

IV. DISCUSIÓN

Considerando que el matrimonio es el origen de las familias y éstas son el núcleo de las sociedades, es de suma importancia estudiar los diversos factores que le deterioran, porque dependiendo de la forma en como el matrimonio tome su rumbo, será la manera en que se formarán los valores y las enseñanzas de los hijos, siendo así uno de los puntos determinantes para contar con un mundo de individuos responsables o un mundo en decadencia.

Actualmente el número de divorcios y separaciones es alarmante, no sólo por el hecho de la ruptura de la pareja sino por la gran desintegración familiar y el impacto psicológico hacia cada uno de los integrantes de la misma, dificultando la vida de los hijos y de los seres queridos que viven esta terrible situación. Algunos estudios sugieren que uno de los factores que actualmente afecta la satisfacción marital es el estrés (Bodenmann, et. al., 2006).

Conforme la ciencia y la tecnología van avanzando al paso del tiempo, se ha logrado eliminar un gran número de situaciones y factores que dañan a las personas tanto física, material y psicológicamente. Sin embargo a causa de este gran avance tecnológico la vida se ha vuelto cada vez más acelerada y demandante, provocando que el estrés sea un común denominador entre nosotros. A éste, le asignamos la responsabilidad de la existencia de muchas situaciones desagradables debido a que cuando está presente, nuestro organismo presenta una serie de respuestas no específicas según la demanda del momento, como lo explica Selye (citado en Lazarus y Folkman, 1986).

Existen dos formas particulares de hacerle frente al estrés, es decir afrontarlo, siendo la primera mediante una forma activa que principalmente se enfoca en tomar las medidas precisas para resolver adecuadamente el problema. Por otro lado está la forma pasiva, la cual está orientada a la evasión del problema más que a la resolución del mismo (Páez-Rovira, et. al., 1995). La elección de las estrategias de afrontamiento al estrés está influenciada por los rasgos de personalidad según Bouchard (2003) quien

también ha investigado sobre la satisfacción marital encontrando que ésta es influenciada por la personalidad de los integrantes de una relación.

Bajo las premisas de la realidad social actual que es palpable a todos niveles y en la certeza de que sólo con el conocimiento de las causas de una situación es como se puede llegar a mejorarla, surge la necesidad de obtener un conocimiento más amplio que ayude a comprender el fondo de la gran cantidad de divorcios que acontece día a día, así como el desvanecimiento de los lazos de pareja, buscando que éste sea una base para combatir el problema. Esta necesidad se fortalece con el recorrido bibliográfico que sirve de antesala para generar la inquietud de identificar la existencia de una relación entre el Afrontamiento Activo al Estrés y la Satisfacción Marital (satisfacción, cohesión, expresión de afecto y consenso), así como la relación existente entre la Personalidad Extrovertida y la Satisfacción Marital (satisfacción, cohesión, expresión de afecto y consenso) y por último, la relación entre el Afrontamiento Activo al Estrés y la Personalidad Extrovertida, objetivos del presente trabajo de investigación.

En primer lugar, los resultados mostraron que existe una relación significativa entre la Satisfacción Marital (satisfacción diádica, cohesión, consenso y expresión amorosa) y el Afrontamiento Activo al Estrés, lo cual permite que la hipótesis número uno sea aceptada.

El dato obtenido es consistente con resultados de estudios previos referentes al mismo tópico. Bodenmann y Shantinath (2004) en su investigación sobre la mejora en el entrenamiento del afrontamiento al estrés en la pareja, encontraron una asociación fuerte entre satisfacción marital y afrontamiento activo la cual influye en la salud de la pareja y en su propio estrés relacionado a condiciones médicas, así como al divorcio y la disfunción marital. También indican que el afrontamiento al estrés es un punto importante a tomar en cuenta para la prevención del deterioro marital y para la terapia de pareja.

Por otro lado, Bodenmann y colaboradores (2006) concuerdan con lo encontrado en este trabajo de tesis ya que ellos indican que con mayor puntaje en afrontamiento

activo al estrés existe mayor puntaje en satisfacción marital, así como que a mayor puntaje en afrontamiento pasivo al estrés, menor es el puntaje en satisfacción marital.

El afrontamiento activo al estrés presente en los integrantes de la relación es un factor que propicia una satisfacción marital a causa de dos razones principalmente; la primera es que alivia el impacto negativo del estrés y el segundo es que sirve para consolidar el sentimiento de equipo en la pareja gracias a que este tipo de afrontamiento promueve la verdad, lográndose más intimidad y esto en conjunto permite que los integrantes de la relación se sientan auxiliados mutuamente (Bodenmann, et. al., 2006).

En los resultados obtenidos se pudo observar que en la muestra existió un mayor número de personas con un Afrontamiento Activo al Estrés. Dicha muestra fue tomada de una población con un nivel socio económico medio-alto, como se menciona en la descripción de los sujetos. Una investigación realizada por Beristain (1999) contribuye a explicar una causa posible a esto, dado que menciona que la elección del tipo de Afrontamiento al Estrés es influenciada por la cultura de la persona, encontrando que es más común un afrontamiento activo entre personas jóvenes y con un nivel socio económico medio-alto, que cuentan habitualmente con más información y medios que en los sectores con ingreso bajo de una sociedad.

Pasando a la segunda hipótesis que plantea una relación positiva entre el Afrontamiento Activo al Estrés y la Personalidad Extrovertida, con base en el análisis estadístico de los datos es rechazada.

Según Lazarus (1986) el afrontamiento al estrés es un proceso cambiante y particular el cual depende de las características específicas de la situación estresante y del estresor, así como de la valoración personal del mismo, de la ansiedad sufrida en ese momento y de las relaciones sociales, entre otros factores (Delongis, Holtzman, 2005). Estudios previos referentes al mismo tópico realizados por Clark y Kirisci (1996) indican la importancia de la personalidad para la elección del afrontamiento al estrés, aunque no sólo de la personalidad, también de la edad, de la valoración del estímulo estresor, el género, la afectividad, la ansiedad, entre otros. Tomando en cuenta esto, se

sugiere la realización de un estudio específico y detallado enfocado a determinar la correlación entre las variables sugeridas por los autores arriba mencionados y la aportación específica que tiene el tipo de personalidad para la elección del afrontamiento al estrés.

Respecto a la tercera hipótesis que afirma que sí existe una relación significativa entre la Satisfacción Marital (satisfacción diádica, cohesión, consenso y expresión amorosa) y la Personalidad Extrovertida es rechazada por no ser significativa la relación según lo muestran los resultados en el análisis estadístico.

El dato obtenido es consistente con algunos resultados de estudios previos referentes al mismo tópico. Gattis y colaboradores (2004) obtuvieron en sus investigaciones que la extroversión no es un constructo intrínsecamente positivo o negativo. Explica que el ser sobresaliente no indica necesariamente que se tendrá más o menos problemas al lidiar con el matrimonio y por tanto no puede tener un efecto principal en la satisfacción marital.

En contraparte, Ben-Ari y Lavee (2005) exponen que la satisfacción marital está relacionada con los rasgos de personalidad de sus integrantes gracias a que ésta puede influir en la interpretación de las emociones, pensamientos, comportamientos e interacciones interpersonales, lo que conduce a una opinión global del matrimonio y de su satisfacción marital, recordando que la satisfacción inicia de forma personal (Broderick, 1992).

Así mismo, la personalidad extrovertida promueve la búsqueda continua de recompensas y de circunstancias positivas para la vida que permitan, por ejemplo, contar con periodos grandes de matrimonio (Spiro y Mroczek, 2005). Por esta contraposición de opiniones, se sugiere incrementar el número de sujetos de la muestra en futuras investigaciones ya que esto puede ser el parte aguas para determinar tajantemente si existe o no relación entre la personalidad extrovertida y la satisfacción marital.

Referente a la cuarta, quinta y sexta hipótesis que hablan sobre las diferencias que el género (masculino y femenino) pueda provocar independientemente en cada una de las variables del estudio, los datos arrojados por la prueba Chi cuadrada mostraron que no existe diferencia significativa a causa del género en la Satisfacción Marital (satisfacción diádica, cohesión, consenso y expresión amorosa), en el Afrontamiento al Estrés (activo y pasivo) ni en la Personalidad (neuroticismo y extroversión).

A este respecto, se debe tomar en cuenta que los matrimonios de la muestra se situaban entre los 8 y 30 años de casados, estando entre la etapa tres y cuatro del ciclo de vida del matrimonio donde la pareja se reafirma a sí misma; por lo que, se puede inferir que existía un alto grado de adaptación entre los integrantes de la relación. Según Martínez (2004) a medida que aumenta la edad en la pareja, la importancia que se le da a la vida en pareja incrementa y los integrantes se acoplan, lo cual permite eliminar la línea de diferencias entre género.

Referente a la satisfacción marital se puede indicar que no existe una diferencia significativa tomando en cuenta el género debido a que actualmente los matrimonios son más equitativos y poco a poco se ha ido eliminando la idea de los roles marcados en una relación. En la actualidad en nuestro país, la mujer también aporta igual o más en el sentido económico, el hombre contribuye al cuidado de los hijos, la comunicación es más abierta y con menos tabúes, lo que permite una satisfacción marital semejante, comparada con la de matrimonios de antaño donde el patriarcado era lo único existente (CONAPO, 1994).

En tanto que algunas investigaciones sugieren que la razón por la que no existe una diferencia en el género y el afrontamiento al estrés se debe a la interacción con otros factores como el estatus, el poder y el tipo de trabajo, así como la forma en que se le enseñó a la persona a reaccionar ante los problemas (citado por González et. al., 2006).

Resumiendo, se aceptó la primera hipótesis en la que se indica que existe relación positiva entre el Afrontamiento Activo al Estrés y la Satisfacción Marital (satisfacción, cohesión, expresión de afecto y consenso). Se rechaza la segunda hipótesis en la que

se afirmaba que existía relación positiva entre el Afrontamiento Activo al Estrés y la Personalidad Extrovertida. Se rechaza la hipótesis tres que mencionaba la existencia de una relación positiva entre Satisfacción Marital (satisfacción, cohesión, expresión de afecto y consenso) y la Personalidad Extrovertida. De igual forma se rechaza la cuarta hipótesis que indicaba que existía mayor Afrontamiento Activo al Estrés en mujeres que en hombres. Es rechazada también la hipótesis cinco que indicaba que existía mayor puntaje en Personalidad Extrovertida en hombres que en mujeres. También es rechazada la sexta hipótesis que indicaba la existencia de mayor Satisfacción Marital en hombres que en mujeres.

En conclusión, el conocimiento de una relación significativa entre Satisfacción Marital (satisfacción, cohesión, expresión de afecto) y el Afrontamiento Activo al Estrés proporciona una herramienta fundamental para el tratamiento de conflictos en los matrimonios en terapia y en la vida cotidiana ya que, una vez identificado el problema, se puede determinar si éste es derivado de un Afrontamiento Pasivo al Estrés de los integrantes, y si es así se procede a mostrar los diversos puntos que requieren fomentar para afrontar los problemas de manera activa como es la visualización positiva del conflicto, la búsqueda de información y de apoyo social, la lucha ante el conflicto mismo y el desarrollo de un plan de actuación para prevenirlo. Después de la explicación, proponer a la pareja la puesta en práctica de las estrategias que permiten la resolución del problema en forma positiva y motivarlos a mantener el afrontamiento activo al estrés continuamente, ayudando así a solucionar el conflicto originado por este punto.

Finalmente, se sugiere realizar una investigación con un mayor número de sujetos con la finalidad de identificar si la baja significancia entre Satisfacción Marital y Personalidad Extrovertida, así como de Personalidad Extrovertida y Afrontamiento Activo al Estrés fue afectada por el número de la muestra. Así mismo, para la aplicación del test de afrontamiento al estrés se recomienda plantear un problema hipotético creado por los mismos sujetos a modo de facilitarles la resolución de la prueba. De igual forma, la aplicación de las pruebas puede ser dividida por días para que las personas contesten sin ninguna presión de tiempo. Esto contribuirá a la obtención de mejores resultados.