bien, pero
632 como que me busca, me busca y es como ah... es que sabí que me estay choreando, es
633 como hagámoslo bien y como que estoy colapsando y ya no te voy a querer ver y quiero
634 que estemos bien, porque él me colapsa.... Pero ahora estamos bien, yo estoy bien. Para
635 entender tu experiencia ¿cómo han sido los términos de tus relaciones amorosas? No han
636 terminamos mal mis relaciones en general, pero si ya después de una relación como que no
637 soy de esos de andar hablando con las locas luego como amigo, no na que ver, como que se
638 termina y era cachay jajajaj, como que no las sigo buscando, se corta no más todo de raíz.
639 La más mala fue la que conté, las demás han estado bien, si hemos terminado es porque
640 realmente ya se había acabado todo, ya no era una relación de pareja, sino que, de amigos,
641 entonces eso fue como lo que llevaba, si no también que se acaba un proceso y llevaba a,
642 entonces la que nombre fue la peor y obvio la que me marco. Mmm en general intento no
643 terminar en mala, porque yo creo que igual hay cariño, entonces como que evito eso igual,
644 asique no han terminado tan mal. Coméntame que ocurre después de que tú has terminado
645 ¿tienes alguna noción de cuanto es el tiempo en que tu logras retomar tus proyectos de vida
646 posterior a una ruptura? Es una pregunta muy buena jajajaj es lo que incluso estoy viendo
647 con mi psicólogo actualmente jajajaja, no sé, si puedo dar una estimación de tiempo como
648 tal, pero creo que a ver un año, algo así, más o menos, sí. Yo terminé en mayo y como que
649 en octubre recién pude retomar todo, cerré esa etapa, ya que me fui de vacaciones con mi
650 mejor amiga y eso me sirvió, ahí comenzaba mi segundo semestre de mi primer año y como
651 que ahí ya estaba desligada completamente de todo eso e iba focalizada en solo lo que yo
652 quería, y como que ya a fines de octubre como que el ya, estaba todo superado, ya no era
653 tema, yo creo que fue como cinco meses, como un semestre. Yo no sé, como que no hay un
654 tiempo establecido, depende yo creo de cómo fue, de cómo fueron las cosas, del termino...
655 yo no sé no podría dar un tiempo estimado, porque si me acuerdo de mis relaciones como
656 que todas en verdad han sido distintas, como que no sabría. Podrías decirme ¿quiénes te
657 ofrecieron apoyo en la situación de termino? Y ¿quiénes esperabas que lo hicieran? Bueno
658 como dije, mis papas siempre, mi hermana, mis amigos más cercanos. Y si po, obvio están,

659 pero no faltan, nunca faltan esos sacos de hueas, no falta la gente que le gusta verte mal,
660 entonces como que igual fue difícil, decir oye tu eres mi amigo, no me tiré pa abajo. En
661 verdad no esperaba, de mi círculo que estaba con el quizás, pero todos los demás que
662 esperaba si llego, entonces, mis amigos, mis amigas específico, y creo que lo mejor que fue,
663 que mis amigas no me dijeron que tenía que terminar, si no que fue mi decisión y fue así,
664 creo que fue en el tiempo correcto cuando no se podía más. Los amigos, te invitan a
665 conversar incluso simplemente, porque es distinto, por ejemplo yo tengo una confianza
666 súper buena con mi mami, con mi mama, pero es distinto hablar, porque va a decir no sé, “a
667 mí nunca me gusto ese niñito “o no sé, pero como que los amigos son más cercanos y como
668 que te pueden comprender más que una mama, que con sus años de experiencia quizás, que
669 siempre dicen, lo amigos en cambio como que van a la misma tuya y te pueden entender
670 más y podré ir viendo como la perspectiva como desde fuera, porque ellos vieron desde
671 fuera, vieron cuantas peleas tuvimos, que por que conocen tan bien como es el, y como que
672 te pueden ayudar también a verlo más a la par tuya. Y quienes no estuvieron... es que no,
673 es que yo no espero mucho, como que no soy así, cuando estoy mal, así como de no viniste
674 a preguntar por yo estaba con la cara de poto, no, el que este va estar siempre y el que no,
675 no influye en mi vida en sí, pero al menos no me he sentido sola en este proceso. ¿Influyo
676 en algún ámbito de tu vida esa o esas ruptura/as? Quizás en el ámbito personal, en mi forma
677 de pensar, en como ver las cosas en la vida, pase de un pensamiento pendejo a pensar y
678 enfocarme en lo que realmente importaba po. Y obviamente en lo educacional totalmente
679 tenía la cabeza en otro lado pensando en ese mismo tema, me eche un año de u por eso
680 mismo como le conté, y bueno como que va todo de la mano porque como me eche ese año
681 de u mi familia igual estuvo mal porque ellos son los que pagan po, entonces fue un
682 conjunto de todo. En lo académico, pero también me pasaba que me sentía muy insegura
683 conmigo misma, no me gustaba las cosas que me ponía, me cuestionaba todo lo que hacía,
684 no es que en verdad él me dijo que tenía que bajar de peso, no es que en verdad debía hacer
685 eso, o en verdad estará bien que hable con este amigo. Si hartos, con mis amigos, por
686 ejemplo, somos de Coyhaique los dos, entonces tenemos el mismo círculo de amigos
687 entonces pasa que cuando hay un término en un grupito de amigos, como que se separa
688 todo, lo que eran más cercanos a él se fueron para allá, los más amigos míos están para acá,
689 entonces eso han sido los cambios que he tenido en mi vida más, como hasta ahora, bueno
690 y en lo personal lo que ya mencione que vivía con él y lo difícil que ha sido aprender hacer
691 las cosas sola, pero y las amistades. ¿Cómo has compatibilizado los estudios o tu vida
692 académica con las situaciones amorosas? Y ¿qué ocurrió cuando terminaste en este ámbito?
693 Ha sido difícil porque jajajaj me complica mucho la universidad es importante po, antes
694 uno como que no sabe lo que quiere, entonces como que el tiempo se hace nada, entre la
695 universidad, la pareja, como que de verdad no teni tiempo para nada jajajaj, me costó darme
696 tiempo a mí, a ella y a mi estudio, hubo un tiempo que partí la raja, pero después puta todo
697 se fue a la mierda jajajaja porque uno como que no es siempre organizado po. Y cuando
698 termine como te dije antes, puta es como que tú sabes que tienes que hacer las cosas, pero
699 tu mente como que está literalmente en otra, entonces es difícil, el año pasado yo egresé en
700 el momento que terminé y cuando lo logré a pesar de eso, fue la raja de verdad un alivio
701 cuatito porque sabía que eso me iba a costar más por el término po. Creo que ahora es
702 compatibilizar tiempos, ósea realmente quiero pasar mucho tiempo con él, pero la
703 universidad me quita mucho tiempo, entonces el poder equilibrar los tiempos, eso es lo que
704 más me ha costado compatibilizar, aunque cuando realmente estoy mal con los estudios él
705 me da apoyo y me ayuda en lo que más puede, obviamente ha sido como un periodo súper

estresante, es mi tercer año, pero realmente ha sido mi mayor fuente de apoyo y tranquilidad. Y cuando terminé para mi ese semestre fue el que tuve mejor promedio, es que no se, creo que después de eso tuve demasiado buenas notas, porque ese semestre se podían eximir bastantes ramos y me eximí de dos, entonces fue demasiado bueno y creo que todos a mi alrededor se dieron cuenta que había cambiado porque mi primer semestre fue horrible, además de todo el cambio que hay, para mí el segundo semestre para mí fue distinto, había método, había aprendido a distribuir mis tiempos, ya no solo tenía tiempo en ese tiempo para él, ahora no, era solo estudiar, mis amigos, me focalice, yo creo que con él era más problemático y después desligarme de eso, y dejarlo de lado, era la oportunidad de generar el cambio. Em... no sé, es que en verdad el tiempo es difícil, entonces como que uno necesita su tiempo para otro, porque para estar no se solo enviado besitos por WhatsApp para eso no estas con nadie, pero igual el tiempo es difícil, porque yo trabajo por turno, entonces igual se aburren de eso, es fome, estar con alguien y no verlo, que no tenga tiempo, y extrañarlo mucho igual es fome, pero a ver... como lo compatibilizo... igual bien, porque al final vivía con él, porque tenía todo junto, por que llegaba a la casa y lo veía y podía estar con él, entonces como que mi tiempos se compartían. Y que ocurrió ahí... igual están sus bajos... y a la verga todo... si, a mí me pasa que igual me influye en mi ánimo, entonces igual estaba en la U y las chicas estaban y yo les decía, “saben que más chiquillas, ni me hablen”, igual que si influye, como que uno intenta hacer las separaciones, es como ahora tienes una prueba súper importante y es como ya le voy a poner, pero igual como que no se ve algo y te duele, entonces no sé, como que igual uno lo involucra siempre. ¿Qué lugar ocupa en tu vida hoy tener pareja? Y ¿esto lo vez en tu futuro? Yo creo que no ocupa un lugar tan importante, es rico obvio, yo creo que a todos nos gustaría, pero hoy en día no es algo que quiera, como te dije estoy tan enfocado en el tema de los estudios que yo creo que no me ha dado tiempo de pensar en esa otra cosa, yo creo que, si llega, llega, jajajaj, yo creo que lo pondría en un tercer lugar, porque primero estoy yo, luego mi estudio y luego el resto. Y a futuro me gustaría ya, cuando este titulado, me gustaría estar casado, po lo vería muchísimo más arriba que ahora. Yo creo que el dos, primero soy yo y después la pareja, pero creo que ha tomado un lugar fundamental porque ya no es como todo aparte, estamos juntos, somos un equipo y trabajamos para nuestro futuro y eso es lo primordial, obvio siempre estoy yo primero, mi bienestar mi salud y todo lo que signifique, y después Nicolás, pero primero soy yo. Y a futuro lo veo igual es que yo estoy casada, entonces no creo que cambie. Ahora yo no estaría, yo estoy en esa, como que, si tuviera que dejar algo seria la pareja, evitaría estar en pareja, porque una te quita mucho tiempo, otra que trabajo, entonces como que no da el tiempo para todo, sería mi última opción, primero yo, mis estudios, mi pega y si me alcanza el tiempo, si es que puedo estaría... Y a futuro yo igual creo que debería cambiar a más, porque no estoy cerrada a enamorarme, pero ahora como no tengo tiempo como que está en última opción, pero si alguien llega y me enamoro, no lo rechazaría, no le diría que no tampoco jajaja quizás puede subir el ranquin. ¿Qué herramientas o recursos tienes actualmente para enfrentar una nueva relación? Y ¿Qué aspectos personales sientes que aún te falta trabajar, para enfrentar una relación nueva? Paciencia totalmente, el poder escuchar, el saber escuchar mejor dicho. Y lo que me falta trabajar vendría siendo mi comportamiento, creo yo, no sé, si se han dado cuenta que yo me muevo caleta entonces como que cuando algo no me gusta me exalto, entonces eso lo estoy viendo con la psicóloga y no me gusta, lo estoy trabajando. Yo creo que tengo actitudes nuevas, que desarrolle, no se mis fortalezas, mi rol, no se ahora como esposa, mis responsabilidades, no sé, realmente como mis actitudes son totalmente distintas, soy

753 positivas, tomo decisiones acordes a la situación actual, no solo por el momento, pienso en
754 cómo me va a repercutir a futuro, eso como que ha sido lo principal. Y lo que me faltaría
755 trabajar... mmm... yo creo que la dependencia, es decir si me proyecto con él, no sé si me
756 lo imagino sin él, por eso igual es como relevante y bueno también la confianza que le
757 otorgo a la otra persona, porque si en algún momento se puede ver vulnerada, sería como
758 fuerte para mí. Paciencia, la experiencia de la otra relación, uno sabe mucho después,
759 porque quizás todo, o casi todas las relaciones caen en lo mismo, como en rutina, entonces
760 uno ya tiene la experiencia de que cae en eso y quizás eso fue lo que gatillo a terminar, uno
761 trata de no hacerlo en la nueva relación, trata de llevarlo de otra forma, como rutinario,
762 ems... quizás distribuir mejor los tiempos y destinarle más tiempo, porque a mi igual me
763 afecto eso en la otra relación, de que después me peleaba porque no tenía tiempo para él,
764 pero si dejaba la pega no podía pagar la u, y dejar de estudiar no pasa por mi cabeza,
765 entonces no sé, como que eso no cometería de nuevo el mismo error. Y que me falta mm...
766 yo que cambiaría... eh... que difícil... pero creo que ser más tolerante con lo que está
767 pasando el o a mí me pasa mucho que, como que caigo en pensar en mi nomas po, como
768 sabí, yo la estoy pasando mal, yo no quiero esto, ya estoy aburrida de esto otro, pero y tu...
769 como que me cuesta ponerme en el lugar del otro, no solo pensar en mí, mi ,mi... yo, yo,
770 yo, pero también pensar en no se po, que él también tiene que hacer cosas en su día a día, y
771 quizás decir mira tú tienes este tiempo y yo tengo este otro, tratemos de trabajar más juntos,
772 de no ser tu o yo, si no que de un nosotros, de hacerlo juntos, yo creo que eso hacer un
773 poquito más juntos las cosas. En relación a tu experiencia actual ¿cuáles crees serias los
774 puntos más beneficiosos y dificultosos entre estudiar y tener pareja actualmente? El tiempo,
775 es lo más difícil, porque las ganas están tanto de tu persona como de tu pareja, pero va más
776 allá del querer es poder, el tema es el tiempo porque la universidad demanda demasiado. Y
777 lo más beneficioso es sentirse apoyado en esa área, el que te apañe totalmente, porque así
778 uno se siente con más garra para lo que se viene, de verdad, que ayuda caleta. El apoyo
779 mutuo, creo que ambos, yo tengo plena confianza en que él va hacer el mejor administrador
780 de empresa, entonces el confía lo mismo que yo, y confía que yo voy hacer la mejor
781 trabajadora social, entonces, como que esas cosas, el generar expectativas, que el realmente
782 confía en mí, que pongo lo mejor de sí, esperamos lo mejor de ambos y el apoyo que nos
783 damos entre ambos es muy importante. Y lo difícil es que te quita tiempo de
784 acontecimientos importantes, no sé, qué tienes y no vas a volver a vivir y creo que esas son
785 las situaciones que más se, por ejemplo su cumpleaños que lo puedes celebrar, pero después
786 un par de horas, ya no porque tienes que hacer otras cosas, después compatibilizar los
787 horarios de otros trámites, uno llega muy tarde a su casa, por ejemplo a mí me pasa, yo solo
788 lo veo de 8 a 23 horas, porque después dormimos y al otro día ni siquiera lo vemos,
789 entonces realmente se acortan demasiado los tiempos. Ninguno jajaja, mm... los puntos
790 más beneficiosos, no se igual, que por ejemplo yo estudiaba leyéndole y el me hacía
791 preguntas, entonces el que te ayuden a estudiar, o de repente igual en el primer año ,yo
792 estaba con anato, como que leí, leí y no entendí y me frustraba me ponía a llorar y él me
793 decía, ya tranquila, déjalo un rato, cálmate y retómalo cuando estés más tranquila, y eso
794 igual era diferentes, porque yo por iniciativa propia no lo haría, él lo vio, veía que estaba
795 colapsada, pero me decía cálmate, creo que eso que te pueden ayudar o apoyar. Y lo más
796 difícil, el tiempo, consumen mucho tiempo, totalmente. ¿Crees que existe alguna diferencia
797 entre el valor que le atribuías a tus relaciones anteriores con el que le atribuyes
798 actualmente? Obvio antes era más chico po, menos experiencia, entonces ahora le atribuía
799 muchísimo más valor a eso que a otras cosas, era como algo así como mi polola y mi polola

800 po, ahora es como más a la par, no dejamos las cosas por alguien ahora, entonces, eso como
801 que ha sido por crecimiento. Ahora me importan más otras cosas como mi estudio y
802 terminar mi carrera que eso. Yo creo que no, siempre lo puse como relevante o importante,
803 pero ahora como que ha tomado otro carácter, antes lo veía como, no sé, todo lo que pasaba
804 tenía que ser importante porque si, por que me genera estabilidad, amor, pero ahora es
805 porque realmente me siento bien, ahora lo pongo en segundo lugar porque de verdad me
806 hace bien, porque me hace feliz, porque realmente ahí debo estar, antes no era, si porque es
807 mi relación actual y así tiene que ser, por eso es importante... yo creo que no ha cambiado
808 de lugar, pero si cambia el carácter de importancia o no sé qué le daba antes. Yo creo algo
809 contrario, como que antes mis pololos eran como, solo del colegio, quizás me gustaba, pero
810 lo tenía ahí nomás, pero ahora no po, como que lo veo más como un compañero de vida,
811 que como un pololo más, como que estoy no sé, más seria, si es el como que por algo lo
812 elegí, como que le doy más importancia ahora, a como antes, quizás porque era más
813 pendeja quizás, y no le daba tanta importancia a mis proyectos, mis estudios, mi trabajo, mi
814 casa, como que cuando uno va creciendo que crezca la persona igual. ¿Cuáles crees que son
815 los factores que hacen posible que una relación sea estable y perdure en el tiempo? La
816 confianza, yo creo que ese es el factor primordial, si no hay confianza todo se va a la
817 chucha, pa mi eso es fundamental. La confianza y apoyo... creo que obvio el amor, pero
818 también dividir responsabilidades, generar estabilidad, generar todo lo bueno, tranquilidad,
819 paz, eso, poder enfrentar los problemas de buena manera La base de todo es la confianza, la
820 tolerancia, que sea tu parner, tu amigo, eso yo creo.// **FG4:** ¿Cómo ha sido su vida
821 amorosa? Han sido relaciones largas, de hecho, todavía estoy en una relación larga de 2
822 años, asique todas mis relaciones han sido de dos o tres años aproximadamente. Mm...
823 bueno, yo no he tenido una mala experiencia en el amor tampoco, duramos siete años con
824 mi ex pareja, y al final fue más tormentoso, porque terminábamos volvíamos y como que
825 de verdad eso fue penca jajajaj pero en general no ha sido tan malo, no tengo tantas
826 secuelas del corazón jajajaja. La mía ha sido un desastre jajajjaa, no, no sé, si un desastre,
827 pero si me ha costado salir de las relaciones que he tenido como que me he dado cuenta que
828 son malas pero como que aún estoy en trabajo de mi autoestima como para poder
829 respetarme y no aguantar ciertas cosas, he aguantado muchos en mis relaciones, tengo un
830 imán con la gente mala jajajjaa Yo con una pareja duré 6 años y fue de mucho maltrato
831 psicológico y físico una vez y como que siento que entrego mucho y me ilusiono muy
832 rápido. ¿Considerando sus relaciones de pareja que cosas positivas rescatarían de haber
833 estado en pareja? Que es un amigo, que te entrega el apoyo y uno también le entrega apoyo,
834 como que uno se sostiene con la persona. Eeh... los tiempos de conversaciones al final del
835 día, era siempre como rico escuchar a tu pareja, porque dentro del día no nos veíamos tanto
836 por la misma universidad, entonces poder contar también como estoy como estuvo el día,
837 eran cosas buenas y que nos permitían fortalecer la relación. Eh... las cosas buenas y
838 agradables, sigo pensando, yo creo que todos han sido muy amigos, si hay alguno bueno
839 que he podido construir es que tenemos una buena relación de amistad entonces yo creo
840 que por eso se mantiene las relaciones, quizás por eso fracasan, no sé, si tengo un problema
841 yo o las personas, quizás no se leer bien a las personas, pero creo que lo bueno que puedo
842 rescatar es que hemos sido buenos compañeros, lo que me permite ser yo misma y al
843 mismo tiempo les permite a ellos ser ellos mismos. Y viéndolo desde el otro lado ¿Qué ha
844 sido lo no tan agradable o complejo de haber estado en pareja? El tiempo, para mí lo más
845 difícil ha sido el tiempo, porque igual trabajo y estudio entonces para mí lo más difícil es
846 dedicarles tiempo a otras personas, y la otra persona igual exige tiempo y si la otra persona

847 no se pone en tu lugar del tiempo que uno le puede entregar, igual mataría la relación.
848 Eeh...mm... el haberme encerrado mucho en la relación, porque se hizo como una burbuja
849 como que mi mundo era solo él y deje mis amigas tiempo de familia que es súper
850 importante, me cegué entonces como que él era todo para mí, ahora yo no lo volvería a
851 repetir, es un aprendizaje. Mm... puede ser que me han faltado el respeto muchas veces, y
852 yo he aguantado, he pensado muchas veces el amor todo lo soporta, pero no todo lo soporta
853 po y como que he sido muy tolerante al maltrato e incluso me han llegado a hacer pensar
854 que es mi culpa y eso es súper, fome po, como que son cosas pequeñas pero que a la larga
855 te vuelven insegura y te hacen daño, por ejemplo, yo me convertí en una persona insegura.
856 Desde ustedes ¿Qué puntos favorables cuentan ustedes y que les benefician para tener
857 pareja? Pucha igual soy entregada a la otra persona, el tiempo que tengo se lo dedico,
858 siempre estoy ahí para la otra persona, el poco y nada de tiempo que tengo, pero estoy ahí,
859 como la entrega. Lo más favorable es que soy honesta, como que siempre digo lo que
860 pienso y que también siempre voy a intentar entender a la otra persona, busco a personas
861 con más experiencia que me ayuden y voy a intentar hacerlo en beneficio de la relación
862 también. Lo que tengo bueno yo... creo que soy apañadora, aunque la persona haga algo
863 completamente a mí, como que yo digo ya vamos, por ejemplo si la persona es pintor, yo
864 digo ya vamos aunque yo sea del área de la salud y no tenga nada que ver, apoyo mucho a
865 la otra persona, soy entregada cien por ciento. Desde la otra esfera ¿qué creen que es lo más
866 complejo que tienen para formar pareja? Mi genio, creo que tengo un carácter súper penca,
867 entonces, como que no se, exploto, rápido, me enoja por todo, soy como muy guiada a mi
868 idea, yo creo como que eso es. Mm... que difícil la pregunta, es que sabemos que son dos
869 realidades diferentes, yo vengo de una familia cristiana entonces ojala que la persona con la
870 que yo esté como que entienda ese punto porque osino no nos vamos entender o no me va a
871 querer escuchar, entonces lo más complejo es conocer bien ese mundo antes de formalizar
872 algo quizás, eso. Para mi es el poder abirme y poder confiar en la otra persona, de que no
873 me va a dejar de querer como que ese es mi gran problema, no sé, si la persona me va a
874 soportar por así decirlo jajaja o me va a seguir queriendo con el tiempo, me da miedo, me
875 ha pasado muchas veces. Dentro de sus historias de vida, si pudieran cambiar algo ¿Qué
876 sería? Nada, por lo mismo porque uno aprende cosas. Eh... no encerrarme en una burbuja,
877 tener tiempo para todo, o sea, hacerme el tiempo para todo, familia amigos, cosas extra que
878 yo haga. Ay que difícil la pregunta, mmm... yo creo que cambiaría el hecho de haberme
879 hecho ilusiones con una persona que no correspondía, gente que no estaba sana, gente que
880 nunca tuvo la intención de formar algo serio conmigo, algo así, por ejemplo, con mi última
881 pareja, que mi mente no haya volado tan alto. ¿Qué es lo que más le ha gustado de estar en
882 pareja? Sentir que hay alguien ahí, que te está entregando amor y viceversa con la persona.
883 Eeh... ay no sé, sentir la preocupación de otra persona, no es que no la tenga de mi familia
884 ni nada, pero es rico pensar que hay alguien externo que se preocupa de ti, que te digan
885 cosas lindas eso, la preocupación, el interés que se note, en pequeñas cosas pero que se
886 note. A mi comer jajajajaja yo creo que lo que más me gusta es el hecho de que por
887 ejemplo puedas tener un parner y poder decirle todo a esa persona, yo me guardo mucho las
888 cosas, pero cuando tengo pareja como que puedo sacarlas y es bacán eso, incluso ni a mis
889 amigos, no le cuento todo a mi pareja intento involucrarla en mi vida y obvio los minis
890 detalles jajajaj ¿Qué es lo que menos les gusta o no les ha gustado de estar en pareja? Como
891 que uno igual necesita libertad, porque la mayoría de las veces como que se meten mucho
892 más allá del espacio personal que uno tiene, entonces imagínate uno termina, y como que
893 perdió todo el espacio que tenía, perdió amigos, perdió todo, porque se involucró solo en un

894 mundo, sin salir a otro. Eh...mm... ay, lo que menos me ha gustado... yo creo que igual mi
895 ex pololo era celoso, no al extremo, pero me pintaba los monos entonces eso no me ha
896 gustado mucho de repente pasaba un tema de controlar un poco y no me ha gustado. A mí
897 lo que menos me ha gustado son los celos, absolutamente, creo que han sido la causa de
898 todos mis problemas, pero creo que los celos arruinan muchas cosas y desencadenan
899 muchas cosas, no hay confianza, entonces se transforma en tortura, para mí no es vida.
900 Podrían contarme un poco ¿qué les ha aportado a ustedes como personas el haber estado en
901 pareja? A compartir, que a pesar que somos personas diferentes, uno tiene que aprender que
902 cada uno tiene su genio, su forma de ser y uno igual tiene que como compatibilizar con la
903 otra persona, entonces como que eso. Mm... a mí, el escuchar más, si, escuchar más a otras
904 personas, yo me consideraba antes súper consentida, como que yo era súper importante y
905 con el tiempo tuve que aprender que las opiniones de los otros, eran igual de importantes
906 que las mías. Con la relación anterior aprendí eso, antes era muy yo, yo, jajajaja. Creo que
907 tiene que ver con lo que dicen los demás, enseñanzas totalmente, uno aprende, me ha hecho
908 una persona menos ilusa, gracias a la experiencia, aunque sigo siendo soñadora, pero sé
909 más cosas, aterrice un poco, todas las personas son diferentes tienen diferentes procesos y
910 hay que identificarlos. ¿Cuál es la ruptura amorosa que más les marco y en qué sentido? La
911 mía es como la anterior, que tengo de la actual, porque igual fue como un pololeo, como de
912 cuatro años, porque fue como el primer pololo que fue oficial, que lleve a la casa y
913 estuvimos mucho tiempo y fue como que, un día fue como terminamos, como ya, ya chao,
914 terminamos, como que fue muy... igual po, como que se metió mucho en mi mundo y
915 quede como muy dividida de mis amigos, de mi familia, hubieron muchas peleas igual
916 porque mi familia no lo quería, como que después volver ahí a marcar, fue muy difícil
917 igual. Bueno yo como les dije, he tenido solo una separación, a mí me marcó porque
918 pasábamos mucho tiempo juntos, fue una relación de muchos años, entonces estábamos
919 acostumbrados a eso mismo, me marcó el tema rutinario, pasar de vernos tanto a casi nada,
920 entonces eso me marcó. Es difícil, si hablo de eso, yo creo que sería la última, pero creo
921 que en años creo que fue la que duré más... mmm... yo creo que si la que duré más, la
922 última estuve mucho tiempo sufriendo mucho pero la de años sufrí dentro de la relación,
923 entonces tuve que ir al psicólogo luego de eso, entonces tuve que aprender a vivir
924 nuevamente, a que no tenía horario, me descubrí libre, entonces para mí fue un cambio
925 brutal, para el si yo llegaba tarde era literal porque me estaba revolcando con alguien,
926 entonces salir de eso fue un proceso largo. ¿Cómo lograron afrontar esa ruptura? Con el
927 tiempo, toda relación cuando uno sale uno tiene que darse el tiempo para poder como
928 sanarse entre comillas, como pasar el luto, aprender a estar solo primero y eso es la parte
929 más difícil después de estar con alguien, aprender a estar solo para poder como salir
930 adelante. Emm... yo la afronté con Dios, mi familia y conmigo misma, como que empecé a
931 sanar gracias a ellos y a mi po, tenía resentimientos, entonces igual hubo daño de por
932 medio, pero me ayudaron a superar esa etapa, entonces mi corazón empezó a sanar, caí en
933 una crisis de autoestima, necesitaba aprobación de otras personas, entonces igual fue un
934 trabajo difícil. Pucha para mí fue un proceso súper largo, estaba con mucha carga en la
935 universidad, estaba terminando el semestre entonces, fue difícil, iba a psicólogo en ese
936 momento y eso me ayudo caleta, en poder desahogarme, eso me ayudo caleta a canalizar
937 mis emociones, mis amigas también, fueron un apoyo fundamental, me hicieron bloquearlo
938 de todo y aferrarme a Dios totalmente y saber que él tenía algo mejor para mí, que él quiere
939 algo bueno para mí, le confié mi vida, así que igual concuerdo con la compañera anterior
940 jajajaja. En relación a lo mismo que mencionan del tiempo. ¿En una noción de tiempo,

941 cuanto es lo que creen ustedes que se demoran en retomar sus proyectos de vida, sus cosas
942 habituales bien? Yo creo que tres o cuatro meses, pero igual depende de lo que uno sienta
943 por la otra persona, porque hay personas por ejemplo que no se les pasa nunca, en olvidar a
944 la otra o hay personas que se les pasa al tiro... pero en mí, el mío sería como tres o cuatro
945 meses. Mm... casi 2 años me costó, un año fue horrible caí en esa crisis fuerte, no quería
946 nada con nadie, conversar con nadie, en mi casa fue súper fuerte, caí en un hoyo como que
947 creí que nunca iba a salir de eso. En mi caso, me costó, mmm... como 4 meses en retomar
948 todo, todo, incluso yo creo que unos 6 meses, porque desde ahí como que deje de sentir
949 dolor, entonces si como 6 meses mínimo. Con respecto al término que mencionaron
950 anteriormente ¿Cómo se sienten hoy con respecto a eso? Ya paso, no si ya paso, como que
951 lo he visto y es si hola y chao, pero como que ya uno no puede volver ahí, como que ya
952 paso tiempo, se sanaron las heridas y como que uno se queda con lo positivo de las heridas.
953 Bien, de hecho, mi ex ya está pololeando y de repente nos topamos y tenemos una buena
954 comunicación, me cuenta un poco de su vida como estoy así que bien, esa etapa ya se cerró
955 totalmente, está superada y yo estoy tranquila, nos pedimos perdón y todo bien. Yo, ahora
956 bien, pero me costó mucho salir de ahí como les dije, de hecho, hasta marzo de este año aun
957 di jugo con el tema, jajaja, dios me costó mucho, pero ahora ya estoy bien, creo que he
958 logrado enfocarme, estoy metida en mis deportes, en la U, estoy haciendo Pol dance,
959 entonces me ha ayudado con mi autoestima y a mantener mi mente tranquila y ocupada.
960 Podrían decirnos ¿quién les ofreció apoyo en ese momento de término? Los amigos, yo
961 creo que ahí los amigos que son los que de verdad son amigos, siempre van a estar ahí,
962 apoyando, aunque nos distanciáramos un poco por la relación anterior, siempre van a estar
963 ahí, te invitan a salir, a distraerte. Recibí apoyo siempre de mi familia, siempre estaba
964 presente. Mis mejores amigas, iba al psicólogo entonces me ayudó mucho poder hablar
965 sobre el tema, de verdad que mucho, mi mamá también. Existió alguien que quizás les
966 hubiera gustado que le ofrecieran apoyo y ¿no estuvieron? No nadie. Ay a mí me pasó que
967 personas que yo consideraba mis amigos cercanos, no estuvieron para mí en ese momento.
968 Nadie, no me faltó alguien, si no estuvieron algunos fue porque no les conté. ¿Influyó en
969 algún ámbito de su vida, esa o alguna de sus rupturas? Yo creo que, en lo social, como que
970 las amistades son las que más se influye, sobre todo cuando el círculo de amigos es de
971 ambos y obvia mente, no sé por ejemplo si va el yo no voy, si no voy yo va él y así como
972 que, para que se logre formar ese lazo de nuevo, de que si somos amigos de nuevo. Afectó
973 directamente mi autoestima, como mi identidad, yo creo como que no sabía ya quién era,
974 porque mi autoestima se dañó muchísimo, lo personal. Si, a mí también me influyó en
975 distintos ámbitos, dejé de hacer mis actividades normales que hacía con la iglesia, baje mis
976 notas, pasé por misericordia de dios morfología, había semanas que me aislé demasiado de
977 mis amigas, menos mal que me entendieron, me cambie de iglesia porque no sentí el apoyo
978 en la mía, entonces, fue cuatico realmente, afecto en muchos ámbitos de mi vida. Ahora
979 relacionándolo con el área académica ¿Cómo han logrado compatibilizar los estudios con
980 sus situaciones amorosas? Es difícil, si difícil, porque ósea si la otra persona está
981 estudiando como que igual entiende, pero si la otra persona no está estudiando como que
982 igual pide más tiempo, como por ejemplo no sé yo tengo un tiempo y quiero estudiar y es
983 como ¡ah! es que es una salida familiar como no vas a ir y como que me quita esos tiempos.
984 Es como lo estudio o lo veo o no estudio... en los días que tengo libre por que los otros días
985 trabajo. Yo siempre he sido súper ordenada en el tema de los estudios desde muy niña, mi
986 mamá me exigía mucho desde el colegio, entonces me aprendí a organizar con los tiempos,
987 el tiempo es súper importante, entonces había veces que estaba con mi pareja, pero nos

988 juntábamos a estudiar, cosas así, entonces como que en ese sentido no deje de lado la
989 universidad ni a él, y eso me dio frutos. A mí no me costó tanto porque él trabajaba también
990 así que los días que yo no podía verlo no podía no más y el también po, pero no fue tanta
991 carga, estaba bien, cuando empezaron los problemas ahí fue más complicado. Incluso
992 cuando todo estaba viendo el me ayudo bastante. Y tomando lo mencionado, ¿Qué ocurrió
993 en los estudios cuando terminaron? Yo termine en verano, pero cuando peleábamos era
994 como que no se uno estaba en clases y te llega un mensaje de él y uno dice “a ya le voy
995 hablar” y te enganchas en las conversaciones y pierdes clase por eso. Mm... intenté
996 concentrarme mucho más en los estudios, intenté separar las cosas, sabía que esto dependía
997 de mí solamente. Obviamente fue súper difícil, me costó mucho, pero gracias a Dios pude.
998 Yo no sé cómo no falte a ninguna clase, si recuerdo haber salido de una clase llorando
999 porque no podía más, de verdad no sé, yo pase gracias a dios no más, como que de verdad
1000 no me acuerdo como lo hice, porque de verdad me sentía mal, en el segundo semestre ya no
1001 tanto, pero te digo pase morfo por misericordia de verdad porque mi cabeza estaba en otro
1002 lado. Ahora viendo su mirada nueva respecto a sus relaciones ¿Qué lugar ocupa hoy en su
1003 vida el estar en pareja? Ahora como en el tercer lugar, porque ahora están los estudios, mi
1004 trabajo, de hecho, si tuviera que dejar algo, sería eso. Mm... para mí no es una necesidad,
1005 como que de hecho me estaba acostumbrando a estar sola, me sentía bien, entonces no sé
1006 yo creo que, a ver, como lo podría decir, no sé si es tan importante, pero me hace bien
1007 igual, por ejemplo, siempre hay estrés en la universidad entonces si recibo una llamada de
1008 esa persona como que me alivia. Yo le pondría como en un tercer lugar. Concuerdo con el
1009 resto para mí no es tan vital, igual hace un mes me sentí bastante sola y me cuestioné
1010 mucho. Ahora creo que es importante pero no tan importante, medianamente importante,
1011 más importante son otras cosas, la universidad, Dios, luego familia. ¿Y este lugar lo ven
1012 igual a futuro o creen que la importancia que le otorgan cambiaría? Yo creo que no, iría
1013 subiendo como a opción dos, porque se supone que ya habría terminado mi carrera a lo
1014 mejor, entonces es lo que se espera, y tendría más tiempo y ahí sería en segundo lugar. Yo
1015 tampoco lo vería en el mismo lugar, yo creo que va a seguir avanzando y va a tomar un
1016 lugar más importante. Estoy de acuerdo con el resto, en un futuro lógicamente aumentaría,
1017 porque yo quiero tener familia entonces es la persona con la que yo formaré familia, espero
1018 estar con alguien es sumamente importante. ¿Qué herramientas o recursos propios creen
1019 que tienen actualmente para enfrentar una nueva relación? En mi caso como herramienta,
1020 creo que como yo tengo el genio muy fuerte, me enoja, pero me enoja menos, no sé, como
1021 que, si antes me enojaba un día, quizás ahora es como ya, me enojare quince minutos y
1022 pienso más, como que me replanteo más las cosas, me doy más opciones, pienso en
1023 soluciones, he dejado de ser tan orgullosa, porque al final, el tiempo que dispongo es tan
1024 poco, que ocuparlo en peleas o en enojarme es peor, porque la relación igual va a estallar en
1025 algún momento. Mm... yo siempre he sido de escuchar consejos de personas con más
1026 experiencias, siempre intento buscar ayuda, entonces creo que mis herramientas se basan en
1027 eso mismo, en intentar buscar la mejor respuesta. Mm... yo creo que lo primordial para mí
1028 es que me doy cuenta lo que yo quiero y lo que no quiero de una persona, como que las
1029 mentiras y esas cosas no me gustan como que estoy clara con lo que quiero, creo que ya no
1030 soy la misma niña que vive y listo, tengo experiencia, ya sé lo que quiero. Ahora al revés
1031 ¿qué cosas personales aún le falta por trabajar en las relaciones? Ay, yo creo que el
1032 dedicarle más tiempo, porque a veces dejo como la última opción a la otra persona y como
1033 que el día que tengo libre, como que lo ocupo en otra cosa, cuando podría hacer otra, o no
1034 se la otra persona se enoja, porque no le dedico mi tiempo a él y el si me dedica su tiempo

1035 cuando tiene a mí, como que eso debería mejorar igual po. Yo, mi carácter un poco, yo no
1036 soy tan paciente, igual me enoja rápido, yo creo que esa área tendría que trabajarla más. A
1037 mí me falta trabajar mi amor propio, creo que me falta darme cuenta cuando no soy
1038 correspondida, es algo que me da mucha lata, porque siempre me ha gustado personas
1039 como que están en otra jajajaja, el decir no, no te mereces eso, que alguien te valore de
1040 verdad, es algo como más enfocado en mi autoestima y no mendigar cariño. ¿En relación a
1041 su experiencia actual cuales serían los puntos más beneficiosos entre estudiar y tener
1042 pareja? Yo creo que el apoyo, la ayuda, de repente tenía que hacer maquetas y el igual me
1043 ayudaba. Ay, no hay opciones jajajajaja, no yo creo que lo mismo que la compañera, el
1044 apoyo y al mismo tiempo poder disfrutar de la pareja. Igual como que yo pienso que no van
1045 jajajaja pero a ver, el apoyo, si en verdad si, cuando yo digo oye me fue bien y la otra
1046 persona, dice ¡oh! de verdad que bueno, son cosas que en verdad ayudan o que me
1047 acompañen por ejemplo cuando me titule, ese acompañamiento, sí, eso sería jajaja. Y ¿Lo
1048 más dificultoso entre estudiar y tener pareja? El tiempo, consumen demasiado tiempo.
1049 Estoy de acuerdo con mi compañera, a veces igual la universidad te pilla la máquina,
1050 entonces hacerse el tiempo es lo más difícil, me cuesta más. Mm... manejar la ansiedad de
1051 la relación, el futuro me estresa, entonces me tiene que dar seguridad la persona con la que
1052 esté, si no estoy segura como que todo se va a las pailas, porque yo voy a estar pensando en
1053 otra cosa cuando debería concentrarme entonces eso me estresará más, es un círculo
1054 jajajaja, eso, soy muy ansiosa. ¿Existe alguna diferencia entre el valor que le atribuían antes
1055 al tener pareja, con el que le atribuyen ahora? ¡Ah! si es que antes, por ejemplo, cuando no
1056 trabajaba tenía tiempo, podía hacer más cosas, ahora no, como que cada vez pasa más atrás.
1057 Yo también creo que sí, porque antes yo le atribuía todo el tiempo y todo a la otra persona,
1058 y mm... pero no era racional, como que a veces no era tan bueno, yo creo que ahora no es
1059 tan así. Yo también creo que sí, jajajaj, para mí antes la pareja lo era todo, todo giraba en
1060 torno a eso, ahora veo que hay muchas otras cosas y si no tengo pareja está bien, no es
1061 como que vaya a quedar sola para siempre, no me estresa no tener pareja ahora, más
1062 adelante, creo que será más grande el valor. Por última pregunta ¿Cuáles creen que son los
1063 factores que creen que hace que una relación sea estable y perdure en el tiempo? La
1064 confianza, el apoyo es fundamental de la otra persona, el compañerismo, que sea más que
1065 una pareja, que sea todo, amigo, hermano, todo. Respeto, mucha confianza jajajaja es que
1066 de verdad hay que tener confianza en la otra persona, por ejemplo, él vive acá y yo soy de
1067 quintero, entonces yo no sé más allá de lo que él puede hacer, entonces solo me queda
1068 confiar en él, confianza más que nada. También creo que confianza, paciencia, amor,
1069 empatía, saber que la otra persona no viene del mismo contexto, que no viene de donde
1070 mismo vienes tú, no tener expectativas tan altas de la otra persona, hablar con la otra
1071 persona, todo se soluciona hablando, las personas no leen la mente jajaja y eso.

Objetivos	Categorías	Subcategorías	Unidad de registro	Unidad de contexto
Profundizar en las historias de pareja de los estudiantes de la Universidad de las Américas.	Historias de amor	Miel sobre hojuelas	2-3: Tomé la decisión de convivir con él.	2-3: Mi última relación fue muy diferente a las demás, y como que tomé la decisión de convivir con él.
			48-49: Mi relación, era un núcleo, eso me hizo madurar mucho.	47-49: Yo soy mamá, entonces el tener la responsabilidad del hogar, era mi casa, mis cosas, mi relación, era un núcleo, eso me hizo madurar mucho
			50: El aporte más grande ha sido la experiencia.	50- 51: El aporte más grande ha sido la experiencia, dedicarme a aprender lo que le gusta a la otra persona, intentar meterme en su mundo para comprender.
			2: Mi última relación fue muy diferente a las demás.	2-3: Mi última relación fue muy diferente a las demás, y como que tomé la decisión de convivir con él
			478: Todos mis pololos formales, han	478-479: Todos mis pololos formales, han sido relaciones largas,

			sido relaciones largas.	de más de un año o tres años, todas muy largas.
			501-502: Están intentando de como unir sus lazos, unir sus ideas, unir proyectos.	500- 502: Lo más difícil es saber entenderse también, porque o sea la relación se basa en dos personas que son distintas, que están intentando de como unir sus lazos, unir ideas, unir proyectos.
			533: Es rico sentir eso, sentir tu das y yo doy, el apoyo.	532- 533: Es el hecho de que hay alguien que te apaña, alguien está contigo constante, me está apañando, es rico sentir eso, sentir tu das y yo doy, el apoyo.
			533- 534: Lo que más me gusta, puede ser ese amor que es reciproco.	533- 535: Lo que más me gusta, puede ser ese amor que es reciproco, que puedes confiar dar todo lo de sí, saber que ella lo va hacer, que puedes llegar al lado de él y él será una fuente de apoyo y tranquilidad.
			535: Puedes llegar al lado de él y él será una fuente de apoyo de tranquilidad.	533-535: Lo que más me gusta, puede ser ese amor que es reciproco, que puedes confiar dar

				todo lo de sí, saber que ella lo va hacer, que puedes llegar al lado de él y él será una fuente de apoyo y tranquilidad.
			290-291: Que tenga mi protección como yo la de ella, el apoyo, la confidencialidad y tener una amistad.	289- 291: El sentirme cómoda y segura, tener una protección, tanto la persona que tenga mi protección como yo la de ella, el apoyo, la confidencialidad y tener una amistad.
			821: Han sido relaciones largas.	821-822: Han sido relaciones largas, de hecho, todavía estoy en una relación larga de dos años, asique todas mis relaciones, han sido de dos o tres años aproximadamente.
			834: Como que uno se sostiene con la persona.	833-834: Que es un amigo, que te entrega el apoyo y uno también, le entrega apoyo, como que uno se sostiene con la persona.
			835: Era siempre como rico escuchar a tu pareja.	834- 836: Los tiempos de conversación al final del día, era siempre como rico escuchar a tu pareja, porque

				dentro del día no nos veíamos tanto, por la misma universidad.
			841- 842: Lo bueno que puedo rescatar es que hemos sido buenos compañeros.	841- 842: Lo bueno que puedo rescatar es que hemos sido buenos compañeros, lo que me permite ser yo misma y al mismo tiempo les permite a ellos ser ellos mismos.
			858: Siempre estoy ahí para la otra persona.	857-858: Soy entregada a la otra persona, el tiempo que tengo se lo dedico, siempre estoy para la otra persona.
			859-860: Siempre digo lo que pienso y que también siempre voy a intentar entender a la otra persona.	859-860: Soy honesta, como que siempre digo lo que pienso y que también siempre voy a intentar entender a la otra persona.
			862-863: Soy apañadora, aunque la persona haga algo completamente diferente a mí.	862-863: Soy apañadora, aunque la persona haga algo completamente diferente a mí.
			882: Sentir que hay alguien ahí, que te está entregando amor.	882: Sentir que hay alguien ahí, que te está entregando amor y viceversa con la persona.

			884: Es rico pensar que hay alguien externo que se preocupa por ti.	884-885: Es rico pensar que hay alguien externo que se preocupa de ti, que te digan cosas lindas, eso, la preocupación, el interés que se note, en pequeñas cosas.
			887: Tener un parner y poder decirle todo a esa persona.	887-889: Tener un parner y poder decirle a todo a esa persona, yo me guardo mucho las cosas, pero cuando tengo pareja, como que puedo sacarlas y es bacán eso, incluso ni a mis amigos, no le cuento todo, a mi pareja, intento involucrarla en mi vida.
			889: A mi pareja intento involucrarla en mi vida.	887-889: Tener un parner y poder decirle a todo a esa persona, yo me guardo mucho las cosas, pero cuando tengo pareja, como que puedo sacarlas y es bacán eso, incluso ni a mis amigos, no le cuento todo, a mi pareja, intento involucrarla en mi vida.
			905: Con el tiempo tuve que	903-906: Escuchar más, si, se

			aprender que las opiniones de los otros eran igual de importantes que las mías.	escuchar más a otras personas, yo me consideraba antes súper consentida, como que yo era súper consentida, como que yo era súper importante y con el tiempo tuve que aprender que las opiniones de los otros eran igual de importante que las mías.
			955: Esa etapa ya se cerró totalmente, está superada y yo estoy tranquila, nos pedimos perdón.	953-956: Mi ex ya está pololeando y de repente nos topamos y tenemos buena comunicación, me cuenta un poco su vida, como estoy, así que bien, esa etapa ya se cerró totalmente, está superada y yo estoy tranquila, nos pedimos perdón y todo bien.
			1066: Hay que tener confianza en la otra persona.	1066-1068: Hay que tener confianza en la otra persona, por ejemplo, él vive acá y yo soy de Quintero, entonces, yo no sé más allá de lo que él puede hacer, entonces solo me queda confiar en él.

		Triste realidad	5: Mis relaciones no han sido verdaderas	5: Siempre he tenido mala suerte, mis relaciones no han sido verdaderas.
			6-7: Tengo un problema de autoestima.	6-7: Tengo un problema de autoestima, ese ha sido el motivo, si no se quiere uno no se quiere nadie.
			7: Si no se quiere uno no se quiere nadie	6-7: Tengo un problema de autoestima, ese ha sido el motivo, si no se quiere uno no se quiere nadie.
			8: Mis relaciones han sido bastante cortas	8-9: Mis relaciones han sido bastante cortas, unas más largas que otras. La última duré año y medio, pero de ahí en adelante ha sido un vaivén.
			13-14: Me he dado cuenta que me he conformado con pocas cosas.	12-14: Relaciones cortas, malas, después uno hace una retroalimentación y como que me he dado cuenta que me he conformado con pocas cosas
			12: Relaciones cortas, malas	12-14: Relaciones cortas, malas, después uno hace una retroalimentación y como que me he dado cuenta que me he conformado con pocas cosas

			18-19: Mis relaciones fueron cortas por mis problemas de autoestima.	18-19: Aprender a conocerme a mí, me he dado cuenta que quizás por eso mis relaciones fueron cortas, por mis problemas de autoestima.
			28-29: Lo más fome en una relación ha sido intentar lidiar con los pasados, de alguna u otra forma algo se mete.	28-29: Lo más fome en una relación ha sido intentar lidiar con los pasados, de alguna u otra forma algo se mete.
			31: Privarme de cosas, dejé que la otra persona me dijera cosas.	31: Privarme de cosas, dejé que la otra persona me dijera cosas
			32-33: El inventaba planes para que yo no saliera con mis amigos y yo lo aguantaba.	32-34: El inventaba planes para que yo no saliera con mis amigos y yo lo aguantaba para no entrar en discusión, me privé mucho. También me dejé de lado a mí misma.
			34: Me dejé de lado a mí misma.	32-34: El inventaba planes para que yo no saliera con mis amigos y yo lo aguantaba para no entrar en discusión, me privé mucho. También me dejé de lado a mí misma.

			35-36: Sentía que la otra persona me opacaba.	35-36: Sentía que la otra persona me opacaba porque trataba de ayudarlo mucho a él
			44-45: Sentía que solamente yo trataba de tener comunicación, pero él no.	44-45: La comunicación, la confianza de él hacía mí. Sentía que solamente yo trataba de tener comunicación, pero él no.
			115-116: Que te falten el respeto y uno dice ah ya filo.	114-116: Yo soy mucho como les dije igual de aguantar cosas chicas, pero ir sumándolas, por ejemplo, no sé, que te falten el respeto y uno dice ah ya filo y después las voy sumando.
			472-473: He vivido experiencias muy tóxicas que me han dañado.	471-474: No sé si he tenido una gran relación amorosa, pero lo que he podido vivir con todos, igual he vivido experiencias muy tóxicas que me han dañado, eh mi salud mental y lo mismo mi autoestima, mi auto concepto como tal.
			241-242: Al principio todo bien pero después uno ve como es	240-244: Sólo he tenido una relación seria que duró como tres años, pero ha sido

			realmente la otra persona.	como desequilibrada podría decirse, o sea al principio todo bien pero después uno ve como es realmente la otra persona.
			320-321: Al final terminé con mi última pareja, quien pensaba que era perfecta para mí.	320-321: Yo creo que me marcó mucho porque nunca pensé que pasaría, al final terminé con mi última pareja, quien pensaba que era perfecta para mí.
			323-324: Yo en algunas cosas era para su familia menos de lo que ellos esperaban para ella.	322-325: Tuve que luchar con su familia, eso me marcó mucho, a ver, no son las clases sociales, pero con distintos tipos de crianza, yo en algunas cosas era para su familia menos de lo que ellos esperaban para ella y eso me marcó mucho también po.
			341: Cuando uno se enamora cuesta mucho salir de eso.	340-341: Estuve finalmente como dos años sin tener nada serio, cuesta salir de eso, o sea cuando uno se enamora cuesta salir mucho de eso, algo menos para mí.

			247: Anteriormente tuve una relación muy tóxica.	247-248: Anteriormente tuve una relación muy tóxica y ahora estoy bien con mi pareja actual, pero por lo mismo porque uno va aprendido y esas cosas.
			372: Nunca esperé nada de nadie.	372-373: Nunca esperé nada de nadie y si estuvieron, y bueno, como dije antes mi familia también estuvo conmigo.
			827: Me ha costado salir de las relaciones que he tenido.	826-829: La mía ha sido un desastre jajaja, no, no sé, si un desastre, pero si me ha costado salir de las relaciones que he tenido como que me he dado cuenta que son malas, pero como que aún estoy en trabajo de mi autoestima, como para poder respetarme y no aguantar ciertas cosas.
			828-829: Aún estoy en trabajo de mi autoestima, como para poder respetarme y no	826-829: La mía ha sido un desastre jajaja, no, no sé, si un desastre, pero si me ha costado salir de las relaciones que he tenido como que

			aguantar ciertas cosas.	me he dado cuenta que son malas pero como que aún estoy en trabajo de mi autoestima, como para poder respetarme y no aguantar ciertas cosas.
			848-849: Se hizo como una burbuja como que mi mundo era solo él y dejé a mis amigas.	848-850: El haberme encerrado mucho en la relación, porque se hizo como una burbuja como que mi mundo era solo él y dejé a mis amigas, tiempo de familia súper importante.
			853-854: He sido muy tolerante al maltrato e incluso me han llegado a hacer pensar que es mi culpa.	853-855: He sido súper tolerante al maltrato e incluso me han llegado a hacer pensar que es mi culpa y eso es súper fome po, como que no son cosas pequeñas, pero que a la larga te vuelven insegura y te hacen daño.
			872-873: Poder confiar en la otra persona, de que no me va a dejar de querer.	872-874: El poder abrirme y poder confiar en la otra persona, de que no me va a dejar de querer, como que ese es mi gran problema, no sé si la persona me va a

				soportar por así decirlo.
			873-874 No sé si la persona me va a soportar.	872-874: El poder abrirme y poder confiar en la otra persona, de que no me va a dejar de querer, como que ese es mi gran problema, no sé si la persona me va a soportar por así decirlo.
			579-580: Era el quien ponía los límites, el control y yo obedecía.	579-581: Era el quien ponía los límites, el control y yo obedecía, creo que eso fue lo que realmente me dañó demasiado.
			852: He pensado muchas veces, el amor todo lo soporta, pero no todo lo soporta po.	852: He pensado muchas veces, el amor todo lo soporta, pero no todo lo soporta po.
Describir los significados que circunscriben las rupturas amorosas en estudiantes de la Universidad de las Américas, sede Viña del Mar.	Rupturas amorosas	Distribución del tiempo.	146: Es muy poco lo que se puede hacer estando en la universidad.	144-147: Mi caso ahora actualmente que estoy conociendo a una persona y él también estudia, entonces es muy poco lo que se puede hacer estando en la universidad, estas todo el día por lo menos yo todo el día.
			296-297: Uno aparte de trabajar y	295-298: Yo trabajo y estudio, entonces uno

			estudiar y estar en familia tiene que dedicarle tiempo a la otra persona.	aparte de trabajar y estudiar y estar en familia tiene que dedicarle tiempo a la otra persona, entonces muchas veces la otra persona no te retribuye el esfuerzo que hace uno.
			294: Está siempre ese problema que uno intenta dividir y al final no hace nada bien.	292-294: Uno intenta darle más importancia a la otra persona, muchas veces deja de lado otras cosas entonces está siempre ese problema que uno intenta dividir y al final no hace.
			835-836: Dentro del día no nos veíamos tanto, por la misma universidad.	835-837: Dentro del día no nos veíamos tanto, por la misma universidad, entonces poder contar también, como estoy, como estuvo tu día, eran cosas buenas.
			844-845: Para mí lo más difícil ha sido el tiempo, porque igual trabajo y estudio.	844-846: El tiempo, para mí lo más difícil ha sido el tiempo, pero igual trabajo y estudio entonces para mí, lo más difícil es dedicarles tiempo a otras personas y la otra persona igual exige tiempo.

			845-846: Lo más difícil es dedicarles tiempo a otras personas.	844-846: El tiempo, para mí lo más difícil ha sido el tiempo, pero igual trabajo y estudio entonces para mí, lo más difícil es dedicarles tiempo a otras personas y la otra persona igual exige tiempo.
		Ambigüedades	81-82: Esperaba que esa persona me dijera algo, no me dijo terminamos.	81-82: Yo me aferré a mis amigas y familia, pero esperaba que esa persona me dijera algo, no me dijo terminamos.
			83: Yo esperaba algo más formal, nunca me dio una explicación.	83-84: Yo esperaba algo más formal, nunca me dio la explicación, esperaba de esa persona que me pidiera perdón.
			83-84: Esperaba que esa persona me pidiera perdón.	83-84: Yo esperaba algo más formal, nunca me dio la explicación, esperaba de esa persona que me pidiera perdón
			85-86: Yo esperé un poco más de mis amigos, no estuvieron y de mi mamá.	85-87: Yo espere un poco más de mis amigas, no estuvieron y de mi mamá. Si bien vivimos lejos, mi mamá fue muy es una polola no más, pero para mí fue terrible.

			102-103: Nos poníamos en el hipotético caso de volver.	102-103: Nos poníamos en el hipotético caso de volver
			627-628: Tratamos de terminar en buena.	627-629: Como que tratamos de terminar en buena, pero como que en verdad cuando terminai algo, como que nunca puede ser en buena al cien
			642-643: En general intento no terminar en mala.	642-643: En general intento no terminar en mala, porque yo creo que igual hay cariño, entonces como que evito eso igual.
			724: Como que uno intenta hacer las separaciones (universidad y amor)	724-726: como que uno intenta hacer las separaciones, es como ahora tienes una prueba súper importante y es como ya le voy a poner, pero igual como que no se, ve algo y te duele.
		A posteriori oscuro	58-59: Para mí ha sido muy difícil, no solo porque no lo tengo a él, sino porque empecé de cero.	58-59: Para mí ha sido muy difícil, no solo porque no lo tengo a él, sino porque empecé de cero.
			60-61 De tenerlo todo pase a no tener nada.	59-61: Tenía todas las cosas de mi casa y yo vivía en su departamento y tuve que vender

				todo, de tenerlo todo pasé a no tener nada, entonces ha sido lo más difícil (LINEA 59-61 FG1)
			65: No lo quiero ver más.	64-65: Sufro durante la relación, pero al terminar yo boté todo lo malo entonces no lo quiero ver más.
			66-67: Te imaginas un mundo entero con esa persona y no es así.	65-68: Te imaginas un mundo entero con esa persona y no es así, entonces fue decepcionante.
			91-92: Estuve casi un mes llorando, después de ese mes me encerré totalmente donde vivía.	91-92: Estuve casi un mes llorando, después de ese mes me encerré totalmente donde vivía, con el computador y no salía a menos que me fuera a buscar a la puerta de la casa.
			93: Dos o tres meses en los que full computador y full no salir.	93-95: Dos o tres meses en los que full computador y full no salir. Tenía una máquina para hacer ejercicio, tenía piscina en el edificio y no la ocupaba porque estaba la mayor parte encerrado.
			95: Estaba la mayor parte	93-95: Dos o tres meses en los que

			encerrado. (LINEA 94-95 FG1)	full computador y full no salir. Tenía una máquina para hacer ejercicio, tenía piscina en el edificio y no la ocupaba porque estaba la mayor parte encerrado.
			110-111: Al final siempre hay algo negativo que pasa.	110-112: Al final siempre hay algo negativo que pasa, yo soy de mucha comunicación, pero no me ha tocado que la otra persona responda con la misma manera. (LINEA 110-112 FG1)
			118: Mi patrón sería como terminar siempre mal.	118-120: Mi patrón sería terminar siempre mal, porque sutilmente llega la noticia de ella te engaña con otro y yo quedaba como y no me di cuenta antes
			123: Si estuve mal era como que no quería estudiar.	123-124: Si estuve mal era como que no quería estudiar, Me desmotivaba con la u
			124: Me desmotivaba con la u.	123-124: Si estuve mal era como que no quería estudiar, Me desmotivaba con la U.
			126: Me jugaba en contra la mente.	124-126: A pesar de la pena que tenía como que yo

				misma me tiraba para arriba como que decía no puedo estar así por alguien, nadie ha muerto por amor, te juro que en mi mente yo decía porque me jugaba en contra la mente
			131: Quería estar solo, no hablar con nadie, para mí era 24/7 computador.	130-133: En el ámbito social porque quería estar solo, no hablar con nadie, para mí era 24/7 computador y después cuando dejé esa manía del computador fue salir a carretear y carretear y carretear y tomar.
			161: No me dan ganas de agarrar ningún cuaderno.	160-162: Pero cuando me ha pasado he estado mal amorosamente, no me dan ganas de agarrar ningún cuaderno, pero no en el sentido de llorar, simplemente no tener ganas.
			163: Me la lloré todas, todas, todas, pero igual di mis cosas sin ánimo.	162-164: A mí me tocó en diciembre, justo en la semana de exámenes, y me la lloré todas, todas, todas, pero igual di mis cosas sin ánimo, pero fue igual difícil, influye mucho.

			167: En el proceso como que no quería nada.	167-170: En el proceso como que no quería nada, eh... como que tenía en mi mente de que hago, donde voy a vivir, me preocupé de otros factores en vez de mi examen, que, si era algo para mí, no me preocupe de eso, me sentí ya lo doy para pasarlo.
			168-169: Me preocupé de otros factores en vez de mi examen, que si era algo para mí.	167-170: En el proceso como que no quería nada, eh... como que tenía en mi mente de que hago, donde voy a vivir, me preocupé de otros factores en vez de mi examen, que, si era algo para mí, no me preocupe de eso, me sentí ya lo doy para pasarlo.
			172-174: Mi profesor dijo usted tiene que aprender a separar las cosas de la vida con las de la universidad.	172-175: Mi profesor dijo usted tiene que aprender a separar las cosas de la vida con las de la universidad y ahí me quedo eso, porque como voy a llegar a clase ahora y decirle profesor me siento mal, yo confío en usted, pero después de eso no po.

			219: Mi primera relación pensaba que todo iba a ser bonito.	219- 220: Mi primera relación pensaba que todo iba a ser bonito y después me enteré que me engañó fue como me cerré y nunca más pude abrir esa barrera.
			457-458: Me afectó caleta el tema de la u.	456-458: Como lo digo primero estuvimos un buen tiempo juntos, terminamos después volvimos, terminamos y fue súper agotador igual, tuvimos hartos atados, me afectó caleta el tema de la U.
			458-459: No me concentraba para nada, entonces el primer año me lo eché.	458-459: Como que no me concentraba para nada, entonces el primer año me lo eché.
			464-465: Terminé con migrañas a cagar, el ánimo por el piso, sueño todos los días, desganado.	463-465: Yo nunca había tenido migrañas y todos esos shows de ella, más la carga académica, terminé con migrañas a cagar, el ánimo por el piso, sueño todos los días, desganado.
			494-495: El que me haya hecho tanto daño que	493-495: Tuvo repercusiones en el poder definirme

			ni siquiera me podía conformar con mi propio físico.	como tal, y el poder saber realmente quien soy, el que me haya hecho tanto daño que ni siquiera me podía conformar con mi propio físico.
			591-592: Estás haciendo vida con una persona y al terminar se te va todo.	590-592: Fue un cambio de mi vida completa en general, porque estás haciendo vida con una persona y al terminar se te va todo, tenía que empezar hacer tus cosas, hasta las cosas más mínimas.
			594-595: Llevar un estilo de vida con mi pareja y ahora estar sola, es difícil.	593-595: Cambia todo tu esquema de vida, y eso como lo que más me ha marcado hasta ahora, llevar un estilo de vida con mi pareja y ahora estar sola es difícil.
			601-602: Me desligue de todo el grupo de mis amigos que tenía con él.	601-604: Me desligue de todo el grupo de amigos que tenía con él y me di cuenta que todo era negativo por ende los alejé y realmente me fije en quienes realmente eran mis amigos y me había acompañado

				en todo este proceso.
			615: La persona con quien estaba le tenía odio.	614-616: Tenía remordimiento a y eso me pasaba antes a la persona con quien estaba le tenía odio o remordimiento por todo lo que había hecho.
			614: Tenía remordimiento.	614-616: Tenía remordimiento a y eso me pasaba antes a la persona con quien estaba le tenía odio o remordimiento por todo lo que había hecho.
			679-680: Me eché un año de u por eso mismo.	679-681: Me eché un año de U por eso mismo como les conté, bueno como que va todo de la mano porque me eché ese año de u, mi familia igual estuvo mal porque ellos son los que pagan po.
			593: Cambia todo tu esquema de vida.	593-595: Cambia todo tu esquema de vida, y eso como lo que más me ha marcado hasta ahora, llevar un estilo de vida con mi pareja y ahora estar sola es difícil.

			681: Mi familia igual estuvo mal.	679-681: Me eché un año de U por eso mismo como les conté, bueno como que va todo de la mano porque me eché ese año de u, mi familia igual estuvo mal porque ellos son los que pagan po.
			701: Sabía que eso (egresar) me iba a costar más por el termino po.	699-701: El año pasado yo egresé en el momento que terminé y cuando lo logré a pesar de eso, fue la raja de verdad un alivio cuatico porque sabía que eso me iba a costar más por el término po.
			892-893: Uno termina, y como que perdió todo el espacio que tenía, perdió amigos, perdió todo.	892-894: Uno termina y como que perdió todo el espacio que tenía, perdió amigos, perdió todo, porque se involucró solo en un mundo, sin salir a otro.
			923-924: Tuve que aprender a vivir nuevamente.	922-924: Estuve mucho tiempo sufriendo mucho, pero la de años sufrí dentro de la relación, entonces tuve que ir al psicólogo luego de eso, entonces tuve que aprender a vivir nuevamente, a que no tenía

				horario me descubrí libre.
			931: Tenía resentimientos.	930-932: Yo afronté con Dios, mi familia, conmigo misma, como que empecé a sanar a gracias a ellos y a mi po, tenía resentimiento, entonces igual hubo daño de por medio.
			932: Hubo daño de por medio.	930-932: Yo afronté con Dios, mi familia, conmigo misma, como que empecé a sanar a gracias a ellos y a mi po, tenía resentimiento, entonces igual hubo daño de por medio.
			932-933: Caí en una crisis de autoestima, necesitaba aprobación de otras personas.	932-934: Caí en una crisis de autoestima, necesitaba aprobación de otras personas, entonces igual fue un trabajo difícil.
			935: Estaba terminando el semestre, fue difícil.	935-936: Estaba terminando el semestre entonces, fue difícil, iba a psicólogo en ese momento y me ayudó caleta, en poder desahogarme.

			945-946: No quería nada con nadie, conversar con nadie.	945-947: Casi dos años me costó, un año fue horrible, caí en esa crisis fuerte, no quería nada con nadie, conversar con nadie, en mi casa fue súper fuerte, caí en un hoyo como que creí que nunca iba a salir de eso.
			947: Creí que nunca iba a salir de eso.	945-947: Casi dos años me costó, un año fue horrible, caí en esa crisis fuerte, no quería nada con nadie, conversar con nadie, en mi casa fue súper fuerte, caí en un hoyo como que creí que nunca iba a salir de eso.
			973: Afectó directamente mi autoestima, como mi identidad.	973-974: Afectó directamente mi autoestima, como mi identidad, yo creo como que no sabía ya quién era, porque mi autoestima se dañó muchísimo, lo personal.
			975: Dejé de hacer mis actividades normales.	974-977: Me influyó en distintos ámbitos, deje de hacer actividades normales que hacía con la iglesia, baje mis notas, pase por

				misericordia de Dios morfología, había semanas que me aislé demasiado de mis amigas, menos mal me entendieron.
			976-977: Había semanas que me aislé demasiado de mis amigas.	974-977: Me influyó en distintos ámbitos, deje de hacer actividades normales que hacía con la iglesia, baje mis notas, pase por misericordia de Dios morfología, había semanas que me aislé demasiado de mis amigas, menos mal me entendieron.
		Renacer	71-72: Me aferré mucho a mi familia, mi mamá y amigas.	71-73: Me aferré mucho a mi familia, mi mamá y mis amigas. Para mí fue un pilar fundamental porque uno se distrae, hace cosas nuevas entonces trata de superarlo lo mejor posible.
			75-76: La u y los fines de semana con los amigos funcionan muy bien.	75-76: La U y los fines de semana con los amigos funcionan muy bien. Sobre todo, la U, uno no tiene mucho tiempo para estar mal.

			96: Me preocupé mucho de mí.	95-97: Para mí fue mal, pero a la vez muy bueno porque me preocupé mucho de mí y sentía que podía hacer cosas por mí misma.
			96-97: Sentí que podía hacer cosas por mí misma.	95-97: Para mí fue mal, pero a la vez muy bueno porque me preocupé mucho de mí y sentía que podía hacer cosas por mí misma.
			98-99: Me he ido preocupando más de mí, en el tema de la confianza, de creer que me la puedo.	98-99: Me he ido preocupando más de mí, en el tema de la confianza, de creer que me la puedo, ese tipo de cosas
			124-125: Yo misma me tiraba para arriba.	124-126: A pesar de la pena que tenía como que yo misma me tiraba para arriba como que decía no puedo estar así por alguien, nadie ha muerto por amor, te juro que en mi mente yo decía porque me jugaba en contra la mente
			125: Nadie ha muerto por amor.	124-126: A pesar de la pena que tenía como que yo misma me tiraba para arriba como que decía no puedo estar así por alguien, nadie

				ha muerto por amor, te juro que en mi mente yo decía porque me jugaba en contra la mente.
			554-555: Todo lo que he aprendido últimamente ha sido en base a todas esas experiencias.	554-555: Todo lo que he aprendido últimamente ha sido en base a todas esas experiencias.
			563: Si no funcionó o algo así, no al final aprende de eso.	563-565: Si no funcionó o algo así, uno al final aprende de eso, sino todo sería bonito perfecto, no sería vida yo creo, no sería como una relación, no podría ser todo perfecto.
			597: Fue una experiencia traumática igual, pero creo que igual he crecido.	597: Fue una experiencia traumática igual, pero creo que igual he crecido.
			603: Me fije en quienes realmente eran mis amigos.	601-603: Me desligue de todo el grupo de amigos que tenía con él y me di cuenta que todo era negativo por ende los alejé y realmente me fije en quienes realmente eran mis amigos y me había acompañado en todo este proceso.

			606: Eso me ayuda a poder saber y reconstruirme.	605-606: El poder estar con mi familia y el estar y no tener pareja durante un par de meses eso me ayuda a poder saber y reconstruirme como tal.
			712-713: Solo tenía tiempo en ese tiempo para él, ahora no, era solo estudiar, mis amigos, me focalicé.	712-715: Ya no solo tenía tiempo en ese tiempo para él, ahora no, era solo estudiar, mis amigos, me focalicé, yo creo que con él era más problemático y después desligarme de eso, y dejarlo de lado, era la oportunidad de generar el cambio.
			714-715: Era la oportunidad de generar el cambio.	712-715: Ya no solo tenía tiempo en ese tiempo para él, ahora no, era solo estudiar, mis amigos, me focalicé, yo creo que con él era más problemático y después desligarme de eso, y dejarlo de lado, era la oportunidad de generar el cambio.
			924: Me descubrí libre.	922-924: Estuve mucho tiempo sufriendo mucho, pero la de años sufrí dentro de la relación, entonces

				tuve que ir al psicólogo luego de eso, entonces tuve que aprender a vivir nuevamente, a que no tenía horario me descubrí libre.
			944: Hay personas por ejemplo que no se les pasa nunca.	943-945: Hay personas por ejemplo que no se les pasa nunca en olvidar a la otra o hay personas que se les pasa al tiro... pero a mí en el mío sería como tres o cuatro meses.
			944-945: El mío sería como tres o cuatro meses.	943-945: Hay personas por ejemplo que no se les pasa nunca en olvidar a la otra o hay personas que se les pasa al tiro... pero a mí en el mío sería como tres o cuatro meses.
			945: Casi dos años me costó, un año fue horrible.	945-947: Casi dos años me costó, un año fue horrible, caí en esa crisis fuerte, no quería nada con nadie, conversar con nadie, en mi casa fue súper fuerte, caí en un hoyo como que creí que nunca iba a salir de eso.

			957-948: Me costó como cuatro meses en retomar todo, todo, incluso yo creo que unos 6 meses.	947-949: Me costó mmm... como cuatro meses en retomar todo, todo, incluso yo creo que unos 6 meses porque desde ahí como que dejé de sentir dolor.
Describir a través del relato de los estudiantes de la Universidad de las Américas, la mirada ante una nueva relación amorosa.	Mirada al futuro	Relaciones de pareja.	39: La vida sexual para mi es importante.	39: La vida sexual para mi es importante, eso fue lo más positivo.
			41-42: Tener relaciones te tira para arriba, te sube el ánimo.	41-42: Tener relaciones te tira para arriba te sube el ánimo
			181: Tengo otras prioridades primero.	181-182: Tengo otras prioridades primero, pero si yo soy una persona de no estar mucho tiempo sola, entonces yo creo que igual para mí debe ser algo importante
			188: Yo veo como que no voy a tener relaciones significativas.	188-190: Yo veo como que no voy a tener relaciones significativas, siento eso. Como que n veo un futuro donde voy a encontrar a esa persona con la que voy a estar siempre.

			189-190: No veo un futuro donde voy a encontrar a esa persona con la que voy a estar siempre.	188-190: Yo veo como que no voy a tener relaciones significativas, siento eso. Como que no veo un futuro donde voy a encontrar a esa persona con la que voy a estar siempre
			190-191: Voy a estar con personas que la voy a pasar bien el tiempo que dure	190-191: Voy a estar con personas que la voy a pasar bien el tiempo que dure, pero no me veo con una estabilidad.
			191: No me veo con estabilidad	190-191: Voy a estar con personas que la voy a pasar bien el tiempo que dure, pero no me veo con una estabilidad.
			196-197: No van a estar las personas como para que uno se proyecte	196-198: Como que no van a estar las personas como para que uno se proyecte o no sé si la voy a conocer con mis características o con las características de la otra persona, esa es mi mentalidad ahora.
			199: Siento que las relaciones son efímeras, como que duran corto tiempo.	198-201: Bueno como que también siento que las relaciones son efímeras, como que duran corto

				tiempo, lo que tiene que durar solamente, o sea obviamente puede pasar, pero yo así pensándolo siento que no.
			203-204: Lo tengo ahí, no que entre al cien por ciento a mi vida, siempre con cuidado	202-204: No poniéndole tanto interés, o sea así como tan darlo todo, confianza al cien por ciento, así como siempre ahí, como que lo tengo ahí no que entre al cien por ciento a mi vida, siempre con cuidado.
			205-206: Siento que ahora debo ir un poco más lento.	205-206: Quizás en la otra relación me apresuré mucho, siento que ahora debo ir un poco más lento, conocer a la persona, conocer como es.
			220-221: Siempre siento que en todo hay un mínimo de mentira	220-221: Siempre siento que en todo hay un mínimo de mentira
			237: No quiero tener una relación estable	236-237: Yo a veces siento que me siento muy sola y busco a alguien para no sentirme así, cambia solo el que no quiero tener una relación estable.

			551-552: Aparte de mi mundo que tengo contigo también tengo mi mundo propio	551-552: Aparte de mi mundo que tengo contigo también tengo mi mundo propio, por ejemplo, acá en la universidad, acá en la pega.
			620: Si no me suma, que no me reste	620-621: Me estaba restando, si no me suma, que no me reste, entonces como empezar a buscar la paz interior de uno mismo.
			729: Hoy en día no es algo que quiera	728-729: Yo creo que a todos nos gustaría, pero hoy en día no es algo que quiera, como te dije estoy enfocado en el tema de los estudios.
			738-739: Si tuviera que dejar algo sería la pareja, evitaría estar en pareja.	738-739: Yo estoy en esa, como que, si tuviera que dejar algo sería la pareja, evitaría estar en pareja, porque una te quita mucho tiempo
			775-776: Las ganas están tanto de tu persona como de tu pareja, pero va más allá del querer es poder.	775-776: Las ganas están tanto de tu persona como de tu pareja, pero va más allá del querer es poder, el tema es el tiempo porque la universidad demanda demasiado.

			800: Ahora es como más a la par, no dejamos las cosas por alguien ahora.	800: Ahora es como más a la par, no dejamos las cosas por alguien ahora
			819-820: La base de todo es la confianza, la tolerancia, que sea tu parner, tu amigo.	819-820: La base de todo es la confianza, la tolerancia, que sea tu parner, tu amigo
			281-282: Me doy cuenta que no todos me dañan, que debo dar la oportunidad.	281-282: Me doy cuenta que no todos me dañan, que debo dar la oportunidad, porque no todos son iguales, pero eso lo que más me cuesta.
			284-285: No vas a crear una relación tóxica si ya tuviste una.	284-286: No vas a crear una relación tóxica si ya tuviste una, te ayuda a poner las cartas sobre la mesa y si está de acuerdo bien y si no también.
			304-305: Yo potenciaría las relaciones amorosas, pero en base a una amistad.	304-306: Yo potenciaría las relaciones amorosas, pero en base a una amistad, porque creo que cuando uno es amigo como que te apoyas de otra manera, se entienden y trabajar en pro del otro que cuando

				uno está en pareja.
			314-315: Cada uno tiene que cumplir por su lado.	314-316: Responsabilidades, saber que hay responsabilidades compartidas y que cada uno tiene que cumplir por su lado, el saber cómo cuidar a la otra persona, y no dañarla eso es súper importante.
			431: Lo más beneficioso es el poder ayudarse.	431-432: Lo más beneficioso es el poder ayudarse, poder compartir ese ámbito y que la otra persona de un apoyo.
			850-851: Él era todo para mí, ahora yo no lo volvería a repetir.	850-851: Me cegué, entonces como que él era todo para mí, ahora yo no lo volvería a repetir, es un aprendizaje.
			1006-1007: No sé si es tan importante, pero me hace bien igual.	1006-1008: No sé si es tan importante, pero me hace bien igual, por ejemplo, siempre hay estrés en la universidad entonces si recibo una llamada de esa persona como que me alivia.
			1059-1060: Para mí antes la pareja lo era todo, todo	1059-1061: Para mí antes la pareja lo era todo, todo giraba en torno a

			giraba en torno a eso, ahora veo que hay muchas otras cosas y si no tengo pareja está bien.	eso, ahora veo que hay muchas otras cosas y si no tengo pareja está bien, no es como que me vaya a quedar sola por siempre, no me estresa estar en pareja ahora.
		Nuevas prioridades	148: Es muy poco tiempo que uno tiene como para tener una relación	147-148: Una tiene que ver a sus amigas, es muy poco el tiempo que uno tiene como para tener una relación.
			184-185: La universidad igual la considero importante más que una relación.	184-185: Como primero la familia, la universidad igual la considero importante más que una relación, yo lo pondría como tercero.
			599-600: Estoy súper claro con lo mío, con mis metas, quiero salir de la u, entonces no tengo tiempo para andar repitiendo lo mismo.	599-600: Estoy súper claro con lo mío, con mis metas, quiero salir de la u, entonces no tengo tiempo para andar repitiendo lo mismo.
			694-695: Entre la universidad, la pareja como de verdad no tenía tiempo para nada.	693-695: Me complica mucho la universidad, es importante po, antes como que uno no sabe lo que quiere, entonces como que el tiempo no se hace

				nada, entre la universidad, la pareja como de verdad no tenía tiempo para nada.
			731-732: Primero estoy yo, luego mi estudio y luego el resto.	731-732: Yo creo que lo pondría en tercer lugar porque primero estoy yo, luego mi estudio y luego el resto.
			740-741: Sería mi última opción, primero yo, mis estudios, mi pega y si me alcanza el tiempo, si es que puedo estaría.	740-741: Sería mi última opción, primero yo, mis estudios, mi pega y si me alcanza el tiempo, si es que puedo estaría.
			801-802: Ahora me importan más otras cosas como mi estudio y terminar mi carrera que eso	801-802: Ahora me importan más otras cosas como mi estudio y terminar mi carrera que eso
			407-408: El primer lugar es mi familia, segundo la universidad y ya tercer lugar vendría siendo la pareja.	407-408: Para mí, el primer lugar es mi familia, segundo la universidad y ya tercer lugar vendría siendo la pareja.
			410-411: No es una prioridad para mí, prefería mil veces terminar mi carrera, que estar con alguien.	410-411: No es una prioridad para mí, prefería mil veces terminar mi carrera, que estar con alguien. Yo creo que está en el último de mis prioridades.

			738-739: Ahora están los estudios, mi trabajo de hecho si tuviera que dejar algo sería eso las parejas.	738-739: Ahora están los estudios, mi trabajo de hecho si tuviera que dejar algo sería eso las parejas
			1007-1008: Siempre hay estrés en la universidad entonces si recibo una llamada de esa persona como que me alivia.	1006-1008: No sé si es tan importante, pero me hace bien igual, por ejemplo, siempre hay estrés en la universidad entonces si recibo una llamada de esa persona como que me alivia.
			1052-1053: Yo voy a estar pensando en otra cosa cuando debería concentrarme entonces eso me estresaría.	1050-1053: La ansiedad de la relación, el futuro me estresa, entonces me tiene que dar seguridad la persona con la que esté, si no estoy segura, como que todo se va a las pailas, yo voy a estar pensando en otra cosa cuando debería concentrarme entonces eso me estresaría