

Importancia de la congruencia en la satisfacción marital

R. Rubio Herrera*, C. Fernández Jiménez**

Resumen

Son múltiples las variables que parecen afectar el desarrollo de una relación de pareja. En el presente trabajo nos centramos en la importancia de las expectativas que cada uno de los cónyuges elabora sobre su relación. Concretamente, nuestro objetivo fue analizar si el tipo de congruencia manifestada por el sujeto, entendida ésta como el ajuste entre lo que esperaban de la relación y la realidad condicionaba el nivel de satisfacción marital. Los resultados obtenidos indican que efectivamente el tipo de congruencia negativa (desajuste entre lo que esperaban y lo que obtienen), ajustada o positiva (realidad vivida con la pareja que supera sus expectativas) condiciona el grado de satisfacción marital. A su vez, variables como el género o la edad cronológica no se relacionan con el tipo de congruencia que manifieste el sujeto, mientras que sí es importante en este sentido el tiempo de convivencia en pareja, es decir, la experiencia incide en el tipo de expectativas.

Geriátrika, 2001; 17 (4): 119-125

Summary

Several variables seem to affect the evolution of couple relationships. In this study we centred our attention on the importance of the expectations that each spouse had generated about their relationship. To be exact, our goal was to identify any possible association between the congruence revealed by the participant, understanding this as an adjustment between what he expected of his relationship and reality, and marital satisfaction. Our results indicate that negative congruence (great differences between what one expected and the real situation) adjusted congruence and positive congruence (reality lived with one's partner exceeds previous expectations), all determine marital satisfaction rates. No relation was found between variables such as gender or chronological age and the type of congruence shown by the participant; although, the period of time spent living together proved to be important in this aspect, this means that experience determines the type of congruence.

Key words: Couples. Marital-relations. Marriage. Marital-satisfaction.

Palabras clave: Pareja. Relaciones de pareja. Matrimonio. Satisfacción marital.

“Las puertas de la felicidad siempre se abren hacia fuera”.

* CATEDRÁTICA DE PSICOGERONTOLOGÍA. UNIVERSIDAD DE GRANADA. FACULTAD DE PSICOLOGÍA. GRANADA.

** PROF. UNIVERSIDAD. ALMERIA.

Introducción

En los últimos años hemos asistido a importantes cambios en lo que a las formas familiares se refiere. Estos nuevos modelos de familia son un fiel reflejo de una sociedad que ha ido transformándose de acuerdo a un nuevo orden de objetivos y metas personales. La pareja como subsistema y origen de la familia va a manifestar en la actualidad unas características muy diferentes a las presentadas en otro tiempo. Y es que la pareja o el matrimonio como sistema estable e indisoluble ha dejado de ser la única y mejor opción, haciendo que cada vez sea mayor el número de rupturas y separaciones cuando surgen los conflictos conyugales.

En el estudio de las relaciones de pareja, se observa cómo muchos de estos conflictos matrimoniales surgen del concepto culturalmente exagerado de "felicidad", así como de las actitudes irreales provocadas por el "amor romántico". Desde el mismo momento en que dos personas deciden iniciar y mantener una relación estable, se van a generar una serie de pensamientos y expectativas, acerca del comportamiento del otro y de la relación que pueden condicionar el desarrollo y dirección de la misma.

Según Beck (1), la intensidad de la relación despierta sentimientos de amor, lealtad y apoyo incondicionales, de forma que las personas se comprometen, ya sea en forma expresa (como ocurre en el matrimonio) o mediante sus actos, a satisfacer esas necesidades. Todo lo que haga el cónyuge está dotado de significados que derivan de esos deseos y expectativas, de manera que los pensamientos acerca de la persona amada y su imagen, se convierten en un estímulo capaz de controlar el comportamiento del otro.

Fuertes (2), entiende que cuando dos sujetos se enamoran, experimentan un intenso deseo de unión que se refleja a distintos niveles. Concretamente, este autor describe la existencia de tres elementos que van a dar lugar posteriormente a muchas de las manifestaciones que tradicionalmente se asocian al hecho de estar enamorado. En primer lugar, habría que hablar de un *componente emocional*, caracterizado por una fuerte atracción hacia el otro, especialmente atracción sexual; deseo de reciprocidad, de ser correspondido, activación fisiológica y miedo a la ausencia de esperanza. En segundo lugar, tendríamos el *componente cognitivo*, que se refiere entre otros aspectos, a las fantasías respecto a lo maravillosa que sería la vida con la persona amada; incertidumbre respecto a la posibilidad de conseguir o no lo que se desea; preocupación por la persona amada; idealización y sobrevaloración del otro; etc. Y finalmente, el *componente conductual*, referido a las manifestaciones observables de ese amor.

El componente cognitivo sería el responsable de la imagen idealizada del ser amado que hace desta-

car los rasgos positivos y en cambio provoca la desaparición de los negativos. Según Beck (1), esta visión del amado/a se vuelve "cerrada", de modo que ningún elemento ingrato pueda romper o deestructurar el esquema elaborado. Esta incapacidad para modificar la perspectiva idealizada, aún cuando los rasgos desagradables del ser amado se volvieran evidentes, es una característica del enamoramiento. Este sistema parece destinado a prevenir o por lo menos a reducir las evaluaciones negativas, teniendo como objetivo el mantenimiento de una relación íntima, fijando toda la atención en las imágenes, recuerdos y esperanzas del ser amado. El alto grado de emoción y gratificación mutua, durante la primera etapa del enamoramiento va a generar unas expectativas sobre la pareja que van a condicionar probablemente el desarrollo de la relación. Teorías como la del refuerzo, o sus vertientes cognitivossociales como la del intercambio o la de la equidad, insisten en la importancia de las expectativas de recompensas en la génesis y mantenimiento de una relación amorosa.

Con el paso del tiempo y la convivencia, la gente se da cuenta a veces que ha idealizado en forma excesiva el objeto de su afecto, y que muchas de las expectativas que había creado sobre su pareja, no se ven cumplidas, no se ajustan a la realidad. En este sentido, Rollins y Feldman (3), de acuerdo con Burgess y Locke (4), consideran que un alto nivel de satisfacción en una relación ocurre cuando se da una correspondencia entre lo real y lo esperado, o como una comparación entre la relación real y la alternativa, si la relación actual hubiera terminado. Esta conceptualización de la satisfacción como ajuste entre expectativas y realidad la encontramos también en Liang (5), cuando define el bienestar subjetivo como un concepto abstracto y multidimensional que puede medirse a través de una serie de indicadores entre los cuales se encuentra la *congruencia*. Según este autor, la congruencia nos indica el grado en que las metas o proyectos de las personas son logrados, es decir, el acuerdo entre las metas que la persona desea y las que ha alcanzado. Según esto, el éxito de la relación se basaría en la evaluación que cada uno de los cónyuges hace de su situación confrontando lo que esperaba y lo que realmente ha obtenido.

En el presente estudio vamos a comprobar si efectivamente existe relación entre la satisfacción con la relación de pareja y el tipo de congruencia manifestada.

Material y método

El estudio que presentamos se realizó en Granada, con una muestra de 576 sujetos con edades comprendidas entre 25-90 años de edad, y con pareja heterosexual estable. El tipo de muestreo se-

leccionado fue el estratificado utilizando como variables de segmentación el sexo y la edad.

Para esta investigación, el método de observación elegido fue la encuesta, empleando como instrumento un cuestionario tipo Likert. A los entrevistadores se les asignó un número determinado de encuestas con indicaciones de las que dentro de la cifra general deben corresponder a cada estrato de la muestra, y unas indicaciones de cómo deben localizar a los sujetos a encuestar.

Resultados

Comenzamos analizando la relación existente entre las expectativas que los sujetos tenían sobre su relación de pareja y la satisfacción actual con dicha relación. Concretamente, intentamos determinar si el cumplimiento de tales expectativas se relacionaba con la satisfacción, para lo cual utilizamos el coeficiente de correlación de Pearson, por tratarse de dos variables numéricas continuas. El valor obtenido en la correlación (0,54) indica que efectivamente existe una correlación directa entre ambas variables siendo esta relación significativa al 99.9%, de manera que a mayor nivel de cumplimiento de las expectativas respecto a la relación de pareja, mayor nivel de satisfacción actual (Tabla I). Respecto a la magnitud de la relación, tal y como indica el coeficiente de determinación, el ajuste de las expectativas explicaría el 29.16% de la actual satisfacción con las relaciones conyugales.

TABLA I

Correlación expectativas y satisfacción

		Satisfacción	P92
Correlación de Pearson	Satisfacción	1,000	,540**
	P92	,540**	1,000
Sig. (bilateral)	Satisfacción		,000
	P92	,000	
N	Satisfacción	558	558
	P92	558	568

Para un mayor aprovechamiento de la información referente al ajuste entre las expectativas y la realidad de la relación de pareja, creamos un "**Índice de Congruencia**", resultado de restar al nivel de satisfacción con la relación de pareja las expectativas que el sujeto tenía sobre dicho tema. Como resultado de esta operación se obtiene el mencionado "Índice de congruencia", que oscila entre los valores siguientes:

- *Congruencia negativa* (de -4 a -1): indica que las expectativas del sujeto sobre la relación son superiores al nivel de satisfacción actual con la relación.
- *Congruencia ajustada* (con un valor 0): Las expectativas sobre la relación se adecúan al nivel de satisfacción actual con la relación.
- *Congruencia positiva* (de 1 a 4): indica que el nivel de satisfacción con la relación es superior a las expectativas que el sujeto tenía sobre la relación.

A fin de aclarar el concepto, presentamos en la Figura 1 los valores del citado índice:

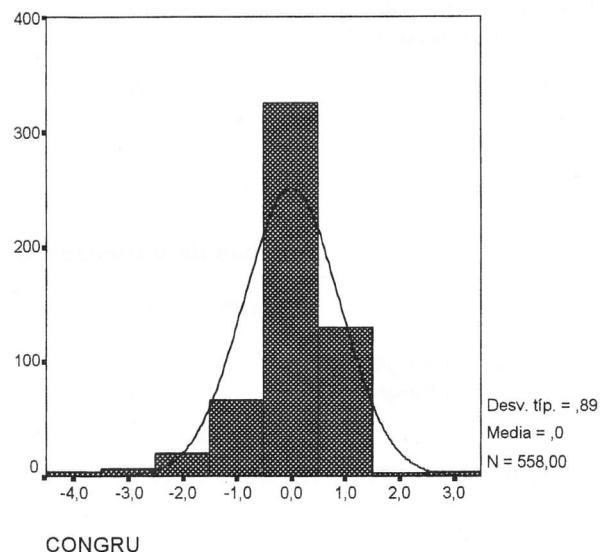


Fig. 1. Índice de congruencia.

Puede observarse cómo los valores oscilan entre -4 y 3 estando la media en 0 y la desviación típica en 0.89. En cuanto al porcentaje de sujetos asimilados a cada categoría se observa cómo un 17.2% de los sujetos analizados tienen un índice de congruencia negativo, es decir, las expectativas que tenían sobre sus relaciones de pareja eran superiores al nivel de satisfacción que posteriormente obtuvieron. Un 56.6% tienen un índice igual a cero, es decir, las expectativas y la realidad se ajustan perfectamente y por último, un 24.4% tiene un índice positivo, es decir la realidad supera a las expectativas. Cabe señalar que sólo habría un 1% con puntuaciones positivas superiores a 1, lo que indicaría que básicamente las expectativas se suelen ajustar a la realidad y en el caso de no ajustarse, el desajuste es negativo, es decir las expectativas son superiores a la realidad posteriormente vivida.

Posteriormente, quisimos estudiar la relación entre la congruencia y algunas variables básicas, ob-

TABLA II

Frecuencias Índice de congruencia

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	-4,00	4	,7	,7	,7
	-3,00	6	1,0	1,1	1,8
	-2,00	20	3,5	3,6	5,4
	-1,00	66	11,5	11,8	17,2
	,00	326	56,6	58,4	75,6
	1,00	130	22,6	23,3	98,9
	2,00	2	,3	,4	99,3
	3,00	4	,7	,7	100,0
	Total	558	96,9	100,0	
Perdidos	Perdidos del sistema	18	3,1		
	Total	18	3,1		
Total		576	100,0		

TABLA III

Análisis de Varianza Congruencia en función de la edad

		Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
CONGRU	Inter-grupos	37,546	6	6,258	8,612	,000
	Intra-grupos	400,390	551	,727		
	Total	437,935	557			

teniéndose los resultados que comentamos a continuación.

Cuando analizamos la relación entre la congruencia y el género, encontramos que si bien existían medias diferentes en el grupo de hombres y mujeres respecto a la congruencia, dichas diferencias no eran significativas. Así, el hecho de ser hombre o mujer no influye en el desarrollo de unas expectativas que posteriormente se ajusten en mayor o menor medida al nivel de satisfacción experimentado en la relación de pareja.

También consideramos importante analizar si las diferencias en las expectativas (congruencia), se relacionaban con la edad del sujeto. Tras realizar la correlación entre ambas variables se comprobó que existía una relación inversa entre ambas variables, de manera que a mayor edad, el valor de la congruencia será negativo. Concretamente, cuando los sujetos son más jóvenes, la congruencia es neutra, lo cual indica que las expectativas se ajustan a la satisfacción que en ese momento se tiene con la relación. Dividida la muestra en los siguientes grupos de edad: "de 25 a 29 años", "de 30 a 34", "de 35 a 44", "de 45 a 54", "de 55 a 64", "de 65 a 74" y "de 75 y más" observamos que esta tendencia se mantiene

hasta aproximadamente los 35 años, donde se puede apreciar que la congruencia se vuelve negativa: la satisfacción con la relación disminuye respecto a las expectativas sobre la relación. Aunque parece producirse un cambio alrededor de los 45 años, la tendencia general conforme el sujeto envejece, es la existencia de una congruencia negativa, lo cual llevaría al individuo a experimentar cierta insatisfacción.

Puesto que se encontraron diferencias entre las medias de congruencia en cada uno de los grupos de edad en que se dividió la muestra, se realizó un Análisis de Varianza. El resultado obtenido en esta prueba confirmó la significatividad de las diferencias (Tabla III). Posteriormente y mediante la prueba post hoc de Student-Newman-Keuls se determinaron los grupos en que se daban tales diferencias significativas: el grupo "de 25 a 29 años" con los grupos "de 45 a 54 años", "de 65 a 74 años" y "de 75 y más años". El intervalo de edad "de 75 y más años" presenta a su vez diferencias con todos los grupos excepto con el grupo "de 65 a 74 años".

De esta forma, la edad sí estaría relacionada con el tipo de congruencia manifestada por el sujeto, obteniéndose unos valores más negativos alrededor

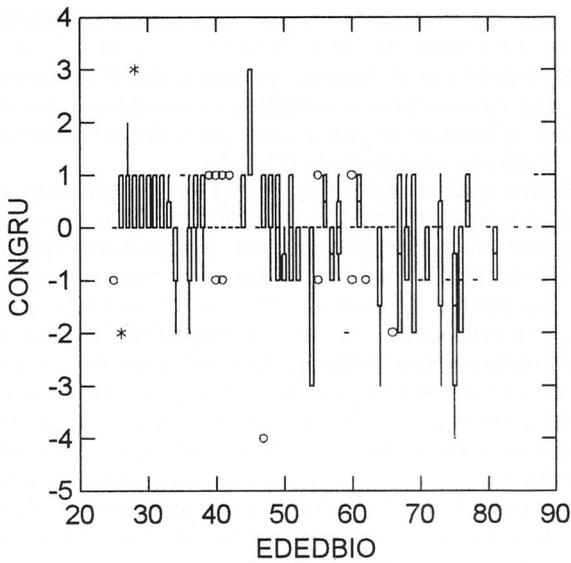


Fig. 2. Congruencia en función de la edad.

de los 35 años, a los 55 años y posteriormente a los 75 años de edad (Fig. 2).

Igualmente quisimos comprobar la relación entre la congruencia y el tiempo de convivencia en pareja. Mediante el coeficiente de correlación de Pearson pudimos observar que existía una relación inversa entre ambas variables, siendo esta relación significativa al 99.9%. Así, conforme aumenta el tiempo de convivencia en pareja, el valor de la congruencia será negativo.

A tenor de los datos obtenidos, nos planteamos la posibilidad de que la edad del sujeto y el tiempo de convivencia expliquen un alto porcentaje de varianza común respecto de la variable congruencia. Por esta razón, pasamos al análisis de la relación existente entre estas variables y la variable congruencia eliminado el peso de la variable complementaria, mediante un análisis de correlación par-

TABLA IV

Correlación parcial: relación edad y congruencia, controlando la variable

	EDADBIO	CONGRU
EDADBIO	1,0000 (0) p = ,	,0091 (517) p = ,837
CONGRU	,0091 (517) p = ,837	1,0000 (0) p = ,

cial. Así, en un primer análisis pusimos en relación la edad cronológica con la congruencia, eliminando la influencia de la variable tiempo de convivencia. Los resultados muestran que una vez eliminada la influencia de la variable tiempo de convivencia, no existe relación entre la edad cronológica y la congruencia (Tabla V).

Repetimos el mismo análisis eliminando la influencia de la edad biológica en la relación existente entre la congruencia y el tiempo de relación con la pareja. En este caso, sin embargo, la correlación es significativa.

TABLA V

Correlación tiempo de convivencia y congruencia

	CONGRU	Tiempo relación
CONGRU	1,0000 (0) p = ,	,1747 (517) p = ,000
Tiempo relación	,1747 (517) p = ,000	1,0000 (0) p = ,

De acuerdo con estos resultados, es el tiempo de convivencia y no la edad cronológica, la variable relacionada con el tipo de congruencia manifestada.

Discusión

Tal y como establecen muchas de las principales teorías y enfoques sobre las relaciones de pareja, hemos comprobado en nuestro estudio la relación entre la satisfacción marital y las expectativas. El valor obtenido en la Correlación de Pearson (0,54) confirma una relación directa entre las citadas variables.

El éxito de la relación, definido en función de un alto nivel de satisfacción marital, viene asociado a la clase de expectativas que el sujeto elabora sobre lo que significa mantener una relación amorosa y la convivencia en pareja. Con el tiempo, ambos miembros de la pareja deben enfrentarse a las expectativas irracionales, en especial cuando del mundo teórico del romanticismo hay que pasar a vivir codo con codo y abordar conjuntamente, con responsabilidad y trabajo para ambos, los simples problemas de la convivencia. Este choque con la realidad se transforma en enfados, esperas, aburrimiento, implicación en tareas que sólo interesan a uno de los dos, y mientras tanto el otro se limita a dudar de

que el compañero/a le quiera lo suficiente, pensando que debería sacrificarse más, o hacer u ofrecer cosas que ni siquiera han pasado por la mente del compañero/a, simplemente porque no se ha tenido la ocasión de verbalizarlas o pedir las.

El paso del tiempo en la pareja provoca la aparición de un proceso que hemos denominado *congruencia*, una continua evaluación o comparación de las expectativas elaboradas con la realidad vivida. En nuestro trabajo y a partir de los datos analizados creamos un "**Índice de Congruencia**", resultado de restar al nivel de satisfacción con la relación de pareja las expectativas elaboradas por el sujeto sobre la relación.

Del resultado de este proceso (positivo o negativo), parece que va a depender en parte el nivel de satisfacción que el sujeto tiene en su relación. Según los datos analizados, destacar que en este ajuste entre expectativas y realidad, el hecho de ser hombre o mujer no influye, mientras que sí se aprecian diferencias estadísticamente significativas en la congruencia en función de la edad. Parece lógico pensar que los sujetos jóvenes, en las primeras etapas de su relación intentan mantener a toda costa una perspectiva del enamorado idealizada, lo que Beck denomina encuadre o marco positivo, que impide desviar la atención del sujeto hacia las cualidades indeseables del otro, o hacia posibles efectos perjudiciales, a largo plazo, en la relación. Con el tiempo, esta visión irreal positiva, se va deteriorando, y esa diferencia entre expectativas y realidad se torna más negativa. Este cambio se da de una manera más clara estando el sujeto entre los 35 y los 55 años de edad.

De todas formas, es el tiempo que los sujetos llevan conviviendo, el principal factor de cambio en el tipo de congruencia más que la edad que tengan los cónyuges, tal y como muestran los análisis correlacionales realizados.

Conclusiones

La idea que cada sujeto tiene de lo que es o debería ser una relación de pareja es resultado de un proceso de socialización, en el que los padres van a tener un papel destacado. El sujeto va configurando el sentido y significado de una relación en base a la información que le han suministrado distintas fuentes: familia, medios de información, escuela, amigos, etc. Aún cuando existan diferencias culturales y sociales en el concepto de relación o matrimonio, el amor y todo lo que éste supone, ha sido ampliamente descrito calificándose como un sentimiento o incluso necesidad universal. Maslow (6) habló a este respecto de la necesidad de posesión y amor como una motivación que iba a dirigir sin duda la conducta del ser humano, situándola además como una de las necesidades básicas. Así, es lógico pen-

sar que, ya sea por la trascendencia que puede suponer una relación de pareja en la historia individual, o bien por el deseo, (ya sea cultural o biológico) que cada sujeto manifiesta por mantener una relación estable, el sujeto acaba por elaborar diversas expectativas acerca de la relación.

Sobre todo al principio, existe en ambos cónyuges una representación idealizada del otro que sólo deja ver los aspectos positivos. Es probable que el sujeto se resista a aceptar aquellas situaciones en las que peligre la correspondencia de su amor, y reaccione ante esto, con una percepción y expectativas irreales sobre la pareja. Con el paso del tiempo, y en buena medida por la convivencia, es posible que aquellos pensamientos y emociones que protegían y a la vez alentaban para continuar, vayan desapareciendo, porque de la misma manera ya no existe ese miedo a que la relación se deteriore. Quizás entonces el sujeto deja de idealizar, deja de crear unas expectativas positivas, respecto al cónyuge.

Muchas personas no desean, o son incapaces de renunciar a la imagen primera de lo que el matrimonio debería ser, y eso promueve la posterior desilusión tanto con el cónyuge como con la propia relación. De la misma manera, cuando se frustran las grandes expectativas de los cónyuges, éstos son propensos a llegar a conclusiones negativas sobre el estado de ánimo de su pareja y el estado del matrimonio. Esta frustración o insatisfacción vendría derivada, en parte, de no ver cumplidas las expectativas a lo largo del tiempo. Una de las metas más importantes en una relación estable es sin duda la convivencia: ambos cónyuges quieren pasar el máximo tiempo juntos y experimentar una unión más completa en las que se multiplican las situaciones gratificantes. Sin embargo, en el marco de la convivencia surgen las decepciones, frustraciones y fricciones, algo para lo que en principio el sujeto no está preparado. Sus expectativas chocan entonces con una realidad que dista mucho de lo deseable y es ahí donde aparecerá la insatisfacción.

Podríamos decir, finalmente, que son muchos los que aman pero muy pocos los que saben amar y aún menos los que logran perpetuar su saber.

CORRESPONDENCIA:
Dra. R. Rubio Herrera
Facultad de Psicología
Universidad de Granada
Campus Universitario de Cartuja
E-18071 Granada

Bibliografía

1. Beck: *Con el amor no basta*. Barcelona: Paidós, 1990.
2. Fuertes, A.: *Enamoramiento y amor en la adolescencia y la vida adulta*. En M. J. Ortiz y S. Yárnoz (eds.). *Teoría del apego y de las relaciones afectivas*. Bilbao, Servicio Editorial de la Universidad del País Vasco, 1993.
3. Rollins, B. C.; Feldman, H.: *Marital satisfaction over the family life cycle*. *Journal of Marriage and the Family*, 1970; 32:45-60.
4. Burgess, E.; Locke, H. J.; Iones, M. M.: *The family from institutions to companionship*. Nueva York: American Book, Co., 1963.
5. Liang: *Dimensions of the Life Satisfaction Index A: A structural formation*. *Journal of Gerontology*, 1984; 39:613-622.
6. Maslow, A.: *Motivation and personality*. New York: Harper and Row, 1970.