

Análisis correlacional de los estilos de comunicación y los celos en parejas del Sureste de México

Gabriela Isabel Pérez-Aranda*, Sinuhé Estrada-Carmona, Cintli Lorena Díaz-García & Laureano Abimael Bonilla-Osorio
Facultad de Humanidades de la Universidad Autónoma de Campeche, México

*Contacto: gaiperez@uacam.mx

Resumen: La presente investigación tuvo como objetivo analizar la relación entre la comunicación y los celos en la pareja. Para lo cual se seleccionó una muestra conformada por 150 hombres y 150 mujeres en etapa de adultez media (40 a 65 años) casados de la Ciudad de San Francisco de Campeche, México. Se aplicó el cuestionario multidimensional de celos (Díaz-loving, Riviera y Flores, 1989) y la prueba de patrones y estilos de comunicación de la pareja (Rozzana Sánchez Aragón y Rolando Díaz Loving, 2003). El diseño de investigación es de tipo no experimental, con un enfoque cuantitativo y de alcance correlacional. Los resultados demuestran que existe una relación estadísticamente significativa ($p < .05$) entre los factores de celos con los estilos de comunicación en las parejas y que el rasgo de comunicación en mayor proporción es el social afiliativo.

Palabras clave: Comunicación, celos, pareja, adultez media.

Title: Correlational analysis of communication styles and jealousy in couples from Southeast Mexico

Abstract: The objective of this research was to analyze the relationship between communication and jealousy in the couple. A sample of 150 men and 150 women in middle adulthood (40 to 65 years) and married was selected in the City of San Francisco de Campeche, Mexico. The multidimensional jealousy questionnaire (Díaz-loving, Riviera and Flores, 1989) and the couple's patterns and communication styles test (Rozzana Sánchez Aragón and Rolando Díaz Loving, 2003) were applied. The research design is non-experimental, with a quantitative approach and correlational scope. The results show that there is a statistically significant relationship ($p < .05$) between the factors of jealousy with communication styles in couples and that the communication trait in greater proportion is the social affiliative.

Keywords: Communication, jealousy, couples, middle adulthood

Cuando se constituye una pareja cada miembro persigue sus propios objetivos, cada uno tiene deseos de satisfacer necesidades personales y se tienen expectativas sobre el otro y de la relación. Estos elementos tienen que conjugarse y coordinarse con los del otro para que la pareja pueda funcionar; cuando no están armonizados

aparecen problemas, esto marca la importancia de la comunicación y comprensión mutua (Epstein, Bauco y Rankin, 1993). Actualmente, las personas se han vuelto más cautelosas al momento de involucrarse con otras, puesto que les asusta lo desconocido. Es un hecho, que cuando iniciamos una relación no sabemos a

ciencia cierta cómo será nuestra vida con esa persona y si ese nuevo estilo de vida nos será beneficioso o por el contrario, será problemático, trayendo con ello malestares en nuestra vida personal, familiar, social e incluso en nuestra economía.

De esta manera, la vida en pareja implica una vida nueva, llena de nuevas experiencias, vivencias y situaciones; es la unión de dos personas con panoramas y puntos de vista diferentes; lo que en muchas ocasiones puede tornarse en malestares y conflictos. Uno de los problemas más comunes que existen en las relaciones de pareja, es el de mantener una mala comunicación, ejemplos de estos son: interpretar el mensaje de manera incorrecta, pensar por la otra persona, tomar decisiones por ella, no pedirle su opinión, y adivinarle el pensamiento, esto desencadena dificultades que debilita la relación. Uno de los aspectos más importantes en las relaciones de pareja es el amor, entendiendo por amor; como un proceso de crecimiento, no un hecho, que aparece y desaparece en un momento dado (Jellouschek, 2003).

Dicho proceso tiene que ser llevado a cabo de manera activa por parte de los miembros de la pareja y debe ser trabajado constantemente. Aunque suene contradictorio, el hecho de tener que trabajar en el amor para que este funcione, la realidad es que, con el paso del tiempo, las circunstancias cambian las personas también; por lo tanto, se deben renovar los acuerdos tomados inicialmente; es importante conocer que cuando se consolida una relación ambos miembros de la

pareja deben aprender su nuevo papel de cónyuges y encarar cambios importantes en su estilo de vida y en el sistema de seguridad emocional de cada cual a fin de lograr un acoplamiento entre ambos. Así mismo, en toda relación existen momentos en los que a las personas les cuesta trabajo ser empáticas con el otro, respetar su individualidad o bien aceptar al otro como es; por eso mismo la pareja debe tener la capacidad de aceptar o bien negociar y comenzar a establecer las nuevas pautas de comportamiento de valores y creencias que ayuden al desarrollo personal (Pineda, 2005, citado en Garduño, Reyes, Ortega, y Torres, 2007)

Otro factor que puede obstaculizar la relación de pareja son los celos, estos son sentimientos que aparecen desde la infancia. De cierta manera, podemos decir que es común experimentarlos por los miembros de la familia, cómo, por ejemplo: los padres, los hermanos, tíos, primos, etcétera. Sin embargo, conforme se va creciendo, los celos van apareciendo en otros aspectos de la vida, con el transcurrir del tiempo se convierte más complicada la expresión abierta y honesta de ellos; a menos que se trate de una persona que sea significativa. Los celos aparecen cuando sentimos que nos están quitando algo que nos pertenece, nos hace sentir irritables, a la defensiva y nos hace dudar. Por lo que la percepción de que un miembro del grupo transgreda las reglas de interdependencia, produce una serie de sentimientos y conductas que están

estrechamente vinculadas con los celos (Díaz-Loving, Rivera y Flores, 1986).

Y los celos no solo se encuentran en la pareja, están en todas las áreas, de acuerdo con Ferreira-Santos (2003, citado en Costa y Silva, 2008) los celos se encuentran en las dimensiones de la escuela, familia y trabajo. Así, también como se menciona en Chóliz y Gómez (2002) los celos no solo se reducen a una característica presente en la relación de pareja, también aparecen los celos en otras relaciones diversas a las del amor romántico (hermanos, amigos o compañeros de trabajo).

De esta manera, es importante identificar el papel que juegan los celos en las relaciones, puesto que los celos están presentes en todas las relaciones de las personas y en sus diferentes contextos, tales como la familia, la escuela y el trabajo (Costa y Barros, 2008). En la actualidad, vivimos en una sociedad en la cual es cada vez más extraño encontrar a una pareja que mantenga una relación por mucho tiempo, hablando específicamente de los matrimonios, en las grandes ciudades el cincuenta por ciento terminan en ruptura (Jellouschek, 2003).

Así mismo, los datos recopilados por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (2017), en el último censo que se realizó en el 2016, encontramos que el índice de matrimonios decayó considerablemente, obteniendo como total 543, 749 personas que contrajeron matrimonio, en comparación al año 2000, que el total de personas que contrajeron matrimonio fue de 707,422. Por otro lado, nos encontramos con que los divorcios, han aumentado en el último

censo del 2016, teniendo un total de 139, 807 divorcios, en comparación al año 2000, el cual obtuvo un total de 52, 358 divorcios, estamos hablando de qué en menos de veinte años, se duplicó la cantidad de divorcios en el país. Esto es interesante, ya que son menos las personas que se casan, y más personas las personas que se divorcian.

La mayoría de la información existente con respecto a la pareja, afirma que los matrimonios tienden a fallar por la poca o mala comunicación que existe entre los individuos que la conforman, y eso conduce a una serie de conflictos, como el distanciamiento, poco interés, malos entendidos y celos, como mencionan Judith y Sellner (citado por Pérez y Estrada, 2006) cuando dos personas viven juntas, comparten comidas, su carrera profesional y su vida en casa, hacen el amor, cuidan a sus hijos, tienen trato con los familiares políticos, comparten sus altibajos individuales y mantienen juntos las cuentas del banco, la calidad de su vida está determinada por su modo de comunicarse y de controlar o dirigir los conflictos. De esta forma la comunicación asume un papel de vital importancia para la pareja (Estrella, 1988, citado por Pérez y Estada, 2006) de ahí la importancia del presente estudio; el cual aportará datos importantes con respecto a la comunicación y celos de parejas campechanas.

Las relaciones de pareja en la adultez media (40 a 65 años de edad), son cuestionadas, en su mayoría por los aspectos de su vida, junto a la concientización del tiempo que les queda. Esta etapa es muy importante en el ciclo vital, ya que

ésta es considerada de gran productividad, especialmente en la esfera intelectual y artística, y es en definitiva el período en el que se consigue la plena autorrealización (Papalia, Feldman y Martorell, 2012). De ahí surge la importancia de analizar la relación que hay entre la comunicación y los celos en la relación de pareja de la adultez media, así como identificar el tipo de comunicación que mantienen en ella y las situaciones en las que se produce.

Estudiar a la pareja nos puede proporcionar herramientas para reconocer la existencia de un problema importante que debe ser atendido para evitar consecuencias irreparables. También nos puede ayudar a desarrollar programas de prevención para las personas que mantienen una relación de pareja, en los cuales se pueda brindar información esencial de cómo debe ser la comunicación dentro de la relación sentimental para que ésta sea benéfica y sana. De igual manera, es posible desarrollar programas de intervención para favorecer la comunicación y con base a esto brindarles a las personas herramientas para mejorar su relación de pareja.

Por lo tanto, surgen las siguientes preguntas de investigación ¿Cómo se relacionan la comunicación y los celos en personas de 40 a 65 años de edad que se encuentran en una relación de pareja? ¿Existen diferencias entre los celos de hombres y mujeres?

Método

Diseño

El presente estudio tuvo un diseño de investigación no experimental, con un enfoque cuantitativo, por la cual se utilizaron pruebas para ser aplicadas a la muestra (Perroni y Guzmán, 2013). El alcance de esta investigación es correlacional, en donde se relacionaron las variables para obtener los resultados e identificar si existe una relación (Hernández, Fernández y Baptista, 2006). Para este trabajo de investigación las consideraciones éticas involucradas fueron presentadas a los participantes a la hora de responder los instrumentos, se les habló sobre la confidencialidad y protección de la identidad de sus respuestas en la investigación, así mismo se les hizo entrega de un formato de confidencialidad y de consentimiento informado. Este trabajo de investigación fue aprobado por el comité de ética de la facultad de Humanidades de la Universidad Autónoma de Campeche, bajo la normatividad vigente del código ético del psicólogo de México.

Participantes

La muestra fue no probabilística por conveniencia, ya que se seleccionó la muestra respecto a similitudes a la de la población objetivo, y fueron determinadas por el investigador de modo subjetivo (Enric, 2003). La muestra estuvo conformada por 150 hombres y 150 mujeres en etapa de adultez media (40 a 65 años) y que se encontraban dentro de un

matrimonio en la Ciudad de San Francisco de Campeche, México.

Instrumentos

Para la recolección de datos se utilizaron dos pruebas:

a) El cuestionario multidimensional de celos, de Díaz-loving, Riviera y Flores (1989), el cual tiene como objetivo principal; medir cinco factores de los celos (Emocional/Dolor, Enojo, Egoísmo/Poseción, Confianza e Intriga) e identificar con cual de dichos factores tiene más puntaje la persona a la que se le aplicó la prueba. Este cuestionario consta de 40 reactivos tipo Likert con cinco opciones de respuesta, el cual tiene como extremos completamente en desacuerdo y completamente de acuerdo. Las respuestas fueron codificadas con 1 para la primera opción hasta 5 para la última opción y 0 para la opción "No contestó". La escala tiene cinco factores: factor I Emocional/Dolor (9 reactivos); factor II Enojo (11 reactivos); factor III Egoísmo/Poseción (8 reactivos); factor IV Confianza (8 reactivos) y factor V Intriga (4 reactivos).

La validez de constructo del cuestionario se obtuvo a través de un análisis factorial, en donde los autores eligieron aquellos factores que tuvieron valores superiores a 2.0. El instrumento final quedó constituido por los cinco factores antes mencionados y que explicaron el 62% de la varianza total de la prueba; dentro de cada factor fueron seleccionados en primer lugar aquellos reactivos que presentaron pesos factoriales

superiores a ± 0.30 y en segundo lugar tuvieron congruencia conceptual en cada dimensión.

Para la confiabilidad del instrumento y a fin de corroborar la consistencia interna de cada una de las escalas, los autores realizaron una serie de Coeficientes de Alfas de Cronbach, en donde la misma fue superior en todos los casos a 0.70.

El año de validación de la prueba fue en el año 1989. Para la validación de esta investigación el Alfa de Cronbach resultó con un total de .927 en el inventario de celos.

b) La prueba de Patrones y Estilos de comunicación de la pareja, de Rozzana Sánchez Aragón y Rolando Díaz Loving (2003), que consta de 180 afirmaciones en las cuales las personas deberán escoger con cual se identifican más. El objetivo de esta prueba fue analizar las tipologías de estilos de comunicación, citadas de la literatura, evaluando diferencias y semejanzas entre ellas.

La validez de constructo del inventario quedó conformada por cuatro áreas: Yo Positivo, Yo negativo, Mi Pareja Positiva y Mi Pareja Negativa, cada una de estas áreas comprenden entre 5 y 7 factores que explican entre el 50.92 al 62.12% de varianza y guardan –en general– concordancia con las clasificaciones de estilos de comunicación.

Para la confiabilidad del instrumento, se calcularon los coeficientes de confiabilidad alfa de Cronbach con el fin de conocer la estabilidad de la prueba, tanto para cada factor como por área. En este punto vale la pena aclarar que el

coeficiente de fiabilidad para la prueba total es de .89.

El año de validación de la prueba fue en el año 2003.

Procedimiento

Proceso para la recolección de datos:

a) Se solicitó la ayuda de un experto en el tema de relaciones de pareja para la búsqueda del tema de investigación.

b) Se definió el tema de investigación del presente estudio.

c) Se definió las variables pertinentes para la realización del estudio.

d) Se encontraron los instrumentos adecuados para aplicar a la muestra determinada.

e) Se recabó información importante a cerca de los temas siguientes: relaciones de pareja, celos y tipos de comunicación.

f) Se distribuyó la información pertinente en los distintos puntos del presente estudio.

g) Fue necesario la realización de un cronograma para distribuir los meses en los que se realizará cada parte del proyecto de investigación.

h) Se realizó el marco teórico con los antecedentes de estudios previos al tema a estudiar y con la teorización de las variables.

i) Se buscó la muestra pertinente para aplicar los instrumentos encontrados.

j) Se procedió a aplicar los instrumentos y vaciar los resultados en el programa SPSS.

k) Se capturaron todos los datos y se transformaron en tablas de correlación.

l) Las tablas relevantes fueron seleccionadas para plasmarlas en el trabajo de investigación.

m) Se describieron los resultados encontrados en las tablas de correlaciones.

n) Fue redactada la discusión con base a la información recabada y los resultados que resultaron relevantes.

o) Se redactó la conclusión a la que se llegó con este trabajo de investigación.

Resultados

Tabla 1. Prueba de t de student para muestras independientes de los resultados en los factores del inventario multidimensional de celos entre hombres y mujeres

Factor Celos	Sexo	Desviación		t	Sig.
		Media	Estándar		
Emocional/ Dolor	Mujer	24.02	6.339	-2.192	.031*
	Hombre	21.50	5.088		
Enojo	Mujer	30.72	10.115	-.189	.850
	Hombre	30.30	9.970		
Egoísmo/ Posesión	Mujer	23.06	7.557	-.659	.511
	Hombre	22.10	6.993		
Confianza	Mujer	20.78	6.768	.214	.831
	Hombre	21.06	6.303		
Intriga	Mujer	14.66	4.631	-.094	.926
	Hombre	14.58	3.876		

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

* La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Al aplicarse la prueba t de Student para muestras independientes el único factor que resultó con diferencias estadísticamente significativas fue el factor de Emocional/Dolor con un total de Sig. .031*, en los demás factores no se encontraron diferencias significativas, pero, en mayor proporción las mujeres obtuvieron puntajes de medias más altos que los hombres.

Tabla 2. Correlación entre los factores de celos y los estilos de comunicación.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
3	.367**	.513**									
4	-.379**	.332**							-.210*		
5		.646**	.360**	.407**					-.316**		
6	.217*	.317**	.585**		.259**						

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

* La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

1- Factor celos, 2- Egoísmo posesión, 3- Confianza, 4- Emocional dolor, 5- Enojo, 6- Intriga, 7- Estilo de comunicación positivo, 8- Estilo de comunicación negativa, 9- Estilo de comunicación violento, 10- Estilo de comunicación reservado, 11- Estilos de comunicación.

Como se puede observar en la tabla anterior, se encontró una correlación significativa entre los factores de celos, los cuales son egoísmo posesión, confianza, emocional dolor, enojo e intriga con los estilos de comunicación, como es el estilo de comunicación positiva, negativa, violento y reservado. De igual manera, se halló que dentro de los factores de celos que se correlacionan con algún estilo de comunicación se encuentra el emocional dolor, el cual tuvo una correlación con el estilo de comunicación violento, lo que quiere decir que las personas cuando manifiestan este tipo de celos probablemente los deja incapacitados para controlar sus emociones, sumando a esto el dolor que experimentan, es la razón por la que se vuelven violentos. Otro factor que se correlacionó con el estilo de comunicación violento es el factor celos, lo que quiere decir que cuando una persona manifiesta enojo a causa de los celos, libera ese enojo por miedo de la violencia. El estilo de comunicación negativo se correlacionó con el estilo de comunicación violento, ya que el estilo negativo está compuesto por la evitación, el rechazo, chismoso e impulsivo.

Discusión

El principal objetivo de este trabajo era el poder identificar si existía una relación entre los celos y la comunicación en las parejas casadas pertenecientes a la adultez media, y, analizar si existen diferencias entre lo que sienten hombres y mujeres en los celos de pareja.

Con base a los resultados que arrojaron los dos instrumentos aplicados a la población, el factor de los celos emocional/dolor fue el único que resultó con diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres. Si bien, una investigación realizado por Canto, García y Gómez (2009) en la que analizaron los factores de la relación de pareja ante la infidelidad, dónde las mujeres eligieron en mayor medida la infidelidad emocional como algo estresante a diferencia de los hombres que en menor proporción, al mismo tiempo aplicaron un ANOVA a un escenario de infidelidad emocional en dónde la puntuación media obtenida por las mujeres fue de 3.65 y la de los hombres fue de 3.27., $F(1,371)$ resultando en una significancia de .004, esto se resume en que las mujeres tienen una mayor reacción emocional

que los hombres ante cualquier tipo de infidelidad.

En el estudio realizado por Granados (2016) que utilizó el mismo instrumento para evaluar a universitarios, resultó interesante que no se encontrara diferencias significativas respecto al sexo de la persona, sino que, solamente se observaban diferencias significativas de acuerdo con el tipo de institución a la que asistían los estudiantes. Desde lo teórico las diferencias entre la respuesta a los celos entre hombres y mujeres es muy variada, pero en su mayoría gran parte de los autores afirman que existe una vinculación entre los celos sexuales y celos emocionales entre hombres y mujeres, un ejemplo de esto se ve reflejado en la perspectiva que sostiene la Psicología Evolucionista, en donde los celos son mecanismos seleccionados a lo largo de la historia evolutiva del ser humano como solución a problemas desadaptativos a la pérdida de relaciones primarias, esta perspectiva dicta que la activación de celos en hombres es la percepción de infidelidad sexual, mientras que de las mujeres está más relacionada a la infidelidad emocional (Fernández, Olcay, Castro, Escobar y Fuentes, 2003, citado en Ardila, 2017).

Se encontró que existen relaciones significativas entre los factores de celos con los estilos de comunicación en las parejas casadas pertenecientes a la adultez media. Los factores de celos correlacionados con los estilos de comunicación fueron los siguientes: el factor de celos, emocional/dolor tiene una correlación significativa de $-.210^*$ con el estilo de

comunicación violento, así como también el factor de celos, enojo tiene una correlación significativa de $.316^*$ con el estilo de comunicación violento. Esto significa que es más común el uso de un estilo de comunicación violento dentro de la relación de pareja, si una de las personas que la conforman manifiestan un factor de celos emocional/dolor o de enojo, y que a mayor factor de celos emocional/dolor mayor uso del estilo de comunicación violento. Con el resultado obtenido, se afirma que mientras más comunicación exista menor celos sienten hacia su pareja, y mientras menor comunicación mantengan, mayor son los celos que se manifiestan en ellos. La comunicación en la pareja es importante como mencionan Baxter y Braithwaite (2008) es un proceso de producción y emisión de mensajes que permiten compartir significados entre las personas, ya que permiten, modifican, forman o mantienen pautas de interacción, en el caso de los resultados de esta investigación el hecho de hacer uso de celos negativos trae consigo el uso de estilos de comunicación negativos.

Así mismo, es importante mencionar que los celos y la comunicación en hombres y mujeres de 40 a 65 años de edad es por lo general positiva, ya que la mayoría de la población obtuvo como resultado el sentirse positivos al comunicarse con su pareja, así como también sienten una comunicación positiva de su pareja hacia ellos. Dentro de la dimensión del yo positivo y mi pareja positiva, están comprendidos algunos factores considerados como positivos, el cual, el

más significativo entre la población es el estilo de comunicación social afiliativo. Este estilo de comunicación caracteriza al comunicador amistoso, amable, cortés y atento, que hace uso de expresiones de cariño, comprensión, dulzura y afecto como formas de complacer y ser sociable (Sánchez y Díaz-Loving, 2003).

La edad es una característica fundamental en este estudio, puesto que las personas son mayores y toda la muestra mantiene una relación de pareja por más de 10 años, es por eso que se correlacionó el tiempo de duración con la comunicación abierta, clara y precisa. En esta etapa las personas difícilmente se sienten desorientados sobre lo que quieren o sienten, es por eso que si necesitan o quieren algo, son más factibles a decirlo concisamente (Papalia, Feldman y Martorell, 2012).

Como define Buss (2000, citado por López y Rodríguez, 2008) los celos son mecanismos psicológicos que se inician con la respuesta a la pérdida de una relación valiosa. La relación que existe entre estas dos variables (celos y comunicación), sucede cuando en algunos matrimonios dejan de tener tiempo para pasarlo con su pareja, ya sea por trabajo, pasatiempos, intereses diferentes, entre otras cosas, cuando esto sucede comienza a existir incertidumbre y dudas, por parte de uno de los dos, y es donde aparecen los celos, los cuales pueden nacer de algo insignificante, pero están ahí, y si no se habla con la pareja y se externa lo que sienten comienzan a dudar más y a pensar mal por cualquier cosa. Por

ello el tener mala o nula comunicación con tu pareja es la entrada principal a los celos.

En cambio, si en la relación de pareja existe una comunicación asertiva, efectiva, son abiertos a hablar de cualquier cosa, y mantienen contacto constante, difícilmente alguna parte de la relación se sienta dudosa o con celos. Por el contrario, en un estudio realizado por Villanueva, Rivera, Díaz-Loving y Reyes (2012) se menciona que cuando la comunicación es confusa entre las parejas, tanto hombres como mujeres empiezan a sentir desconfianza, malinterpretar, sentir desamor, y sienten frustración e inseguridad, en cambio cuando la comunicación es asertiva o positiva, existe confianza, y tanto así que llegan a mejorar la convivencia, mantenerse de la misma forma para continuar su relación y sienten seguridad, lo que sin duda define totalmente la relación entre los estilos de comunicación asertivos/positivos y su relación respecto a los factores de celos, tales como celos, dolor/emocional, intriga, etc.

A manera de conclusión se puede decir que con base a toda la información obtenida de los instrumentos y también de la parte teórica, queda claro lo ligada que están las variables en la vida diaria de las personas que mantienen una relación de pareja. La importancia que tiene la variable comunicación en las relaciones de pareja es fundamental. Una relación de pareja que mantiene un estilo de comunicación positivo, son menos proclives a sentir sentimientos de celos. Es por ello que es importante que las personas desarrollen la habilidad social del poder

comunicarse efectivamente con las personas, así como también aprender a ser asertivos con las palabras que se utilicen al momento de entablar una conversación con el otro. El mantener una buena comunicación con los demás nos hace sentir incluidos en sus vidas, nos hace ser partes de la sociedad, el poder entender lo que la otra persona nos está diciendo y por lo consiguiente nosotros poder comprender que nos pasa para poder comunicarlo de la mejor manera. La comunicación es uno de los pilares de todo ser humano, es la base de la interacción humana. Así, para tener una relación de pareja, es prudente saber comunicarnos para asegurarnos de tener una relación sana basada en una buena comunicación. La conclusión más importante obtenida en esta investigación es la siguiente; mantener una comunicación no efectiva dentro de una relación de pareja nos asegura que tarde o temprano traerá consigo a los celos. Es por eso que es recomendable desarrollar estilos positivos de comunicación para mantener una buena relación de pareja. Entendiendo como estilos positivos el ser abierto, claro, expresivo, tolerante, simpático, directo, franco, sociable.

Si bien, los celos son algo intrínseco del ser humano, no se puede descartar que entre hombres y mujeres no haya diferencias entre los tipos de celos o reacciones ante los celos que más se ejecutan entre estos mismos. Es válido recordar que los estereotipos de género dictan a través de lo cultural y de las generaciones modos y formas de convivencia que en gran medida resultan en polos opuestos para cada uno de los sexos, el

conocer las implicaciones que tienen los celos en los sexos pueden derivar a generar más puntos de vista sobre las consecuencias tangibles que estos mismos traen día con día a las relaciones interpersonales de las personas.

Una de las limitaciones más importantes fue el encontrar parejas en el rango de edad establecido para la investigación.

Para los próximos estudios sería interesante ampliar el marco teórico y hacer una comparación de edades con otro tipo de población para analizar los estilos de comunicación que utilizan y como estos se relacionan con los celos. Además, relacionarlos con otras variables como el apego, la intimidad, el poder en la pareja, etc. Es importante recalcar que otra limitante importante fue la carencia de instrumentos más prácticos que midan la comunicación entre las personas, sería bueno para las futuras investigaciones que se ampliaran más la variedad de instrumentos para este tipo de estudios.

Referencias

Ardila, A. (2017). *Los celos en la relación de pareja entre jóvenes universitarios: una revisión de su tratamiento y las explicaciones a su práctica* [Tesis Pregrado, Universidad Cooperativa de Colombia].

https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20500.12494/10452/1/2017_celos_relacion_pareja.pdf

- Baxter, L. y Braithwaite, D. (2008). *Engaging theories in Interpersonal Communication. Multiple Perspectives*. USA: Sage Publications.
- Canto, J., García, P. y Gómez, L. (2009). Celos y emociones: Factores de la relación de pareja en la reacción ante la infidelidad. *Athenea Digital* (15), 39-55. <https://ddd.uab.cat/pub/athdig/15788946n15/15788946n15p39.pdf>
- Chóliz, M. y Gómez, C. (2002). Emociones sociales II (enamoramamiento, celos, envidia y empatía). En F. Palmero, E.G: Fernández-Abascal, F. Martínez y M. Chóliz (eds.). *Psicología de la Motivación y Emoción*, 395-418. Madrid: McGrawHill. <https://www.uv.es/~choliz/EmocionesSociales.pdf>
- Costa, N. y Silva, R. (2008) Celos. Un ejercicio de interpretación desde la perspectiva del análisis de la conducta. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 4(1), 139-147. <http://www.scielo.org.co/pdf/dpp/v4n1/v4n1a12.pdf>
- Díaz-Loving, R., Rivera, S. y Flores, M. (1986). *Celos. Reacciones ante la posible pérdida de la pareja*. México: V Lustrós de Investigación en la Psicología Social en México, Asociación Mexicana de Psicología Social.
- Díaz-loving, R., Riviera, S. y Flores, M. (1989) Desarrollo y análisis psicométrico de una medida multidimensional de celos. *Revista Mexicana de Psicología*, 6(2).
- Enric, J. y Mateu, E. (2003). Tipos de Muestreo. *Rev. Epidem. Med. Prev.* 1, 3-7. [http://mat.uson.mx/~ftapia/Lecturas%20Adicionales%20\(C%20C%20B3mo%20dise%C20B1ar%20una%20encuesta\)/TiposMuestreo1.pdf](http://mat.uson.mx/~ftapia/Lecturas%20Adicionales%20(C%20C%20B3mo%20dise%C20B1ar%20una%20encuesta)/TiposMuestreo1.pdf)
- Epstein, N., Baucom, D. y Rankin, L. (1993). Treatment of marital conflict: a cognitive behavioural approach. *Clinical Psychology Review*, 13, 45-57. [https://doi.org/10.1016/0272-7358\(93\)90007-9](https://doi.org/10.1016/0272-7358(93)90007-9)
- Garrido, A., Reyes, A., Ortega, P. y Torres, L. (2007). La vida en pareja: un asunto a negociar. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 12(2), 385-396. ISSN: 0185-1594. <https://www.redalyc.org/pdf/292/29212212.pdf>
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2006). *Metodología de la investigación* (Sexta Edición). México: Mc Graw Hill
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2017). México - Estadísticas Vitales Matrimonios 2016. INEGI. <http://www3.inegi.org.mx/rnm/index.php/catalog/293>

- Jellouschek, H. (2003). *El amor y sus reglas de juego: las crisis en la relación de pareja como oportunidad de crecimiento*. España: Sal Terrae
- Escalas. *Acta de Investigación Psicológica*. 2(2), 728-748. <https://www.redalyc.org/pdf/3589/358933341010.pdf>
- López, E. y Rodríguez, N. (2008). Relación entre cultura de honor celos y satisfacción en la pareja. *Boletín de Psicología*, 94, 7-22. <https://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N94-1.pdf>
- Recibido: Febrero, 2021 • Aceptado: Marzo, 2021
- Papalia, E., Feldman, R. y Martorell, G. (2012) *Desarrollo Humano*. México: McGraw Hill Education
- Perroni, M. y Guzmán, A. (2013). *Metodología de la investigación*. México: Nueva Imagen.
- Pérez, G. y Estrada, S. (2006). Intimidad y comunicación en cuatro etapas de la vida de pareja: su relación con la satisfacción marital. *Archivos Hispanoamericanos de Sexología*, 12(2). <http://biblio.upmx.mx/Estudios/Documentos/matrimonio0116.asp>
- Sánchez, R. y Díaz-Loving, R. (2003). Patrones y estilos de comunicación de la pareja: Diseño de un inventario. *Anales de Psicología*, 19(2), 257-277. https://www.um.es/analesps/v19/v19_2/08-19_2.pdf
- Villanueva, G. B., Rivera, S., Díaz-Loving, R. y Reyes, I. (2012) La comunicación en pareja: Desarrollo y Validación de