



VIGILADA MINEDUCACIÓN Res. 12220 de 2016

**LA SALIDA DE LOS HIJOS DEL HOGAR Y SU IMPACTO EN LA PERCEPCIÓN DE VIDA
EN PAREJA**

Luz Estela Jiménez Espinosa

Sandra Patricia Daza Gómez

PONTIFICIA UNIVERSIDAD JAVERIANA
FACULTAD DE HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES
MAESTRÍA EN FAMILIA
SANTIAGO DE CALI, ENERO 2023

**LA SALIDA DE LOS HIJOS DEL HOGAR Y SU IMPACTO EN LA PERCEPCIÓN
DE VIDA EN PAREJA**

Luz Estela Jiménez Espinosa
Sandra Patricia Daza Gómez

DIRECTOR:

Marlon Antonio Niño Valencia
Psicólogo, Magister en familia

PONTIFICIA UNIVERSIDAD JAVERIANA
FACULTAD DE HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES
MAESTRÍA EN FAMILIA
SANTIAGO DE CALI, ENERO 2023

ARTICULO 23 de la Resolución No. 13 del 6 de Julio de 1946, del Reglamento de la Pontificia Universidad Javeriana.

“La Universidad no se hace responsable por los conceptos emitidos por sus alumnos en sus trabajos de Tesis. Solo velará porque no se publique nada contrario al dogma y la moral católica y porque las Tesis no contengan ataques o polémicas puramente personales; antes bien, se vea en ellas el anhelo de buscar la Verdad y la Justicia”.

Agradecimientos

A Dios, a nuestros hijos y a nuestras familias,
por convertirse en ese impulso diario
para llegar a la meta.

Tabla de contenido

	Página
1. Introducción	9
2. Método.....	42
2.1. Participantes.....	43
2.2. Instrumento	43
2.3. Procedimiento	44
2.4. Consideraciones éticas	46
3. Resultados.....	48
3.1. Caracterización de las parejas participantes	48
3.2. Las entrevistas	53
4. Discusión.....	65
Referencias	77
Anexos	89

Lista de anexos

Anexo A: Consentimiento informado.....	84
Anexo B: Cuadro de categorías de análisis	85
Anexo C: Validación de instrumento por jueces expertos.....	93
Anexo D: Guía de entrevista semiestructurada	95

Resumen

La presente investigación cualitativa, de tipo fenomenológico y con diseño descriptivo, pretendió comprender conjuntamente con 3 parejas heterosexuales de la ciudad de Cali, las pautas relacionales establecidas posterior a la etapa del ciclo vital familiar, salida de los hijos del hogar, y el impacto en la percepción de su vida en pareja. Se utilizó como instrumento de recolección de información, la entrevista semiestructurada, basada en tres categorías de análisis: pautas relacionales, ciclo vital familiar y vida en pareja. La recolección de información y su análisis se desarrolló en cuatro momentos: el primero fue de pilotaje, donde se realizaron ajustes pertinentes al instrumento de entrevista; el segundo fue de exploración, en el que se estableció contacto con las parejas participantes; el tercero fue de ejecución, donde se logró establecer diálogos generativos con las parejas, y el cuarto momento se basó en el procesamiento de la información recolectada a partir de la categorización manual de las entrevistas y la revisión de resultados, a través de la técnica de análisis temático.

Entre los principales resultados se encontró que la salida de los hijos del hogar impactó en la vida de los participantes tanto a nivel individual como en pareja, percibiéndose en las madres sentimientos de tristeza, sensación de vacío y nostalgia por la ausencia de los hijos del hogar; mientras que los padres expresaron sentimientos de gratitud y satisfacción por el deber cumplido en su rol parental. A su vez, se observó que el impacto de la salida de los hijos del hogar en su percepción sobre la vida en pareja fue el poder asumir dicha crisis normativa de manera conjunta, reconociendo que fue un momento que los movilizó al reencuentro para la construcción de dinámicas cotidianas más cercanas.

Palabras clave: Pareja, pautas relacionales, ciclo vital, salida de los hijos del hogar, vida en pareja.

Abstract

The present qualitative research, of a phenomenological type and with a descriptive design, sought to understand together with 3 heterosexual couples from the city of Cali, the relational patterns established after the stage of the family life cycle, the departure of the children from the home, and the impact on the perception of their life as a couple. The semi-structured interview was used as an information collection instrument, based on three categories of analysis: relational patterns, family life cycle and life as a couple. The collection of information and its analysis took place in four moments: the first was piloting, where pertinent adjustments were made to the interview instrument; the second was an exploration, in which contact was established with the participating couples; the third was of execution, where it was possible to establish generative dialogues with the couples, and the fourth moment was based on the processing of the information collected from the manual categorization of the interviews and the review of results, through the technique of thematic analysis. Among the main results, it was found that the departure of the children from the home impacted the lives of the participants both individually and as a couple, perceiving in the mothers feelings of sadness, a feeling of emptiness and nostalgia due to the absence of the children from the home, while the parents expressed feelings of gratitude and satisfaction for the duty fulfilled in their parental role. In turn, it was observed that the impact of the departure of the children from the home on their perception of life as a couple was being able to assume this normative crisis jointly, recognizing that it was a moment that mobilized them to reunite for the construction of closer daily dynamics.

Key words: Couple, relational patterns, life cycle, children leaving home, life as a couple

1. Introducción

A raíz de la revisión de estudios preliminares, se identificó que a nivel investigativo, se ha indagado de manera importante sobre las familias y sus dinámicas, como es el caso del momento de la salida de los hijos del hogar, sin embargo, se percibe que hay algunos vacíos en la indagación del impacto de este suceso en la vida en pareja. Lo anterior, gestó el interés de investigar sobre esa experiencia de vida en parejas heterosexuales, cuyo último hijo haya partido del hogar, en un periodo no menor a un año, teniendo en cuenta que algunos autores lo han llamado el “nido vacío” o la etapa de la emancipación de los hijos, refiriéndose al momento en que el último hijo sale del hogar (Carmona et al., 2008).

Se hace relevante entonces comprender qué se suscita durante esta etapa de transición familiar, y si esto causa o no cambios en el relacionamiento como pareja, ya que como menciona Minuchin (1974), la familia debe adaptarse y reestructurarse en cada uno de los periodos del desarrollo que este autor definió como stress en los momentos de transición familiar, y para ello se requiere de acomodaciones mutuas y continuas. Por ejemplo, en el periodo en el que los hijos salen del hogar, reaparece la unidad original de marido y mujer, aunque en circunstancias diferentes con las que inició la vida en pareja. Por lo tanto, esto constituye un desafío para la pareja (p.53).

Por otra parte, en el artículo “Cuando los hijos se van”, los autores Sanz y Repiso (2017), indican que la emancipación de los hijos corresponde a una de esas etapas evolutivas que hacen “tambalearse” la familia, reduciendo el hogar a los cónyuges, o al padre o madre solos. De allí a que se le llame etapa de nido vacío, en la que se hace alusión a ese momento del ciclo vital de la familia en el que los hijos salen del hogar para vivir independientemente de los padres.

A esta serie de síntomas suelen llamarle “síndrome de nido vacío”, que tiende a ser experimentado de manera diferente por madres y padres de acuerdo a la realidad familiar y personal, es por esto que no se debe encasillar como una situación exclusiva del género femenino, pues al respecto los autores indican que “el desequilibrio emocional motivado por la marcha de los hijos no depende del hecho de ser hombre o mujer, sino de los recursos con los que contamos para afrontar ese momento vital. Las inquietudes individuales, la vida social, el apoyo de la pareja, de la familia, los amigos etc., cobran en estos momentos especial importancia” (Sanz y Repiso, 2017, p. 4).

La respuesta de cada uno depende de su forma de vida, por ejemplo, los padres y madres que han pasado mayor tiempo por fuera de casa, dedicados a sus trabajos, profesiones y etapa productiva, logran sobrellevar esta etapa con menos dificultad; mientras que las madres dedicadas por completo al cuidado de sus hijos y las labores del hogar suelen experimentar este momento de vida como una pérdida de su identidad, sintiéndose angustiadas, desorientadas y muy tristes. No obstante, hay también mujeres que se han sumergido en la crianza de sus hijos, y cuando el último de éstos logra volar del nido, a la par que sienten nostalgia, también vivencian de alguna forma liberación y descanso, por el deber cumplido y el tiempo merecido que tendrán para ellas (Carmona et al., 2008).

Algunas investigaciones han evidenciado que el tránsito por el nido vacío podría aumentar el riesgo de la disolución de la relación conyugal; por ejemplo, Filipi (2021) en su artículo ¿Por qué muchas parejas se separan después de una vida juntos?, hace referencia a los datos del INE (Instituto Nacional de Estadística de España) en el que se mostró cómo de 95.320 divorcios, un poco más de 30.000 corresponden a personas de la adultez media, quienes han convivido por más de 20 años. Ante estas cifras se menciona que uno de los momentos en que suceden estas separaciones, es cuando los hijos se van del hogar y aparecen vacíos en la relación de pareja que por largo tiempo no han sido llenados.

A su vez, Martin (2021), explica que las parejas maduras que se separan tienen en común la falta de comunicación y una pérdida de lugar en relación con la vida en pareja, dado a que habían creado una expectativa del momento de la salida de los hijos y cuando este llega, se dan cuenta que a su lado hay una persona desconocida, se ha olvidado la razón de estar juntos y se ha olvidado como se vive en pareja. De igual manera, Flanigan (2021), en su artículo cinco razones por las que se desintegran matrimonios de muchos años hablan del tránsito por el nido vacío, mencionando el caso de un hombre cuyo matrimonio tenía 24 años, pero al partir sus dos hijas de su lado, se dio cuenta de que la relación de pareja se sostenía sólo alrededor de la crianza de sus hijas, y al no estar éstas, la relación perdía sentido, porque como pareja llevaban mucho tiempo viviendo vidas separadas.

Esta etapa del ciclo vital familiar puede representar una disolución de la relación de pareja o tal vez una oportunidad para reencontrarse y generar nuevas pautas de interacción que sostengan la relación y se emprendan nuevos proyectos de vida.

Por lo tanto, en el presente estudio se consideró importante reconocer el impacto sobre la vida en pareja, al vivenciar la etapa de la salida de los hijos del hogar. De tal modo se planteó la siguiente pregunta de investigación:

¿Cómo impacta el tránsito por la etapa del ciclo vital familiar salida de los hijos del hogar, la percepción de la vida en pareja y las pautas relacionales, de tres parejas heterosexuales de la ciudad de Cali?

En consecuencia, el objetivo general del estudio fue: comprender conjuntamente con 3 parejas heterosexuales de la ciudad de Cali, las pautas relacionales establecidas posterior a la etapa del ciclo vital familiar salida de los hijos del hogar, y el impacto en la percepción de su vida en pareja. Como objetivos específicos se propusieron:

- Identificar las pautas relacionales en cuanto a emociones, presentes en la relación de pareja, posterior al tránsito por la etapa del ciclo vital familiar, salida de los hijos del hogar.
- Reconocer las pautas relacionales, en cuanto a atribución de significados y creencias en torno al rol de vida en pareja, posterior a la etapa del ciclo vital familiar salida de los hijos del hogar.
- Indagar acerca de cuáles han sido los cambios de la vida en pareja, con relación a mutuo apoyo, intimidad, comunicación y afecto, posterior a la salida de los hijos del hogar.
- Fomentar la co-construcción de narrativas frente a las pautas relacionales y percepción de la vida en pareja.

Después de realizar una revisión detallada de investigaciones asociadas con dinámicas relacionales de parejas en la adultez media, ante la salida de los hijos y el impacto en la percepción de su vida en pareja, a continuación, se presenta información sobre cada estudio, considerada pertinente para la presente investigación.

Para iniciar, se abordaron investigaciones de tipo internacional, como fue el estudio denominado análisis del ciclo vital de la estructura familiar y sus principales problemas en algunas familias mexicanas. El autor Montalvo et al. (2013), planteó una investigación descriptiva de diseño no experimental, basado en entrevistas semiestructuradas a través de las cuales buscaron identificar cuatro factores: estructura, características socioculturales, principales problemas y síntomas, y principios claves, dichas entrevistas fueron aplicadas a cuatro familias en diferentes etapas de su ciclo vital.

El objetivo fue identificar y describir cuáles eran los principales problemas que aquejaban a la población mexicana que asistía a terapia, de acuerdo con la etapa de ciclo vital

en la que se encontraban y las características de la estructura familiar. Como resultado encontraron que la estructura no representa diferencias que se atribuyan al número de miembros que la forman, sino que éstas se hacen presentes en cuanto a los patrones de funcionalidad característicos de cada etapa del ciclo vital de la familia.

De otro lado, se revisó la tesis de licenciatura en psicología denominada, satisfacción marital de parejas que atraviesan la etapa de nido vacío, por Enríquez Grijalba (2014), en la que abordó la etapa de nido vacío y sus consecuencias en la vida marital. La autora se planteó como objetivo principal conocer si las parejas tenían o no satisfacción marital en la etapa de nido vacío. Para su desarrollo, se enfocó en una población de 25 parejas, pertenecientes a la iglesia de la sagrada familia de la ciudad de Quetzaltenango en Guatemala, aplicó como instrumento metodológico, una encuesta de 16 preguntas cerradas. Como resultado obtuvo que un 90% de la población encuestada se siente satisfecha con su matrimonio, mientras que el 10% no lo estaba. La conclusión global a la que llegó la autora fue que, para que las parejas logren afrontar dicha etapa de una manera gratificante y establecer un matrimonio en armonía, deben buscar apoyo psicológico.

Por su parte, en el estudio titulado: satisfacción marital en parejas en etapa de formación y nido vacío, realizado por Carrera Girón (2017), en la Universidad Rafael Landívar de Guatemala. El objetivo fue conocer la satisfacción marital en parejas en etapa de formación y nido vacío, se realizó a través de la aplicación de la Escala de Satisfacción Marital ESM, de Pick y Andrade (1988), citado por Valdez (2006), en las parejas en etapa de formación y nido vacío. Los resultados arrojaron que la satisfacción marital en los hombres es mayor que en las mujeres sin importar la etapa o ciclo vital, resultados que concuerdan con lo aseverado por Pick y Andrade (1988).

Las parejas del nido vacío compartían más tiempo juntos que los de la etapa de formación, por otro lado, se concluyó que la frecuencia de las relaciones sexuales no muestra

cambios en ambas etapas, se presentan en un promedio de 1 a 4 encuentros por semana. Las parejas en etapa de nido vacío reportaron que el esposo es el que toma la iniciativa para tener relaciones sexuales; en la etapa de formación ambos cónyuges dan paso a iniciar las relaciones.

A su vez, en la tesis síndrome del nido vacío: ¿qué pasa cuando los hijos se van?, realizada por la autora De Miguel (2015), en la Universidad de Aconcagua en Mendoza, Argentina, quien evidenció un significativo recorrido histórico sobre lo que ha sido la evolución de la pareja y el matrimonio a lo largo del tiempo. El objetivo general de este estudio fue describir cuáles son las crisis y cambios por los que atraviesa la pareja a través del ciclo vital. La autora se basó en un enfoque cualitativo e interpretativo, con diseño de tipo narrativo guiado por experiencias e historias de vida de participantes mayores de 50 años, con 30 años o más en relación de pareja y que no convivan con ningún hijo. Se empleó como instrumento la entrevista semi estructurada y se aplicó a 4 parejas, que cuentan con un nivel socioeconómico de clase media, de igual manera se realizó de manera individual la aplicación de la técnica de redes semánticas naturales, en la cual se pedía que definieran con pocas palabras ¿qué le significó la salida de los hijos del hogar?

La autora destacó que los resultados más relevantes de la investigación mostraron que la etapa del nido vacío se presentó como una modificación de la cotidianidad de la pareja, generando cambios en proyectos individuales y compartidos. Se encontraron marcadas diferencias en las vivencias de hombres y mujeres, pero pese a que hay una tendencia alta a que las mujeres consideren esta etapa como una pérdida en sus vidas, también llamó la atención que, para algunas de las participantes, también representó un período feliz y productivo, dado que podían dedicar más tiempo a otros ámbitos de su vida que pueden haber quedado relegados, viendo esta etapa también como una oportunidad.

En otro estudio denominado el síndrome de nido vacío en padres y madres, realizado en la universidad Rafael Urdaneta, Venezuela, se encuentra que Rondón y Lozada (2014), plantearon una investigación de tipo descriptiva de diseño no experimental. Los investigadores se basaron en una entrevista estructurada las cuales fueron aplicadas a 114 personas de la fundación Misión Madres del sector Gaitero. En esta investigación se planteó como objetivo identificar la existencia o no, de manifestaciones del síndrome del nido vacío en padres y madres. Como resultado encontraron que no hay manifestaciones del síndrome del nido vacío en cuanto cambios psicológicos, emocionales y de comportamiento, aunque las autoras concluyeron que posiblemente estos resultados se debieron a que se realizaron en un estrato socioeconómico bajo y que los hijos al salir de sus hogares se instalan muy cerca de sus padres.

Por su parte, en aspectos de la vida en pareja como es la satisfacción sexual, los autores Pérez et al. (2017), llevaron a cabo un estudio en el Centro de estudios e investigaciones para el desarrollo docente A.C., de México, en la ciudad de San Francisco de Campeche, titulado: Bienestar psicológico y satisfacción sexual en personas de 40 a 70 años de edad, se estableció como objetivo general identificar las diferencias en la satisfacción sexual y el bienestar psicológico en personas de 40 a 70 años de edad, al igual que la relación entre estas dos variables. El método que utilizaron fue experimental y transversal y se trató de un estudio correlacional porque describió la interacción entre dos variables principales, y de tipo descriptivo, dado a que se indagó sobre la incidencia y los valores con los que se manifiestan estas variables.

Se trabajó con parejas en edad media (40-59 años) y en edad tardía (60 a 69 años), y estas etapas se definieron de acuerdo con los estadios de Erik Erikson (Papalia et al.,2001) citado por Pérez et al, (2017). Contaron con 150 parejas participantes con más de 15 años de relación. Entre los principales hallazgos, se identificó que las parejas del grupo de edad adulta

tardía (60-69 años) contaban con mayor bienestar subjetivo y material con respecto a las parejas de los grupos 1 y 2. De otro lado, las parejas de edad media (40-49 años), contaban con mayor bienestar de pareja, en comparación a las parejas del G2 y G3, esto debido a que las parejas del G2 se encontraban en un periodo de transición viviendo el temor a ser viejos y el G3 estaban en declive, mientras que el G1 se sentían más vitales y enérgicos para compartir diferentes actividades.

Por otro lado, se halló que la satisfacción sexual en la mayoría de parejas, no es sólo el resultado del deseo sexual (coito), sino que es un concepto que incluye diversidad de factores que ayudan al funcionamiento de la pareja como el afecto, las caricias, palabras positivas; así mismo se determinó que pese a que en las parejas en edades más tardías la frecuencia de los encuentros sexuales disminuye por factores fisiológicos especialmente, no significa que sea un factor que deja de ser importante, por el contrario toma incluso mayor fuerza y sentido.

Continuando con investigaciones internacionales, Castro (2020), en su estudio realizado en la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas, denominado: Vínculo afectivo en parejas de adultos mayores de Lima y Callao, se planteó como objetivo describir la manera en la que se manifiesta el vínculo afectivo en estas parejas. El estudio fue de tipo cualitativo de diseño fenomenológico. La población participante fueron 8 parejas de adultos mayores entre 60 y 86 años, casados y en convivencia, cuyos hijos ya han salido del hogar. Para la recolección de información utilizaron la técnica de entrevista semiestructurada, realizada de manera individual a cada miembro de la pareja.

Como parte de sus hallazgos se encontró, que el vínculo afectivo en pareja depende de cómo se ha construido y transformado en el tiempo, lo que en su vida actual determina la calidad de la relación; así entonces, las parejas que han establecido un vínculo afectivo soportado en el amor, refirieron que perciben que su amor se ha fortalecido por el paso de los

años, y se consolida con expresiones de afecto y emociones, comunicación, interés por el otro y confianza, lo que los hace sentir satisfechos con su relación. Mientras que otro grupo de parejas, manifestaron que su vínculo de pareja se ha soportado en la necesidad de compañía para afrontar la vejez de manera conjunta, entrando en juego la costumbre y el temor a quedar solo en edad avanzada.

Siguiendo con investigaciones acerca de las dinámicas afectivas de relaciones en adultos maduros, se encontró la realizada en la Universidad Austral de Buenos Aires, Argentina, por Touceda (2018), quién indagó acerca de la “dinámica afectiva en adultos maduros entre 55 y 65 años”, el objetivo primordial fue describir la dinámica afectiva en una población de adultos maduros argentinos, entre 55 y 65 años. Se trató de un estudio de tipo exploratorio, descriptivo y transversal, el cual contó con la participación de 15 adultos maduros argentinos, entre las edades de 55 a 65 años, de ambos sexos, con similitud sociodemográfica: edad, estado civil y profesión. Utilizando como instrumentos el test de Rorschach y el Test de dos personas.

El resultado global al que se llegó en este estudio fue que la mayoría de adultos maduros suelen transitar por una serie de pérdidas como el nido vacío, la jubilación, declive físico y cognitivo, que les genera crisis, experimentando con mayor intensidad la sensación de poseer gran energía vital para realizar actividades de interés, pero descubren que a nivel físico no van al mismo nivel, lo que los lleva a sentir preocupación y estrés al pensar en el vínculo de pareja, desencadenando formas de actuar autoritarias y dificultades en la expresión de sus sentimientos.

Por su parte, Casapia (2018), a través de la investigación: “empatía cognitiva afectiva y estilos de comunicación”, desarrollada en la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa, Perú; el objetivo del estudio fue determinar la relación entre la capacidad empática y las estrategias de comunicación, en personas con problemas conyugales.

Esta investigación fue de tipo descriptivo, con un diseño transversal, descriptivo y relacional. La población participante fueron 64 personas de ambos sexos, que asistían al Centro Especializado de José Luis Bustamante y Rivero de Arequipa, por problemas conyugales, que llevaran más de dos años de convivencia. Como instrumentos se utilizaron el test de empatía cognitiva y cuestionario de Aserción en la pareja.

En los resultados se logró identificar la relación entre la empatía cognitiva afectiva y los estilos de comunicación, en el como la persona evalúa su comportamiento ante situaciones de conflicto conyugal, de acuerdo a las dimensiones de comprensión emocional: los participantes denotaron un pensamiento flexible; comunicación agresiva: los participantes manifestaron como conocen los distintos estadios emocionales de sus parejas, lo que les permite identificar con facilidad cuando presentan alguna reacción agresiva; estrés empático: Los participantes reconocieron momentos de influencia negativa hacia sus parejas con respecto a algunas conductas emotivas; agresión pasiva: Se trata de esos momentos en los que uno de los miembros reconoce estados débiles de su pareja y toma ventaja de ello para beneficio propio.

También se encontró el cómo la persona evalúa al cónyuge, relación entre la adopción de la perspectiva, que se trata de la disposición para escuchar y comprender al otro, y la aserción, donde la otra persona logra sentirse validada por la pareja y le permite expresarse abiertamente; mientras que, en la sumisión, la pareja siente que sus pensamientos y emociones son inhibidos y limitados hacia la voluntad del otro.

De otro lado, Rodríguez et al. (2018), a través de su investigación: satisfacción familiar, comunicación e inteligencia emocional, realizada en la Universidad de las Palmas de Gran Canaria, España, mostró la importancia de la afiliación en los niños, la relación de pareja y su influencia para satisfacer las necesidades básicas, basándose en el modelo de inestabilidad familiar, cuyos objetivos fueron: Primero, conocer si las variables familiares

interrelacionadas entre sí en dicho modelo (estrés familiar, comunicación familiar, los recursos familiares, satisfacción familiar e inestabilidad marital) pueden relacionarse con la inteligencia emocional. Segundo, obtener interacciones al aplicar la satisfacción como variable dependiente y lograr predecirla con regresiones múltiples y el modelo resultante del estudio. La muestra fue de 96 personas, cuyos criterios de inclusión fueron la pertenencia a grupo familiar y sin dificultad cognitiva.

Se halló que la comunicación familiar, los recursos familiares y la inteligencia emocional se correlacionan positivamente con satisfacción familiar, en cambio la inestabilidad y estrés se correlaciona negativamente con la satisfacción familiar.

A su vez, Carstensen et al. (1995), a través de su investigación “emotional behavior in long-term marriage” (comportamiento emocional en el matrimonio, a largo plazo), llevado a cabo en Berkeley California, Estados Unidos, presentó mediante un estudio descriptivo observacional transversal, una codificación sistemática de 156 parejas escogidas aleatoriamente, para conocer el comportamiento emocional de cónyuges de edad mediana y mayor ante un problema marital, estudiando finalmente la satisfacción. El objetivo del estudio fue explorar la diferencia en la expresión emocional en las relaciones íntimas del matrimonio de mediana y mayor edad como también comprobar que la influencia de género y satisfacción conyugal en la interacción emocional en parejas jóvenes casadas se presentaba también en las parejas medianas (al menos 15 años de casados) y mayor edad (35 años de casados).

El estudio se basó en el análisis de interacciones grabadas en video de parejas discutiendo conflictos de sus relaciones, se hicieron 3 entrevistas sobre eventos del día. Se evaluó el contenido mediante un equipo de codificadores que utiliza el Sistema de Codificación de Afecto Específico. En los resultados se evidenció que las parejas mayores eran más afectuosas, que las medianas, tenían mayor interés, humor y beligerancia que las

mayores. En comportamiento de hablantes, las esposas eran más emocionales (ira, alegría, llanto y tristeza) que los esposos, estos últimos estaban más a la defensiva. En el comportamiento oyente, los esposos eran neutros, las esposas más positivas o negativas. En satisfacción por cónyuge, las esposas eran más emocionales que los esposos en relaciones de insatisfacción, y ambos neutros en relaciones de satisfacción.

No hubo diferencia de edad en el comportamiento de los oyentes en edad mediana o adulta. En término de satisfacción las parejas felices tenían afecto positivo, neutrales, divertidos y afectuosos. En cambio, las infelices tenían mayor afecto negativo, dominantes, beligerantes, despectivas y tristes. En cuanto parejas mayores infelices, demuestran menos patrones negativos que las de mediana edad. Finalmente, en matrimonios mayores, la resolución de conflictos importantes fue menor desde emociones negativas y más afectivo que los matrimonios de mediana edad.

Otro de los estudios examinados, se denominó apego y satisfacción afectivo-sexual en la pareja, realizado por Ortiz et al. (2002), de la Universidad del País Vasco, y propuso analizar la capacidad predictiva de la historia afectiva en la seguridad del apego en la etapa adulta, y en segunda medida, analizó las relaciones existentes entre los patrones de apego, la expresión emocional, la satisfacción sexual y el ajuste diádico en las relaciones de pareja.

Se contó con la participación de 206 parejas, procedentes de Salamanca, Málaga y San Sebastián, quienes comprendían edades entre los 19 y 62 años. Los instrumentos utilizados fueron: datos sociológicos generales y escalas como estilos de apego actual, escala de ajuste diádico, escala de expresión emocional de Guthrie, historia de apego con el padre y con la madre y satisfacción sexual en la pareja.

En cuanto a los resultados, se encontró que la calidez afectiva de la madre en la infancia correlaciona de manera moderada con un estilo de apego seguro en la vida adulta tanto en hombres como en mujeres, mientras que con el estilo ambivalente en mujeres y con

el estilo evitativo en hombres, lo hace negativamente. De otro lado, la calidez afectiva del padre no se muestra como una variable con capacidad predictora sobre los patrones de apego en la etapa adulta. En cuanto a la expresión emocional, se halló que los hombres que contaban con un estilo de apego seguro tendían a expresar con mayor facilidad sus emociones en la relación de pareja. mientras que los ansioso ambivalentes les ocurrió lo contrario; no obstante, en el caso de las mujeres, la expresión emocional no tiene relación directa con el estilo de apego actual.

A su vez, Walker y Luszcz (2009), en su estudio *the health and relationship dynamics of late-life couples: a systematic review of the literature* (la salud y la dinámica de las relaciones de parejas en la vejez: un análisis sistemático revisión de la literatura), desarrollado en la Universidad de Cambridge, Reino Unido, realizaron una revisión sistemática, basada en estudios de parejas mayores de 65 años, que incluyó cambios en la dinámica familiar (cambios en la salud, transiciones, comportamientos de salud; abordando parejas heterosexuales, revisión de literatura anglosajona.

Reunificaron los tipos de estudios y obtuvieron conclusiones grupales de 3 componentes, satisfacción y relación marital donde encontraron que los problemas relacionados con las actividades de ocio, la intimidad o la comunicación fueron las principales dificultades informado por parejas de ancianos. Comprobaron que las esposas se quejan más del comportamiento personal del marido, los esposos se quejan más de problemas financieros. Por otra parte, en cuanto a la interacción entre estado emocional y salud física, encontraron concordancia entre el patrón emocional y el riesgo de enfermedades crónica o el fumar o beber.

Avanzando con la revisión de antecedentes sobre el tema de interés, se expone a continuación algunos encontrados en el contexto nacional:

En primer lugar, se halló a Carmona et al. (2008), con el estudio: estilos vinculares y afrontamiento de la pareja en la transición del nido vacío, de la Universidad Piloto de Colombia, Bogotá D.C., en el que planteó como objetivo principal identificar la vivencia y el afrontamiento de la transición del nido vacío por parte de cada miembro de la pareja, a partir de aspectos como la perspectiva del ciclo vital, estilos de apego, sentimientos ante el nido vacío y las formas de afrontamiento. La investigación fue de tipo cualitativo, comprensivo e interpretativo. La metodología utilizada por las autoras se basó en la ejecución de entrevistas a profundidad de corte fenomenológico.

Los participantes fueron tres parejas de la ciudad de Bogotá, con matrimonio legalmente constituido, rango de edad entre 50-70 años, entre 10 a 15 años de casados, nivel educativo bachiller, y que el último año ya no quedara ningún hijo en el hogar. En los principales hallazgos de la investigación, se encontró una importante influencia del estilo de apego en el afrontamiento de esta transición del ciclo vital, predominando el apego seguro en los hombres, mostrando características como: bajos niveles de ansiedad, confianza en sí mismos, sentimientos de seguridad y aceptación de las diferencias, lo que les ayudó a afrontar esta vivencia asumiéndola como una oportunidad; mientras que en las mujeres se evidenció un estilo de apego ansioso-ambivalente, asociado a conductas como: preocupación excesiva, altos niveles de ansiedad, contando así con menores recursos internos para afrontar la transición a la que se enfrentaba la familia.

En la investigación titulada: la conyugalidad como muestra de transformación, llevada a cabo por Gómez Castillo (2010), en la Universidad de San Buenaventura, Bogotá; se revisó de manera importante, las transformaciones que se han dado en el concepto de conyugalidad a lo largo del tiempo, para lo cual se basó en el concepto de matrimonio y conyugalidad dado por Mendoza y Napoli (1990), como “la unión entre dos o más individuos que comparten

relaciones maritales socialmente aceptadas, que tienden a variar de acuerdo con la cultura y con las normas y acuerdos sociales establecidos” (p. 207).

Con base en lo anterior, la autora planteó como objetivo en esta investigación, identificar, analizar y comparar los cambios psicosociales que se han dado en el concepto de conyugalidad de forma intergeneracional, para ello se basó en un tipo de estudio longitudinal-exploratorio, con metodología de corte cualitativo. Los participantes del estudio fueron 6 parejas, entre los 27 y los 83 años de edad.

Para esta selección tuvo en cuenta el modelo conyugal, los años de matrimonio y que residieran en la ciudad de Cali (lugar donde aplicó los instrumentos). Para la recolección de información se utilizó como instrumento, la entrevista a profundidad, que analizó a la luz de tres categorías: 1. Concepto de conyugalidad, 2. Religiosidad, 3. y Estructura familiar.

Entre los hallazgos globales del estudio, destacó que la conyugalidad se ha transformado debido a cambios en el cuidado de los hijos y la reproducción, participación de la mujer en campos que antes eran solo masculinos, avances de la medicina y sus implicaciones en el cuerpo de la mujer, entre otros.

Por su parte, en el artículo percepciones, acciones y claves del amor sólido en parejas de las diversas etapas de la adultez realizado por Ángulo et al. (2016), de la Institución Universitaria de Envigado, departamento de Antioquia, Colombia, se mostraron las percepciones del amor sólido en cada una de estas etapas y lo que genera estabilidad y permanencia en una pareja.

El estudio se basó en una metodología cualitativa y una perspectiva descriptiva hermenéutica, contando con la participación de 15 parejas heterosexuales, de diferentes estratos socioeconómicos de la ciudad de Bogotá, con edades entre 20 y 60 años; se realizaron entrevistas semiestructuradas. Se basó en tres categorías de análisis: 1.

Percepciones del amor, 2. Características activas o voluntarias y pasivas o afectivas del amor, 3. Construcción de vida en común en parejas de edad adulta.

Entre los principales resultados del estudio, se halló que en la adultez temprana hay poca vivencia de cualidades del amor como la paciencia y el perdón, a su vez, las claves que se identificaron para que el amor sea sólido es la aceptación del otro, salir de la rutina, actos de servicio y sostener una relación cercana con Dios.

En la adultez intermedia la clave para que el amor se incremente y sea sólido es la calidad de tiempo compartido. Finalmente, en la adultez tardía se encontró que las siete características activas o voluntarias del amor están presentes, por lo que el amor sólido en esta etapa involucra de manera especial los sentimientos del otro, la fidelidad, el compromiso, los sueños y la administración de las finanzas.

De igual manera, Ríos Castillo (2015), en la tesis titulada acompañamiento psicosocial en el proceso de transición del nido vacío, llevada a cabo en la Universidad Pontificia Bolivariana, de la ciudad de Bucaramanga, Colombia; planteó el análisis de la etapa del nido vacío mediante la ejecución sistemática. La metodología utilizada fue la búsqueda y revisión bibliográfica frente al constructo de la transición del nido vacío, teniendo en cuenta planteamientos en relación con la etapa del ciclo vital y a los siguientes aspectos: perspectiva familiar y ciclo vital, conceptualización y sentimientos generados en la etapa del nido vacío. Como hallazgo principal, se destacó la importancia del acompañamiento psicosocial, como esa relación que se construye entre un profesional, familiares o red social y la pareja, quienes presentan necesidad de atención, escucha y apoyo, ante los cambios emocionales que vivencian por la salida de los hijos del hogar.

Por otro lado, en el estudio realizado por Andrade y Beltrán (2020), en la Universidad de San Gil, Santander, titulado: estilos de afrontamiento de parejas adultas del municipio de San Gil- Santander ante el fenómeno del nido vacío, se propuso el objetivo de analizar los

estilos de afrontamiento de parejas adultas del municipio de San Gil, ante el fenómeno del nido vacío. Se realizó una investigación de tipo cualitativo e interpretativo con orientación fenomenológica y se utilizó como instrumento la entrevista multidimensional. También encontraron en categorías como el rol parental una actitud de resignación, en el vínculo conyugal se encontraron características en relación a gozar el tiempo con sus cónyuges, en cuanto a la dimensión de proyecto de vida se encontró una focalización en actividades de ocio, emprendimiento de nuevos proyectos y búsqueda de conexión espiritual que aminoren el estrés y por último en la dimensión de las relaciones externas a la familia se concluyó que no se cuentan con apoyo externo ni de instituciones que ayuden a sobrellevar este tránsito por el nido vacío.

Finalmente, en el contexto local, se halló como relevante el artículo: experiencias de parejas sobre vivir feliz en pareja, realizado por las autoras Acevedo y Restrepo (2010), como producto de la segunda fase de investigación: “parejas satisfechas de larga duración en la ciudad Santiago de Cali, Colombia”, realizada por Acevedo, Restrepo y Tovar, (2007).

El objetivo de este estudio fue generar una indagación reflexiva grupal para evaluar la cartilla “vivir feliz en pareja” de Acevedo y Restrepo, (2008), revisando su utilidad para el enriquecimiento de la vida conyugal y su aporte para la creación de nuevos materiales de apoyo para el trabajo psicoeducativo con parejas. Las autoras resaltaron que, en la realización de este estudio, identificaron que en la literatura científica colombiana, hay escasa producción intelectual sobre la satisfacción marital y las experiencias positivas de vivir en pareja, lo que le otorga importante valor al trabajo que se viene realizando en la Universidad Javeriana Cali, desde los diferentes grupos de investigación en la facultad de humanidades y Ciencias Sociales.

Las experiencias sobre vivir feliz en pareja que se tuvieron en cuenta en este estudio, forman parte de un grupo de 50 parejas que participaron en la primera investigación de esta

línea en el año 2007, en el que las parejas resaltaron 6 temas básicos que se detallan en la cartilla: creencias y costumbres, legados familiares, educación y crianza de los hijos, asuntos financieros, expresión de afecto y manejo del tiempo libre; al respecto las autoras indicaron que “estos son asuntos que afrontan las parejas de manera idiosincrática según se haya logrado concertar las diferencias, aceptar al otro como un auténtico otro, validar las diferencias como fuente de crecimiento, reconocer la importancia del disenso, como punto para fortalecerse como diada, darle un valor a los problemas como fuente de oportunidad” (Hernández, 1997; Hidalgo y Menéndez, 2003).

El método utilizado para esta evaluación fue el estudio cualitativo, con la participación voluntaria de 12 parejas, en la adultez media, con estudios universitarios, estrato económico medio alto, que habían hecho parte de la fase I de la investigación. Se utilizaron como instrumentos la cartilla “vivir feliz en pareja”, un cuestionario de evaluación, entrevista y grupos focales. Entre los principales resultados, se halló que las parejas calificaron positivamente cada uno de los temas de la cartilla, la experiencia de haber leído este material fue reportada como muy satisfactoria, y sus expectativas fueron ampliamente superadas.

Así mismo, se revisó la tesis de maestría titulada: relación de pareja: ¿satisfacción o insatisfacción conyugal?, realizada por Vélez Mejía (2017), para acceder al título de magister en familia de la Pontificia Universidad Javeriana, Santiago de Cali, Colombia.

El objetivo principal fue comprender las dinámicas relacionales que establece la pareja en cuanto a comunicación, expresión del afecto, solución de problemas, tiempo libre compartido, sexualidad y manejo del dinero, y su impacto en la percepción de satisfacción o insatisfacción conyugal. Se realizó desde la perspectiva teórica del enfoque sistémico, con la participación de 7 parejas que pertenecían a un estrato socioeconómico medio, que hubieran convivido durante mínimo 4 años. Se utilizaron como instrumentos el inventario de

satisfacción marital-R, test del dibujo proyectivo de Robert (2009), citado por Vélez Mejía (2017), entrevistas semiestructuradas y espacios reflexivos.

Como hallazgo principal, se identificó que todas las categorías indagadas se entrelazaban entre sí, atravesándose unas a otras, dejando ver las múltiples interinfluencias de manera circular. También se identificó que las parejas que vivenciaron maltrato emocional desde la comunicación experimentaban mayor sensación de insatisfacción conyugal. Consecuentemente, al fallar la comunicación, las parejas presentaron mayor imposibilidad para la resolución y manejo de dificultades, pues se encontró que cinco de las siete parejas, perdían el control en los intentos de solucionar problemas, redundando en mayor insatisfacción conyugal.

Los anteriores estudios cobran relevancia para la presente investigación, en la medida en que analizan y describen de manera amplia varias categorías y aspectos relacionados con la emancipación de los hijos, la vida en pareja y sus historias de vida posterior a la partida de los hijos del hogar, sin embargo, se considera que la mayoría no profundizó lo suficiente en cómo ese momento de salida de los hijos, impactó la vida en pareja.

En el siguiente apartado se presenta el enfoque teórico y los referentes conceptuales que lo soportan, definidos a partir de las siguientes categorías analíticas: a) pautas relacionales, b) vida en pareja y c) ciclo vital; y las respectivas subcategorías: a) emociones, creencias, atribución de significados, b). mutuo apoyo, intimidad, comunicación, afectividad y c) Salida de los hijos del hogar.

La perspectiva teórica que condujo el estudio fue el enfoque sistémico, el cual según Espinal et al. (2006), “constituye un modelo explicativo, heurístico y de evaluación familiar, cuya eficacia válida empíricamente el modelo teórico” (p. 12), es decir, que se trata de un modelo que posibilita analizar a la familia como un todo, de manera compleja y circular, pues

al observar a la familia como un sistema, se logran generar intervenciones con el todo y sus partes.

De acuerdo con Botella y Vilaregut (2001), “un sistema es un conjunto de elementos en interacción dinámica en el que el estado de cada elemento está determinado por el estado de cada uno de los demás que lo configuran” (p.1). Un sistema puede ser abierto o cerrado, cuya diferencia radica en la fluidez e intercambio de energía e información con su entorno.

Desde este enfoque, es de gran importancia tener claridad sobre conceptos como la circularidad, desde la que es posible entender que, ante fenómenos o dificultades puntuales de un sistema como la familia y la pareja, el análisis de las causas no se da de manera lineal, o en sentido causa-efecto, sino que se toma en cuenta la interconexión de las acciones de los miembros, determinando por ejemplo la influencia de A en B y de B en A.

Otro concepto importante en términos del análisis de los sistemas es el de homeostasis, que se refiere al “proceso de mantenimiento de la organización del sistema, a través de feedback negativo. Ejemplo: El incremento de la intensidad de las discusiones entre una pareja parental puede ser detenido por la demanda de ayuda de un hijo sintomático (por ejemplo, mediante la manifestación aguda del síntoma). De esta forma, el feedback negativo que proporciona el síntoma mantiene la organización del sistema familiar impidiendo que las discusiones entre la pareja parental alcancen un punto de ruptura” (Botella y Vilaregut, 2001, p. 2).

Por otra parte, está la morfogénesis, que de acuerdo con Botella y Vilaregut (2001), “es un proceso que facilita el cambio en la organización de cualquier sistema mediante feedback positivo” (pa.2), por ejemplo, cuando el hijo sale del hogar por motivos de trabajo a otra ciudad, los padres apoyan de manera contundente su decisión, alentándolo a alzar el vuelo, es una situación que ayuda a gestar la independencia mutua en este sistema.

El enfoque sistémico es realmente amplio y generoso en cuanto a sus conceptos y definiciones, es una perspectiva que permite ahondar a profundidad en las realidades relacionales de los sujetos a los terapeutas e investigadores en lo que respecta a situaciones problemáticas y de dificultad que viven las personas en su cotidianidad, es por esto que se convierte en un sustento fundamental para este estudio, dado a que posibilita establecer una relación horizontal con los participantes bien sea en espacio de consulta o investigación, donde es posible co-construir con el otro desde las vivencias propias, permitiendo que la transformación se genere desde diálogos colaborativos y sobre todo humanos.

Para iniciar, es importante tener en cuenta la definición que Valladares (2008), aporta sobre el concepto de *familia*, mencionando que “la familia es un grupo de potencia natural en la cual se establecen recíprocas dependencias y vínculos afectivos entre sus miembros. Posee estructura jerárquica, dinámica y funcionamiento sistémico. Tiene carácter de subsistema abierto en relación con el sistema social, en tanto, se encuentra en interacción recíproca y constante con otros grupos e instituciones sociales” (p.3).

Por su parte Minuchin (1986), refirió que “la familia es un grupo natural que en el curso del tiempo ha elaborado pautas de interacción. Estas constituyen la estructura familiar, que a su vez rige el funcionamiento de los miembros de la familia, define su gama de conductas y facilita su interacción recíproca” (p. 25).

De igual manera este autor refiere que así se le llama a un grupo de personas, que han convivido a través del tiempo y los han unido lazos consanguíneos, esta convivencia los ha llevado a desarrollar pautas de interacción en relación con el otro (Minuchin, 1986).

Teniendo en cuenta la composición de las familias de las tres parejas participantes, en el presente estudio se entiende por familia, un grupo de personas conformado por padres e hijos (biológicos y afines), que han convivido y compartido experiencias a lo largo de la crianza de los hijos, la interacción en pareja y entre los diversos miembros del sistema.

Las estructuras familiares sufren modificaciones conforme cambian los ciclos vitales de los miembros del sistema, especialmente cuando llegan al momento de la salida de los hijos del hogar.

Al respecto, es preciso mencionar que el *ciclo de vida familiar y de pareja* transita a través del tiempo por algunas entradas o salidas de miembros al sistema familiar, tales como la salida de los hijos del hogar, la jubilación, los nacimientos y las muertes y estas traen consigo transformaciones al interior del sistema a nivel de composición y asimismo de funcionamiento (Falicov, 1984).

Por esta misma línea, Mcgoldrick et al. (2016), refiere que el ciclo de vida familiar es aquel donde ocurren ingresos o salidas de sus miembros a partir de los nacimientos o muertes de quienes lo conforman ya que es un sistema cambiante a través del tiempo e inmerso a un contexto sociocultural.

Por lo tanto, en el transitar de las etapas del ciclo de vida se requieren de procesos de adaptación, en los que las familias se ven en la necesidad de cambiar las maneras de relacionarse y adquirir nuevos roles para avanzar a las nuevas fases. Según Mcgoldrick et al. (2016), “Todas las familias deben renegociar sus relaciones entre ellos tantas veces como se mueven por la vida” (p.7), lo anterior reafirma que tanto el sistema familiar como el de pareja no son estáticos y están en constante cambio.

Algunas de estas etapas en las que se requieren ciertas tareas, son la de adultos jóvenes emergentes, formación de parejas, familias con niños pequeños, familias con hijos adolescentes, lanzamiento de los hijos, familias a finales de la edad media y familias que se acercan al final de la vida. Por ejemplo, para la etapa del ciclo vital familiar de lanzamiento de los hijos, estas autoras plantean tareas de segundo orden tales como la renegociación de la pareja como diada y la exploración de nuevos intereses.

Por otro lado, Falicov (2016) refiere que “cada familia es un mundo de procesos complejos moviéndose en variados ejes temporales” (p.2), no se centra en estadios del ciclo de vida y tareas normativas, sino en que la familia cambia en respuesta a mandatos biológicos como son la pubertad, la procreación y la vejez y a mandatos psicológicos como por ejemplo la identidad, integración de vínculos y los cambios socioculturales.

El concepto de ciclo de vida familiar se ha determinado por periodos que están enmarcados en crisis y adaptaciones a las mismas y estos constituyen etapas de desequilibrio para el sistema (Minuchin y Fischman ,1981).

Una de estas etapas del ciclo de vida familiar que tiene especial relevancia en este estudio, es *la salida de los hijos del hogar*, que hace referencia al momento en el que los hijos parten del hogar por motivos de estudio, trabajo, o decisión de independenciar. Esta vivencia familiar ha sido llamada como nido vacío, emancipación de los hijos, etapa post parental o salida de los hijos, las cuales por lo general coinciden en considerar dicho momento como un episodio de alteración y modificación de la estructura del sistema; particularmente el síndrome de nido vacío, se asocia con un momento de especial dolor experimentado por las madres, por lo que para efectos de esta investigación, se decidió hablar del concepto de salida de los hijos del hogar, ya que se considera que desde una lectura sistémica, posibilita involucrar y asignar valor al sentir y pensar tanto de padres como madres, ante esta significativa vivencia de la vida familiar y de pareja.

Al respecto, Bates (como se citó en Carmona et al., 2008), plantea que la salida de los hijos del hogar “Se trata de una fase normal del desarrollo de la vida en pareja, que refleja la forma de reaccionar de cada uno de los miembros de la misma, siendo sensibles a los efectos de cambio en dicho periodo, dependiendo del estilo vincular de cada uno” (p.83)., es decir que se trata de una vivencia muy particular, cuya asimilación depende del contexto personal y la forma de vida y roles que hayan tenido cada madre y cada padre en la crianza de los hijos.

Por ejemplo, teniendo en cuenta las dinámicas de familia actuales, donde la globalización y retos del siglo XXI, han generado cambios en las jerarquías y roles familiares, un padre que se haya encargado de las labores del hogar, cuidado de los hijos, mientras su esposa fue proveedora económica por gozar de mayores oportunidades laborales por su nivel académico, podrá vivenciar la etapa de salida de los hijos, con dolor y sensación de vacío, con mayor dificultad de adaptación al cambio que su esposa, debido a que su tiempo y ocupación, se centró en torno a la vida de sus hijos, y al marcharse éstos puede llegar a sentir frustración e inutilidad.

Es por ello por lo que es fundamental, no etiquetar esta etapa como una vivencia única en las mujeres, y tampoco generalizarla como un periodo de dolor, depresión o síndrome, ya que hay madres y padres, que también logran ver esta etapa como la posibilidad de descanso y evolución personal.

De Miguel (2015) menciona que esta etapa “plantea una modificación del parámetro de la Cotidianidad. Muchas de las reglas y pautas de relación ya no son funcionales por lo que es necesario introducir nuevas, teniendo como proceso base, la negociación y la confrontación” (p.94)., planteando entonces que la pareja entra en un nuevo momento de la relación, donde su rol activo deja de ser el de padres, lo que podría generar nuevos encuentros, pero también desencuentros en el ejercicio de ser pareja. Finalmente, estos autores coinciden en que esta etapa es un periodo de adaptación y reajustes por lo que implica que la relación de pareja transite por momentos de vulnerabilidad.

A su vez, sobre el concepto de *pareja*, se habla de que es el resultado de una construcción en relación con el otro, la que a su vez subsiste desde tres definiciones: la que da cada uno de sí mismo y le da al otro, la que cada uno tiene del otro y la que cada uno recibe del otro (Biscotti, 2006).

Por otro lado, De la Espriella (2008), ha mencionado que “la pareja humana supone contrastes, variaciones e inestabilidades que pretenden la estabilidad” (p.176). Es un sistema complejo que requiere una constante adaptación a los cambios inevitables normativos o no, a través del tiempo.

La pareja, es un sistema que se encuentra en relación con otros sistemas más amplios como son la familia nuclear o extensa y está constituido por una estructura, una organización, reglas, roles, etc. (De la Espriella, 2008). Por su parte, López (2002) sobre la constitución de una pareja menciona que “cuando los cónyuges se unen con hijos de por medio o en embarazo, la vida de pareja puede quedar limitada” (p.14).

La pareja entonces es el punto de partida de la familia, y este es un vínculo irrenunciable, pero si se puede renunciar al de ser pareja y esto constituye un aspecto que muestra la vulnerabilidad del sistema.

Así mismo Coddou y Méndez (2002), refieren que:

Familia y pareja son sistemas diferentes e independientes. La relación de pareja emerge, no en el vivir dentro de la familia, sino en el vivir solos como pareja. Estar en pareja, es lograr como objetivo una serie de interacciones tales como la intimidad en la que se involucra la complicidad, la pasión, el juego, la entretención del uno con el otro protegiéndose de la interferencia de terceros incluidos los hijos. (p. 54).

El estar en pareja genera una serie de pautas relacionales que solo se dan entre dos, y es por ello por lo que, a lo largo del ciclo vital de la pareja, se debe generar la co-construcción de estas. El pertenecer a una pareja es una elección y no es un sistema estático siempre está en movimiento y es de acuerdo con la manera como se establezcan estas interacciones, que se podrá alimentar o no esta relación y que sea duradera o no.

Por su parte, Caille (1992), nos habla de “el absoluto de la pareja”, como ese tercero que es la relación y que es una creación de la diada. Esto requiere desde su inicio hasta etapas

como la de la salida de los hijos, un compromiso mutuo para su sostenimiento como son el mutuo apoyo, la intimidad, la comunicación, el afecto.

En esta misma línea, Coddou y Méndez (2002), hacen referencia al “lenguaje de la pareja”, como ese instrumento propio de la diada que permite una conexión de intimidad y que, al ser solo de dos, el llamado es a que no se pierda por la intromisión de un tercero. De igual manera hacen énfasis en que para que la pareja logre vivir de manera armoniosa se necesita el respeto por la individualidad y el entendimiento y de esta manera lograr confluir y danzar a través de cada una de las situaciones que se les presente, como por ejemplo la salida de los hijos del hogar.

Partiendo de lo anterior y con base a las realidades narradas por las parejas participantes sobre sus historias de vida, en el presente estudio se definió el concepto de pareja, como el vínculo legal y afectivo establecido entre un hombre y una mujer, que de manera libre y voluntaria han decidido compartir sus vidas, alrededor del intercambio de emociones, sentimientos, cooperación, toma de decisiones, planteamiento de acuerdos y acompañamiento mutuo en los diferentes momentos de la vida familiar y de pareja.

Así mismo, la vida en pareja está compuesta por diversas características como lo es la *intimidad*, sobre la cual el autor Bazan (2006), refiere que “la intimidad es la idea de que esta es una necesidad universal en los seres humanos. El deseo del encuentro con el otro en una relación amorosa y satisfactoria es un factor común en cualquier cultura” (p.6), de igual manera sostiene que este término se refiere a la zona reservada e íntima de una persona o de un grupo, especialmente de una familia y requiere de dos vías, el encuentro con uno mismo y el encuentro con el otro, definiéndolo como intimidad personal e intimidad interpersonal, como sería la que se establece al interior de la familia y la pareja.

A su vez, Tapia (2003) menciona que la intimidad no es solo compartir sentimientos y fragilidades en un ambiente empático, tiene que ver más profundamente con la construcción

de la identidad del sí mismo, destacando que lo más valioso de la intimidad en una relación de pareja será la posibilidad de encontrarse con uno mismo ante otro, en un ambiente de confianza donde el sí mismo es legitimado.

Otra característica de la vida en pareja es la *comunicación*, al respecto Bateson y Ruesch (1951), consideran que “es la matriz en la que se encajan todas las actividades humanas, es mucho más que un traspaso de información es un proceso que integra múltiples modos de comportamiento: la palabra, el gesto, la mirada” (p.6), y a su vez mencionan que lo que hacía posible las relaciones humanas era la comunicación y esto incluye todos los procesos que permiten que una persona influya en otras.

Por otro lado, Watzlawick et al. (2008), definen los axiomas exploratorios de la comunicación, tales como: la imposibilidad de no comunicar, los niveles de contenido y relaciones de la comunicación, la puntuación de la secuencia de hechos, hay una comunicación digital y otra analógica, interacción simétrica y complementaria.

De igual forma, la *afectividad* también es una característica importante de la vida en pareja, y según Surrallés (2005):

La afectividad puede definirse como la cualidad sensitiva de la experiencia. Debe entonces ser considerada como una rama de la actividad del sujeto al mismo nivel que la cognición y que la pragmática. La afectividad ha sido utilizada a menudo como sinónima de la emotividad. Sin embargo, las emociones pueden ser consideradas como la inscripción en el cuerpo de experiencias sensitivas nombradas por la lengua con términos precisos. (p.1).

Es decir que la afectividad se trata de una experiencia personal, de la activación de sentidos, pensamientos, emociones y sensaciones, en torno a la relación o interacción de un individuo con otro.

Finalmente, encontramos el *mutuo apoyo* como otra de las características de la vida en pareja, sobre la que Sluzki (1996), hace referencia como el apoyo emocional, definiendo que “el intercambio que connota una actitud emocional positiva, clima de comprensión, simpatía, empatía, estímulo y apoyo; es el poder contar con la resonancia emocional y la buena voluntad del otro” (p. 49).

Es decir que se refiere a la reciprocidad entre las personas, miembros de un equipo de trabajo, pareja o familia, quienes están dispuestos a actuar de manera cooperativa, en pro del bienestar conjunto.

Por otra parte, al hablar sobre las dinámicas de la vida en pareja, es importante reconocer el concepto de *pautas relacionales*, que es definido por Tapia (2003) como:

Aquello que se repite constituyendo una norma, estas son unas secuencias de interacción entre los miembros de la familia y la pareja y las categoriza en pautas relacionadas con el poder o con la cercanía/distancia: emociones, como la tristeza, el miedo, la rabia; clima emocional, que se refiere al ambiente emocional, el cual puede ser acogedor, de tensión o calma; atribución de significados, los cuales son la representación o signo de algo, y son otorgados con base a la experiencia o historia de cada individuo; y las creencias, entendidas como el crédito o asentimiento que se le presta a un hecho como seguro y cierto, de forma pre-reflexiva y sin mayor cuestionamiento. (p.112).

En otro orden de ideas, es preciso resaltar que en las parejas heterosexuales, la división de roles es un aspecto que le permite a cada miembro del subsistema parental, aportar al soporte del sistema, desde sus habilidades personales, que pueden estar asociadas o no a su género. Por ende, en este estudio se considera importante hablar acerca del *género y la parentalidad*, en aras de reconocer la forma como asumió cada miembro de la pareja, el tránsito por la etapa de la salida de los hijos del hogar.

Al respecto, vale la pena mencionar que a medida que las civilizaciones han ido evolucionando, el ser humano ha tenido la oportunidad de profundizar acerca de las diferentes experiencias que giran en torno al hecho de ser mujer u hombre en la sociedad, logrando distanciarse de esa premisa inicial que asume al cuerpo humano como una base física, que establecía una gran división entre el sexo y lo femenino y masculino.

Con relación a lo anterior, Izquierdo (2013) indica que “Esa división es inadecuada por dos motivos. En el momento mismo en que el cuerpo es hablado, se convierte en un hecho psicosocial. Además, el desarrollo corporal no es un hecho puramente orgánico, sino el resultado de la relación del organismo con el medio” (p. 4). Por lo tanto, la noción de lo masculino y lo femenino, se ha empezado a configurar en las últimas décadas desde una perspectiva de género, entendiendo que ambas variables (sexo y género), son producto de construcciones sociales, que son creadas de acuerdo con el medio o contexto en el que se desenvuelve cada individuo, que a su vez funciona de acuerdo con factores históricos, económicos, políticos y sociales, que determinan el desarrollo físico y psíquico de las personas. De tal forma, el género abre la posibilidad de que hombres y mujeres, logren identificarse con lo femenino o lo masculino, no sólo determinados por el sexo, sino con base a sus intereses personales, habilidades, al igual que formas de sentir y pensar.

En este sentido, Gayle Rubin (como se citó en Izquierdo, 2013), define el sexo/género como “el sistema de relaciones sociales que transforma la sexualidad biológica, que no debe confundirse con el sexo, en un producto de la actividad humana: en cuanto a la división sexual del trabajo y la orientación heterosexual del erotismo” (p. 17).

Por lo tanto, en la actualidad la distribución de tareas entre hombres y mujeres no está determinada exclusivamente por sus funciones biológicas, sino que su participación en los diferentes escenarios sociales, depende en gran medida de elecciones personales, y en la vida familiar, puede estar ajustado a acuerdos de pareja, donde se asumen roles parentales

construidos socialmente, en los que las mujeres suelen encargarse de actividades como el mantenimiento general del hogar y cuidado de los hijos, y los hombres asumir el sustento económico y algunas tareas que impliquen mayor fuerza física en el hogar; aunque es innegable, que en muchos casos, esa distribución de roles, se da por dinámicas de poder de algunos contextos, en los que la dominación masculina tiene prelación de los hombres en el campo laboral.

Sobre esta premisa South y Spitze (1994), citados por García (2020), indican que “La perspectiva de disponibilidad de tiempo sostiene que el tiempo dedicado al trabajo doméstico depende del tiempo dedicado al mercado laboral, y el miembro de la pareja que pasa menos tiempo en trabajo remunerado realizará más trabajo doméstico” (p.77)., lo que termina estableciendo una dinámica de poder y jerarquía, en torno a la capacidad adquisitiva y aporte económico, quedando en desventaja, generalmente la mujer.

Sin embargo, han venido sucediendo importantes cambios sociales, en los que hombres y mujeres tienen más oportunidades de elección con respecto a su participación en el hogar, por lo que es común encontrar hombres que se dedican a labores domésticas o cuidado de los hijos, y mujeres que se desarrollan profesionalmente y salen del hogar, tomando cada vez mayor protagonismo en el mundo laboral, también vemos como la perspectiva de género ha afianzado cada vez con mayor fuerza, la idea de crianzas compartidas y nuevas masculinidades, donde los hombres están teniendo la oportunidad de expresar sus emociones y sensibilidad, en torno al cuidado de los hijos. Con base a esto Kramer (2016) citado por García (2020), sostiene que “los cambios hacia actitudes de roles de género más igualitarias que se han producido en las últimas décadas han ayudado a la aceptación de este arreglo de roles” (p.76).

En concordancia con los fundamentos teóricos planteados anteriormente, es preciso resaltar que cada tránsito por las etapas de ciclo vital de la familia y la pareja, implica para

sus miembros un proceso de asimilación y acomodamiento, como lo menciona Shapiro (1991) “en el desarrollo normal de la familia, el crecimiento incluye la pérdida de viejas pautas de relación y la adquisición de nuevos aprendizajes” (p. 243), en este tránsito se ponen en juego los recursos del sistema para afrontar tanto las crisis normativas como las no normativas, a las que se ven expuestos. Una de estas etapas del ciclo vital de la familia que hace parte de las crisis de tipo normativas, se genera a partir de la salida de los hijos del hogar, ocasionando movimientos al interior del sistema y en especial de la pareja, en aspectos de sus pautas relacionales como lo son las emociones, creencias y atribución de significados.

Ante lo expuesto, Tapia (2003) menciona que “la partida de los hijos puede producir un retorno a niveles de satisfacción marital previos a la crianza con un reencuentro de la sexualidad, que suele ser más madura y satisfactoria o puede presentarse una imposibilidad de convivir con una relación vacía y un gran sentimiento de soledad” (p. 129).

Este autor expone los posibles impactos en la vida en pareja; planteamientos que reafirman el interés en el desarrollo de esta investigación, dado a que se trata de un evento normativo por el que todas las parejas con hijos podrían transitar, y es una oportunidad desde la academia poder realizar un aporte a la luz del enfoque sistémico, partiendo de las experiencias y narrativas de parejas que ya han transitado por esta etapa y pueden ser referentes para futuras parejas en tránsito de la misma.

Es por esto que, este estudio se enmarca dentro del campo disciplinar de psicología y familias, categorizado por el Colegio Colombiano de Psicólogos (COLPSIC), que posibilita la apertura de espacios de comprensión, intervención, investigación y diálogo de saberes, sobre la diversidad de tipologías familiares emergentes, posibilitando el abordaje investigativo desde diferentes perspectivas teóricas y epistemológicas.

De tal modo, este campo permite considerar a las familias como sistemas en constante interacción con su entorno, partiendo de aspectos como: la comunicación, el ciclo vital

individual y familiar, los roles, los límites, las funciones individuales, las crisis normativas y no normativas, la dinámica relacional y los recursos con los que cuentan para adaptarse a los diversos contextos. (COLPSIC, 2004).

Siguiendo este orden de ideas, se considera significativa la forma en que Carmona et al. (2008), identifican la etapa de nido vacío como un periodo medio o terminal del ciclo vital de la familia que ocurre cuando los hijos crecen y abandonan el hogar, este mismo, en un lenguaje menos común se ha denominado periodo post parental; sin embargo las autoras muestran su desacuerdo con la definición de nido vacío como un síndrome que padece exclusivamente la mujer, ya que ha sido asociado con depresión por la pérdida del rol parental y los cambios emocionales asociados a la transición de la menopausia, aspectos que para ellas son debatibles, porque es un periodo también experimentado por los padres, cuya vivencia de la salida de los hijos igualmente los moviliza, pudiendo vivir estos cambios en pareja, aunque los cambios sean vividos de manera diferente por cada uno.

Así mismo, plantean que según Owen (2004), el nido vacío también ha sido calificado como un periodo productivo y feliz en la mujer, dado a que todo su tiempo ya no está empleándose en el rol parental. A su vez Bates (2005) y Sotillo (2000), citados por Carmona et al. (2008), refieren que el nido vacío es una transición que corresponde a un momento de la vida, en el que la pareja se encuentra ante una nueva situación donde tendrá que poner en marcha estrategias de afrontamiento, que hayan logrado adquirir a lo largo de la vida de pareja, y no corresponde precisamente a una patología como se ha planteado.

Por lo tanto, el poder rastrear esas otras formas en que los miembros de la pareja, pueden vivenciar la salida de los hijos del hogar, se constituyó en la apuesta política de este estudio, siendo importante poder evidenciar que la salida de los hijos es una etapa que puede movilizar al subsistema parental, debido a que entra a primar el contexto y la realidad del ejercicio de sus roles, yendo más allá de la etiqueta del “síndrome de nido vacío” como un

suceso patológico experimentado solo por las mujeres, por lo que también se consideró relevante, poder darle lugar a las emociones, significados y creencias de los padres, al transitar por este momento de la vida en pareja.

De tal modo, el estudio de este tema posibilitó comprender conjuntamente con los y las participantes, las narrativas sobre su experiencia de vida en pareja a partir de la salida de los hijos del hogar, ampliando los horizontes de la intervención terapéutica, con parejas que han transitado esta etapa y se encuentran en la renegociación del sistema de pareja como diada.

2. Método

La metodología de investigación que guio el presente estudio fue de tipo cualitativo, dado a que se pretendió comprender las manifestaciones del fenómeno de estudio a través de las experiencias de vida de parejas en la adultez, que han pasado por la etapa de salida de los hijos del hogar, resaltando desde su subjetividad, el significado que le otorga cada miembro de la pareja, a lo vivenciado en esta etapa del ciclo vital.

Es preciso reconocer, que una de las características más importantes del enfoque cualitativo, es que para el estudio de los fenómenos, parte de lo particular hacia lo general, es decir que a través de técnicas como la entrevista, el investigador puede explorar, describir y analizar con detalle los datos, para después lograr generar nuevas perspectivas teóricas sobre el fenómeno en cuestión. Según Hernández et al. (2006):

La recolección de los datos consiste en obtener las perspectivas y puntos de vista de los participantes (sus emociones, experiencias, significados y otros aspectos subjetivos). Debido a ello, la preocupación directa del investigador se concentra en las vivencias de los participantes tal como fueron (o son) sentidas y experimentadas. (p.49).

En este mismo orden de ideas, el tipo de estudio fue fenomenológico, teniendo en cuenta que se basa fundamentalmente en las experiencias de vida, partiendo del relato de las personas, otorgando especial atención a la forma como éstos entienden el fenómeno, es decir el sentido que le dan al mismo; como lo indica Ayala (2008), “el investigador fenomenológico está interesado primordialmente por el estudio del significado esencial de los fenómenos, así como por el sentido y la importancia que éstos tienen para el sujeto” (p.411).

El diseño empleado fue de tipo descriptivo, ya que se buscó especificar propiedades y/o características subjetivas particulares en las parejas participantes en el estudio, al respecto

Hernández et al. (2014), fundamenta que “los estudios descriptivos permiten mostrar un fenómeno, suceso, o diferentes situaciones y contextos con mayor precisión” (p.92).

2.1. Participantes

Para la realización de esta investigación, se contó con la participación de 3 parejas, radicadas en la ciudad de Cali, Valle del Cauca, teniendo en cuenta los siguientes criterios de inclusión: que ambos miembros de la pareja se encontraran en el ciclo vital de adultez; que su orientación sexual fuera heterosexual, que contarán con una convivencia y relación de pareja vigente; que la salida del último hijo del hogar haya sucedido en un periodo no menor a un año.

Precisamente con relación a esto último, el único criterio de exclusión del estudio fue que ninguno de los miembros de la pareja se encontrase en procesos terapéuticos actuales, asociados con la salida de los hijos del hogar o problemas de pareja, debido a que en el desarrollo de las entrevistas se abordarían temas sensibles sobre sus historias de vida, que podrían alterar o desencadenar nuevas crisis.

El tipo de muestreo utilizado en el estudio fue el muestreo no probabilístico por conveniencia, donde se tuvieron en cuenta tres parejas a las cuales se tenía mayor acceso, por encontrarse dentro del círculo cercano de las investigadoras, en el ámbito universitario y comunitario.

Con respecto al tamaño de la muestra, es válido resaltar que “en los estudios cualitativos el tamaño de la muestra no es importante desde una perspectiva probabilística, pues el interés del investigador no es generalizar los resultados de su estudio a una población más amplia” (Hernández et al., 2006, p. 572).

2.2. Instrumento

Como instrumento de recolección de datos, se utilizó la entrevista semiestructurada, con el fin de que permitiera de manera abierta y flexible conocer las experiencias,

sentimientos, significados y subjetividades de los participantes respecto al fenómeno estudiado. Las preguntas fueron formuladas de acuerdo con los objetivos y las categorías planteadas en la investigación, desde los que se buscó indagar acerca de las pautas relacionales establecidas en pareja, posterior a la salida de los hijos del hogar. A través del cuadro de categoría de análisis, se logró hacer la asociación de las categorías con los objetivos del estudio, y definir los conceptos de cada categoría y sus subcategorías, para la respectiva construcción del instrumento (Ver anexo B).

El instrumento contó con la validación de dos jueces expertos y a partir de estas valoraciones se realizaron modificaciones en la cantidad de preguntas, inicialmente se plantearon dieciocho y posterior a esta revisión, quedó conformado por veintiún preguntas (Ver anexo C).

Por otro lado, se llevó a cabo la prueba piloto con una pareja que cumplía con los criterios de la investigación y a partir de esta experiencia, surgió la necesidad de cambiar el lenguaje técnico por uno más sencillo y cercano, procurando mayor comprensión para los participantes, como también el incluir preguntas que permitieran un momento reflexivo acerca de cómo se sintieron al participar en la investigación, compartiendo una etapa tan importante de sus vidas como fue la salida de los hijos del hogar; a partir de este momento la guía de entrevista semiestructurada quedó constituida por veintitrés preguntas (Ver anexo D).

2.3. Procedimiento

El proceso de recolección y análisis de datos de la presente investigación se realizó en cuatro momentos:

El primero, correspondió a la aplicación de la prueba piloto, en la que se realizó el primer contacto con una pareja, que reunía los criterios de inclusión arriba mencionados, con el fin de poner a prueba el instrumento de recolección de información. Cabe destacar que este ejercicio de pilotaje fue de vital importancia para las investigadoras, porque permitió a nivel

técnico, conocer varios aspectos por mejorar en el instrumento, y a nivel humano, interactuar con una pareja muy especial, cargados de sabiduría y generosidad para compartir su historia de vida, lo que posibilitó realizar ajustes apropiados a las preguntas que guiaron la entrevista.

El segundo momento fue de exploración, donde se estableció el primer contacto con las parejas participantes, explicándoles de nuevo en qué consiste el estudio y el interés en su participación en el, acordando la fecha y el horario en que se desarrollaría la entrevista, tomando en cuenta su disponibilidad de tiempo y estableciendo como punto de encuentro sus viviendas.

El tercero fue el momento de ejecución, donde se llevó a cabo la reunión con cada pareja en sus lugares de residencia, desarrollando cada entrevista con base a la guía semiestructurada, pero permitiendo que fluyera la conversación desde el diálogo generativo, donde cada pareja pudo hablar abiertamente sobre esas vivencias particulares y conjuntas, alrededor de su historia como pareja, la crianza de sus hijos, la salida de éstos del hogar y la etapa de reencuentro por el que atraviesan ahora. Desde el inicio de la entrevista se les hizo entrega del consentimiento informado, explicándoles el objetivo de la investigación, la confidencialidad en el manejo de la identidad, el destino que se le daría a la información recolectada, que fue solo para fines académicos.

De igual manera se les solicitó autorización para grabar el audio de la entrevista, a lo que todos accedieron sin inconveniente alguno. Al final de esta fase, también se posibilitó la generación de un espacio reflexivo con cada pareja, para conocer su percepción acerca del cómo se sintieron con su participación en la investigación, y las oportunidades que hallaron después de ese diálogo generativo, para su relación de pareja.

El cuarto y último momento, correspondió al procesamiento de la información una vez fueron obtenidas las entrevistas, las cuales se transcribieron, realizando su posterior categorización de acuerdo con las categorías y subcategorías de análisis planteadas en el

estudio. La categorización de las entrevistas se llevó a cabo de forma manual, teniendo en cuenta convenciones de colores que diferenciaron cada categoría, dejando ver los diversos cruces de información que enriquecieron el análisis. Seguidamente se organizaron las entrevistas de las parejas participantes, clasificando la información por contenido de primer, segundo y tercer orden, procurando en este último identificar el surgimiento de categorías emergentes, ante lo que se pensó en primera instancia, que había emergido la categoría de parentalidad y género, pero después de una revisión exhaustiva de los relatos, se determinó que la información no era suficiente para considerarla como tal.

Finalmente, se verificó nuevamente la información organizada en el cuadro de categorización, para nutrir el análisis del informe final con todos los relatos de las personas participantes, dando respuesta a cada uno de los objetivos propuestos en la investigación. Para ello, se empleó un tipo de análisis temático, desde el cual el investigador busca reconocer las temáticas y secuencias que presentan los datos de los sujetos participantes. Alrededor de esta información se realiza una categorización que permitió acercarse a las vivencias y significaciones de los participantes (Gómez, 2009).

2.4. Consideraciones éticas

Para el presente estudio se tuvo en cuenta las consideraciones éticas contempladas en la resolución 008430 de 4 de octubre de 1993 y Ley 1090 del 2006, haciendo hincapié en que la información compartida por los participantes a través de las entrevistas sería de carácter confidencial y netamente académico.

De igual modo, las parejas participantes fueron informadas, acerca de que la entrevista sería grabada en formato de audio para su posterior análisis, a lo que accedieron de manera libre y voluntaria. A cada pareja se le presentó el consentimiento informado, en una hoja impresa en tamaño carta, firmada respectivamente (Ver anexo A).

Cabe aclarar, que esta investigación fue de riesgo mínimo teniendo en cuenta que no se realizaron intervenciones alrededor de los fenómenos abordados, sino un reconocimiento de las vivencias de los participantes. Así mismo, respondió a los principios de beneficencia, no maleficencia y autonomía. La investigación, denotó estos principios en la estructuración de la guía de entrevista, donde se veló por favorecer un diálogo fluido, sin generar juicios de valor ante las experiencias vividas por los participantes. Con relación a esto, a lo largo del proceso, los participantes tuvieron la posibilidad de negarse a participar o responder a preguntas que les hicieran sentir incómodos.

3. Resultados

A continuación, se presentan los resultados obtenidos durante la investigación a partir de la información consignada en entrevistas que recogen las narraciones de 3 parejas de la ciudad de Cali, que han transitado por la salida de los hijos del hogar. En primer lugar, se plantea una caracterización de las parejas participantes en el estudio, indicando aspectos como sus edades, tipo de vínculo, tiempo de convivencia, número de hijos, fecha de salida del último hijo del hogar, estructura familiar, ocupaciones, entre otros.

Seguidamente, se exponen los hallazgos obtenidos a través del desarrollo de las entrevistas, con relación a las categorías de análisis del estudio, tales como: pautas relacionales, cuyas subcategorías son: emociones, atribución de significados y creencias en torno al rol de vida en pareja; ciclo vital familiar y de pareja y subcategoría salida de los hijos del hogar; y vida en pareja, cuyas subcategorías son: mutuo apoyo, intimidad, comunicación y afectividad.

3.1. Caracterización de parejas participantes

Pareja 1: SV

Constituida por la señora M de 66 años y el señor E de 77 años. Oriundos de la ciudad de Buenaventura, pero radicados en la ciudad de Cali hace más de 20 años, por motivos de estudio y trabajo de sus hijos. La señora M se dedicó en la primera infancia y adolescencia de sus hijos, a trabajar como secretaria ejecutiva, siendo la principal proveedora económica del hogar, mientras el señor E, se desempeñó por un tiempo como auxiliar contable en entidad bancaria, y al quedar desempleado asumió labores como conductor de Taxi y apoyo en las labores del hogar, al igual que cuidado de los hijos. Esta pareja con 45 años de relación, casados por rito religioso, de cuya unión nacieron tres hijos (un hombre y dos mujeres, de 39, 42 y 36 años, respectivamente), actualmente conviven en un apartamento al sur de la ciudad, pertenecen al estrato socioeconómico 5, cuentan con necesidades básicas humanas satisfechas, gracias a que cada uno posee una mesada pensional.

Reconocen que los inicios de la relación fueron difíciles, dado a que presentaron conflictos importantes asociados a problemática de consumo de alcohol que padecía el sr. E, pero gracias a que éste tuvo la oportunidad de ingresar a un grupo de AA (Alcohólicos anónimos), la convivencia familiar mejoró, y pudieron fortalecer su vínculo a lo largo de los años. Actualmente, reconocen que una de sus mayores fortalezas es la calma, la comprensión y la compañía que se brindan el uno al otro. Tienen de mascota a un gato que les dejó su hija menor al momento de partir del hogar, por lo que sienten especial afecto hacia el felino, el cual con frecuencia se convierte en motivo de tertulia y alegría para ellos.

Sobre la salida de los hijos del hogar, relataron que la última hija en salir del hogar fue la hija menor, hace tres años, quien se radicó en Chile. Al respecto, la madre relató que ella viajó hasta este país para verificar a donde llegaría su hija, estuvo una corta temporada con ella, pero al regresar a casa con su esposo, se sintió desolada, estado que fue mejorando con el paso de los días, a través de la oración y conversaciones con sus hijos, porque con su esposo no podía conversar de su sentir, dado a que no se comprendían, porque él había asumido la partida de sus hijos como un logro y ella como una pérdida.

Tiempo después lograron alinear sus puntos de vista, brindarse apoyo y continuar acompañándose en ese nuevo camino sin sus hijos. Cada año viajan a visitar a alguno de sus hijos. Su hijo mayor tiene dos hijos, ambos reconocen profundo amor hacia sus nietos. Los tres hijos viven fuera del país, pero permanecen en contacto vía telefónica con sus padres, brindándose apoyo constante en los diferentes momentos de sus vidas. Los tres cuentan con una carrera profesional, pero se dedican a labores distintas en cada uno de los países donde se encuentran radicados (Noruega, España y Chile).

Pareja 2: MM

Constituida por la señora J de 54 años y el señor E de 56 años. Ella proveniente del municipio de Zarzal, y él oriundo de la ciudad de Cali. Se conocieron cuando tenían 21 y 23 años respectivamente, mientras esperaban el bus para ir a laborar a una multinacional, donde él ejercía como ingeniero industrial recién graduado y ella como secretaria de manufactura.

Llevan 32 años de convivencia, casados por ritual religioso hace aproximadamente 28 años, de cuya unión nacieron tres hijos varones (de 31, 28 y 23 años respectivamente); actualmente residen en una casa al sur de la ciudad, pertenecen al estrato socioeconómico 6, cuentan con necesidades básicas humanas satisfechas; el señor E ejerce un cargo gerencial en una multinacional, cuya oficina principal se encuentra en la ciudad de Bogotá, pero con posibilidad de trabajo remoto desde Cali algunos días de la semana, pudiendo compartir más tiempo con su esposa.

La señora J, después de dedicarse por un tiempo prolongado a su labor maternal, hace algunos años decidió cumplir su sueño de ser profesional en psicología, por lo que actualmente ejerce realizando consulta privada y está culminando una maestría en el ámbito terapéutico.

Ambos reconocen que uno de los mayores retos que han vivido a nivel familiar y de pareja, fue haberse trasladado a México en el año 1997, cuando el Sr. E, tuvo una significativa oportunidad de ascenso laboral en la empresa donde trabajaba hacía varios años, por lo que como familia asumieron ese desafío, viviendo en este país ocho años y medio, donde nació su hijo menor y construyeron muchos proyectos juntos, pero la Sra. J tenía añoranza constante de regresar a su país, extrañaba su cultura y sentía un enorme deseo de retomar su sueño de estudiar psicología, por lo que toman la decisión de retornar, pero por diversas circunstancias, su esposo tuvo que quedarse en México por un tiempo más, lo que generó que la Sra. J, se sintiera sola en varios momentos de la crianza de sus hijos, aunque reconocen que el Sr. E

procuraba estar presente por medio virtual, su ausencia física marcó de manera importante la historia familiar.

Lo significativo de su historia, es que se trata de una pareja que se ha acompañado de manera incondicional en las diferentes etapas de sus vidas, se consideran resilientes y verbalizan un amor profundo el uno por el otro.

Respecto a la salida de los hijos del hogar, refirieron que el último hijo en salir fue el hijo mayor, hace un año, para constituir su propio hogar; éste vive en España con su esposa e hijo recién nacido; cuenta con título profesional en administración de empresas. Sus otros dos hijos viven en Bogotá, el segundo labora en una multinacional ejerciendo como ingeniero, el menor está en proceso de culminar su pregrado en música.

Pareja 3: MC

Constituida por la señora MC de 71 años y el señor O de 76 años. Ella proveniente del municipio de Pradera, y él oriundo de la ciudad de Cali. Se conocieron cuando la señora MC tenía 31 años y él 36 años; en ese entonces la Sr. MC había enviudado hacía 6 años, de cuya relación tenía una niña de 11 años y otra de 9, mientras él tenía una niña de 4 años, por lo que conformaron una familia de tipología ensamblada, a la que años después se sumaron dos hijos en común (una niña y un niño).

Ambos miembros de la pareja mencionaron que constituirse como una familia ensamblada, significó para ellos un reto, pero que, gracias a la paciencia y comprensión mutua, lograron criar satisfactoriamente a sus cinco hijos. Llevan 40 años de relación, establecida bajo ritual religioso. Actualmente conviven en un apartamento al sur de la ciudad, pertenecen a estrato socioeconómico 6, cuentan con necesidades básicas humanas satisfechas; el señor O es pensionado como administrativo de un prestigioso ingenio del departamento del Valle del Cauca, y la señora MC ha desempeñado labores del hogar, cuidado de sus hijos y como técnica

en diseño de modas, oficio que ejerció como un hobby, elaborando ella misma la ropa de sus hijos.

Un aspecto muy significativo de la historia de esta pareja es que el Sr. O presenta una discapacidad sensorial auditiva congénita (nació sin orejas), por lo que tuvo que ser intervenido quirúrgicamente a los 11 años para contar con implantes auditivos y prótesis de orejas, relatando que una vez los médicos estadounidenses que lo operaron le retiraron las vendas, escuchó por primera vez un ave cantar, y en esa sala todos lloraron con él; además narran que de sus 5 hermanos varones, él fue el único que asistió a la universidad, ha liderado la empresa familiar por años y constituyó una familia de admirar.

Refirieron que lastimosamente con el paso del tiempo, los implantes auditivos sufrieron deterioro, por lo que volvió a presentar sordera, ante lo que la Sra. MC afirma que no ha sido un obstáculo para la relación, por el contrario expresa, que es uno de los aspectos que más le genera admiración por su esposo, asegura que esa condición de su esposo los ha unido, sintiendo que se complementan a la perfección, porque se acompañan y se brindan apoyo en diferentes escenarios de su día a día, por ejemplo cuando asisten a citas médicas o diligencias de bancos, ella se convierte en su interprete, y cuando ella va conduciendo el auto, él se convierte en su GPS, porque tiene muy mal sentido de ubicación. Además, relatan que les encanta bailar, cantar y disfrutar la vida sin pensar en la edad. Viajan con frecuencia a visitar a sus hijas y se consideran los mejores abuelos, ya que tienen 5 nietos.

Acerca de la salida de sus hijos del hogar, refieren que el último en partir del hogar fue su hijo menor, hace 10 años. Los cinco 5 hijos son profesionales, el hijo varón tiene 37 años, reside en Cali, los visita con regularidad; y las 4 hijas están radicadas en el exterior, permaneciendo en contacto virtual con sus padres, éstas tienen 51, 47, 45 y 38 años, respectivamente.

3.2. Las entrevistas

Los resultados de la investigación señalan cómo cada uno de los miembros de la pareja percibió la salida de los hijos del hogar y cómo esto impactó la relación de pareja, coincidiendo los tres en que fue un momento para unirse y retomar su vida haciendo cambios en sus rutinas. Estos resultados se obtienen en busca de dar respuesta al objetivo general de la investigación, de comprender conjuntamente con 3 parejas heterosexuales de la ciudad de Cali, las pautas relacionales establecidas posterior a la etapa del ciclo vital familiar salida de los hijos del hogar, y el impacto en la percepción de su vida en pareja.

Con el fin de ilustrar lo anterior, se presentan algunas experiencias expresadas en las entrevistas realizadas de manera conjunta a los cónyuges, en las que se abordaron las categorías de la investigación:

En cuanto a la primera categoría acerca de pautas relacionales y su primera subcategoría emociones presentes en la relación de pareja posterior al tránsito de la salida de los hijos, se logró identificar emociones como tristeza, enojo, miedo, ira, vergüenza y orgullo, que surgieron posterior a la salida de los hijos en cada uno de los miembros y como estas se afrontaron, se encontró que las tres madres atravesaron por emociones de tristeza y además coinciden que estuvo acompañada de una sensación de vacío, que persiste, aunque en menor proporción después de un tiempo de la salida de los hijos, como se ilustran en las siguientes frases expresadas por ellas:

Por ejemplo, la Sra. J de la pareja 2, expresó detalladamente su sentir al ver la salida de su hijo menor del hogar: *“cuando ese niño sacó las cosas de aquí, o sea, cuando salió eso era como si le arrancaran a uno el alma, eso es una cosa muy dura.... Luego venirnos hasta ahora es duro. ¿Cierto? Para mí. Todavía cuando lo despedimos en el aeropuerto, yo me devuelvo llorando, siempre me devuelvo llorando y me da un dolor tan grande”*.

De igual manera, la Sra. MC de la pareja 3, manifestó el dolor que le causaba extrañar a sus hijas, una vez habían salido todas del hogar: *“muchas veces, él me ha visto, cuando se fueron las niñas me ha visto...llorar, lloro y lloro, “tranquila hija qué te pasa, por qué estás triste”, “no, viejo es que, ay no, me hace falta mi hija”*.

Mientras que la Sra. M de la pareja 1, habló de la sensación de vacío que le causó llegar a casa, después de haber dejado radicada en otro país a su hija menor, quien fue la última en salir del hogar: *“cuando llegué aquí, ya ese vacío sí fue más duro...Lo más duro es que, a veces, uno, por lo menos, se siente muy solo. A veces uno se siente como que algo le falta, a pesar de que todos los días hablamos, todos los días...Todavía hay días en que... yo quisiera estar donde ellos”*.

Por otro lado, se encontró que los padres transitaron por este momento desde otro tipo de emociones, tales como la gratitud, el orgullo y la satisfacción por el deber cumplido como padres, ya que para ellos este proceso es lo que se espera que suceda en esta etapa de la vida familiar, lo que da cuenta de que éstos lo asumieron más desde la racionalidad y menos desde la emoción a diferencia de sus esposas:

Al respecto, el Sr. E de la pareja 2, expresó lo siguiente sobre su sentir ante la salida de los hijos del hogar: *“el hecho de que él se fuera para mí en cierta forma fue como un orgullo, porque está tomando las riendas de su vida y eso no significa que nosotros los estamos desprotegiendo absolutamente para nada... pero tiene que, como todo pajarito, tienen que aprender a volar, salir del nido y hacer su vida...”*

Así mismo, el Sr. E de la pareja 1, compartió su sentir sobre ese momento: *“el efecto mío no fue tan contundente de tristeza, porque yo quería que él se fuera... Yo no quiero decirles, pues, que todo fue color de rosa, pero, dentro de ese impacto, en el fondo, yo le di gracias a Dios... yo sí quería que se fueran, estoy realizado con ellos dos, mis expectativas se cumplieron y yo soy uno de los que les digo “Por acá no vuelvan” y menos mal que están amañados”*.

De igual manera, en esta categoría de pautas relacionales, se indagó acerca de cómo se afrontó esta etapa de la salida de los hijos, si se hizo de manera individual o en pareja y se encontró que en dos de las parejas este momento se atravesó con el apoyo del esposo, ante la tristeza que embargó a estas madres y fueron éstos un soporte importante, lo cual implicó la modificación de sus rutinas para hacer contención emocional necesaria a quienes más lo requerían. Lo anterior se hizo evidente en las siguientes frases:

“justo en ese momento, yo hago un poco de contención. Porque sé que ella viene triste, bien adolorida y todo eso entonces para esos días yo siempre trato de al máximo estar siempre con ella, porque sé que ella necesita ese espacio, ese vacío lo tiene que llenar y yo tengo que estar ahí fijo, o sea, eso es lo que es lógico, yo no programo viajes, no hago nada porque, porque ahí es cuando ella necesita mucho más. Yo desde ese punto de vista, de pronto yo si soy más frío, de pronto en mi dolor y todo lo asumo yo y me duele, pero yo me convierto más en el apoyo de ella” (Sr. E, Pareja 2).

De la misma manera, la Sra. MC de la pareja 3, refirió que: *“El cuándo me ve a mí triste...” Mija, pero por qué llora, están bien, las niñas están bien, (Hijo MC) está bien, no te preocupes, hicimos nuestra labor bien hecha, mal hecha si los tuviéramos aquí todas aquí al...a las naguas de la mamá, eso sí sería preocupante”.*

Por otro lado, la pareja 1: (SV), lo vivió de manera individual al reconocer que sus interpretaciones alrededor de la salida de los hijos eran diferentes, diferencia que los llevó a tomar distancia en los momentos de nostalgia de la madre, como forma de adaptación propia ante dicho cambio.

Por ejemplo, la Sra. M de la pareja 1, expresó lo siguiente: *“No. Como pareja, no, porque él, contento porque no están; y yo, triste porque me sentía sola y más que todo con las mujeres, que uno con la mujer sale, una cosa...yo no le decía a él nada. ¿Para qué?”*

Y a su vez su esposo, el Sr. E, manifestó que: *“Inclusive, chocamos. Son conceptos diferentes que tenemos en eso porque ella lo ve de una manera como madre y yo lo veo de otra manera como más práctico, ¿no?”*.

De otro lado, en esta misma categoría de análisis, se exploró acerca de cómo se vivió el estar en pareja posterior a la salida de los hijos, identificando que para las tres parejas esta etapa los ha llevado a reencontrarse, incorporando nuevas rutinas, maneras de acompañarse y de vivir experiencias que antes tenían juntos, como espacios de tertulia en una media tarde o media mañana, acompañados de un café; desarrollo de tareas del hogar de manera conjunta como comprar el mercado, diligencias bancarias o cocinar juntos.

Sobre este aspecto, la Sra. J de la pareja 2, menciona lo siguiente: *“donde lo inviten, vamos, o no vamos a donde me inviten igual. A la familia la visitamos juntos, tanto a la familia, sobre todo la familia de K, porque somos más de mi familia, pero no tenemos como esos parches en que cada quien, por su lado, no, siempre hemos estado muy juntos, podemos trabajar en la casa donde nos encontramos solamente en las pausas activas. Entonces un cafecito, entonces nos encontramos y charlamos y bueno.*

Del mismo modo, la Sra. MC de la pareja 3, comparte algunas de las vivencias actuales con su esposo: *“Estamos muy bien, eh...disfrutamos...nos disfrutamos mucho, como pareja, a pesar de que a medida que van pasando los años y el amor, se va transformando...compartimos mucho, el día sábado, domingo, que no tenemos, quién nos ayude, cocinamos juntos, servimos la mesa juntos”*.

Por último, en cuanto a la categoría pautas relacionales, en la subcategoría atribución de significados y creencias en torno al rol de vida en pareja, se indagó acerca del significado que se le otorgó al hecho de vivir en pareja posterior a la salida de los hijos, a lo que las parejas refirieron que fue una etapa de crecimiento, aprendizaje y gratitud por el deber cumplido como

padres. Particularmente la Sra. J de la pareja 2, habló que para ellos esta etapa ha significado aprendizaje:

“aprendizaje, es un aprendizaje que no necesariamente es duro, sino que es un aprendizaje, porque realmente es algo muy desconocido. Y uno construye, construye, construye. Pero como lo dijimos al principio, pues realmente uno no termina de prepararse para ese momento que sabe que se va a dar, pero no sabe cómo, no sabe cuándo, entonces sí, yo creo que es un aprendizaje muy grande”.

Por su parte el Sr. O de la pareja 3, habló de la satisfacción que le generó estar en dicha etapa *“Amor y unión incondicional y para mí es una gran satisfacción” (Sr. O, pareja 3).*

Respecto a la categoría ciclo vital familiar y su subcategoría salida de los hijos del hogar, se percibió afinidad en las percepciones de los tres esposos, sobre ese momento crucial de la historia familiar, quienes coinciden en que de alguna forma siempre estuvieron preparados para la salida de los hijos del hogar, asumiéndolo como una realidad necesaria para su bienestar y vida futura, entendiendo que el hecho de independizarse, es quizá uno de los indicadores principales para medir el éxito en su crianza, poniendo a prueba las habilidades para la vida aprendidas en casa.

Lo anterior fue posible reconocerlo, en las expresiones verbales de los tres esposos participantes, donde por ejemplo el Sr. E de la pareja 1, habló contundentemente sobre su forma de afrontar, ese momento crucial de la vida familiar: *“No, es que eso es inherente a la vida y yo toda la vida me preparé para eso, porque es que yo lo veo, lo veía y yo lo leo, y dice la Biblia -Dejarás a tus padres- ... Es que los hijos no son de uno, son de la vida”.*

De igual manera el Sr. O de la pareja 3, refirió lo siguiente: *“Uno tiene que entender que los hijos...tienen que...uno no los puede amarrar, porque...si uno los tiene amarrados, no van a tener ilusión en la vida”.*

Y a su vez el Sr. E de la pareja 2, expresó: *“Normal, normal yo para mí, o sea, yo desde que ellos se están saliendo de la universidad, yo los empujo, o sea que se tienen que hacer cargo de su vida y no porque sean una carga, sino porque tienen que aprender a defenderse solos en la vida”*.

De otro lado, se considera que las madres participantes confluyeron en su perspectiva de este momento del ciclo vital familiar, manifestando principalmente dolor ante la salida de sus hijos del hogar, reconociendo la movilización que generó este momento en sus vidas, pero sin negarse a ese evento normativo. Al respecto, se expone el relato de la Sra. J de la pareja 2, sobre su sentir ante dicho suceso:

“nosotros hacemos como un entrenamiento, el entrenamiento es que cuando K se va para Bogotá a vivir, nosotros pedimos el apartamento, nos desocupan el apartamento y mudamos a (Hijo pareja MM) para el apartamento, para que él fuera haciendo como ese proceso de destete, pero él venía aquí a la casa, dormía allá y como haciendo todo esto, pero para mí era durísimo, o sea, cuando ese niño sacó las cosas de aquí, o sea, cuando salió eso era como si le arrancaran a uno el alma, eso es una cosa muy dura”

Cabe considerar, que al conversar con las parejas participantes acerca de si surgieron para ellos nuevos proyectos, tanto a nivel individual como de pareja, después de que sus hijos salieron del hogar, todas manifestaron que, en efecto, si surgieron nuevos planes que los llenaron de motivos para continuar avanzando de manera conjunta, en esa nueva etapa de la vida en pareja, entre ellos la adquisición de bienes, la realización de viajes y el tránsito de una vida urbana a una rural. Dicha experiencia fue compartida por ellos y ellas, como se muestra en las siguientes frases:

“Sí, lo que decíamos, es que ya es otra vida y ya esa otra vida debe de tener sus episodios diferentes y debe tener sus acontecimientos diferentes. Entonces, pues, ya los dos... ehh... el apartamentico que tenemos programado para el 2024” (Sr. E, pareja 1).

“Ya, yo le digo a él, nosotros tenemos en el carro una maleta pa’ clima frio y una maleta pa’ clima caliente, si nos cogió la noche, nos quedamos, ya nosotros qué... Hay un dicho muy feo que dicen los paisas, “yo no le cargo teta a nadie” ... Ya el tiempo es de nosotros, lo que queremos hacer en el día, que importa si no es festivo, qué importa si es un martes, si es un jueves, no importa, nos fuimos ¡Ya!” (Sra. M.C, pareja 3).

“El proyecto es podernos ir a vivir a una casa de campo, ya, ese es nuestro proyecto ... es irnos a vivir a una casa de campo y buscando ya preparando planes de retiro, ya, entonces sabemos que los muchachos ya hacen su vida y nosotros decimos bueno, pues esta casa es grande ya” (Sr. E, pareja 2).

En lo concerniente a la categoría vida en pareja, compuesta por las subcategorías: mutuo apoyo, intimidad, comunicación y afectividad; se halló gran similitud en las percepciones de las tres parejas participantes con relación a mutuo apoyo, mencionando que su realidad actual como pareja se basa en la unión, complicidad y tiempo de calidad juntos, viendo la salida de sus hijos del hogar como un nuevo momento para un nosotros, donde el interés genuino predomina, trabajando por un bienestar común. Algunas de sus expresiones al respecto fueron las siguientes:

“Para mí...es el premio más grande que yo he tenido en mi vida, el apoyo de mi esposo” (Sra. M.C, pareja 3).

“Mira, a ver, yo creo que sí ha habido una gran oportunidad, mucho, mucho en la parte de apoyo, cuando J empezó a estudiar y ahora con la maestría... Entonces, desde ese punto de vista, yo le he ayudado, a veces cuando tiene algunos trabajos, algunas dudas” (Sr. E, pareja 2)

“Nosotros nos apoyamos muchísimo y nos comunicamos mucho, porque E sabe de todo lo que me pasa en la maestría y sabe de mis dolores, de mis angustias” (Sra. J, pareja 2).

A su vez, sobre la subcategoría intimidad, los participantes expresaron que es un

aspecto que con el paso del tiempo se ha transformado y se ha ajustado a su bienestar, permitiéndoles sentir confianza, cercanía y sobre todo aceptación de la etapa de ciclo vital por la que atraviesa cada uno. También, las parejas coincidieron en que, si sienten que la intimidad tuvo cambios favorables para ellos después de que sus hijos salieran del hogar. Al respecto, se considera significativa una expresión del Sr. E de la pareja 1, en la que dejó ver el grado de confianza y cercanía que siente con su esposa en esta etapa de sus vidas:

“Otras cuestiones... ehh... Digamos, de intimidad, eso va generando unos cambios. Y yo puedo salir desnudo y yo no siento que estoy desnudo. Y mi señora aquí... me da más pena del gato”.

Expresión que fue correspondida por su esposa, la Señora M, quien refirió lo siguiente:

“Uno no le da pena de que me vean así en ropa interior. Lo único que sí yo noto en la edad de nosotros es que yo ya no duermo con él porque se mueve demasiado, entonces, no me deja dormir”.

Del mismo modo, la Sra. MC de la pareja 3, considera esta etapa como un gran momento para su relación: *“Compinchería... Se fortaleció mucho más, porque ya, vivimos para nosotros... Pero cuando ya se fueron las niñas, pues mira, por ejemplo. Yo...a mí me encanta, andar...de pronto en...panty y en brasier. De pronto salgo del cuarto y, voy al otro cuarto y...vuelvo otra vez al mío, bueno... Cuando estaban los niños no, porque me daba pena. En cambio, ahora que ya estamos solo ah...mijita, él...él es más...él es más cómo se llama. Más pudoroso. Yo no, yo no”.*

Al igual que la Sra. J de la pareja 2, que logró reconocer de manera amplia, que para ella y su esposo, la intimidad significa todo en este momento de sus vidas:

“Cuando yo digo todo es porque bueno K tiene algo que a mí me gusta muchísimo y que ha sido un elemento primordial en nuestra relación, y es que tiene muy buen sentido del humor, pero mucho. Entonces desde que nosotros estamos solos también como que ese hacer el chiste, hacer chistecitos, cositas como de cualquier situación o por ejemplo, si yo estoy desnuda y le digo mira todos

estos gordos que me han salido, entonces siempre sale con algún chiste, pero no chiste que me vaya, pues como a ofender, sino cosas que me resaltan, entonces dice cosas bonitas... pero desde que estamos solos pues obviamente compartimos más. No tenemos como ese ese día o ese fin de semana, pues como para tener una relación sexual, sino que se da en libertad”.

Ahora bien, acerca de la subcategoría comunicación, las parejas participantes consideraron que sus canales de comunicación ciertamente si presentaron un cambio importante, al momento de encontrarse solos en casa, enfocándose de manera sustancial en mejorar la expresión verbal, la asertividad y la escucha. Por ejemplo, la Sra. J de la pareja 2, lo verbalizó de la siguiente manera:

“Desde que nosotros estamos solos hemos optado por algo y es que primero tenemos libertad, tenemos libertad de hablar, tenemos libertad de decir, tenemos libertad de todo y no tenemos que estar como calladitos, como que..... entonces yo sí, yo y a veces “¿E nos tomamos una botellita de vino?” y entonces a veces como que esa botella de vino viene con algo especial, entonces yo le digo bueno, si es que la verdad yo he querido comentarte algo, cosas que yo siento que no se da cuenta, sino que he venido como que notando y voy ahí como pasó esto, pasó esto, pasó esto, entonces digo, “no, de una”, entonces servimos la botellita y empiezo yo hablar “E mira que yo quería decirte que no me he sentido bien porque he notado esto, has tenido una actitud así, yo no sé si tú te habrás dado cuenta, pero me molesta o me duele o no me estoy sintiendo comprendida”, bueno, todas esas cosas, E tiene muy buena apertura, me recibe, cuando ya empiezo pues como a machacar mucho, así ya no me recibe tanto. Pero bueno, yo, yo también he mejorado sí” (Sra. J, pareja 2).

Algo semejante ocurrió con la subcategoría afectividad, donde las parejas entrevistadas identificaron que indudablemente, las demostraciones afectivas entre ellos, presentaron cambios con relación al establecimiento de espacios propios como pareja, notando que con la presencia de los hijos, tenían dificultad para el desarrollo de actividades afines, debido a que su atención estaba centrada en la crianza, también optaban por priorizar las elecciones de sus

hijos en el desarrollo de alguna actividad familiar, mientras que ahora que sus hijos han salido del hogar, sintieron mayor cercanía entre sí y la posibilidad de re encontrarse en todo aquello que les genera satisfacción, como poder tomar momentos de descanso, elegir una película, lugar de destino en un viaje o qué almorzar en un día común.

De igual modo, se resalta lo mencionado por la pareja 3: (MC), sobre este aspecto, hablando acerca de la transformación del amor y deseo sexual por el que transitaron, llegando a este punto de su vida, donde se reconocen como un valioso apoyo, sin sentirse agotados el uno del otro a pesar del tiempo. Al respecto, la Sra. MC, expresó lo siguiente:

“Si, sí, sí, sí. Es tan diferente cuando uno se casa, el amor, el deseo de tener relaciones sexuales, y toda esta cosa, ese arrebató, todo eso baja. Todo eso...y va quedando... Yo digo que ese es el verdadero amor en este momento. En este momento...yo digo...es un amor de verdad, muy fuerte, porque uno acomodarse a todo eso...aceptarlo sin...sin...sin sentirse uno cansado, agotado... Pero cuando se fueron los hijos, nosotros nos unimos más, ya nos volvimos a encontrar”.

Es preciso destacar, que de acuerdo a los diálogos establecidos con las parejas entrevistadas, se consideró como un aspecto significativo, el relato sobre sus experiencias de la salida de los hijos del hogar de acuerdo con el género; identificando que al recordar ese sentir del momento en que los hijos salieron del hogar, los tres padres expresaron que para ellos fue y sigue siendo motivo de orgullo que sus hijos hayan logrado partir del hogar, asumiendo sus vidas con total independencia y autonomía; mientras que para las madres, primó el sentimiento de tristeza y dolor al verlos tomar nuevos rumbos; dichos relatos han sido basados en sus roles parentales, donde las madres coinciden en haber asumido la crianza de sus hijos desde el cuidado, el servicio, la cercanía y la presencia cotidiana durante su crecimiento; mientras los padres participaron en la crianza de sus hijos, desde un rol proveedor y como

soporte de la norma y la autoridad en el hogar, sin negar su acompañamiento emocional a lo largo de su desarrollo.

Para finalizar, y como resultados obtenidos de la co-creación de narrativas frente a las pautas relacionales y la percepción de vida en pareja, surgió el reconocimiento de necesidades no habladas, en el momento actual de la relación, donde las tres parejas concordaron en que fue gratificante escucharse el uno al otro, en el cómo había sido transitar por esta etapa, así como lograr verse como pareja en cuanto a sus fortalezas, pero también en aquello que se podría mejorar en adelante y que se hizo evidente en sus narraciones. A continuación, exponemos la percepción que cada una de las parejas tuvo acerca de su participación en esta investigación:

“Super e uno como que cuenta, se le deja uno de ciertas cosas” (Sra. M, pareja 1).

“Yo me sentí bien porque, de nuevo, he tenido la oportunidad como de nueva mente caer en cuenta de cosas muy importantes” (Sr. E, pareja 1).

“A mí me gustaría que duerma conmigo” (Sr. E, pareja 1).

“soltar más a los muchachos, ¿en qué sentido? es que no me angustie tanto... Yo me angustio muchísimo y me angustio por las cosas que no han pasado todavía y eso es algo que K me dice: “Negrita, tienes que soltar, tienes que soltar más”, porque a veces puedo alterar el curso de un buen momento (en pareja) por una situación de esas”. (Sra. J, pareja 2).

“No, chévere, yo creo que mira, este tipo de espacios así de una forma yo diría formal y neutral, cuando hay otra persona, pues te hace profundamente valorar, llamémoslo así, todo el camino, todo el camino recorrido y apreciar muchísimo llamémoslo así, el trabajo en equipo que hemos desarrollado, no solamente eso, sino también el crecimiento y la trascendencia que hemos tenido como seres humanos al poder personalmente sacar personitas allá que tienen también sus proyectos de vida, pero sobre todo unos valores que creo que están muy fundamentados y para nosotros eso es lo importante, que consigan

o no consigan dinero, para nosotros no nos interesa. Lo que recalcamos es que sean felices ya, y yo creo que tienen los valores suficientes para lograrlo y pues ya Dios mira hacia adelante, ya nosotros, aquí estaremos nosotros hasta que San Juan agache el dedo” (Sr. E, pareja 2).

“Sabes que nunca habíamos conversado con nadie este tema, nunca no, siempre nos ven juntos, y hay tan ricos ustedes junticos, tan bueno, pero nunca habíamos tenido una conversación de nuestra vida, de nuestro matrimonio, antes, durante y después de que ya se fueron los hijos nunca” (Sra. MC, pareja 3).

“Bien, me siento bien, lo que hemos hablado trae buenos recuerdos, el deber que uno se olvida de pasado... pero si, esto queda grabado, ee, yo creo que hay muchas cosas que uno puede pensar que la vida nuestra y de mi esposa, es porque, nunca fue de terneros, así como amigos que vienen todos los días a visitarnos, y hemos compenetrado más en el honor de ella y el mío” (Sr. O, pareja 3).

Es importante resaltar, que la posibilidad de escucharse en el momento reflexivo permitió que las parejas pudieran reconocerse desde el sentir del otro, al transitar por esta etapa, permitiéndose hablar sobre las necesidades de cada uno, de acuerdo al nuevo ciclo vital por el que atraviesan, haciendo un llamado a la continuidad del acompañamiento, la cercanía, la comprensión y la adaptación, que han venido ganando desde que sus hijos salieron del hogar. De igual manera, las parejas participantes coincidieron en que, hacer parte de la investigación ha sido significativo para ellos, en la medida que pudieron hablar de su experiencia de manera amplia, sintiéndose reconocidos, escuchados y validados en la emocionalidad que les genera, hablar de un tema tan relevante en sus vidas.

4. Discusión

Con el fin de dar cumplimiento al objetivo general de esta investigación, a saber, comprender conjuntamente con 3 parejas heterosexuales de la ciudad de Cali, las pautas relacionales establecidas posterior a la etapa del ciclo vital familiar salida de los hijos del hogar, y el impacto en la percepción de su vida en pareja. Se presenta a continuación la discusión, a partir de enlazar los resultados obtenidos en la investigación con las tres parejas descritas en el apartado de los resultados y los postulados propuestos en el marco teórico, sobre las categorías de análisis como pautas relacionales, ciclo vital familiar y de pareja, y vida en pareja.

Con base a algunos planteamientos de estudios preliminares, donde se ve la salida de los hijos del hogar como un síndrome, en el presente estudio se halló que si bien las madres participantes lo vivieron con sensación de tristeza y vacío emocional, no verbalizaron síntomas depresivos que se asociaran con el síndrome de nido vacío, y de igual forma, se logró reconocer importante participación de los padres en el tránsito de ese momento crucial de la vida familiar, distando de lo mencionado por algunos estudios que indican que esta etapa es vivida exclusivamente por las madres.

De tal modo, a lo largo de esta discusión se procuró analizar a la luz de los autores, los hallazgos con relación a las pautas relacionales que son descritas por Tapia (2003), como aquello que se repite y se constituye en maneras de interacción entre la familia y la pareja, cuyas subcategorías son las emociones, los significados y creencias que se han otorgado al suceso de la salida de los hijos del hogar.

Así mismo, se expone en esta discusión lo que respecta al ciclo de vida familiar salida de los hijos del hogar y vida en pareja, sobre lo que Falicov (1984), sostiene que tanto la familia como la pareja se ve a través del tiempo impactada por entradas y salidas de sus miembros y esto conlleva a cambios también en su funcionamiento.

Por lo tanto, para iniciar es importante resaltar que, para las tres parejas la salida de los hijos del hogar fue un momento para unirse y retomar su vida en pareja, definiéndolo como un reencuentro, sobre lo que Mcgoldrick et al. (2016), refiere que las familias están constantemente en renegociación de sus relaciones puesto que son un sistema cambiante a través del tiempo; al respecto, se identificó que en las narrativas de los participantes, el discurso dominante habla de que el sistema familiar y el subsistema parental siempre estuvo fortalecido, en torno a la crianza de los hijos, pero poco se habló del subsistema conyugal, mostrando la vulnerabilidad de este vínculo al que podrían renunciar, sin embargo éstos lograron desarrollar estrategias de afrontamiento para restaurar el equilibrio de la relación, implementando nuevas posibilidades para el ser pareja.

Del mismo modo, De Miguel (2015) expone cómo en los vínculos de pareja se dan modificaciones en las reglas y pautas de relación, dejando ir tal vez las que ya no son esenciales, como las que en estas familias se venían realizando en función a la crianza de los hijos y se introducen nuevas pautas en torno a la vida en pareja, logrando reconocer como en este estudio, tanto los padres como las madres, coincidieron en que, a pesar de que siguen al tanto de las necesidades de sus hijos e incluso de sus nietos, ahora hay nuevas pautas relacionales con su pareja, como lo es el cuidado mutuo, el reencuentro con su vida íntima, el fortalecimientos de espacios de escucha y la generación de nuevos momentos con mayor libertad.

Lo anterior también confirma, lo que Coddou y Méndez (2002), manifiestan diferenciando los sistemas familia y pareja, y enfatizando en que la relación de pareja emerge, no en el vivir dentro de la familia, sino en el vivir solos como pareja, situación que se hace presente en estas parejas participantes, posterior al paso por la etapa del ciclo vital familiar, salida de los hijos del hogar, transitándola según lo evidenciado en dos momentos, uno que sucede de inmediato y es de acercamiento ante las emociones que esto suscita y otro en el que

surgen nuevas necesidades u otras que habían sido aplazadas o no priorizadas por la crianza de los hijos.

Por otro lado, es pertinente resaltar que para las madres participantes de la investigación, la salida de los hijos del hogar, la vivieron desde la emoción de tristeza acompañada de una sensación de vacío, lo que podría ser explicado desde lo que Valladares (2008), expone que en la familia se establecen dependencias y vínculos afectivos entre sus miembros, y lo que se pudo reconocer, fue que éstas madres transitaron desde la emocionalidad, a diferencia de los padres quienes lo hicieron desde la comprensión y racionalidad, manifestando que esto les representó una sensación de gratitud y orgullo por el deber cumplido como padres, ya que para ellos este proceso es lo que se espera del ciclo vital familiar.

Referente a lo anterior, Minuchin y Fischman (1981), determinaron como periodos enmarcados en crisis y desequilibrio del sistema que implica ciertas adaptaciones, y en ese sentido, en el caso de estas tres parejas participantes, el pasar por esta crisis normativa requirió de ciertos ajustes en sus dinámicas, movilizándose del subsistema parental hacia el fortalecimiento del subsistema conyugal, en este caso desde un lugar de apoyo emocional de esposos hacia estas madres y posteriormente al reencuentro como pareja.

Así mismo, al momento de indagar con las parejas participantes, sobre el cómo se afrontó la etapa de la salida de los hijos del hogar, se encontró que, en dos de las parejas se vivió ese momento con la generación de apoyo, contención y acompañamiento de los esposos hacia quienes se sentían más vulnerables como lo fueron las madres, creando en ellas y en el vínculo de pareja, una sensación de bienestar, tranquilidad y seguridad, redundando en un mayor acercamiento entre ambos.

Por otro lado, una de las parejas atravesó este momento desde la individualidad, debido a que no se logró esta renegociación como lo plantea Mcgoldrick et al. (2016), indicando que las familias en los movimientos que traen consigo los ciclos de vida se deben replantear en la

manera de relacionarse entre sus miembros, en el caso de esta pareja su respuesta fue de distanciamiento. Al respecto, se comprendió que esto pudo generar un atascamiento en el proceso de reencuentro de esta pareja, generando en la madre una mayor sensación de soledad, ya que, en términos relacionales, la actitud del esposo impulsó en ella una respuesta de distancia como mecanismo de afrontamiento.

Lo anterior reafirma que, la salida de los hijos del hogar genera cambios en las relaciones, dado a que implica nuevos retos, promoviendo una reacomodación en el ser pareja, ante esto Caille (1992) plantea, “el absoluto de la pareja”, que es un tercero que está en constante co-creación de la diada y que se pone a prueba por ejemplo en etapas como la salida de los hijos del hogar, y define que se requiere de aspectos como el mutuo apoyo, la intimidad, la comunicación, y el afecto, para su sostenimiento.

Con relación a ello, se visualizó como dos de las parejas, lograron implementar dichos aspectos, para reencaminarse en el ser pareja, una vez salieron sus hijos del hogar, mientras que una de las parejas, tardó un poco más en este proceso, debido a la implementación inicial de la distancia como medida de afrontamiento por parte de la madre, pero finalmente, llega a un punto de encuentro con su compañero, logrando fortalecer los aspectos en mención, a través del compartir cotidiano de tareas asociadas al sustento del hogar y al bienestar propio, como el cuidado de salud (salir a caminar, cumplimiento de citas médicas).

En este mismo orden de ideas, sobre la etapa de ciclo vital familiar, se identificó que la salida de los hijos del hogar, fue un momento vivenciado de manera particular por cada uno de los participantes del estudio, pero notándose una significativa diferencia entre las percepciones de padres y madres, frente a la premisa de si mientras sus hijos iban creciendo, pudieron prepararse para verlos partir en algún momento del hogar, ante lo que los padres manifestaron que si lo habían visualizado en varios momentos de la vida de sus hijos, porque ese era su indicador para determinar si habían tenido éxito en la crianza o no, viendo la independencia de

sus hijos, como una gran ganancia para la familia, en términos de que el hecho de que éstos tengan la capacidad de toma de decisiones y administración de sus propias vidas, les genera tranquilidad, orgullo y satisfacción, al ver en ellos capacidades para afrontar nuevos caminos.

Por el contrario, las tres madres participantes reconocieron que ellas nunca se prepararon para ver a sus hijos alzar vuelo del hogar, por lo que al expresar su sentir ante la salida de cada uno de sus hijos, hablaron del inmenso dolor que les generó, puntualizando la vivencia de la salida del último hijo(a) del hogar, como un momento estremecedor, que las llevó a sentirse muy lesionadas emocionalmente: “me arrancaron el alma”, y en soledad, al ver cada uno de los rincones de su hogar, sin la presencia de los hijos. Pero también fue muy emotivo identificar, como la presencia de sus esposos se constituyó en una figura de apoyo y compañía, ayudándoles a reencontrarse a sí mismas, pudiendo reconocer que su misión de vida no sólo estaba destinada al rol de madres, sino además al de esposas y mujeres, posibilitando esto un nuevo sentido para sus vidas tanto a nivel individual como en pareja.

Con relación a lo mencionado sobre la vivencia de la salida de los hijos del hogar, Bates (como se citó en Carmona et al., 2008), plantea que “Se trata de una fase normal del desarrollo de la vida en pareja, que refleja la forma de reaccionar de cada uno de los miembros de la misma, siendo sensibles a los efectos de cambio en dicho periodo, dependiendo del estilo vincular de cada uno” (p.83), de tal forma, se considera importante resaltar, que en este estudio fue posible visualizar, que pese a que las madres tuvieron un impacto emocional más fuerte con la salida de los hijos, se trató de un acontecimiento que involucró a ambos miembros de la pareja desde sus roles parentales, es decir que no sólo atañe a las madres por el hecho de vivirlo con dolor, sino que amerita el otorgamiento de valor y sentido, a la forma como lo transitaron también los padres, entendiendo que fue una vivencia muy significativa de la vida familiar y de pareja, que se asimila de modo muy particular, dependiendo del contexto personal y los roles que hayan asumido padres y madres, durante la crianza de los hijos.

Del mismo modo, se hace importante reconocer el hecho de que las tres parejas participantes, lograron identificar que posterior a ese valioso acontecimiento de la salida de los hijos del hogar, surgieron para ellos nuevas posibilidades para reafirmarse como pareja, compartiendo proyectos afines como viajes, desarrollo de actividades cotidianas como preparar la cena y adquisición de bienes, pensando precisamente en un ajuste del espacio de vivienda, al darse cuenta de que ahora las necesidades se centran exclusivamente en ellos como compañeros de vida, organizándose entorno a sus expectativas y calidad de vida en pareja, con relación a ello Mcgoldrick et al. (2016), plantea que “Todas las familias deben renegociar sus relaciones entre ellos tantas veces como se mueven por la vida” (p.7).

Ahora bien, acerca de los cambios percibidos en pareja sobre la intimidad, se encontró que para los participantes este aspecto, con el paso del tiempo y posterior a la salida de los hijos del hogar, se ha transformado y se ha ajustado a su bienestar, aumentando su confianza y cercanía, reafirmando lo que Tapia (2003), menciona acerca de que la intimidad tiene que ver más con la construcción de la identidad del sí mismo, en presencia del otro en la relación de pareja, en un ambiente de confianza que permite ser legitimados. Con base a este planteamiento, se considera indispensable resaltar que fue muy significativa, la forma como estas parejas pudieron permitirse hablar acerca de lo que ellos significan como intimidad en este momento de sus vidas, ahilando elementos como el compartir, la cercanía, la confianza, la sexualidad, el diálogo, la camaradería, como parte de un todo en su vida íntima, narrando anécdotas muy bellas y peculiares acerca de sucesos en los que han podido sentir de alguna forma libertad al no encontrarse sus hijos en el hogar, pudiendo por ejemplo, en el caso de uno de los esposos, caminar desnudo por la casa sin sentir vergüenza de su esposa, refiriendo "me da más pena del gato"; también las señoras participantes hablaron de como ahora podían disfrutar el andar en ropa interior en su casa, y una de las parejas puntualizó el hecho de que

ahora no tienen que escoger un día ni hora puntual para la sexualidad, ni tener puertas cerradas, aspecto que antes estaba sujeto a la presencia de sus hijos.

Cabe destacar, que con respecto a la afectividad, comunicación y mutuo apoyo, se encontró que, indudablemente las demostraciones afectivas entre ellos, presentaron cambios con relación al establecimiento de espacios propios como pareja, comunicación asertiva, comprensión y mayor capacidad de escucha, notando que con la presencia de los hijos su atención estaba centrada en la crianza y en el desarrollo de actividades familiares, mientras que ahora que sus hijos han salido del hogar, sintieron mayor cercanía entre sí y la posibilidad de re encontrarse en todo aquello que les genera satisfacción en pareja, estas nuevas maneras de interacción reafirmaron lo que Sluzki (1996), definió como un intercambio que connota una actitud emocional positiva, clima de comprensión, simpatía, empatía, estímulo y apoyo, es decir, poder contar con el otro, y esta resonancia permite la presencia de una característica necesaria para una buena comunicación.

A propósito, lo que se pudo notar fue que el contexto de la pareja emergió de tal forma, que las conversaciones ya no eran de la crianza de hijos, o de las dinámicas familiares, sino que giraron en torno a la diada, a buscar potenciar el vínculo de pareja a partir de elementos como el cuidado mutuo, favoreciendo que las tres parejas participantes, desarrollaran suficientes recursos para lograr la transición a una nueva etapa. De igual manera, en los resultados acerca de la forma de comunicarse en esta etapa de su vida en pareja, las tres parejas manifestaron que sus canales de comunicación se consolidaron en una comunicación asertiva, abriéndose a la escucha de la necesidad del otro, siendo este aspecto fundamental y como plantea Bateson y Ruesch (1951), la comunicación, es más que una palabra, es también un gesto y una mirada, lo cual se hizo presente en las experiencias narradas de los participantes, como cambios en las pautas relacionales entre la pareja.

De igual forma, con relación a lo expresado sobre la experiencia de la salida de los hijos del hogar, de acuerdo con el género, es relevante como coincidieron los testimonios de las mujeres y hombres participantes del estudio, respecto a su experiencia de ver partir a sus hijos del hogar, basándose cada uno en el rol parental asumido en la crianza de los hijos, donde las madres, reconocieron haber cumplido un papel de cuidadoras, protectoras, apoyo emocional, asignación de la norma y amas de casa, durante el crecimiento de sus hijos.

Dichos roles las ubicaron en una postura emocional a la hora de afrontar la salida de los hijos del hogar, tal vez por contar con mayor tiempo compartido con sus hijos, viviendo esos momentos con mucho dolor, tristeza, añoranzas y sensación de vacío, pero enfatizando, en que el apoyo de sus esposos fue fundamental para un adecuado manejo de sus emociones, logrando avanzar a la siguiente etapa del ciclo vital familiar y de pareja; especialmente las mujeres de las parejas 2 y 3, ya que la Sra. M, de la pareja 1, relató haber desarrollado recursos individuales, debido a que la percepción de su esposo sobre dicha experiencia, no logró compaginarse con su vivencia, sin embargo, esto no impidió que pudieran ir avanzando como pareja, hacia ese reencuentro que ha sido reconocido por las tres parejas participantes.

Por su parte, los padres participantes, tuvieron una postura de mayor flexibilidad y adaptación a esa nueva etapa, viendo la salida de sus hijos del hogar como una misión cumplida, debido a que sus roles como proveedores económicos, veedores de la norma y soporte emocional en momentos puntuales, les permitió ubicarse desde una perspectiva de crecimiento frente a esa vivencia, lo que también les facilitó brindar mayor contención a sus esposas durante esa transición. También es válido reconocer, que su participación en el mercado laboral generó que no pudiesen compartir tanto tiempo con sus hijos, lo que también contribuyó a que ese sentir sobre esa vivencia, lo pudieran tramitar de una forma más racional, sin desconocer que, dentro de sus posibilidades, fueron padres que procuraron el acompañamiento afectivo de sus hijos y sus esposas.

De tal modo, se percibe que, al generarse esa división de roles parentales se genera de alguna forma desventaja en el desarrollo de medidas de afrontamiento de las crisis normativas de la familia, como lo fue la salida de los hijos del hogar. Esta desventaja también se observa en el poder adquisitivo, el desarrollo profesional, y la carga de labores domésticas en la pareja, planteado por South y Spitze (1994), citados por García (2020), como “la perspectiva de disponibilidad de tiempo sostiene que el tiempo dedicado al trabajo doméstico depende del tiempo dedicado al mercado laboral, y el miembro de la pareja que pasa menos tiempo en trabajo remunerado realizará más trabajo doméstico” (p.77)., no obstante, es necesario tener en cuenta, que en los casos de estas tres parejas, esa distribución de roles está muy asociada al contexto y momento histórico en el que criaron a sus hijos.

Por otra parte, es preciso ver también, como los roles parentales, le permitieron a cada miembro de la pareja ubicarse en un lado particular de esa crisis normativa, que movilizó a la familia de manera significativa, por el sentido de prioridad que le otorgaron a la crianza de sus hijos, pudiendo complementarse y acompañarse, donde la división de tareas posibilitó la conservación de la estructura familiar, pese al impacto que les generó ese cambio de etapa.

Por último, es importante resaltar que a través de la co-construcción de narrativas frente a las pautas relacionales y percepción de vida en pareja, se generó por parte de cada uno de los miembros de la pareja, el reconocimiento de la vivencia y de las necesidades actuales, que en esta etapa de ciclo vital en el que se encuentran, no habían sido habladas, al respecto Biscotti (2006), define la pareja como una construcción en relación: la que da cada uno de sí mismo y le da al otro, la que cada uno tiene del otro, y la que cada uno recibe del otro, y fue justamente esto lo que se reflejó en cada uno de los diálogos generativos con las parejas participantes, en donde al escucharse y ubicarse desde una postura relacional, se permitieron reconocer la experiencia del otro, otorgando nuevos sentidos al hecho de continuar juntos y expresando nuevas necesidades para continuar co-construyendo el vínculo de pareja.

A través del desarrollo de esta investigación, fue posible comprender conjuntamente con las tres parejas participantes, que posterior a la etapa del ciclo vital familiar salida de los hijos del hogar, surgieron para ellos nuevas pautas relacionales, a partir de la atribución de significados y creencias en torno al rol de vida en pareja, configurando su relación de acuerdo con el nuevo ciclo vital al que se enfrentan tanto a nivel familiar como individual, desde el aprendizaje y el crecimiento. De tal manera que en esa nueva configuración de la relación, manifestaron que aspectos fundamentales como el mutuo apoyo, la intimidad, la comunicación y afectividad, presentaron cambios favorables para la transformación del ser pareja, donde logran reconocerse en una nueva realidad que los ubica en roles distintos al de la parentalidad, pero les permite vivir una experiencia gratificante de apoyo, compañía, asertividad, complicidad, sexualidad, y mayor cercanía, que durante la crianza de los hijos no habían podido priorizar.

Para concluir esta investigación, es importante resaltar que a través de los resultados obtenidos se logró comprender cómo las parejas, posterior a la salida de los hijos del hogar, consiguen incorporar nuevas pautas de relación, ante el cambio de la estructura familiar, donde la diada reconoce este momento como una oportunidad de reencuentro, para resignificar el ser pareja; teniendo en cuenta que desde una mirada sistémica, el subsistema conyugal permitió el surgimiento de la morfogénesis del sistema, aceptando la salida de los hijos del hogar desde una postura adaptativa, reforzada especialmente por el soporte o acompañamiento de la pareja, en los momentos que requerían mayor contención emocional.

Así mismo, se identificó que las emociones presentes en la relación de pareja, posterior a la salida de los hijos del hogar, fueron vivenciadas por cada una de éstas, desde la noción de género, donde las mujeres expresaron su sentir sobre la experiencia de la salida de sus hijos del hogar, a partir de la emocionalidad, describiendo sentimientos como la tristeza y sensación de vacío, como predominantes, asociado al rol asumido durante su crianza, en el

que las tres madres participantes, fueron presentes y desarrollaron tareas de cuidado y protección, especialmente dos de ellas, quienes se desarrollaron como amas de casa, mientras sus esposos asumían el rol de proveedores económicos del hogar, con escasa presencia en casa debido a sus cargos laborales, conservando la responsabilidad de participar en el proceso formativo de sus hijos, desde la norma y el afecto.

A su vez, los tres padres participantes, reconocen su experiencia de ver partir a los hijos del hogar, como un momento de satisfacción y orgullo, asumiéndolo como una crisis normativa, porque durante el proceso de crianza de sus hijos, fueron generando consciencia de que ese momento debía llegar por su bienestar.

Por otra parte, el hecho de que ninguna de las madres hablara de haber atravesado por síntomas depresivos durante la salida de los hijos del hogar, sustenta la deconstrucción del término “*nido vacío*” que se propuso al inicio de este estudio, puesto que se percibió que dicha etapa del ciclo vital familiar fue vivida y apreciada por ambos miembros de la pareja, sin excepción, solo que la forma de asumirlo y afrontarlo varía de acuerdo al rol ejercido por cada uno, primando en este caso el factor emocional de las madres.

Finalmente, teniendo en cuenta que la salida de los hijos del hogar hace parte del ciclo vital familiar, y la comprensión de cómo las parejas transitan por esta etapa, permitió identificar los diversos recursos de adaptación que han empleado éstas, para afrontar esa nueva realidad de ser pareja sin la presencia de los hijos en el hogar, lo que posibilita a los terapeutas de familia y pareja, comprender esta vivencia desde la particularidad de cada experiencia, asumiendo la responsabilidad ética de acompañar, orientar, escuchar e intervenir desde una postura empática y diferenciada, a las parejas que transiten o estén por transitar esta etapa, entendiendo que cada familia, cada pareja y cada universo, es único y por ende, amerita toda la atención.

A manera de recomendación para el ejercicio profesional de los terapeutas de pareja, se sugiere tener en cuenta que cada familia y cada pareja, asumen las diferentes etapas del ciclo vital de acuerdo a sus realidades, siendo importante indagar cómo se han distribuido los roles en la crianza de los hijos, cómo llegan a este momento (de acuerdo al desarrollo de su parentalidad), permitir mayores espacios reflexivos donde se aborde de manera más profunda lo no dicho, para el reconocimiento de necesidades que permita la construcción de planes de acción, que puedan retroalimentar ese reencuentro de la pareja.

A las parejas se les recomienda, prepararse para la salida de los hijos del hogar, no desde la individualidad, sino desde el apoyo mutuo, permitiéndose ser escuchados desde el sentir, con una comunicación asertiva, una escucha respetuosa y solidaria, donde puedan plantearse nuevos proyectos como pareja, y que ello se convierta en el soporte para la nueva estructura que se empieza a gestar.

Para cerrar, proponemos investigaciones futuras que aborden el tema de cómo se vive la salida de los hijos del hogar, desde una perspectiva de género, pudiendo centrarse en aquellas realidades donde las mujeres se han dedicado solo a la crianza de sus hijos, o por el contrario han tenido una mayor presencia en el mundo laboral y los hombres un rol activo en la crianza de los hijos, con su presencia como cuidador primario.

Referencias

- Acevedo, V. y Restrepo, L. (2010). Experiencias de parejas sobre vivir feliz en pareja. Pontificia Universidad Javeriana, Santiago de Cali, Colombia. *Pensamiento psicológico*, volumen 8, No. 15, pp. 63-76.
- Andrade, T., Beltran, M. (2020). Estilos de afrontamiento de parejas adultas de San Gil- Santander ante el fenómeno del nido vacío. Universidad Autónoma de Bucaramanga. Programa de psicología
- Angulo, C., Conde, I., Huertas, E. y Ruiz, M. (2016). Percepciones, acciones y claves del amor sólido en parejas de las diversas etapas de la adultez. *Revista Psicoespacios*, Vol. 10, N. 16, pp. 154-173, Envigado, Antioquia, Colombia. Disponible en: <http://revistas.iue.edu.co/index.php/Psicoespacios>
- Ayala, R. (2008). La metodología fenomenológica-hermenéutica de M. Van Manen en el campo de la investigación educativa. Posibilidades y primeras experiencias. *Revista de investigación educativa*, España. <https://www.redalyc.org/pdf/2833/283321909008.pdf>
- Bazan, M. (2006). Construcción de la intimidad en las relaciones de pareja. *Psicología Iberoamericana*. Vol 4 (pp 5-15)
- Botella, L. y Vilaregut, A. (2001). La perspectiva sistémica en terapia familiar: conceptos básicos, investigación y evolución. Facultad de psicología. Universidad Ramon Llull. Barcelona, España
- Carmona, E., Martínez, G., Niño, L., Rodríguez, A. y Sierra, P. (2008). Estilos vinculares y afrontamiento de la pareja en la transición del nido vacío. [Trabajo de grado, Universidad Piloto de Colombia. Facultad de Ciencias Sociales, Humanas y Empresariales. Programa de Psicología. Bogotá D.C.] http://www.contextos-revista.com.co/Revista%202/A1_Estilos_vinculares.pdf

- Carrera, M. (2017). Satisfacción marital en parejas en etapa de formación y nido vacío. [Tesis de pregrado, Universidad Rafael Landívar. Facultad de Humanidades. Licenciatura en psicología clínica. Guatemala].
<http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2018/05/42/Carrera-Maria.pdf>
- Casapia, Y. (2018). Empatía cognitiva afectiva y estilos de comunicación. Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. Facultad de psicología. Arequipa, Perú.
<http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/7831>
- Castro, R. (2020). Vínculo afectivo en parejas de adultos mayores de Lima y Callao. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas, Facultad de Psicología. Lima, Perú.
<https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/652043>
- Carstensen, L., Gottman, J., y Levenson, R. (1995). Emotional Behavior in Long-Term Marriage. American Psychological Association. Vol. 10. Universidad de California, Berkeley, Estados Unidos.
<https://bpl.berkeley.edu/docs/47-Emotional%20Behavior95.pdf>
- Caille, P. (1992). Uno más uno son Tres. Ediciones Paidós Iberia.
- Coddou, F.; Méndez, C.L. (2002). La aventura de ser pareja. Edic. 1ª. Edit. Grijalbo, Santiago de Chile, (Cap. I)
- Colegio Colombiano de Psicólogos [COLPSIC]. (2004). *Campos disciplinares y profesionales*.
<https://www.colpsic.org.co/campos/campos-disciplinares-y-profesionales/>
- De Miguel, M. (2015). “síndrome del nido vacío: ¿qué pasa cuando los hijos se van?”. Universidad del Aconcagua. Facultad de Psicología. Mendoza, Argentina.
[http:// bibliotecadigital.uda.edu.ar/516](http://bibliotecadigital.uda.edu.ar/516)

- Enríquez, L. (2014). “Satisfacción marital en parejas que atraviesan la etapa de nido vacío (estudio realizado en la iglesia sagrada familia de Quetzaltenango, comprendido entre las edades de 45 a 60 años)”. [Tesis de pregrado, Universidad Rafael Landívar. Facultad de Humanidades. Guatemala]
<http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/42/Enriquez-Lourdes.pdf>
- Eguiluz, L. (2003). Dinámica de la familia. Editorial Pax. México.
- Espinal, I., Gimeno, A. y González, F. (2004-2006). El enfoque sistémico en los estudios sobre la familia. Revista Internacional de Sistemas; Universidad autónoma de Santo Domingo. República Dominicana.
<https://www.uv.es/jugar2/Enfoque%20Sistematico.pdf>
- Falicov, C. (2016). Terapia Familiar y de pareja. Arturo Roizblatt S. Editor. Universidad de Chile. Capítulo 9.
- Flanigan, R. (2021). Cinco razones por las que se desintegran los matrimonios de muchos años. Familia y Bienestar.
<https://www.aarp.org/espanol/hogar-familia/familia-bienestar/info-2021/separacion-divorcio-matrimonios-mediana-edad.html>
- Filipi, A. (2021). ¿Por qué muchas parejas se separan después de una vida juntos? *Revista Telva Bienestar*.
<https://www.telva.com/bienestar/relaciones/2021/05/04/608bd0fb02136e4eb68b4604.html>
- García, J. (2020). La división de los roles de género en las parejas en las que sólo trabaja la mujer. Revista Española de investigaciones sociológicas.
https://reis.cis.es//REIS/PDF/REIS_170_051585227437330.pdf
- Gómez, E. E. (2009). Perspectivas en el análisis cualitativo. *Theoria*, 18(2), 55-67.

- Gómez, S. (2010). La conyugalidad como muestra de transformación. *Psicología. Avances de la disciplina*, vol. 4, núm. 2. Pp. 47-56. Universidad de San Buenaventura. Bogotá, Colombia.
- <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=297224090005>
- Gonzales, J. (2019). A qué edad se divorcian las parejas y cuáles son las razones más habituales. *Revista GQ*.
- <https://www.revistagq.com/cuidados/articulo/divorcio-edad-motivos>
- Hernández, A. (1997). Familia ciclo vital y terapia sistémica breve.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2006). Metodología de la investigación. Cuarta edición. Editorial McGraw-Hill. México.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación. Sexta edición. Editorial McGraw-Hill. México.
- Herrera, P. (2000). Rol de género y funcionamiento familiar. *Revista cubana de medicina general integral*.
- http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252000000600008#*
- Izquierdo, M. (2013). La construcción social de género. Universidad Autónoma de Barcelona.
- https://www.researchgate.net/publication/325602989_La_construccion_social_de_genero
- López, O. (2002). La pareja humana y la terapia centrada en la relación y sus mitos. Universidad Pontificia Bolivariana.
- <https://es.scribd.com/document/326202586/La-Pareja-Humana-y-La-Terapia-Centrada-en-La-Relacion-y-Sus-Mitos>

- Minuchin, S. (1974). Familias y terapia Familiar. Edisa Editores.
- Minuchin, S. (1998). El arte de la terapia Familiar. Ediciones Paidós Iberica.
- McGoldrick, M., Garcia Preto, N. y Carter, B. (2016). (*Fifth edition*). *The expanding family life cycle*. New York: Pearson. (Capítulo 1).
- Montalvo, J., Espinosa, M. y Pérez, A. (2013). Análisis del ciclo vital de la estructura familiar y sus principales problemas en algunas familias mexicanas. *Alternativas en Psicología*. Revista semestral. Tercera época. Año XVII. Número 28.
- Ortiz, M., Gómez, J., y Apodaca, P. (2002). Apego y satisfacción afectivo sexual en la pareja. Universidad del país Vasco. Facultad de Psicología. San Sebastián. España.
<https://www.psicothema.com/pdf/750.pdf>
- Pérez (2018). La teoría del doble vinculo de Gregory Bateson.
<https://lamenteesmaravillosa.com/la-teoria-del-doble-vinculo-de-gregory-bateson/>
- Pérez, G., Estrada, S., Pacheco, L., García, L., y Tuz, M. (2017). Bienestar psicológico y satisfacción sexual en personas de 40 a 70 años de edad. RICSCH *Revista Iberoamericana de las Ciencias Sociales y Humanísticas*. Centro de estudios para el desarrollo docente A.C. México.
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=503954319011>
- Ríos, D. (2015). Acompañamiento psicosocial en el proceso de transición del nido vacío. Universidad Pontificia Bolivariana. Escuela de Ciencias Sociales. Especialización en familia. Bucaramanga.
http://biblioteca.upbbga.edu.co/docs/digital_31295.pdf

- Rondon, F. y Lozada, K. (2014). El síndrome de nido vacío en padres y madres. Universidad Rafael Urdaneta. Facultad de Psicología, Venezuela.
<https://es.slideshare.net/antesasbc/sindrome-de-nido-vacio-en-padres-y-madres-tesis-uru>
- Rodríguez, H., Luján, I., Díaz, C., Rodríguez, J., y González, Y. (2018). Satisfacción familiar, comunicación e inteligencia emocional. Asociación Nacional de Psicología evolutiva y educativa, de la infancia, adolescencia y mayores, España.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349855553013>
- Sanz, M. y Repiso, L. (2017). “Cuando los hijos se van” –nido vacío-. Centro de orientación, terapia y mediación familias OIKOS.
<https://www.dominicos.org/media/uploads/recursos/documentos/manantial>
- Shapiro, E. Cambio individual y desarrollo familiar: La individuación como proceso familiar (231-259). En: Falicov, C. (1991). *Transiciones de la familia: Continuidad y cambio en el ciclo de la familia*. Buenos Aires: Editores Amorrortu
- Surrallés, A. (2005). Afectividad y epistemología de las Ciencias Humanas. Revista de antropología Iberoamericana. Ed. Electrónica. Madrid.
<http://www.aibr.org/antropologia/44nov/articulos/nov0502.pdf>
- Sluzki, C. (1996). La red social: Frontera de la práctica sistémica. Editorial Gedisa.
- Tapia Villanueva, Luis (2007). Terapia de pareja y sexualidad: entre el cuidado y el deseo en ENTENDIENDO A LA PAREJA compilado por Luz de Lourdes Eguíluz, págs. 109 – 142. Editorial PAX MÉXICO. México.

Touceda, M. (2018). Dinámica afectiva entre adultos maduros entre 55 y 65 años - un estudio a través del Rorschach. Universidad Austral, Licenciatura en Psicología, Buenos Aires, Argentina.

<https://rii.austral.edu.ar/handle/123456789/739>

Vélez, L. (2017). Relación de pareja: ¿satisfacción o insatisfacción conyugal? Pontificia Universidad Javeriana, Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales, Maestría en Familia. Santiago de Cali, Colombia.

<https://auladigital.javerianacali.edu.co/d2i/home/repositorioInstitucional-Vitela>

Watzlawick, P. Bavelas, J. Jackson, D. (2008). Teoría de la comunicación. Editorial Herder.

Wainerman, Catalina. (). Conyugalidad y paternidad ¿Una revolución estancada?.

Género, familias y trabajo: rupturas y continuidades. Desafíos para la investigación política. Gutiérrez, María Alicia. CLACSO, Consejo

Latinoamericano de Ciencias Sociales, Buenos Aires. 2007. ISBN: 978-987-1183-72-22

<http://bibliotecavirtual.clacso.org.ar/ar/libros/grupos/gutierrez/09Wainerman.pdf>

Walker, Ruth y Luszcz Mary (2009). The health and relationship dynamics of late-life couples: a systematic review of the literature. Article in Ageing and Society.

Universidad de Cambridge, Reino Unido.

<https://www.researchgate.net/publication/231918357>

Anexos

Anexo A: consentimiento informado

Yo, _____, con número de cédula _____ y _____, con número de cédula _____, declaramos que se nos ha explicado que nuestra participación en la presente entrevista, consistirá en responder preguntas sobre nuestra vida en pareja y familia, con el fin de aportar al conocimiento dentro del marco del trabajo de grado titulado: Pautas relacionales de parejas ante la salida de los hijos y el impacto en la percepción de su vida en pareja, que forma parte de la maestría en familia que adelantan actualmente las estudiantes: Sandra Patricia Daza y Luz Estela Jiménez, en la Pontificia Universidad Javeriana de Cali, comprendiendo que nuestra participación es una valiosa contribución para la construcción de conocimiento. También se nos ha informado, que la entrevista tendrá una duración entre 45 minutos a 1:30 minutos, y se llevará a cabo de manera presencial.

Aceptamos la solicitud de que la entrevista sea grabada en formato de audio para su posterior análisis, a lo cual podrá tener acceso el docente asesor del trabajo de grado. Declaramos que se nos ha asegurado que la información que entreguemos sólo será usada para propósitos académicos de formación, y estará protegida por el principio de confidencialidad que rige sus profesiones. Las entrevistadoras se han comprometido a responder cualquier inquietud que les planteemos acerca del proceso de entrevista que se llevará a cabo; asimismo, nos han explicado ampliamente que podemos rehusarnos a contestar preguntas y retirarnos de la entrevista en el momento que deseemos sin perjuicio alguno. Por lo tanto, como participantes aceptamos de forma libre y voluntaria, la invitación a esta entrevista y la posterior inclusión de información sobre la misma, al trabajo académico. En constancia de lo anterior, se firma este documento a los ____ días del mes de _____ del año 2022.

Firma Participantes

Firma entrevistadoras

Anexo B: cuadro de categorías**Objetivo general**

comprender conjuntamente con 3 parejas heterosexuales de la ciudad de Cali, las pautas relacionales establecidas posterior a la etapa del ciclo vital familiar salida de los hijos del hogar, y el impacto en la percepción de su vida en pareja.

Objetivo específico 1:

Identificar las pautas relacionales en cuanto a emociones, presentes en la relación de pareja, posterior al tránsito por la etapa del ciclo vital familiar, salida de los hijos del hogar.

CATEGORÍA	SUBCATEGORÍA	DEFINICIÓN	PREGUNTAS
CENTRAL		TEÓRICA	MOTIVADORAS
1. Pautas Relacionales: Tapia (2003) “Son aquello que se repite constituyendo una norma, estas son unas secuencias de interacción entre los miembros de la familia y la pareja y las categoriza en pautas relacionadas con el poder o con la cercanía/distancia: emociones, clima emocional, atribución	Emociones presentes en la relación de pareja posterior al tránsito de la salida de los hijos.	La emoción es una experiencia que implica una integración de procesos afectivos, cognitivos, motivacionales y sensoriales que se sintetizan en emociones diferenciadas; por ejemplo, la tristeza, el miedo y la rabia, o en emociones más complejas, tales como los celos, el	¿Qué emociones les generó a cada uno de ustedes la salida de los hijos? ¿Estas emociones fueron vividas en pareja o de manera individual y como las afrontaron? ¿Cómo se sintió en relación con su vida de pareja, posterior a la salida de los hijos del hogar?

<p>de significados, creencias”</p> <p>2. Ciclo vital familiar y de pareja:</p> <p>El ciclo de vida familiar y de pareja transita a través del tiempo por algunas entradas o salidas de miembros al sistema familiar, tales como la salida de los hijos del hogar, la jubilación, los nacimientos y las muertes y estas traen consigo transformaciones al interior del sistema a nivel de composición y asimismo de funcionamiento. (Falicov, 1984).</p>	<p>Salida de los hijos del hogar</p>	<p>orgullo y la vergüenza. (Tapia, 2003)</p> <p>La salida de los hijos “Se trata de una fase normal del desarrollo de la vida en pareja, que refleja la forma de reaccionar de cada uno de los miembros de la misma, las cuales pueden ser sensibles a los efectos de cambio en dicho periodo, dependiendo del estilo vincular de cada quien”, es decir que se trata de una vivencia muy particular, cuya asimilación depende del contexto personal y</p>	<p>¿Cómo se prepararon durante la crianza de sus hijos, para la salida de éstos del hogar?</p> <p>¿Surgieron nuevos proyectos de manera individual y de pareja posterior a la salida de los hijos?</p>
--	--------------------------------------	---	--

		la forma de vida y roles que hayan tenido cada madre y cada padre en la crianza de los hijos”. (Bates, 2005).	
--	--	--	--

Objetivo específico 2:

Reconocer las pautas relacionales, en cuanto a atribución de significados y creencias en torno al rol de vida en pareja, posterior a la etapa del ciclo vital familiar salida de los hijos del hogar.

CATEGORÍA CENTRAL	SUBCATEGORÍA	DEFINICIÓN TEÓRICA	PREGUNTAS MOTIVADORAS
<p>1. Pautas Relacionales: Tapia (2003) “Son aquello que se repite constituyendo una norma, estas son unas secuencias de interacción entre los miembros de la familia y la pareja y las categoriza en pautas relacionadas con el poder</p>	<p>Atribución de Significados y Creencias en torno al rol de vida en pareja.</p>	<p>Un significado es la representación o signo de algo. Por lo tanto, se trata de describir como los miembros de la pareja otorgan significado a las acciones e interacciones del sistema.</p>	<p>¿Sí usted pudiera definir en una palabra o frase su vida en pareja posterior a la salida de sus hijos del hogar, cuál sería? ¿Qué significado tuvo para usted la vida en pareja antes de la llegada de los hijos?</p>

<p>o con la cercanía/distancia: emociones, clima emocional, atribución de significados, creencias”</p>		<p>Una creencia es el crédito o asentimiento que se le presta a un hecho como seguro y cierto, de forma pre-reflexiva y sin mayor cuestionamiento (Tapia, 2003)</p>	<p>¿Cuál fue el mayor desafío para enfrentar en la vida de pareja durante la crianza de los hijos?</p>
<p>2. Ciclo vital familiar y de pareja:</p> <p>El ciclo de vida familiar y de pareja transita a través del tiempo por algunas entradas o salidas de miembros al sistema familiar, tales como la salida de los hijos del hogar, la jubilación, los nacimientos y las muertes y estas traen consigo transformaciones al interior del sistema a nivel de composición y asimismo de funcionamiento.</p>			<p>¿Qué acciones realizaron para enfrentar dicho desafío?</p> <p>¿Cuáles fueron los impactos de dichas acciones?</p> <p>¿Cómo describe su vida en pareja en la actualidad?</p>

(Falicov, 1984).			
------------------	--	--	--

Objetivo específico 3:

Indagar acerca de cuáles han sido los cambios de la vida en pareja, con relación a mutuo apoyo, intimidad, comunicación y afecto, posterior a la salida de los hijos del hogar.

CATEGORÍA CENTRAL	SUBCATEGORÍA	DEFINICIÓN TEÓRICA	PREGUNTAS MOTIVADORAS
<p>3. Vida en pareja:</p> <p>Caille (1992)</p> <p>Lo nombra como “el absoluto de la pareja”, como ese tercero que es la relación y que es una creación de la diada. Esto requiere desde su inicio hasta etapas como la de la salida de los hijos un compromiso mutuo para su sostenimiento como son el mutuo apoyo, la intimidad,</p>	<p>Cambios en la relación en cuanto a Mutuo apoyo, Intimidad, Comunicación y afecto posterior a la salida de los hijos del hogar.</p>	<p>Mutuo apoyo</p> <p>Desde Sluzki (1996), quien lo menciona como “apoyo emocional, al intercambio que connota una actitud emocional positiva, clima de comprensión, simpatía, empatía, estímulo y apoyo; es el poder contar con la resonancia emocional y la buena voluntad del otro”. (p. 49)</p>	<p>¿Cómo ha percibido el apoyo de su pareja ahora que sus hijos ya no están en el hogar?</p> <p>¿Qué cambios se han presentado en torno a la manera de comunicarse como pareja?</p> <p>¿Cómo resuelven actualmente sus problemas de pareja?</p>

<p>la comunicación, el afecto.</p>	<p>Es decir que se refiere a la reciprocidad entre las personas, miembros de un equipo de trabajo, pareja o familia, quienes están dispuestos a actuar de manera cooperativa, en pro del bienestar conjunto.</p> <p>-</p> <p>Intimidad</p> <p>“la intimidad es la idea de que ésta es una necesidad universal en los seres humanos. El deseo del encuentro con el otro en una relación amorosa y satisfactoria es un factor común en cualquier cultura”</p> <p>Bazan (2006)</p>	<p>¿Cómo definen la intimidad en la vida de pareja?</p> <p>¿De acuerdo con lo que han definido como intimidad creen que esto ha cambiado entre ustedes posterior a la salida de los hijos del hogar?</p> <p>¿Cree que han surgido cambios en las demostraciones</p>
------------------------------------	--	---

	<p>Comunicación</p> <p>“Es la matriz en la que se encajan todas las actividades humanas, es mucho más que un traspaso de información es un proceso que integra múltiples modos de comportamiento: la palabra, el gesto, la mirada, y a su vez menciono que lo que hacía posible las relaciones humanas era la comunicación y esto incluye todos los procesos a través de los cuales una persona influye en otras”</p> <p>Bateson y Ruesch (1951).</p> <p>Afectividad:</p> <p>“la afectividad puede definirse como la cualidad sensitiva de la</p>	<p>afectivas como pareja?</p> <p>¿Cuáles han sido los beneficios a su relación, que ha traído la salida de los hijos?</p> <p>¿Qué características le gustaría fortalecer en su relación de pareja ahora que sus hijos ya no están?</p>
--	---	--

		<p>experiencia. Debe entonces ser considerada como una rama de la actividad del sujeto al mismo nivel que la cognición y que la pragmática. La afectividad ha sido utilizada a menudo como sinónima de la emotividad. Sin embargo, las emociones pueden ser consideradas como la inscripción en el cuerpo de experiencias sensitivas nombradas por la lengua con términos precisos”</p> <p>Surrallés (2005)</p>	
--	--	---	--

Anexo C: Validación de instrumento por jueces expertos

NOMBRE EVALUADOR	RECOMENDACION	CAMBIOS AL INSTRUMENTO
<p>María Cecilia Salcedo Ariza Psicóloga Esp. Psicología Médica y de la Salud Mg. en Psicología Mg. en Familia</p>	<p>Es importante incluir un apartado en el cuestionario que incluya la caracterización de los participantes.</p> <p>¿Incluyen listado de emociones? A veces las personas no tienen claro todas las posibles emociones que existen</p> <p>Se puede hacer una pregunta más abierta, por ejemplo ¿de qué manera se vivieron estas emociones, ¿quiénes hicieron parte, ¿cómo las afrontaron? Lo cual incluye 3 preguntas diferentes.</p> <p>Antes de esta pregunta se podría incluir que cuenten el momento de la salida de los hijos, desde la toma de decisión hasta la acción, esto les va a permitir ahondar posteriormente en las emociones.</p>	<p>1. Para empezar, Háblenos un poco de ustedes y de la relación de pareja:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.1. ¿cuánto llevan juntos? 1.2. ¿cómo se conocieron? 1.3. ¿Cuántos hijos tienen? 1.4. ¿A qué se dedican ustedes? 1.5. ¿A que se dedican sus hijos? 1.6. ¿Cómo está compuesta la familia actualmente, es decir, con quién conviven? <p>2. ¿Qué emociones les generó a cada uno de ustedes, cuando vieron uno a uno a sus hijos irse del hogar? Por ejemplo: Tristeza, enojo, alegría, satisfacción, confusión, calma, miedo, ansiedad.</p> <p>3. ¿Quiénes los acompañaron en este proceso?, ¿Cómo lo afrontaron, ustedes como pareja o cada uno por su parte?</p> <p>4. ¿Cómo vivieron ese vínculo de pareja, el hecho de verse en pareja, después de la salida de sus hijos del hogar?</p> <p>5. Cuéntenos como se dio la decisión de salida de cada uno de sus hijos del hogar.</p> <ol style="list-style-type: none"> 5.1. ¿De qué manera se fue dando esa salida?

	<p>Sería bueno incluir preguntas sobre las crisis normativas del desarrollo y su afrontamiento, lo cual les va a dar luces sobre la preparación para esta etapa que es de su interés.</p> <p>Creo que se podría incluir una pregunta posterior a esta que incluya las acciones consecuencias de las atribuciones.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 6. A medida que iban cuidando y viendo a sus hijos crecer ¿Qué pensaban cuando contemplaban la idea de que alguna vez se irían del hogar? 7. ¿Surgieron para ustedes nuevos proyectos, tanto a nivel individual como en pareja, después de que sus hijos partieron del hogar? 8. ¿Cómo creen ustedes, que esas acciones impactaron en la vida familiar y de pareja? (les favoreció, les perjudicó)
<p>Diego Agudelo Grajales Director de departamento de Humanidades Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales Pontificia Universidad Javeriana, Cali.</p>	<p>Me parece muy largo el cuestionario o el número de preguntas y pensaría que se pueden agrupar por la relación existente entre ellas y normalmente en una misma respuesta van incluidas varias preguntas. Privilegiaría las resaltadas en rojo.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Cuál fue el mayor desafío que enfrentaron durante la crianza de los hijos como pareja? 2. ¿Qué acciones realizaron para enfrentar ese desafío?

Anexo D: Guía de entrevista semiestructurada

La siguiente entrevista busca conocer aspectos de su vida en pareja, en torno a la experiencia de la salida de los hijos del hogar. Es de carácter confidencial y netamente académico; esta información es de suma importancia para el desarrollo de la investigación, ya que es la voz de las personas que se encuentran directamente relacionadas con esta vivencia tan importante de la vida familiar.

Les agradecemos con anticipación su tiempo e interés en esta entrevista. ¿cómo están el día de hoy?

... Bueno. Entonces, la dinámica es que vamos a ir haciéndoles algunas preguntas y ustedes con mucha honestidad y con mucha tranquilidad nos van contando acerca de esa experiencia de vida, ¿de acuerdo?

9. Para empezar, Háblenos un poco de ustedes y de la relación de pareja:

9.1. ¿cuánto llevan juntos?

9.2. ¿cómo se conocieron?

9.3. ¿Cuántos hijos tienen?

9.4. ¿A qué se dedican ustedes?

9.5. ¿A que se dedican sus hijos?

9.6. ¿Cómo está compuesta la familia actualmente, es decir, con quién conviven?

10. Cuéntenos como se dio la decisión de salida de cada uno de sus hijos del hogar.

10.1. ¿De qué manera se fue dando esa salida?

11. ¿Qué emociones les generó a cada uno de ustedes, cuando vieron uno a uno a sus hijos irse del hogar? Por ejemplo: Tristeza, enojo, alegría, satisfacción, confusión, calma, miedo, ansiedad.

12. ¿Quiénes los acompañaron en este proceso?, ¿Cómo lo afrontaron, ustedes como pareja o cada uno por su parte?
13. ¿Cómo vivieron ese vínculo de pareja, el hecho de verse en pareja, después de la salida de sus hijos del hogar?
14. A medida que iban cuidando y viendo a sus hijos crecer ¿Qué pensaban cuando contemplaban la idea de que alguna vez se irían del hogar?
15. ¿Surgieron para ustedes nuevos proyectos, tanto a nivel individual como en pareja, después de que sus hijos partieron del hogar?
16. Si cada uno de ustedes pudiera definir en una palabra o frase su vida en pareja posterior a la salida de sus hijos del hogar, ¿cuál sería?
17. ¿Cómo vivían ustedes ese vínculo de pareja antes de la llegada de los hijos? (significados).
18. ¿Cuántos años tenía cada uno, antes de tener a su primer hijo?
19. ¿Cuál fue el mayor desafío que enfrentaron durante la crianza de los hijos como pareja?
20. ¿Qué acciones realizaron para enfrentar ese desafío?
21. ¿cómo creen ustedes, que esas acciones impactaron en la vida familiar y de pareja? (les favoreció, les perjudicó)
22. ¿Cómo describen su vida en pareja en la actualidad?
23. ¿Cada uno de ustedes, cómo han visto el apoyo de la pareja, ahora que los hijos ya no están en el hogar?
24. ¿Qué cambios han notado ustedes en la forma de comunicarse, ahora que los hijos partieron?

25. ¿Cómo resuelven actualmente sus problemas de pareja?
 - 25.1. En caso de que la respuesta sea que actualmente no presentan ningún problema ¿y cuándo estaban sus hijos en el hogar tenían inconvenientes?
¿cómo los resolvían?
26. ¿Para ustedes, qué es la intimidad en pareja?
27. ¿De acuerdo con lo que han definido como intimidad, creen que esto ha cambiado entre ustedes después de la salida de sus hijos del hogar?
28. ¿Ustedes creen que han surgido cambios en las demostraciones afectivas como pareja, ahora que sus hijos ya no están en el hogar?
29. ¿Cuáles han sido los beneficios que ha traído a su relación, el hecho de que los hijos hayan partido del hogar?
30. ¿Qué características le gustaría fortalecer en su relación de pareja ahora que sus hijos ya no están?
31. Cierre, agradecimiento por la participación.
32. ¿Cómo se sintieron en este espacio, en esta conversación? (tema emergente)
33. ¿cómo se siente hablar de la vida en pareja en esta etapa de sus vidas? (tema emergente)