

1. Procesos psicosociales durante la pandemia del COVID-19



1.1 Etapas del amor durante la pandemia

Resumen

La pandemia originada por el COVID-19 ocasionó varios cambios dentro de las relaciones de pareja; no obstante, se ha evidenciado una falta de interés en este tema a pesar de tener gran impacto social. El propósito del presente estudio consistió en conocer el desarrollo de las etapas del amor en parejas de jóvenes universitarios de 18 a 25 años formadas durante la pandemia de COVID-19. Los participantes fueron estudiantes matriculados en universidades de Lima Metropolitana, con un rango de edades entre los 20 a 22 años, quienes comenzaron una relación amorosa (heterosexual) durante el año 2020. El marco teórico se realizó mediante una revisión de literatura profunda sobre los aspectos relevantes del tema. Seguidamente, se utilizó la técnica de la entrevista semi estructurada y estandarizada con ayuda de una guía de preguntas para obtener la categorización de las respuestas. Se evidenció que, en general, el desarrollo de las etapas del amor no presentó inconvenientes relevantes y los sentimientos negativos durante la relación presentaron niveles bajos; asimismo, se encontraron algunas diferencias de género. Esta investigación permite brindar información relevante sobre este tema poco abordado, especialmente en un contexto tan reciente como lo es la pandemia del COVID-19.

- Palabras clave: relaciones, etapas del amor, experiencia emocional, pandemia de COVID-19

¹Trabajo de investigación para la asignatura Metodología de la Investigación Cualitativa revisado por el (la) profesor(a) Rosina Vanessa Sánchez Jimenez.

²Autores: Camila Alessandra Araujo Meza, Pamela Lizeth Cáceres Escobar, Ángela Paola Hugo Mendez y Nicol

1.1.1 Introducción

Uno de los aspectos más afectados, durante el inicio de la pandemia del COVID-19, fue la socialización con el entorno, lo cual generó un cambio en las relaciones familiares, amicales y amorosas (Posada-Bernal et al., 2021). En un estudio realizado a estudiantes universitarios sobre los cambios en las relaciones interpersonales durante la pandemia del COVID-19, se encontró que los participantes que estaban cursando su tercer o cuarto año no expresaron grandes cambios en sus relaciones, debido a que estos, a través de la experiencia universitaria tradicional (presencial), ya habían desarrollado relaciones significativas con sus compañeros o con parejas románticas. Por el contrario, los nuevos estudiantes no tuvieron tal oportunidad, por lo que experimentaron de manera más marcada el aislamiento, ya que les impedía conocer gente nueva y los limitaba a interactuar con grupos reducidos de personas (Vaterlaus et al., 2021).

Iniciar una relación amorosa requiere varios cambios, lo cual puede ser intimidante para los jóvenes porque significa desarrollar un nivel de compromiso cada vez más profundo (Nobre et al., 2021). Por lo tanto, es común que estos presenten ciertas dificultades al momento de relacionarse románticamente, pues anteriormente era más sencillo interactuar de manera pasiva; como en la universidad o instituto, considerados por los estudiantes espacios cómodos y seguros (Rodríguez & Rodríguez, 2020).

A pesar de que la virtualidad fue vista como un reto para las personas mayores, los jóvenes, debido a su contacto con la tecnología desde edades tempranas, pudieron utilizar esta de forma más eficiente para poder comenzar o mantener relaciones. Por un lado, las redes sociales como Twitter, Facebook e Instagram y las plataformas de mensajería instantánea como *WhatsApp*, *Facebook Messenger*, *Telegram* y *WeChat* se posicionaron como plataformas esenciales para que las personas se comuniquen entre sí (Latikka et al., 2022). Por ende, las parejas románticas utilizaron estos medios para no perder la comunicación, especialmente durante las primeras etapas de la pandemia donde las reglas de aislamiento social eran mucho más estrictas que en la actualidad, ya sea a través de mensajes, videollamadas, publicaciones, etc. Asimismo, por medios digitales, se puede lograr intimidad emocional al compartir experiencias, pensamiento y sentimientos con la escritura, la voz o la imagen (Rodríguez & Rodríguez, 2020).

Estas aplicaciones se volvieron indispensables para priorizar las interacciones virtuales y sincrónicas con un enfoque más responsable; sin embargo, con el paso de los días, para algunas personas este tipo de comunicación no era suficiente, pues seguía latente la necesidad de tener contacto físico y estar “cara a cara”, lo cual llevó al surgimiento de sentimientos negativos o conflictos entre las parejas (Rodríguez & Rodríguez, 2020).

Ante esta situación, la experiencia emocional se puede entender como la experiencia subjetiva de diversos aspectos que un individuo tiene ante una respuesta afectiva, como las cogniciones, las sensaciones corporales y las acciones motivadas, así como el reconocimiento de que esa respuesta global pertenece a una categoría particular de las emociones “miedo”, “tristeza”, etc. (Smith et al., 2018). Por ende, las parejas románticas de universitarios, por la etapa sensible en la que se encuentran, están más expuestas a reacciones emocionales más intensas y, debido a la pandemia, la incertidumbre, la distancia o los celos pueden crear un entorno donde los miembros de estas sean distantes o desconsiderados el uno con el otro porque se encuentran distraídos, fatigados o abrumados. En consecuencia, los sujetos están más expuestos a ser excesivamente críticos o argumentativos, a no brindar apoyo, a culpar a su pareja y, progresivamente, a estar menos satisfechos con la relación (Estlen et al., 2022).



Con respecto a la justificación, el propósito de esta investigación es aportar información teórica acerca del conocimiento sobre la experiencia emocional, las vivencias y dificultades que pudieron experimentar los jóvenes universitarios que formaron una relación amorosa durante la cuarentena por Covid-19. Asimismo, brindar conocimiento sobre el posible impacto de la virtualidad en la forma de relacionarse amorosamente, es decir, poder ver si dicha población ha sufrido cambios significativos en el proceso de enamoramiento.

Cabe resaltar que se carecen de investigaciones que abordan la temática de relaciones amorosas formadas durante la pandemia, y tampoco se enfocan en nuestra población objetivo. Es el único estudio en Perú referente al proceso de las etapas del amor en jóvenes universitarios durante la pandemia, por lo que ello podría desarrollar un aporte para la realización de futuras investigaciones con los resultados obtenidos.

Finalmente, por todo lo mencionado anteriormente, la pregunta de investigación que se está planteando se basa en el ámbito socioemocional de los individuos y en un contexto de incertidumbre: “¿Cómo fue el desarrollo de las etapas del amor en parejas de jóvenes universitarios de 18 a 25 años formadas durante la pandemia de COVID-19?”.

1.1.2 Marco Teórico

Para una adecuada revisión de la teoría alrededor de las etapas del amor, es necesario considerar algunos conceptos:

Definición. Amor:

Sentimiento intenso que genera placer al liberar ciertas hormonas y neurotransmisores que orienta la búsqueda y el deseo de estar con otra persona (Manrique, 2013; Cuetos, 2016). Este cuenta con tres componentes que forman la base para alcanzar el amor maduro (Quispe & Quispe, 2018).

- *Compromiso*: Es el interés y responsabilidad en mantener la relación (Almeida, 2013; Román, 2017; Quispe & Quispe, 2018).
- *Intimidad*: Conexión que se establece con la pareja en donde cada uno de ellos se siente en confianza y están en la misma sintonía (Almeida, 2013; Román, 2017; Quispe & Quispe, 2018).
- *Pasión*: Es el deseo de estar unido con la persona que ama (Román, 2017; Almeida, 2013; Quispe & Quispe, 2018).

Distintas definiciones consideran distintas etapas para el surgimiento del amor. En primer lugar, la lujuria consiste en el deseo sexual que mueve a la persona a encontrar una pareja. Tras ello, surge el amor romántico que brinda confianza mediante la interacción con la otra persona. Finalmente, surge el amor maduro, más fortalecido debido a que se tienen en cuenta las necesidades de la pareja y solo queda construir un compromiso leal (Psicología y Mente, 2022; Román, 2017). Existen otros modelos que contemplan más detalladamente estas etapas; por ejemplo, el modelo de Jed Diamond mantiene cinco etapas y logra especificar mejor la dinámica entre estas (Anton, 2016).

- *Etapas del enamoramiento*: Surge al conocer por primera vez a la persona y es aquí donde se da la ilusión y creer que se ha encontrado a la persona ideal, pero esto solo dura unos meses (Gómez, 2011; Rodríguez & Rodríguez, 2016; Cheek & Tyson, 2009; Villegas & Mallor, 2017; Araujo, 2019).
- *Etapas de unión*: La relación ya se concretó y existe un compromiso (Stange et al., 2017).



- *Etapas de desilusión:* Se puede ver con más facilidad los errores y defectos de la pareja (Stange et al., 2017).
- *Etapas de amor real:* Si se decide continuar la relación a pesar de conocer las cualidades negativas de la pareja, se logra finalmente conseguir el amor maduro (Villegas & Mallor, 2017; Stange et al., 2017).

El surgimiento del amor se relaciona a las experiencias emocionales, que pueden ser definidas como la percepción de aquello que rodea al individuo, ya sean situaciones placenteras o incómodas (Greenberg & Pos, 2007). En ese sentido, pueden existir sentimientos positivos en las relaciones de pareja, centrados en el bienestar emocional, donde la persona mejora su autoestima, compromiso y autorrealización (Castillo et al., 2018; Sánchez & Calleja, 2021). No obstante, lo contrario también es cierto y los sentimientos negativos podrían incluir el desinterés, falta de reciprocidad, celos, tristeza, entre otros (Melero, 2008; Gómez et al., 2016; Villavicencio & Jaramillo, 2020).

Interacción en la pandemia del COVID-19

La naturaleza de la interacción social durante las medidas de aislamiento se vio alterada. Esta se dio, principalmente, a través de medios digitales por varias horas, lo cual pudo ayudar a que la relación se consolide y se puedan conocer más el uno del otro (Vaterlaus et al., 2021). Ello genera expectativas sobre conocerse presencialmente y ver los cambios en la dinámica durante la presencialidad; por lo tanto, se presentan sentimientos de sorpresa y asombro al encontrarse presencialmente por primera vez o en mucho tiempo (Svenningson, 2002). En estos casos, las mujeres suelen presentar este sentimiento en mayor medida; mientras que los hombres tienden a tener un mayor control de la situación (Cheek & Tyson, 2009). Estos cambios en la dinámica obligaron a las parejas a llevar sus relaciones a distancia, lo cual derivó en conflictos puesto que el aumento de tiempo en redes para suplir la interacción presencial no lograba su objetivo (Fruzzeti, 2015, Rodríguez & Rodríguez, 2020; Posada-Bernal et al., 2021; Rocha et al., 2017; Urbano et al., 2019; Escobar et al., 2021; Rodríguez et al., 2021).

1.1.3 Factores que influyen en la relación

Las familias tienen cierto grado de influencia en las relaciones de pareja, debido a la solvencia económica y estilo de crianza que influye en las relaciones amorosas de los integrantes de este (Díez et al., 2019). Además de ello, el diálogo es necesario para expresar las necesidades o aspectos negativos que se puedan percibir en la relación y este se vio limitado por la naturaleza de las plataformas utilizadas: *Whatsapp, Messenger, Telegram* y *We Chat* (Campbell et al., 2018; Cidoncha-Romá, 2017; Labbé et al., 2019; Latikka et al., 2022; Organismo Supervisor de Inversión Privada en Telecomunicaciones, 2011).

1.1.4 Objetivos

Objetivo general:

- Conocer el desarrollo de las etapas del amor en parejas de jóvenes universitarios de 18 a 25 años formadas durante la pandemia de COVID-19.

Objetivos específicos

- Conocer las dificultades que experimentaron durante las etapas del amor las parejas de jóvenes universitarios formadas durante la pandemia de COVID-19.
- Profundizar en la experiencia emocional durante las etapas del amor de las parejas de jóvenes universitarios formadas durante la pandemia de COVID-19.



1.1.5 Método

Tipo y diseño de investigación

La investigación cualitativa es un proceso metodológico que tiene como herramientas a las palabras, textos, discursos, dibujo, gráfico e imágenes (datos cualitativos) para entender la vida social mediante significados, a partir de una perspectiva holística (Guerrero, 2016). Esta definición se asocia con la presente investigación, ya que se utilizaron las entrevistas para recopilación de datos con la finalidad de explicar y comprender el desarrollo de las etapas del amor en la muestra elegida. Por otro lado, el diseño es fenomenológico, pues bajo este se investiga desde el punto de vista subjetivo de los actores sociales (Fuster, 2019), por lo que la investigación presentada cumple con este discernimiento al investigar desde la información brindada (opinión subjetiva) por la muestra.

Participantes

Tabla 1

Descripción de Participantes

Entrevistado	Sexo	Edad	Carrera	Inicio de relación	Duración
Entrevistado 1	Femenino	21 años	Psicología	Noviembre 2020	1 año y 7 meses
Entrevistado 2	Femenino	22 años	Derecho	Julio 2020	2 años
Entrevistado 3	Masculino	20 años	Arquitectura	Abril 2020	2 años y 3 meses
Entrevistado 4	Masculino	21 años	Psicología	Agosto 2020	1 año y 10 meses

El procedimiento de selección de participantes se realizó mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia; por el fácil acceso, los participantes se encontraban estudiando en universidades privadas de Lima Metropolitana, entre el sexto y décimo ciclo de sus carreras. En esta investigación, el tamaño escogido fue de cuatro entrevistados, debido al tiempo y los recursos que cada investigador poseía para poder realizar entrevistas a profundidad y analizar los resultados de la mejor forma.

Instrumentos y técnicas

Los datos fueron recolectados mediante la técnica de la entrevista. Asimismo, el tipo de entrevista que se utilizó fue la semi estructurada y estandarizada, ya que el instrumento utilizado fue una guía de entrevista. De acuerdo a la construcción y validación de esta, se realizaron dos entrevistas exploratorias con el objetivo de evaluar si las preguntas eran efectivas o no para recolectar la información deseada. Posteriormente, se realizó una entrevista piloto con la nueva guía, conformada por 16 preguntas, obtenida como resultado de las entrevistas exploratorias. Finalmente, de acuerdo a los cambios que se realizaron luego de la entrevista piloto, la guía de preguntas oficial tuvo un total de 14 preguntas principales, divididas en 6 categorías, con preguntas secundarias dentro de cada una para lograr una mayor profundidad en las entrevistas.

Procedimiento de recolección de datos

Antes de empezar las entrevistas, a cada participante se le envió el consentimiento informado mediante correo electrónico. Al recibir los consentimientos informados firmados, se procedió a coordinar los horarios con cada uno de los participantes para realizar las entrevistas mediante la plataforma de Zoom. Se dieron un total de cuatro entrevistas con una sesión por persona. Las entrevistas tuvieron una duración de 43 a 75 minutos.

La recopilación de datos fue por medio de entrevistas semiestructuradas con la ayuda de un guión de preguntas. En cuanto al análisis de datos se siguieron los siguientes pasos planteados por Fernández (2006). En primer lugar, se obtuvo la información del marco teórico, las entrevistas y el registro



sistemático de notas de campo. En segundo lugar, se transcribió y ordenó la información mediante *Google Drive*. El tercer paso fue codificar la información en seis categorías y subcategorías y se otorgó el código respectivo a cada una de estas. Finalmente, se integró la información, relacionando las categorías y los conceptos teóricos entre sí.

Para asegurar el rigor metodológico, se logró el criterio de confirmabilidad mediante la triangulación de teorías. En el presente estudio se muestra la triangulación de teorías, pues al analizar la investigación se compararon distintos enfoques teóricos respecto a las etapas del amor así como los distintos planteamientos de los reconocidos autores Robert Stenberg y Jed Diamond.

1.1.6 Resultados y discusión

Categoría 1: "Inicio de la relación en el contexto de la virtualidad"

Conformada por tres subcategorías: "Atracción", "Acercamiento virtual" y "Enamoramiento". La primera se define como la motivación para establecer y mantener relaciones interpersonales de forma placentera (Gómez, 2011). En ella, los entrevistados mencionan que la primera atracción se basó en el atractivo físico y la similitud. Eso se relaciona con lo mencionado por Gómez (2011), pues la belleza física y la similitud entre ambas personalidades, como también la comodidad generada al interactuar, inciden en el inicio de la atracción física.

"Me parecía un chico muy lindo físicamente cuando lo vi, pero en ese entonces no lo veía de una forma romántica" (E2)

En relación a la segunda categoría, esta refiere a las situaciones que desembocaron en el inicio del acercamiento de la pareja mediante la virtualidad pues a raíz de la pandemia por COVID-19, varios jóvenes se dedicaron a pasar más tiempo en línea en búsqueda de formar nuevos vínculos con otras personas (Lee et al., 2020; Latikka et al., 2022). Los entrevistados mencionan que dicho acercamiento se debió a un evento en específico y que ya se conocían previamente virtual o presencialmente. Rodríguez y Rodríguez (2016) indican que es común que una interacción virtual se de con personas que se conocen previamente. Y, la profundización de su interacción se daría por el contexto de pandemia, la disposición del tiempo libre, y los sentimientos de soledad (Lee et al., 2020; Latikka et al., 2022).

"Retomamos la conversación por la aplicación de Whatsapp y Discord, debido a algunas dudas que surgían de trabajos a los que ella me pedía ayuda. Así ya fuimos profundizando más en nuestra amistad" (E4)

Y en cuanto a la tercera subcategoría, al inicio del enamoramiento se tiende a experimentar emociones positivas, lo que da como consecuencia la ilusión (Araujo, 2019). En los entrevistados, el nivel de ilusión fue notorio y las emociones positivas evocadas también. Parece no haber diferencia con un enamoramiento presencial. Asimismo, mencionan algunas dificultades como la necesidad de ver físicamente a la persona pues Villegas y Mallor (2017) indican que ese deseo de poder pasar el tiempo juntos se relaciona a la generación de placer que evoca compartir con tu pareja.

"Me sentía muy bien, emocionado de pasar el rato con ella y poder conversar con ella todos los días [...]" (E3)

Categoría 2: "Adaptación a la virtualidad durante una relación amorosa"

Conformada por dos subcategorías: "Intimidad" y "Tiempo compartido". La primera se relaciona con los sentimientos de cercanía, unión y afecto hacia el otro que promueven la proximidad, la



vinculación y la conexión (Almeida, 2013). Los entrevistados tuvieron comentarios similares sobre el efecto de la pandemia y la virtualidad en la profundidad de su vínculo. Esto se asocia con lo encontrado por Vaterlaus et al. (2021), donde los participantes expresaron que tener más tiempo producto de la pandemia condujo a una conexión más profunda en sus relaciones y que, ante la escasa interacción presencial, utilizaron la virtualidad para crear una conexión a distancia.

“[...] nuestro vínculo se hizo fuerte rápido (...) siento que fue gracias a la virtualidad porque podíamos hablar por redes y conocernos cada vez más sin preocuparnos mucho del tiempo” (E1)

En relación a la segunda subcategoría, disponer de tiempo y saber invertirlo adecuadamente son factores claves al momento de cubrir las necesidades afectivas de la pareja. Asimismo, el tiempo compartido influye en la aparición de los conflictos, pues el aumento del tiempo dedicado a los deberes y el estrés producto de estas podrían delimitar las actividades compartidas en pareja (Urbano et al., 2019). En los entrevistados, estos expresaron sentir estrés por la sobrecarga de actividades; no obstante, siempre buscaban soluciones para no descuidar sus deberes y, al mismo tiempo, compartir momentos con sus parejas mediante la virtualidad:

“(...) Nos aseguramos de tener tiempo juntos al cumplir primero nuestras responsabilidades y poder disfrutar los fines de semana juntos sin preocupaciones” (E2)

Categoría 3: “Elementos que conservaron la relación a pesar de la distancia”

Conformada por tres subcategorías: “Apoyo de pareja”, “Apoyo familiar” y “Compromiso”. En la primera, todos expresaron que, a pesar de sentir emociones negativas o inseguridades, recibir apoyo por parte de sus parejas ocasionó sentimientos positivos como la motivación, confianza y calma en ellos. Esto se vincula con lo expresado por Sánchez y Calleja (2021) cuando sostienen que el apoyo percibido ocasiona beneficios a nivel individual como un estado de ánimo positivo, el incremento de la autoestima y el refuerzo de la capacidad para superar frustraciones.

“[...] me motivaba bastante y me hacía sentir que podía realizar lo que me propusiera” (E2)

Asimismo, Sánchez y Calleja (2021) también señalan beneficios a nivel relacional, pues el apoyo es importante en el cumplimiento de las necesidades de apego al proporcionar una percepción subjetiva de que la relación es “segura”, lo cual genera interacciones más positivas, recíprocas y equitativas. En los entrevistados, los cuatro señalaron, en especial, la reciprocidad.

“[...] sentía seguridad al saber que él me apoyaba con la misma intensidad que yo a él” (E1)

En la segunda subcategoría, el apoyo familiar percibido tuvo niveles bajos, donde más que un apoyo emocional se identificó uno de tipo instrumental (entrevistados 1 y 3); es decir, mediante asistencia económica o favores. Asimismo, la falta de apoyo (entrevistados 2 y 4), no evidenció la presencia de sentimientos negativos o cambios en la relación. Esto se podría explicar debido a que desde la adultez emergente, los sentimientos de independencia son más fuertes (Dotson et al., 2022) y, por lo tanto, la percepción de los padres como principal fuente de apoyo tiende a disminuir, para redirigir estos sentimientos a otros sujetos, que en este caso, son las parejas. En la tercera subcategoría, tres de los cuatro entrevistados expresaron que sintieron compromiso por parte de su pareja desde un inicio; asimismo, todas las parejas manifestaron tener planes a futuro, ya sea objetivos específicos



o el simple hecho de seguir manteniendo la relación. Esto se vincula con lo expresado por Román (2017), acerca de las dos formas en la que el compromiso se presenta; por un lado, a corto plazo, que es cuando la persona genera el primer compromiso al momento de decidir amar a la pareja y; por el otro, a largo plazo, que se relaciona con los planes a futuro y las decisiones que se toman para que estos se cumplan:

“Siento que el compromiso siempre estuvo presente [...] A futuro pensamos en formalizar más nuestra relación al poder vivir juntos y empezar a adquirir cosas para nosotros” (E3)

Categoría 4: “Sentimientos durante la interacción física después del aislamiento social”

Conformada por dos subcategorías: “Sorpresa y felicidad” y “Timidez”. En la primera, los entrevistados manifiestan que tras la primera interacción física sintieron emociones como la sorpresa y felicidad. Sorpresa porque según Sveningsson (2002), por el cambio de la interacción virtual a la física que van de la manos a la presencia de las cualidades físicas del otro. Y la felicidad porque Campbell et al. (2018) mencionan que se debe a la libertad de expresión con el otro y que el amor en general emociona y mejora la situación.

“La primera vez que nos vimos [...] me sentí bien, sorprendido porque nunca la había visto en persona [...], sentía felicidad y paz cuando estaba con ella.” (E3)

En la segunda subcategoría, todos comentaron que se presentaron dificultades en cuanto al desenvolvimiento, el cual se dio principalmente en las entrevistadas mujeres y en las parejas femeninas de los entrevistados varones. Sin embargo, ellos fueron mediadores para apaciguar estos sentimientos. Ello se explica por lo señalado por Cheek y Tyson (2009), debido a que, en las primeras citas, la persona se enfrenta a la interacción con el sexo opuesto (pareja) y como la importancia del evento evoca una timidez situacional que tiende a darse en las mujeres por lo que los hombres toman un rol mediador.

“Para mí era bastante cómodo, porque como mi pareja es bastante tímida, yo era quien solía tener el control de la conversación, entonces, no me sentía incómodo con las cosas que se preguntaban o con las que hablábamos porque podía desenvolverme como quisiera.” (E4)

Categoría 5: “Aparición de sentimientos negativos durante la relación”

Presenta 2 subcategorías, en primer lugar está la “inseguridad” que se refiere a la desconfianza durante el distanciamiento social por no poder compartir mucho tiempo con la pareja y la insuficiencia que se puede generar por este distanciamiento (Melero, 2008). Sin embargo, en las respuestas se vió que esta misma situación influyó diferencialmente en ambos géneros como se puede ver en el caso de nuestra entrevistada y para nuestros entrevistados, el confinamiento les dió la certeza de que no habría forma en que sus parejas conocieran más personas.

“Nunca desconfié de ella porque ella no salía mucho, así que no recuerdo en ningún momento sentirme de esa forma porque sabía que no podía hacer mucho”(E3)

Y en segundo lugar, está la subcategoría “extrañar a la pareja” que es el efecto negativo que se genera por no poder pasar más tiempo en pareja y que puede generar un malestar emocional (Llanos-Cortés, 2020).



“Lo que me ponía bastante triste era que a las reuniones y a las fiestas con los amigos y todo eso, él usualmente no podía ir porque estaba trabajando, entonces yo iba sola [...] me ponía triste no verlo”(E1)

Categoría 6: “Resolución de conflictos en pareja”

Para la primera subcategoría “Situaciones de conflicto” que son los hechos o experiencias que pudieron complicar la relación durante la pandemia, pero estos si no son graves pueden fortalecer a la pareja (Fruzzeti, 2015). Se les hizo énfasis en este tópico ya que, se sabe que durante el confinamiento se incrementan las posibilidades de que se generen discusiones. Se evidencian en sus respuestas que a pesar de esa circunstancia no existían muchos conflictos de gravedad y si se presentaban eran por diferencias o inseguridades.

“La verdad es que eran conflictos que a veces no entendíamos o se podían evitar [...] No eran muy frecuentes. Solo en momentos críticos que la desconfianza se presentaba en nuestra relación” (E2)

En la segunda subcategoría “Modalidad de resolución” es la comunicación la principal herramienta que ayuda a que se puedan mejorar los aspectos negativos de una relación (Cidoncha-Romá, 2017). Si es que no se lograba un acuerdo en ese momento al menos podían conversar en otro momento y era por medio de las redes sociales que en su mayoría se efectuaba aunque existe una preferencia por la presencialidad.

“[...] por mensajes de Whatsapp o a veces si nos podíamos ver lo hacíamos presencialmente [...]” (E4)

1.1.7 Conclusiones

- Se alcanzó el objetivo general de la investigación; es decir, se logró conocer sobre el desarrollo de las etapas del amor en parejas de jóvenes universitarios de 18 hasta los 25 años que se formaron en la pandemia por el COVID-19. Contrario al pensamiento inicial, no hubieron cambios significativos en cuanto a su proceso a comparación de relaciones amorosas de jóvenes que se formaron antes de la pandemia por el COVID-19, debido a que los sentimientos y problemas presentados tuvieron respuestas optimistas por parte de las parejas evidenciando, incluso, una unión más profunda. Sin embargo, si bien no se presentaron cambios en cuanto al contenido de las etapas del amor, sí se mostraron cambios respecto a la forma; esto debido a que el acercamiento e intimidad de pareja pasó de lo físico a lo virtual, poniendo como medio principal a las redes sociales.
- En cuanto al primer objetivo específico, se logró comprender las dificultades que experimentaron los jóvenes que formaron una relación amorosa durante la pandemia por el COVID-19. Una de las dificultades que más resaltaron fueron los conflictos alrededor de los celos y las dudas sobre la valoración personal; es decir, los conflictos no se daban respecto a las actitudes del otro, sino a la dubitación del propio individuo. Sin embargo, la frecuencia de estas situaciones de conflictos fueron poco frecuentes y la resolución de estos era rápida a causa de la buena comunicación asertiva.
- Respecto al segundo objetivo específico, se obtuvo mayor conocimiento respecto a la experiencia emocional durante las etapas de amor de las parejas universitarias formadas durante la pandemia de COVID-19. La información recolectada sostiene que el mantener la relación de forma virtual incrementa el sentimiento de extrañar a la pareja y la ilusión de querer verla;



de esta forma, se crea un vínculo más fuerte. Asimismo, el incremento en el tiempo libre para hablar durante el confinamiento, dio paso a tener una mayor confianza y darse apoyo emocional mutuo durante la pandemia.

- Por último, se encontraron diferencias en las respuestas respecto al género en los entrevistados. Las mujeres experimentaron mayor asombro y timidez en sus primeros encuentros. Además, son los hombres quienes pueden sentirse más tranquilos al momento de extrañar a su pareja mientras que, las mujeres tienen mayor necesidad de verse presencialmente.

1.1.8 Recomendaciones

- En cuanto a la categoría de resolución de problemas, se recomienda indagar más respecto a la herramienta de comunicación dentro de esta población de jóvenes que iniciaron una relación, ya que demostró ser uno de los elementos clave para mantener una relación amorosa saludable. Sobre todo, en el aspecto de cómo lograron aprender a comunicarse de forma asertiva, ya que, en la actualidad, las habilidades sociales como la comunicación son necesarias para la convivencia; sin embargo, comúnmente, no son enseñadas o desarrolladas de forma activa en las escuelas.
- En relación a futuras investigaciones, se sugiere diversificar la población de estudio, debido a que, por cuestiones de accesibilidad y proximidad, todas las parejas de esta investigación fueron heterosexuales. Además, la comunidad LGBTQ+, al todavía enfrentar altos niveles de discriminación en varios ámbitos de la vida, tienen distintas vivencias y experiencias emocionales que serían favorables de visibilizar.
- Asimismo, se sugiere que en investigaciones futuras se puedan centrar en las experiencias de ambos miembros de la pareja, puesto que ello podría proporcionar una dinámica más completa en lo que respecta a la relación amorosa y en las experiencias emocionales; además, cada miembro puede tener una percepción distinta de las vivencias de la relación virtual y sobre la posterior interacción física.
- Por último, con respecto a la problemática, se sugiere seguir investigando esta a través de distintas metodologías y diseños, puesto que, a pesar de los esfuerzos por mitigar las consecuencias negativas por el COVID-19, aún se siguen presentando variantes o la aparición de nuevos virus que podrían causar alteraciones negativas en la salud mental de las personas y, por lo tanto, afectar el aspecto socioemocional como lo son las relaciones de pareja.



Referencias

- Almeida, A. (2013). Las ideas del amor de R.J. Sternberg: la teoría triangular y la teoría narrativa del amor. *Familia*, 46, 57-86.
<http://educa.minedu.gob.bo/assets/uploads/files/cont/esfm/esfm27-z4kf.pdf>
- Antón, J. (2016). *Criterios de selección de pareja y relación con Personalidad, Apego, Alexitimia y Satisfacción Marital* [Tesis doctoral de la Universidad del País Vasco]. Repositorio institucional de la Universidad del País Vasco.
https://addi.ehu.es/bitstream/handle/10810/18546/TESis_ANTON_ROME-RO_TAViER.pdf?sequence=1
- Araujo, Y. (2019). *Amistad y enamoramiento*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de Trujillo]. Repositorio institucional de la Universidad Nacional de Trujillo.
<http://dspace.unitru.edu.pe/handle/UNITRU/13809>
- Campbell, K., Nelson, J., Parker, M. & Johnston, S. (2018). Interpersonal chemistry in friendships and romantic relationships [Química interpersonal en las amistades y las relaciones amorosas]. *Interpersona: An International Journal on Personal Relationships*, 12(1), 34.-50.
<https://doi.org/10.5964/ijpr.v12i1.289>
- Castillo, R., Venega, S., & Sosa, M. (2018). Expresión de ira, satisfacción en la relación de pareja y bienestar psicológico. *Revista electrónica de Psicología Iztacala*, 21(3), 1006 - 1018.
<https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2018/epi1831.pdf>
- Cheek, J., & Tyson, E. (2009). Shyness [Timidez]. En H. Reis & S. Sprecher (Eds.), *Encyclopedia of Human Relationships* (vol. 3, pp. 1489-1492). Sage.
- Cidoncha-Romá, A. (2017). *Satisfacción, conflictos y consecuencias psicológicas en las relaciones de pareja una revisión bibliográfica* [Tesis de licenciatura, Universitat Jaume I]. Repositorio institucional de la Universitat Jaume I. <https://repositori.uji.es/xmlui/handle/10234/173374>
- Cuetos, G. (2016). *El amor a lo largo de la historia* [Sesión de Congreso]. XVII Congreso Virtual Internacional de Psiquiatría. <https://psiquiatria.com/trabajos/usr1299974717.pdf>
- Díez, M., Sánchez-Queija, I., & Parra, Á. (2019). Why are undergraduate emerging adults anxious and avoidant in their romantic relationships? The role of family relationships. *PloS one*, 14(11), 1-12. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0224159>
- Dotson, M., Castro, E., Magid, N., Hoyt, L., Suleiman, A., & Cohen, A. (2022). “Emotional distancing”: Change and strain in US young adult college students’ Relationships during COVID-19. *Emerging Adulthood*, 10(2), 546-557. <https://doi.org/10.1177/21676968211065531>
- Escobar, G., García, M., González, T., Martín, J., Padilla, M., Rumbos, F., & García, G. (2021). Cambios en el compromiso de universitarios con pareja y uso de redes sociales durante el COVID-19. *Revista Digital Internacional de Psicología y Ciencia Social*, 7(2).
<https://cued.unam.mx/revistas/index.php/rdpcs/article/view/361/763>
- Estlein, R., Gewirtz, A., & Opuda, E. (2022). Love in the time of COVID-19: A systematic mapping review of empirical research on romantic relationships one year into the COVID-19 pandemic. *Family Process*, 1(1), 1-21. <https://doi.org/10.1111/famp.12775>
- Fernández, L. (2006). *¿Cómo analizar datos cualitativos?*. Institut de Ciències de l’Educació. Universitat de Barcelona.
https://www.academia.edu/7572064/C%C3%B3mo_analizar_datos_cualitativos
- Fruzzetti, E. (2016). *La pareja altamente conflictiva. Guía de terapia dialéctico-conductual para encontrar paz, intimidación y conocimiento*. Desclée De Brouwer.
<https://www.edesclée.com/img/cms/pdfs/9788433028044.pdf>



- Fuster, D. (2019). Investigación cualitativa: Método fenomenológico hermenéutico. *Propósitos y representaciones*, 7(1), 201-229.
http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2307-79992019000100010
- Gómez, J. (2011). *Atracción y amor. Fundamentos de psicología social*.
https://www.uma.es/media/files/Atraccion_y_Amor.pdf
- Gómez, Á., Maraver, P., & Pazos, M. (2016). Experiencias positivas y negativas en relaciones de pareja de jóvenes y adolescentes. *Revista de psicología (Santiago)*, 25(2), 01-19.
<https://scielo.conicyt.cl/pdf/revpsicol/v25n2/art07.pdf>
- Greenberg, L., & Pos, A. (2007). Emotion-focused therapy: The transforming power of affect. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 37(1), 25-31.
https://www.researchgate.net/publication/225730835_Emotion_-_focused_therapy_the_transforming_power_of_affect
- Guerrero, M. (2016). La investigación cualitativa. *INNOVA Research Journal*, 1(2).
<http://revistas.uide.edu.ec/index.php/innova/index>
- Labbé, C., López-Neira, L., Saiz, J. L., Vinet, E. V., & Boero, P. (2019). Uso de TIC en estudiantes universitarios chilenos: enfoque desde la adultez emergente. *Pensamiento Educativo, Revista de Investigación Latinoamericana (PEL)*, 56(2), 1-14.
<https://doi.org/10.7764/10.7764/PEL.56.2.2019.2>
- Latikka, R., Koivula, A., Oksa, R., Savela, N., & Oksanen, A. (2022). Loneliness and psychological distress before and during the COVID-19 pandemic: Relationships with social media identity bubbles. *Social Science & Medicine*, 293(1), 1-10.
<https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2021.114674>
- Lee, C., Cadigan, J., & Rhew, I. (2020). Increases in loneliness among young adults during the COVID-19 pandemic and association with increases in mental health problems. *Journal of Adolescent Health*, 67(5), 714-717. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.08.009>
- Llanos-Cortés, K. (2020). *La ciudad de las relaciones a distancia*. [Tesis de licenciatura, Universidad de los Andes]. Repositorio institucional de la Universidad de los Andes.
<http://hdl.handle.net/1992/51167>
- Manrique, R. (2013). El amor: hay (bio)química entre nosotros. *Revista de Química*, 27(1-2), 29-32.
<https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/quimica/article/view/8968>
- Melero, R. (2008). *La relación de pareja. Apego, dinámicas de interacción y actitudes amorosas: Consecuencias sobre la calidad de la relación*. [Tesis de doctorado, Universidad de Valencia]. Repositorio institucional de la Universidad de Valencia.
<https://roderic.uv.es/handle/10550/15428>
- Nobre, T., Umbelino, C., & Alves, L. (2021). La influencia de la tecnología de la información en las relaciones amorosas en la modernidad de la red. *IROCAMM-International Review Of Communication And Marketing Mix*, 1(4), 89-98.
<https://revistascientificas.us.es/index.php/IROCAMM/article/view/12388>
- Organismo Supervisor de Inversión Privada en Telecomunicaciones. (27 febrero 2021). *Uso de WhatsApp, Tik Tok y YouTube creció en redes fijas durante la primera semana de inmovilización social obligatoria*.
- Posada-Bernal, S., Bejarano, M., Rincón, L., Trujillo, L., & Vargas, N. (2021). Cambios en las relaciones interpersonales de los jóvenes universitarios durante la pandemia. *Revista Habitus: Semilleros de Investigación*, 1(1), 1-14. <https://doi.org/10.19053/22158391.12573>
- Psicología y Mente (2022). *Las 3 fases del amor y sus características*.
<https://psicologiaymente.com/pareja/fases-del-amor>



- Quispe, A., & Quispe, D. (2018). *Componentes del amor según la personalidad en estudiantes mujeres del quinto año de la Universidad Nacional de San Agustín*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Agustín]. Repositorio institucional de la Universidad Nacional de San Agustín. <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/6030>
- Rocha, L., Avendaño, E., Barrios, A., & Polo, A. (2017). *Actitudes hacia el amor en relaciones románticas de jóvenes universitarios*. *Praxis & saber*, 8(16), 155-178. <http://www.scielo.org.co/pdf/prasa/v8n16/2216-0159-prasa-8-16-00155>
- Rodríguez, P., Cervera, L., Roncancio, J., & Velazco, E. (2021). Construcciones sociales y actitudes hacia el enamoramiento en la adolescencia. *Boletín Redipe*, 10(8), 159-179. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8116633>
- Rodríguez, T., & Rodríguez, Z. (2016). El amor y las nuevas tecnologías: experiencias de comunicación y conflicto. *Comunicación y sociedad*, (25), 15-41. <http://www.scielo.org.mx/pdf/comso/n25/n25a2.pdf>
- Rodríguez, T., & Rodríguez, Z. (2020). Intimidad y relaciones de pareja durante la pandemia de la COVID-19 en Guadalajara. *Espiral (Guadalajara)*, 27(78-79), 215-264. <https://doi.org/10.32870/ees.v28i78-79.7206>
- Román, P. (2017). *Niveles de Amor Romántico en Parejas de una Universidad Privada de Lima Metropolitana*. [Tesis de licenciatura, Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. Repositorio institucional de la Universidad Inca Garcilaso de La Vega. <http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/1548>
- Sánchez, R., & Calleja, N. (2021). Adaptación y validación de la Escala de Satisfacción con el Apoyo Recibido de la Pareja y diseño y validación de la Escala de Disposición a Recibir Apoyo Social. *Revista Costarricense de Psicología*, 40(1), 37-59. https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S1659-29132021000100037script=sci_arttext
- Smith, R., Killgore, W., & Lane, R. (2018). The structure of emotional experience and its relation to trait emotional awareness: A theoretical review. *Emotion*, 18(5), 670. <https://doi.org/10.1037/emo0000376>
- Stange, I., Ortega, A., Moreno, A., & Gamboa, C. (2017). Aproximación al concepto de pareja. *Psicología para América Latina*, 29, 7 -22. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psilat/n29/a02n29.pdf>
- Sveningsson, M. (2002). Cyberlove: Creating romantic relationships on the net. En J. Fornäs, K. Klein, M. Ladendorf, J. Sundén, & M. Sveningsson (Eds.), *Digital borderlands: Cultural studies of identity and interactivity on the internet* (pp. 79-111). <https://www.diva-portal.org/smash/record.jsf?pid=diva2%3A591610dswid=4757>
- Urbano, A., Iglesias, M., & Martínez, R. (2019). Diseño y validación de la Escala de Tiempo Compartido en la Pareja (TCP). *Psychology, Society & Education*, 11(2), 165-175. <https://doi.org/10.25115/psye.v11i2.1909>
- Vaterlaus, J., Shaffer, T., & Pulsipher, L. (2021). College student interpersonal and institutional relationships during the COVID-19 pandemic: A qualitative exploratory study. *The Social Science Journal*, 1(1), 1-14. <https://doi.org/10.1080/03623319.2021.1949553>
- Villavicencio, C., & Jaramillo, J. (2020). Desgaste emocional en la convivencia afectiva de pareja. *Revista de Investigación en Ciencias Sociales y Humanidades*, 7(1), 58-66. <http://dx.doi.org/10.30545/academo.2020.ene-jun.6>
- Villegas, M., & Mallor, P. (2017). *Parejas a la carta: Las relaciones amorosas en la sociedad postmoderna*. Herder.

