

Sexualidad y Comunicación en la Pareja

Leidy Lorena Quiroga Quiroga

Docente: Juan Carlos Borbón

Universidad Antonio Nariño

Facultad de Psicología

Bogotá

2021

Índice

1. Introducción.	6
2. Planteamiento del problema.....	8
2.1 Formulación del problema.....	11
3. Objetivos.....	11
3.1 Objetivo General.	11
3.2 Objetivos Específicos.....	11
4. Justificación.....	12
5. Influencia de la comunicación en la sexualidad de la pareja.....	15
5.1 Sexualidad en la pareja.....	15
5.2. Las parejas al paso de los siglos	15
5.3 La comunicación como convivencia de los seres humanos.....	17
6. Marco Metodológico.....	23
6.1. Enfoque metodológico.....	23
6.2. Población y muestra.....	25
6.2.1. Población.....	25
6.2.2. Muestra.....	25
6.3. Instrumentos para la Recolección de Información.....	26
6.3.1. Escala Likert.....	26
6.3.2. Encuesta a profundidad.....	27
6.4. Validación de instrumentos.....	29
6.4. 1. Juicio de expertos.....	29
6.4.2. Pilotaje.....	29
6.4.3. Procedimiento.....	29

6.4.3.1. Primera Etapa. Diseño y escritura del planteamiento del problema.....	29
6.4.3.2. Segunda Etapa. Diseño y elaboración del Marco Teórico.....	29
6.4.3.3. Tercera Etapa. Diseño y construcción del Marco Metodológico.....	30
6.4.3.4. Cuarta Etapa. Diseño de la escala Likert.....	30
6.4.3.5. Quinta Etapa. Implementación de los instrumentos.....	30
7. Consideraciones éticas.....	31
8. Resultados.....	32
8.1. Análisis de resultados.....	32
8.2. Conclusiones.....	44
8.3 Recomendaciones.....	46
7. Referencias.....	48
8. Anexos.....	49

Resumen

La sexualidad y comunicación en la pareja son elementos que hacen parte de la vida cotidiana de los seres humanos mostrando que cuando se convive con la pareja o cónyuge debe haber una comunicación asertiva, un diálogo respetuoso, escuchar al otro y respetar su opinión también se debe tener en cuenta la vida sexual que se tiene y así permitir que las relaciones de pareja sean duraderas, se refleje el respeto, se lleguen a acuerdos saludables por ambas partes y que sea una relación sana.

La sexualidad permite que los seres humanos tengan goce en su cuerpo, puedan experimentar nuevas cosas y también para crear una familia teniendo hijos con las personas que quieren.

La comunicación es una herramienta que permite el desarrollo y solución de conflictos que se pueden presentar en la convivencia pero también hace parte de la expresión de emociones que tiene cada miembro de la pareja, con este diálogo se puede concretar los temas que tiene relevancia para la pareja en este caso el desarrollo de la intimidad.

En esta investigación se comprueba que las relaciones de pareja se ven afectadas por el poco diálogo o el no saber expresar lo que se piensa, se siente o se quiere; este también afecta la intimidad de las parejas teniendo en cuenta que en ocasiones no se hace apertura a nuevas experiencias sexuales, no se permite la escucha de nuevas propuestas y la realización de las mismas, para poder comparar la teoría con la vida de las parejas se seleccionaron cuatro parejas a las cuales se les realizó una entrevista y una encuesta relacionadas con el tema que se quiere estudiar.

Abstract

Sexuality and communication in the couple are elements that are part of the daily life of human beings showing that when living with a partner or spouse there must be an assertive

communication, a respectful dialogue, listening to the other and respecting his or her opinion, also the sexual life that one has must be taken into account and thus allow the couple's relationship to be lasting, to reflect respect, to reach healthy agreements for both parties and to be a healthy relationship.

Sexuality allows human beings to have joy in their bodies, to experience new things and also to create a family by having children with the people they love.

Communication is a tool that allows the development and solution of conflicts that may arise in coexistence but also is part of the expression of emotions that each member of the couple has, with this dialogue you can specify the issues that are relevant to the couple in this case the development of intimacy.

This research proves that couple relationships are affected by the lack of dialogue or not knowing how to express what they think, feel or want; this also affects the intimacy of couples considering that sometimes they are not open to new sexual experiences, do not allow listening to new proposals and the realization of the same, in order to compare the theory with the life of the couples, four couples were selected to whom an interview and a survey related to the topic to be studied were carried out.

Palabras clave:

Sexualidad, comunicación, pareja, convivencia.

Introducción

La presente investigación aborda el tema de la sexualidad y comunicación en pareja teniendo en cuenta que la sexualidad se desarrolla desde los instintos biológicos de los seres vivos, por lo tanto la comunicación tiene desarrollo neurológico, biológico que es exclusivo de la especie humana puesto que se puede expresar con palabras, gestos, actitudes entre otras, todo lo que el ser humano tiene como pensamiento del acto sexual lo puede expresar de manera asertiva frente a su pareja, en este trabajo se busca que los participantes permitan el desarrollo de las actividades propuestas por el investigador, y de esta manera determinar la influencia que tiene la comunicación en el desarrollo de la vida sexual en parejas que han convivido más de 5 años

Se aspira encontrar la capacidad que los seres humanos tienen para comunicar los deseos, los pensamientos, las emociones entre otras para realizar el acto sexual con su pareja, para esto se realizará una encuesta y una entrevista donde los participantes manifestaron sus sentimientos en consecuencia hablarán de su relación como pareja y al igual que ha cambiado en la convivencia cuando se puede hablar de todo lo que sucede dentro de la relación de pareja y el acto sexual, como se ha explicado anteriormente el trabajo pretende investigar un tema que a largo de los años aún sigue teniendo tabúes los cuales en ocasiones no permiten que el hombre y la mujer expresen lo que les gusta o que no les gusta para apreciar un acto sexual o para decir lo que les incomoda del otro ser humano.

Para mencionar estos problemas de pareja se debe exponer el significado de las tres variables que son sexualidad, pareja, comunicación y luego unir las para poder dar

explicación al objetivo que se plantea en este trabajo el cual consta en determinar la influencia que tiene la comunicación en el desarrollo de la vida sexual en parejas.

Para realizar la investigación se buscarán parejas que lleven 5 años de convivencia y que presenten conflictos en su convivencia, para hacer parte de la muestra los participantes deberán tener edades entre los 25 y 50 años, en el momento de realizar la prueba estar en la ciudad de Bogotá y haber firmado el consentimiento informado, como criterio de exclusión se contempla todas las personas que tienen edades inferiores a los 25 años de edad y que lleven conviviendo con sus parejas 4 años y 11 meses, se les realizará una entrevista y una encuesta para así saber en qué influye la comunicación en la intimidad de cada uno, no es necesario y obligatorio tener problemas e inconvenientes en la sexualidad pero sí evidenciar que la comunicación falla en ocasiones para que el sentido del trabajo no se pierda y que los participantes se animen a trabajar en esta investigación. .

De esta manera se tomó la decisión de realizar el estudio sobre sexualidad y comunicación en pareja para analizar el efecto que tiene la comunicación en la intimidad de las parejas con varios años de experiencia; también para reflejar si en la actualidad las parejas ven la sexualidad como un tabú o solo creen que es para la procreación del ser humano, esta investigación se desarrolla con la necesidad de buscar los factores que realmente influyen o afectan la intimidad de las parejas.

Algunos de los hallazgos que se encontraron al comienzo de la investigación fueron las respuestas de los participantes frente a sus relaciones sexuales en las que se encontro que la comunicacion en las parejas son importantes dado que permite el dialogo de diferentes temas entre estos la sexualidad e intimidad, en una sola de las parejas el hombre considera que la sexualidad solo se debe usar para la procreación y no se debe tener más efectos en este.

Planteamiento del Problema.

La comunicación es una habilidad que tienen las personas para usarla en su diario vivir, las diferentes formas comunicativas incluyen palabras, gestos, movimientos corporales entre otros.

Según Orozco (2012, p.3) “la importancia de la comunicación en la relación de pareja y la definen como el proceso de producción, emisión y procesamiento de mensajes verbales y no verbales que permiten compartir significados entre personas, de tal manera que forman, mantienen y modifican pautas de interacción durante las relaciones sociales y personales”.

Con la propuesta del autor, se puede evidenciar que la construcción de las relaciones interpersonales se realizan desde el diálogo, el habla, los gestos y en esta se hace una recepción del todo lo comunicado entre los seres vivos; de esta manera se puede decir que se logra la construcción de relaciones interpersonales, en el contexto específico de la pareja; se encuentran componentes de comunicación verbal, como no verbal, la cual esgrime características más complejas como la estructura según Alfaro (2006, p.2) en la que se puede ver como el receptor envía a la fuente información para construir el marco de conocimientos que el usuario conceptualiza de su entorno y se caracteriza. La comunicación permite que todo contenido de información llegue a las personas con claridad teniendo en cuenta el orden que permite la original está entre los seres humanos recibiendo y enviando conocimientos de receptor a emisor.

FUENTE → TRANSMISOR → CANAL RECEPTOR DESTINATARIO B

A

Nota. Adaptado de modelo de comunicación, [*imagen de comunicación*] por C. Doctor Mag D.I. Arquitecto. Sergio Arturo Alfaro Malatesta, 2006, <https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/6843/07SAam07de18.pdf?sequence=7>

Según Delgado (2021, p.1) algunas características que apoyan la estructura de la comunicación son: “El código, que es el lenguaje empleado, el canal de comunicación, que es el medio usado, el contexto, que son las circunstancias donde se desarrolla la comunicación, el ruido o perturbaciones en la recepción del mensaje original, y la retroalimentación o feedback, que supone la respuesta hacia el primer mensaje”.

De esta manera se logra no solamente un lenguaje propio de la pareja, sino también la comunicación apropiada al contexto y enriquecida con la experiencia de miembro de la pareja.

Es importante abordar el tema de la comunicación en pareja, teniendo en cuenta que, comunicarse adecuadamente apoya las necesidades del ser humano, y en pareja, permite expresar con mayor claridad las emociones, sentimientos, pensamientos y por ende acciones ante su pareja; es difícil la aceptación de los propios errores o darse cuenta de los mismos, para lo cual, la comunicación asertiva permitirá obtener soluciones a los conflictos; aceptar las diferencias individuales, respeto mutuo, y el entendimiento como pareja, es decir que, para poder construir una relación sana y enriquecedora, es necesario construir espacios en los cuales se pueda, no solamente comunicar sino manifestar, expresar, entender las necesidades del otro, y entrar en espacios de negociación, a fin de no entrar a vulnerar sus derechos como persona y respetar los límites propios de la persona como ser sexuado.

En línea con lo anterior Arand (2017, p. 41) menciona los “estilos de comunicación son patrones de conducta que se manifiestan en la interacción con otra persona, así mismo tiene la forma de comportarse de cada cónyuge, el autor los clasifica en cuatro tipos de comportamientos: asertivo, agresivo, sumiso, agresivo pasivo”.

Es así como se reconoce la importancia de las manifestaciones claras y unívocas al interior de la pareja, con el fin de estrechar lazos, y de la misma forma construir relaciones sanas y positivas en el sentido del crecimiento humano y establecimiento de ambientes de absoluta confianza entre los dos.

Así mismo, Loayza (2018, p. 11) manifiesta que, algunos de los aspectos más significativos a la hora de hablar de la sexualidad humana son “los roles de género, el placer y erotismo, la intimidad y la reproducción”, de esta manera este aspecto guarda relación con la comunicación tanto verbal como no verbal.

Igualmente, Escobar (2011, p.1) “se infiere que cuando un hombre o una mujer se comunica con alguien de su mismo sexo o del sexo opuesto trata de compartir información, ideas, actitudes, y sentimientos, entre otros”; es así como a partir de este intercambio, no solo facilita la aceptación de la pareja, sino la posibilidad de generar respeto y confianza, construyendo espacios y puentes comunicativos sólidos.

Con base a lo mencionado sobre la comunicación y los procesos comunicacionales las parejas pueden presentar sus emociones, necesidades entre otras con claridad cada vez que tengan interacción con el otro, los contextos en lo que conviven cada uno sean lugares donde se evidencie los procesos conversacionales asertivos, respetuosos y claros; por lo tanto se le quiere dar apertura a la problemática de investigación que se construye en la comunicación que tiene las parejas a la hora de convivir más de 5 años.

Es importante hablar de la influencia que tiene la comunicación en la sexualidad en las parejas porque la sexualidad es un complemento para la vida del ser humano cuando es un adulto y se reflejan estas necesidades fisiológicas con más frecuencia; sin importar que la comunicación es la base de todo vínculo social en esta investigación se pretende observar cómo las parejas la incluyen en sus conversaciones para realizar un acto sexual respetando los límites que tiene cada uno como persona.

2.1 Pregunta problema:

¿Cuál es la influencia de la comunicación en el desarrollo de la vida sexual en parejas con más de 5 años de convivencia?

Como objetivos de la investigación se plantean los siguientes:

Objetivo General

Determinar la influencia de la comunicación en el desarrollo de la vida sexual en parejas con más de 5 años de convivencia

Objetivos Específicos

Identificar las características propias de la comunicación verbal y no verbal en parejas con más de 5 años de convivencia.

Reconocer la forma cómo las diferentes parejas viven la importancia de la comunicación en el contexto de la intimidad de pareja.

Comprender la forma como las parejas incluyen la comunicación para los conflictos que se presentan.

Justificación

La investigación busca demostrar que en la actualidad no se busca una pareja estable para obtener relaciones sexuales o conformar un hogar, también comprobar que las relaciones que llevan varios años de convivencia tienen como herramienta la comunicación e intentan tener interacciones entre ellos para no dejar acabar el amor y el deseo que existe entre ellos, aunque en la actualidad no es necesario estar enamorado o querer a una persona para tener relaciones sexuales; hay personas que si buscan encontrar otro individuo con el cual puedan compartir el amor y la sexualidad al mismo tiempo.

Esta investigación es importante debido, fundamentalmente a reconocer que la comunicación en los seres humanos en algunas circunstancias impide la expresión de emociones; en este contexto, también se puede mencionar que las dificultades comunicativas en la pareja pueden deberse a la falta de asertividad en la misma, como lo sugiere, Morales (2019, p.7) quien manifiesta que “la comunicación asertiva tiene que ver con la capacidad de expresarse verbal y pre verbalmente en forma apropiada a la cultura y a las situaciones”.

Algunos problemas asociados a la dificultad comunicativa pueden redundar en problemas de comunicación sexual al interior de la pareja, debido principalmente a la negación de generar espacios íntimos de comunicación.

Teniendo en cuenta que, desde la perspectiva psicológica, los temas asociados a relaciones de pareja son de vital importancia, no solo desde la óptica de la familia como núcleo social, sino como un sistema que interactúa, y de esa manera lo que termina afectando la relación de pareja, repercute en el entorno, es justamente la falta de espacios para hablar de aquello que como pareja puede intercambiar en cuanto a su sexualidad.

Es importante comunicar que la investigación se clasifica en el grupo sistémico y se postula en la línea investigación, intervención y cambios en contextos sistémicos dado que este se compone de las problemáticas relacionadas con el desarrollo del individuo en sus

medios interaccionales ya que el trabajo propuesto cumple con una problemática de la integración se postula en la parte de la psicología sistémica. De esta manera se ve que el sistema social que tiene el individuo permite que pueda conocer y desarrollar grupos de pares para aumentar sus relaciones y así conseguir o seleccionar pareja, los sistemas de los individuos permiten que se haga más interacción con personas que conocen otros para ampliar los entornos en los que se vive.

La investigación para el contexto de la universidad Antonio Nariño es pertinente por cuanto quiere demostrar las competencias idóneas que se debe tener como estudiante de la universidad; es decir acorde que el conocimiento universal va teniendo cambios los estudiantes obtienen nuevos y mejores recursos, de esta manera se incorpora un pensamiento autónomo, crítico y global.

La investigación tiene en cuenta la misión de la Universidad Antonio Nariño la cual consiste en “Posicionarse como una de las mejores universidades del país, con pensamiento crítico, autónomo y global, acreditada nacional e internacionalmente, que al estar a la vanguardia del conocimiento, contribuye a la competitividad nacional en las ciencias de artes y tecnología”(UAN,2020). Para la Facultad de psicología es importante tener estudiantes competentes dentro de los cambios psico-sociales y culturales al igual que otros aspectos que involucran a los seres humanos como lo es la comunicación la cual se abordará dentro de este trabajo cabe destacar que es importante porque la comunicación verbal y no verbal hace que los individuos puedan convivir.

La investigación es importante porque ayuda al profesional a mostrar sus capacidades, conocimientos, las relaciones que tiene con la teoría y las prácticas, el estudiante muestra el aprendizaje que ha tenido a lo largo de la carrera siendo competente en las didácticas propuestas en la investigación en cada pareja. Desde el conocimiento que tiene la Facultad de psicología el trabajo permite desarrollar de manera ética, confiable, certificada cada uno de

los temas propuestos desde la salud mental que se debe tener como individuos que componen una sociedad, la Facultad apoya cada una de las temáticas siempre y cuando se manejen de manera adecuada.

La investigación le aporta a la psicología la importancia que tiene el dialogar en una relación de pareja sobre la sexualidad teniendo en cuenta que que los individuos necesitan muestras de afecto y también satisfacer sus necesidades fisiológicas de la manera que les gusta, que lo deseen buscando su bienestar.

Para la sociedad tiene un aporte desde el punto de vista en las relaciones interpersonales ya que aumenta la confianza en cada una de las relaciones de pareja permitiendo que se realice un vínculo de reconocimiento en gustos y preferencias para obtener un acto sexual que permita el goce, satisfacción; realizando una breve aclaración en las entrevistas realizadas.

Influencia de la Comunicación en la Sexualidad de la Pareja

Relevancia de la comunicación y la sexualidad en las parejas del siglo XXI

A través de los años los seres humanos se han caracterizado por tener relaciones sociales e interactuar con otros individuos buscando tener grupos y subgrupos donde se puede resaltar la búsqueda de pareja la cual se desarrollará en esta investigación observando la manera como la comunicación tiene influencia en la convivencia, sexualidad e intimidad de la pareja; teniendo en cuenta las vivencias que han tenido las personas en los últimos tres años de convivencia con la misma persona.

Sexualidad en las parejas

En el contexto de las expresiones de la sexualidad en la pareja, es importante tener en cuenta que, durante mucho tiempo, se observó socialmente un rechazo sistemático hacia la temática; en este sentido, como lo indica

Madueño (2004, p. 40) en tanto que han pasado los años los individuos aún tienen pensamientos que no permiten la expresión completa de sus emociones en las que se vinculan las experiencias sexuales dando paso a la limitación de experimentar nuevas cosas para no ser juzgados o castigados por la forma de pensar de cada individuo.

“Entre los siglos XVIII Y XIX diversos autores quisieron realizar una manera diferente de abordar la sexualidad esta fue desde el punto de vista científico, pero aún se identificaban prejuicios sociales y morales por parte de algunos especialistas en el tema (psiquiatras, médicos), ni la sociedad en general estaba preparada para oír nuevos conceptos de la sexualidad humana y los posibles cambios que pueden surgir”.

La organización mundial de la salud (OMS, 2013) describe la sexualidad como un aspecto central del ser humano, presente a lo largo de su vida.

Abarca al sexo, las identidades y los papeles de género, el erotismo, el placer,

la intimidad, la reproducción y la orientación sexual. Se vivencia y se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, prácticas, papeles y relaciones interpersonales (p. 3)

De acuerdo con la organización mundial de la salud la sexualidad se ve como integrante a la vida del ser humano porque cada uno tiene sus necesidades fisiológicas y debe satisfacerlas, también se tienen distintas formas de realizar el acto sexual. De esta manera se quiere mostrar la importancia que tiene la diversidad de pensamiento frente al tema de las relaciones sexuales e intimidad.

En estos tiempos el acto sexual no necesariamente se debe dar para la reproducción, formar un hogar o tener una relación estable, pero si para la satisfacción de las necesidades humanas, también puede suceder lo contrario y no tendría nada de raro porque hay distintos puntos de vista y gustos, así que cada individuo es el que decide para que desarrolle el acto sexual.

De todos modos, hubo una época donde no se decidía que se quería y cuando pero si se usaba el sexo para parte reproductiva de los seres humanos, es así como Tovar (2011, p. 12) expresa la situación que se vivió en largos periodos de tiempo freta a la sexualidad que estuvo más bien asociada con la función reproductiva y alejada de la idea del amor, al transcurrir los años la imagen del amor binario y desigual fue perdiendo fuerzas donde en la actualidad se trata de tener equidad en las relaciones de pareja para tener equilibrio e igualdad dentro de las opiniones sexuales.

Las parejas al paso de los siglos

En la actualidad se evidencia la libertad en la elección de pareja y las personas se seleccionan a sus parejas desde las relaciones interpersonales que tienen con otros los

individuos, en el momento que se quiere construir un hogar o tener una familia los seres humanos empiezan a aumentar las relaciones personales con los otros , la mayoría de veces se busca pareja en los contexto sociales que tiene la persona puede ser el trabajo, el estudio, el medio de transporte entre otras.

Según Campo y Linares (2002, p.1) “una pareja es la unión de dos personas de distintas familias que deciden unirse afectivamente para realizar proyectos de vida juntos en lo que incluye apoyo y ofrecimiento de cosas importantes mutuamente; se tiene un espacio independiente para las personas, pero se tiene una relación social”.

Cabe aclarar que no siempre las relaciones de pareja deben ser perfectas y que en su mayoría hay dificultades.

Se puede señalar que compromiso en una relación de pareja es la suma de atracciones y barreras según González (2009, p. 47) ve afectado el compromiso en tres factores: Satisfacción, calidad de alternativas a la actual relación y las inversiones llevadas a cabo en la misma. “La satisfacción hace referencia a efecto positivo y negativo experimentado en la relación, las alternativas permiten el mejoramiento de estas dentro de la relación y las inversiones son la magnitud e importancia de los recursos de la relación así dándole lugar a la solución de dificultades que se presenta”.

Teniendo en cuenta que la sexualidad es una base biológica del ser humano donde se expresan variedad de estímulos externos e internos que el cuerpo debe desarrollar al momento de tener el acto sexual, en este orden de ideas los individuos necesitan de un acompañante para realizar su intimidad y poder ejercer todos sus deseos y sus necesidades fisiológicas, en las relaciones sexuales se pueden presentar variedad de dificultades.

Las dificultades presentadas en las parejas se desglosan de la poca comunicación que no permite hablar o no se escucha al otro y siempre se quiere tener la razón, sin dar la oportunidad de duda o experimentar lo que la otra persona está mostrando para que se den cuenta que en ambas partes hay ideas importantes y que sirven para la convivencia en pareja, de acuerdo con lo anteriormente dicho la pareja debe tener una comunicación clara.

La comunicación como convivencia de los seres humanos

La comunicación en los seres humanos es lo que permite las relaciones sociales y la solución de problemas que pueden presentar en el día a día de las personas, así cada uno ser humano sabe los gustos y disgustos de los demás y en el tema fundamental de las relaciones de pareja permite llegar a acuerdos en la convivencia.

Un aspecto fundamental en torno a la sexualidad, especialmente en la pareja, se relaciona con la comunicación;

Según Delgado (2012, p. 1) se entiende que la comunicación es el intercambio de mensajes entre el emisor y el receptor, es una base entre los seres sociales que se reúnen dentro de una comunidad para llegar a acuerdos, permite la expresión de cada uno, ayuda a la interacción entre otros.

La cual consta de elementos como el emisor, receptor, código, mensaje, el canal, el ruido, el contexto y la retroalimentación.

Emisor: Es la persona que da el mensaje.

Receptor: Es la persona que recibe el mensaje.

Código: La variedad de signos que se usan para emitir el mensaje (Palabras, gestos).

Mensaje: El conjunto que se transmite.

Canal: Medio físico en el que se envía el mensaje

Ruido: Todo agente externo que puede interferir en la transmisión del mensaje

Contexto: Circunstancias en las que se realiza la emisión del mensaje.

Retroalimentación: Respuesta que da el receptor al mensaje y si este es también debatido por el emisor también es llamado feedback .

La comunicación se desglosa en varios tipos para permitir que los seres humanos tengan interacción entre ellos, los cuales son: Verbal, no verbal Comunicación vertical, Comunicación horizontal, Comunicación formal, Comunicación informal, Comunicación por señas, Comunicación emocional.

Según lo planteado por Mendieta (2019. p.2) La comunicación vertical hace referencia a los niveles jerárquicos que hay en una empresa u organización, también puede ocurrir entre los mismos empleados o en las personas que constituyen el mismo departamento. La comunicación formal es la que se realiza para dar diferentes órdenes en una institución, mientras que la comunicación informal es la que surge entre los miembros de un mismo nivel jerárquico, es de suma importancia resaltar la comunicación por señas teniendo en cuenta que se puede oír hablar de ellas pero poca atención se le pone a la misma es la que utilizan las personas sordomudas y sordas para establecer una mejor comunicación con su entorno. Desde la parte emocional se puede hablar de la comunicación emocional ya que permite la expresión de emociones a partir de la risa o el llanto.

Mendieta (2019, p.2) explica varios tipos de comunicación en la que los seres humanos están implicados para poder obtener relaciones interpersonales y crear un diálogo entre el grupo o las parejas.

En esta investigación se centrará en dos tipos de comunicación los cuales ayudan a que cada receptor entienda el mensaje donde se puede evidenciar las emociones, el sentido y la calidad del mensaje estos son la comunicación verbal y la comunicación no verbal:

Comunicación verbal: Es la que se basa en la palabra y puede ser de dos tipos: oral o escrita. Hernández (2014, p.3)

Comunicación no verbal: Es la que se transmite desde la expresión corporal.

Hernández (2014, p.11)

Estos elementos y tipos de la comunicación sirven como un vehículo que facilita la construcción de puentes comunicativos generando cohesión social, según Camargo (2015, p. 36) “el paradigma crítico ofrece una comunicación cuyos objetivos se asocian con acciones tales como transformar, liberar y emancipar al ser humano de los postulados del positivismo y del funcionalismo”. Por consiguiente, cada uno de los individuos da paso a un tejido de interacciones dentro de la sociedad dado que cada uno de los seres humanos tiene relaciones interpersonales y se permite expresar cada uno de los mensajes que quiere dar a sus emisores. De acuerdo con lo indicado por Chaparro (2015, p. 8). “Se conoce como proceso de comunicación asertiva, la expresión clara, directa y equilibrada que cumple con comunicar o defender ideas y sentimientos, sin ningún ánimo o intención de perjudicar al interlocutor(es)”.

Implica comunicar sentimientos y pensamientos, tomando en cuenta las necesidades propias y considerando las de la otra persona. Es una habilidad en la comunicación que se entrena en el terreno de la sexualidad, se aplican estos principios para transmitir qué se necesita en la intimidad, cuáles son las vías para lograrlo y así tratar de lograr el placer al máximo de forma sana. Si se siente el deseo de una práctica erótica o sexual específica, es ideal verbalizar para disfrutar la sexualidad plenamente, es tu derecho.

Cabe descartar que la comunicación asertiva permite expresar los sentimientos y pensamientos que se tiene por la otra persona en variedad de situaciones que se viven especialmente en la vida de pareja; la cual se compone de sexualidad e intimidad de los individuos para esto es necesario saber comunicar lo que se desea y lo que no se desea en ella.

Coincidiendo en la opinión que da Olvera (2019, p.4) una comunicación sexual asertiva o positiva promueve el bienestar de las parejas, evita conflictos y contribuye con la prevención de problemas que afectan la salud sexual, como las infecciones de transmisión

sexual o embarazos no deseados; así como al desarrollo de relaciones de pareja saludables. Este tipo de comunicación ayuda y permite a la pareja que exprese sus sentimientos, emociones, pensamientos para que haya claridad en ellos y se pueda solucionar un conflicto de la manera adecuada dentro del sistema que conforman.

Se adiciona un comunicado de Cuevas (2019, p. 1) “sin embargo, en las relaciones de pareja, pocas veces se expresan los pensamientos o sentimientos que albergan”. Es importante liberar cada acción que afecta el convivir con una persona para que los conflictos no sean más grandes o que se corra con el riesgo de no saber lo que siente el otro integrante; la comunicación de estos ayuda a la comprensión de cada momento que pasa la persona.

Según la Fundación de la universidad autónoma de Madrid con el paso del tiempo se evidencia la importancia de la comunicación por lo que los seres humanos se expresan y se dan a entender a través de ella, dónde se resalta la comunicación verbal y no verbal que apoyan el orden comunicativo de cada individuo, en este orden de ideas cada persona realiza variedad de comunicados tanto corporales como verbales de este modo se dan a entender y crean relaciones interpersonales es de ahí donde nace el interés por la comunicación dentro de las parejas.

Se ha visto que algunos problemas en la intimidad sexual se basan en la comunicación que hay entre la pareja, se quiere determinar cuál es el motivo que más influye entre la misma y que se hace para solucionarlo, en este abordaje se quiere dejar claro algunos conceptos que se trabajarán a lo largo de la investigación.

Fundación de la universidad autónoma de Madrid (2012, p.4) La comunicación es un elemento básico generador de la sociabilidad, es a través de ella que el hombre se nutre y preserva su carácter como ser eminente de convivencia, además de promover la solidaridad social y el espíritu cooperativo entre los grupos.

Desde este punto de vista de la comunicación se puede analizar cómo las parejas demuestran su convivencia en la forma, manera de emitir y recibir el mensaje, apoya la manera de colaboración entre seres vivos a través de los comunicadores se puede hablar de la comunicación como un incremento de conocimientos que recibe de manera verbal y no verbal.

En los seres humanos se puede observar las cualidades y los defectos que con el tiempo, puede ir disminuyendo o aumentando según lo quiera cada uno de los miembros, hablar de las relaciones de pareja se abarcan varios temas en esta investigación son solo e manejaran tres las cuales son pareja, comunicación y sexualidad para ver como la comunicación hace parte de las relaciones sexuales de la pareja.

Las variables que se van a conectar con la convivencia y el día a día de las parejas dado que existe la comunicación y la sexualidad de estas, teniendo en cuenta lo que se desea investigar las parejas que llevan más de cinco años de convivencia también demuestran su trabajo en equipo resaltando la equidad dentro de la relación y así cualquier tipo de pensamiento, gesto, expresión o palabra tenga validez para los individuos que componen la pareja.

Marco Metodológico

Enfoque metodológico:

En la investigación se pretende tener claridad de lo que sucede en la vida cotidiana de las parejas y si la teoría concuerda con la experiencia vivida de cada participante dado que se escogen al azar a cada uno de estos cumpliendo con los requisitos propuestos por la investigadora para que esta pueda corroborar datos, escuchar las experiencias y obtener más conocimiento de lo que se vive en la actualidad en una relación de pareja.

Para esta investigación se escoge el método de investigación mixto teniendo en cuenta que se quiere estudiar las experiencias de las personas con la comunicación verbal y no verbal en la sexualidad e intimidad observando cómo las personas incluyen estos dos elementos de la comunicación para que sus relaciones íntimas sean nutritivas y su relación de pareja sean sanas para cada uno los miembros.

Se escoge el método de investigación para el trabajo el método mixto ya que permite unificar los métodos de investigación cualitativa y cuantitativa por tal motivo Núñez, (2017, p.3). “El postulado central de los métodos mixtos radica en la retroalimentación de los métodos cualitativos y cuantitativos dentro de una perspectiva metodológica única y coherente, que permitiría un nivel de comprensión del objeto investigativo. Permite que esta investigación tenga veracidad e importancia en los datos recolectados de forma organizada y coherente”.

El enfoque cuantitativo es un herramienta de investigación que permite recolectar información de manera secuencial y no solo esto le da apertura a tener resultados confiables y constatables en el ámbito que se ha utilizado este enfoque.

Según (Fernandez, Hernandez y Baptista, 2014. p. 4) Es secuencial y probatorio. Cada etapa precede a la siguiente y no podemos “brincar” o eludir pasos. El orden es riguroso, aunque desde luego, podemos redefinir alguna fase. Parte de una idea que va agotándose y, una vez delimitada, se

derivan objetivos y preguntas de investigación, se revisa la literatura y se construye un marco o una perspectiva teórica.

Teniendo en cuenta que el enfoque cuantitativo permite la veracidad y confiabilidad de las investigaciones también se puede acudir al enfoque cualitativo dado que este permite realizar un análisis más subjetivo de las variables que se desean estudiar en una investigación; se debe tener claridad que en la parte cualitativa se puede generar cambios, durante o después de desarrollar la recolección de datos.

Según (Fernandez, Hernandez y Baptista, 2014. p.7) los estudios cualitativos pueden desarrollar preguntas e hipótesis antes, durante o después de la recolección y el análisis de los datos. Con frecuencia, estas actividades sirven, primero, para descubrir cuáles son las preguntas de investigación más importantes; y después, para perfeccionarlas y responderlas.

El estudio cualitativo permite que el investigador tenga preguntas claras y específicas para el desarrollo pero también para que haga modificaciones necesarias y concretas en cada uno de estas, las preguntas le permiten tener una base para realizar encuestas o entrevistas que ayudan a recolectar datos de experiencias, historias vivencias y expresiones que dan las personas que se seleccionan o que se postulan a la investigación.

Al realizar la unión de estos dos enfoques se puede evidenciar la eficacia que tiene para corroborar o no los análisis de datos que se van desarrollando para la investigación, estos enfoques permiten ver de manera subjetiva y objetiva las variables e hipótesis propuestas por el investigador.

Población y muestra

Es importante agregar las características que se necesitan para clasificar la población y muestra de la investigación, estos dos componentes del trabajo son de suma importancia puesto que son los que realizan las acciones que se solicitan para la ejecución de las entrevistas diseñadas, en el contexto del objeto de estudio de la presente investigación.

Población

La población objeto de estudio, corresponde a parejas con las siguientes características; tener más de 5 años de convivencia, que se encuentren viviendo en la ciudad de Bogotá, específicamente en la localidad de Kennedy, parejas conformadas por personas del mismo sexo o parejas conformadas por hombres y mujeres; sin hijos.

Muestra

En cuanto a la muestra, teniendo en cuenta que las características metodológicas de la presente propuesta, la estrategia de muestreo a utilizar, y de acuerdo con lo planteado por Salinas Martínez (2004, p.1) “El muestreo no probabilístico, también conocido como muestreo por conveniencia, y su único requisito es cumplir con la cuota del número requerido de sujetos o unidades de observación. En este se desconoce la probabilidad de selección”, y específicamente el muestreo intencionado, el cual es definido por Otzen y Manterola (2017, p. 2) como aquel que “permite seleccionar casos característicos de una población limitando la muestra sólo a estos casos. Se utiliza en escenarios en las que la población es muy variable y consiguientemente la muestra es muy pequeña”

Como criterios de inclusión para hacer parte de la muestra, las parejas deberán cumplir con el 100% de las siguientes características, todas las personas deberán tener edades entre los 25 y 50 años de edad, debe ser miembro de una relación de pareja vigente, con un tiempo de duración no menor a 5 años de convivencia, evidenciar algunos inconvenientes en las relaciones íntimas e interpersonales, estar en el momento de realizar la prueba en la

ciudad de Bogotá, haber firmado y aceptado los requerimientos del consentimiento informado.

Como criterios de exclusión se contemplan, que las personas tengan edades inferiores a 25 años y superiores a los 50 años, relaciones de pareja con un tiempo de duración menor a los 4 años y 11 meses, y/o no haber cumplido con el requisito del consentimiento informado.

Instrumentos para la Recolección de Información

Escala Likert

Para la investigación cuantitativa se trabajó con la herramienta de escala Likert teniendo de esta manera un análisis de forma numérica y dar una continuidad a los objetivos propuestos en la investigación con base a lo planteado por Matas, (2018, p.2) Las llamadas “escalas Likert” son instrumentos psicométricos donde el encuestado debe indicar su acuerdo o desacuerdo sobre una afirmación, ítem o reactivo, lo que se realiza a través de una escala ordenada y unidimensional. La investigación quiere tener este modelo de escala dado que permite interrogar a la persona de manera indirecta en su vida personal y la convivencia con su cónyuge.

Matas, (2018, p.2) Originalmente, este tipo de instrumentos consistía en una colección de ítems, la mitad expresando una posición acorde con la actitud a medir y la otra mitad en contra. Cada ítem iba acompañado de una escala de valoración ordinal. Esta escala incluía un punto medio neutral, así como puntos a izquierda y derecha, originalmente de desacuerdo y de acuerdo, con opciones de respuesta numéricas de 1 a 5.

El instrumento de la escala Likert se realizó dado que permite medir las actitudes y la conformidad que presenta cada participante, permite ver como matizan su opinión en una

tabla la cual se evalúa las respuestas que da cada pareja en la que se realizó 50 preguntas cerradas a cada pareja.

Entrevista a profundidad

Para la recolección de datos cualitativos se propone la entrevista a profundidad la cual brinda y permite la expresión verbal de la población, de acuerdo con Taylor y Bogdan (2011. P.2) este estilo de entrevista permite que hayan reiterados encuentros cara a cara entre el entrevistado y el entrevistador para que las experiencias y situaciones sean entendidas por el investigador, estas son dinámicas y flexibles.

En este sentido, a continuación, se ofrece una aproximación a la entrevista que se realizará a las parejas participantes.

Libreto de la entrevista:

1. Lugar donde se realizarán las entrevistas: En la casa de cada uno de los participantes
2. Acceso a las parejas: Se tiene acceso a las 6 parejas que viven en la localidad de Kennedy
3. Tópicos que serán abordados en la entrevista: Relación de pareja, Comunicación, intimidad (Sexualidad)
4. Las preguntas organizadas por tópico

Relación de pareja:

1. ¿Cuénteme cómo se siente usted con la relación de pareja que tiene?
2. ¿Qué cree usted que influye en los inconvenientes que aún no se han solucionado?
3. ¿En algún momento de la relación ha sentido que le faltan el respeto?, ¿Por qué y cómo?

Comunicación:

¿Cómo expresa lo que siente?

1. ¿Cuándo algo le molesta qué hace para expresarlo?

2. ¿Cómo expresa lo que le gusta?
3. ¿Usted cree que se comunica de manera asertiva con su pareja?
4. ¿Cree usted que su opinión es escuchada y entendida por su pareja?
5. ¿Usted escucha y se da tiempo de verificar las necesidades de su pareja?
6. ¿Se le facilita expresar que le gustaría experimentar en el acto sexual?
7. ¿Qué tan importante ve la comunicación para realizar o no el acto sexual?
8. ¿Cree usted que la expresión corporal tiene efectos cuando le dan una respuesta de forma verbal?
9. ¿Cuándo usted dialoga se altera con facilidad?
10. ¿Permite que su pareja hable y exprese lo que siente?
11. ¿Qué le gustaría resaltar de su pareja cuando se comunique con usted?

Intimidad (Sexualidad)

1. ¿En el caso que su esposo/a le diga no a una fantasía sexual cuál cree que es su actitud?
2. Le gustaría que su pareja le de nuevas opciones para experimentar en la sexualidad
3. Si su pareja le ofrece experimentar nuevas cosas en las relaciones sexuales ¿aceptaría?
4. ¿Cómo responde usted cuando recibe el rechazo de su pareja para realizar una relación sexual?
5. ¿Cree usted que es importante tener reglas y límites para las relaciones sexuales de pareja?
6. ¿Dentro de la intimidad su pareja se puede expresar?
7. Usted estaría dispuesto o dispuesta a cambiar la comunicación para mejorar la intimidad de la relación.

Cómo va a capturar la información: Video grabada

Validación de instrumentos

Juicio de expertos

Teniendo en cuenta que en la investigación científica se busca la veracidad y la confiabilidad de todos los datos descritos en las investigaciones desarrolladas, se considera importante tener en cuenta que la Teoría Clásica de las Pruebas (T.C.T) cumple con las variables anteriormente dichas, por tal motivo este trabajo de investigación permite medir el objeto de estudio con validez.

El instrumento de medición psicométrica que consistía en la escala Likert se envió a un juicio de expertos para que la revisaran y observarían el desarrollo de la misma, los expertos dieron sus opiniones y correcciones frente al instrumento presentado

Pilotaje

Teniendo en cuenta la escala diseñada no se realizó ningún tipo de pilotaje dado que las respuestas obtenidas son subjetivas.

Procedimiento

Primera Etapa. Diseño y escritura del planteamiento del problema

En este contexto, el planteamiento del problema se desarrolló de la siguiente manera: Se realizó una investigación de temas semejantes al que se quiere abordar en el trabajo de grado, evidenciando que son pocos los trabajos realizados en el tema de los efectos que tiene la comunicación en la sexualidad de pareja.

Segunda Etapa. Diseño y elaboración del Marco Teórico.

En este contexto, el planteamiento del marco teórico desarrolló de la siguiente manera:

Se realizó una búsqueda de los significados de cada variable a trabajar, también se realizó una búsqueda en las relaciones que tienen entre ellas y cómo se pueden adjuntar para realizar el trabajo.

Tercera Etapa. Diseño y construcción del Marco Metodológico

En este contexto, el planteamiento del marco metodológico desarrolló de la siguiente manera:

Se realizó una búsqueda para tener claridad a la hora de realizar la entrevista a profundidad y la escala Likert como desarrollar el análisis de cada entrevista que se realiza, por otro lado, también se buscó el tema de la población y la muestra para realizar una buena selección de participantes.

Cuarta etapa. Diseño de la escala Likert y entrevista a profundidad.

Se planteó las preguntas que se van a realizar en la escala Likert y entrevista a profundidad para estudiar cada variable propuesta por la investigador en las que se pretende corroborar con la teoría y la clasificación que se presenta en la investigación.

Se realiza un juicio de expertos en los que seleccionan cinco lo cuales estudian las preguntas detalladamente y dan las correcciones necesarias a estas mismas, no se realiza ningún tipo de pilotaje teniendo en cuenta que las respuestas dadas por los participantes son subjetivas.

Quinta etapa. Implementación de los instrumentos

Se realizó las entrevistas y las escalas Likert a cada pareja seleccionada para la realizar la investigación, se inicia con la entrevista que tuvo la duración de 40 minutos y la escala Likert en la que varió el tiempo por pareja.

Consideraciones éticas

Esta investigación se desarrolla bajo los parámetros éticos que se deben tener a la hora de realizar entrevistas y encuestas en participantes cumpliendo así con los códigos éticos del

colegio colombiano de psicología y los lineamientos de investigación de la Universidad Antonio Nariño.

Para siguiente estudio se tuvo en cuenta algunos aspectos éticos en cuanto a la investigación con participantes de especie humana, donde se consideraron diversas alternativas con las cuales se puede dirigir los recursos y esfuerzo con los que se busca respetar y cuidar a los participantes que harán parte de la investigación de acuerdo con la resolución 8430 de 13 en su título II, capítulo 1 “ De los aspectos éticos de la investigación en seres humanos”, En el artículo 5 se refiere “En toda investigación en la que el ser humano sea sujeto de estudio, deberá prevalecer el criterio del respeto a su dignidad y a la protección de sus derechos y su bienestar” (Resolución 8430,1993). Cada persona que acceda a participar de un proyecto de investigación debe conocer con exactitud y claridad cuál será la naturaleza, el propósito y las condiciones de investigación en la cual se solicita su participación (Leibovich, 2006).

De acuerdo con la ley 1090 del 2006 para realizar la investigación se debe tener en cuenta los principios éticos de respeto y dignidad, también se debe salvaguardar el bienestar y los derechos de los participantes: es importante que los investigadores tengan pleno conocimiento de las normas legales y estándares profesionales que regulan la conducta de la investigación (Ley 1090, 2006). De esta manera se solicitará la firma del consentimiento informado aunque este no exime la responsabilidad del investigador de cuidar y salvaguardar los derechos humanos de todos los participantes, realizando la investigación para el beneficio de todos.

Para la confidencialidad de los datos, el material obtenido será guardado respetando la identidad de los participantes, usando un apodo que impida su identificación.

Por consiguiente también se toma la misión que consiste en “Formar ciudadanos idóneos y competitivos, éticos y humanistas, con pensamiento autónomo y crítico, y personas

altamente calificadas y comprometidas con los procesos de transformación positiva del país, fundamentados en la incorporación, difusión, generación e innovación del conocimiento universal”(UAN,2020).

Resultados

Para el análisis de datos se maneja la investigación mixta la cual se trabajó en dos momentos los cuales fueron cuantitativo y cualitativo:

La primera parte de este trabajo consistió en la parte cuantitativa en la que se realizó una escala tipo Likert para la recolección de datos en cada pareja que participó en la investigación donde se desarrolló preguntas para el desarrollo y la respuesta de la pregunta problema.

La segunda parte del trabajo se realizó de manera cualitativa desarrollando una entrevista a profundidad que se les presentó a las parejas después de cada escala realizada para dar desarrollo en la totalidad a los objetivos y la pregunta.

Análisis de resultados

Partiendo de la recolección de datos en el instrumento diseñado para las parejas, en el cual se observa la percepción que tienen sobre la comunicación en la vida cotidiana e intimidad de cada pareja, se quiere tener en cuenta los datos que se recolectan a partir de los dos instrumentos realizados por la investigadora y obtener la información correspondiente a el estudio que se quiere realizar corroborando la teoría con los mismos.

Análisis cuantitativo de la sexualidad y comunicación en pareja

Área sobre la comunicación en pareja

En las primeras 11 preguntas se evidencia la importancia que tiene la comunicación dentro de las parejas, en las cuales se evidenciaron respuestas que representan totalmente de acuerdo con 77,28% y desacuerdo con 22,72% por lo cual se cumple con el primer objetivo (Identificar las características propias de la comunicación verbal y no verbal en parejas), donde cada pareja responde a preguntas como: Cree usted que al expresar sus sentimientos y emociones lo hace de forma verbal y no verbal, Desde su punto de vista cree que su pareja se enoja con facilidad cuando le dice un punto a mejorar, Cree necesario nombrar y resaltar las cualidades de su pareja, Con estas respuestas que dan los participantes a estas primeras preguntas y realizando el análisis del porcentaje se puede manifestar que la comunicación tiene extensa importancia para la convivencia de las parejas.

Tabla 1.

Distribución de Frecuencias para la Comunicación.

Puntaje	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11
1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
2	0	0	0	2	2	1	0	3	2	0	0
3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
4	3	4	2	1	0	2	2	1	2	2	2
5	1	0	2	1	2	1	2	0	0	2	2

Fuente: El autor (2021)

Las parejas encuestadas muestran su perspectiva desarrollando esta escala; en las primeras preguntas permiten que el encuestador identifique la importancia que tiene la variable de comunicación en las parejas, de esta manera pueda desarrollar su estudio como fue anteriormente presentado; en esta hay gran parte de las parejas que ven la comunicación como la base para solucionar, para conocer y llegar a acuerdos con su compañero sentimental.

Área sobre la sexualidad en la pareja

Desarrollando este análisis de datos se continúa con las preguntas 12 hasta la 25 que componen la variable de sexualidad donde se pretende estudiar cómo se maneja la intimidad, hay confianza para realizar la intimidad de diferentes maneras, se permite hablar de juguetes, el uso de los mismo o el cambio de las posiciones para extender su acto sexual, entre otros componentes de la misma; para el desarrollo de esta se realizó preguntas a los participantes relacionadas con la intimidad de cada uno de manera indirecta en la cual se manejó la palabra sexualidad muy pocas veces y se reemplazó por intimidad, se evidencia en la tabla 2 las 14 preguntas siguientes y sus porcentajes correspondientes.

Tabla 2.

Distribución de Frecuencias para la Sexualidad.

Puntaje	P12	P1 3	P1 4	P1 5	P1 6	P1 7	P1 8	P1 9	P2 0	P2 1	P2 2	P2 3	P2 4	P2 5
1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	2
2	1	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1
3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
4	1	4	2	3	3	3	2	2	1	2	3	3	0	1
5	1	0	0	1	1	1	2	2	3	2	0	1	3	0

Fuente: El autor (2021)

En este segundo bloque de preguntas que consta en 14 preguntas que inician desde la 12 hasta la 25 se puede patentizar diferentes respuestas teniendo en cuenta que hay porcentajes desde totalmente desacuerdo hasta totalmente de acuerdo, se organizan los porcentajes a las respuestas de la siguiente manera totalmente en desacuerdo 5.3%, desacuerdo 8,9%, de acuerdo 60.7 %, totalmente de acuerdo 25% , teniendo en cuenta que las parejas le dan incrementó al tipo de respuesta de acuerdo se puede afirmar que se cumple con el segundo objetivo (Precisar la forma como los diferentes parejas viven la importancia de la comunicación en el contexto de la intimidad de la pareja), donde los participantes responden a preguntas como: Se le facilita proponer cosas nuevas para mejorar la relación, Cuando

expresa los gustos que desea tener en su intimidad lo hace de manera respetuosa, Es fácil argumentar los gustos o disgustos que tiene frente a la intimidad, Es viable que en la comunicación se hable de temas como la intimidad de ustedes, preguntas como estas que se acaban de presentar en el texto fueron las que aparecieron en la encuesta de escala Likert para los participantes.

Teniendo en cuenta que este bloque de preguntas tuvo diferentes respuestas donde sobresale cuatro opciones de preguntas pero se recalca con el 60.7% la opción cuatro que es de acuerdo con la que se puede atestiguar que la sexualidad y la novedad de esta son fundamentales en la convivencia de un pareja, también sirve para que se desarrolle la confianza en cada miembro de la pareja.

Área sobre la pareja

En el tercer bloque de preguntas en el cual se encuentran las preguntas 26 hasta la 40 se muestra la variable de pareja en la que se busca reunir la comunicación y la sexualidad que se ve en la convivencia de pareja, para obtener el estudio completo de las tres variables propuestas en la investigación, teniendo en cuenta estas observaciones se puede decir que los porcentajes se organizaron de la siguiente manera: totalmente desacuerdo 5%, desacuerdo 18.3%, de acuerdo 38.3% y totalmente de acuerdo 38.3%, se puede distinguir que las opciones de respuesta más utilizadas fueron totalmente de acuerdo y de acuerdo que al sumarlas dan el 76.6% del bloque de preguntas realizadas sobre la variable de parejas estos resultados se evidenciaron en la tabla 3 que se presentará:

Tabla 3.

Distribución de Frecuencias para la pareja.

Puntaje	P26	P27	P28	P29	P30	P31	P32	P33	P34	P35	P36	P37	P38	P39	P40
1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0
2	1	0	0	0	0	3	3	0	1	2	0	0	0	0	0

3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
4	2	1	1	2	1	0	0	3	1	1	2	2	2	3	2
5	0	3	3	2	3	0	0	1	2	1	1	2	2	1	2

Fuente: El autor (2021)

Contemplando los resultados del tercer bloque que es compuesto por la variable de pareja en al cual los participantes realizaron preguntas como: La comunicación asertiva es necesaria para cualquier tipo de comunicación, Como se puede hablar de la sexualidad también se puede hablar de otros temas como: comida, salidas, tareas del hogar, entre otras, Es fácil proponer el diálogo en el momento que están enojados, Hay equidad en el momento de realizar o expresar un acto íntimo, este tipo de preguntas presentadas en este párrafo fueron las que respondieron en la encuesta teniendo en cuenta su relación y cómo vive la relación.

En este orden de ideas se puede decir que se cumple con el objetivo número tres, (comprender la forma como las parejas incluyen los conflictos que se presentan), dado que las respuestas se centraron en la parte afirmativa de la escala; en los puntajes de respuesta como lo fue el cuatro y el cinco, en este objetivo se pretende ver la pareja como dos personas que en su vida cotidiana ven la necesidad del diálogo y la sexualidad como variables importantes para su convivencia y crecimiento individual, grupal.

Análisis cualitativo de sexualidad y comunicación en pareja

El análisis cualitativo realizado en la investigación de sexualidad y comunicación en pareja se plantea por las características observadas en el presente trabajo, este se inscribe dentro de los estudios de corte cualitativo, esto por cuanto Hernández, Fernández y Baptista (2014) La investigación cualitativa puede desarrollar las preguntas e hipótesis a lo largo del análisis y así tener una recolección de datos que permiten identificar las preguntas y respuestas importantes para perfeccionarlas. Hernández, Fernández y Baptista (2014, p.7).

Mostrando que el investigador presenta interés por el punto de vista de los participantes, se enfoca en el conocimiento que tiene por el tema y recopila la información directamente del sujeto para poder realizar el análisis cualitativo se debió recopilar en audio las preguntas realizadas a los participantes; estas son fundamentales para desarrollar el análisis de datos que no son tangibles numéricamente y se le permite al participante expresar con sus palabras lo que cree necesario hablar frente a los objetivos que fueron propuestos.

Este análisis constó en una encuesta a profundidad que se le realizó a los mismos participantes que colaboraron en la escala Likert de la investigación, las cuatro parejas permitieron la recolección de datos en audio y su colaboración fue de manera objetiva, sincera, colaborativa con el investigador, al escuchar los audios se evidenciaron muchas perspectivas que tenían las parejas sobre la comunicación, sobre la sexualidad o sobre la convivencia que tiene entre ellos.

La mayoría de parejas ve la comunicación como un herramienta importante para la solución de conflictos, pero no la ve tan necesaria para tener intimidad, la sexualidad la ven como una necesidad fisiológica del cuerpo pero en la cual pueden permitir nuevas experiencias, ellos se ven como pareja la mayoría se ven como una pareja que está dispuesta a darlo todo y a seguir conviviendo con su cónyuge; se dice la mayoría dado que una de las parejas en algunas de las respuestas se mostró en desacuerdo o simplemente respondía que era algo normal o cotidiano.

Al realizar el análisis de datos cualitativos se desarrollaron las siguientes categorías a estudiar: comunicación verbal y no verbal en las parejas, la comunicación en la intimidad de las parejas, solución de problemas en las parejas, con estas categorías seleccionadas a lo largo de las encuestas a profundidad se comprendió un poco más la comunicación que tiene las parejas a lo largo del tiempo y como va evolucionando en el conocimiento de cada uno, en la

siguiente tabla se mostrará algunas de las respuestas obtenidas por los participantes y su análisis.

CATEGORÍA	UNIDAD DE ANÁLISI	ANÁLISIS
COMUNICACIÓN VERBAL Y NO VERBAL EN LAS PAREJAS	PAREJA 1 ELLA: Yo soy muy cariñosa con Andrés, lo beso y lo abrazo... MMM Cuando debo expresar mis sentimientos hablado lo digo de corazón.	Se evidencia que los miembros de la pareja 1 manejan la comunicación verbal y no verbal, juntos tratan de que la comunicación sea asertiva. Se evidencia que se les facilita más la comunicación no verbal sin importar la situación.
	PAREJA 1 ÉL: Soy detallista, pero... no soy de las personas que se la pasan dando besos o abrazando a la pareja... eh eh eh me gusta dar regalos. A mí me gusta decir palabras lindas y todo eso pero enojado suelo evadir los temas.	
	PAREJA 2 ELLA: A Johan no le gusta que sea melosa pero a mi si me gusta ser cariñosa, por eso llegamos a acuerdos, no me presto para dialogar cuando estoy enojada.	En la pareja 2 podemos evidenciar que el diálogo es poco por los miedos que se presentan pero la comunicación no verbal se les facilita más dado que se expresan asertivamente con sus gestos para que la otra persona los entienda.
	PAREJA 2 ÉL: Yo soy un poco... esto cómo es que se dice... eh eh tosco pero le demuestro mi cariño llamándola para saber cómo está, y acompañándola cuando se puede a los lugares que quiere ir, pero cuando debo hablar de mis sentimientos a Jeimmy me da miedo y no sé cómo hacerlo.	
	PAREJA 3 ELLA: ... Pues con Yeison es difícil yo le hablo lindo pero él con su frialdad no me permite expresar lo que siento, no es fácil tener comunicación siento que me evade o no pone cuidado.	Los miembros de la pareja 3 tienen dificultades con la comunicación mostrando que en algunas circunstancias se les dificulta la comunicación no verbal pero la comunicación verbal no es enriquecedora, y tampoco fortalece la relación.
	PAREJA 3 ÉL: Mi cara es de un hombre serio y amargado... eso creo y se me dificulta ser cariñoso con la vieja... Yo la amo mucho, de mal	

	<p>genio no recibo comida, y me voy. Creo que... no se me comunica con palabras hacia la vieja.</p>	
	<p>PAREJA 4 ELLA: Pues... Yo no soy muy romántica pero me gusta dar detalles y trato de dar besos, abrazos para expresar muchas cosas que con mi boca no puedo.</p>	<p>La pareja 4 tiene una comunicación verbal fuerte dado que a uno de ellos se le facilita la comunicación en cualquier situación y la no verbal es muy fácil para juntos dado que están dispuestos a dar lo mejor de sí mismos.</p>
	<p>PAREJA 4 ÉL: En cambio yo si voto amor por todo lado, me gusta dar besos, abrazos, decirle a Mechis cosas lindas y que ella sepa que la amo en todas las maneras.</p>	
<p>LA COMUNICACIÓN EN LA INTIMIDAD DE LAS PAREJAS</p>	<p>PAREJA 1 ELLA: Nosotros tratamos de hablar de estos temas sobre todo cuando buscamos explorar cosas nuevas.</p>	<p>Se evidencia que los miembros de la pareja 1 entienden que la comunicación asertiva no es solamente para la solución de conflictos o para el dialogo cotidiano que tiene las parejas si no que es necesario para las relaciones sexuales e intimidad que tienen.</p>
	<p>PAREJA 1 él: Si, respetamos las opiniones y tratamos que se haga lo que se quiere experimentar...mmm...</p>	
	<p>PAREJA 2 ELLA: A mí la verdad me gusta normal, me gusta variar de posiciones, eh, eh, eh para mí no es fácil hablar de la intimidad con Johan.</p>	<p>Se evidencia que los miembros de la pareja 2 son personas que aún encuentran pena y temores para hablar del tema de sexualidad pero se esfuerzan por que haya una comunicación que enriquezca su intimidad, con lo que se puede decir que la pareja ve la importancia de la comunicación en la intimidad.</p>
	<p>PAREJA 2 ÉL: Si hablamos del tema aunque... esto es un poco pero tratamos de hablar del tema e innovar</p>	
	<p>PAREJA 3 ELLA: MMM... Yo que recuerde solo hablamos una vez de esto, pero no hemos vuelto a hablar, dado que es un tema tan personal</p>	<p>La pareja 3 se encuentra en una situación donde no se habla del tema de la sexualidad dado que son temas personales o solo sirven para la procreación en este orden de ideas se puede decir que para ellos la comunicación no tiene mayor relevancia para su intimidad.</p>
	<p>PAREJA 3 ÉL: No hay que hablar al respecto esto solo es para tener hijos y ya.</p>	
	<p>PAREJA 4 ELLA: Hemos llegado creo... que ha... hablado mucho de</p>	<p>La pareja 4 aunque tiene diferentes puntos de vista frente a la intimidad creen en</p>

	este tema dado que tenemos puntos diferentes para ver la intimidad.	que la comunicación es importante para la intimidad que buscan.
	PAREJA 4 ÉL: Claro hemos hablado... pero... hay cosas que a mí no me gustan	
SOLUCIÓN DE PROBLEMAS EN LAS PAREJAS	PAREJA 1 ELLA: A mí se me facilita decir las cosas que me gustan y no me gustan cuando no estoy de mal genio y creo que el diálogo es la manera adecuada para solucionar problemas " No siempre todo sale bien".	La pareja 1 muestra interés por la comunicación en las problemáticas que se pueden presentar en la relación, son conscientes de que no siempre se puede llegar a un acuerdo que les guste a los dos pero se esfuerzan por hacerlo.
	PAREJA 1 ÉL: Yo no me presto para dialogar cuando estoy enojado pero cuando ha pasado un poco el mal genio me permito hablar y llegar a acuerdos.	
	PAREJA 2 ELLA: Si, nosotros utilizamos el diálogo para la solución de problemas aunque yo creo que a Johan le gusta dejar las cosas como si nunca pasara nada.	Se evidencia que la pareja 2 que a ambos les parece importante la comunicación para la solución de problemas aunque uno lo ve más desde la solución inmediata y el otro la ve a largo tiempo.
	PAREJA 2 ÉL: Si, nosotros dialogamos y no es como Jeimmy dice, lo que pasa es que creo que si no se habló en el momento ya después para que... pero sí... Hablamos de eso.	
	PAREJA 3 ELLA: MMM... No nosotros no hablamos en el momento de los problemas y si lo hacemos después Yeison dice que ya no es necesario.	La pareja 3 muestra que la comunicación no es tan importante para la solución de problemas y que si hay una comunicación para esto debe ser inmediata para que el tiempo no pase.
	PAREJA 3 ÉL: Los problemas que no se solucionan en el momento después ya no es necesario si ya paso que necesidad de recordar.	
	PAREJA 4 ELLA: Si, Dani sabe que el conmigo... debe hablar todo y más si es para solucionar los encontrones que tenemos en algunos momentos.	La pareja 4 muestra interés por la comunicación en los problemas y de esta misma manera afirman la importancia de la solución de problemas por medio del diálogo.
	PAREJA 4 ÉL: Sé que el diálogo es importante en una relación y más para los problemas desde hace un tiempo vengo trabajando en ello para no dejar que las cosas pasen por desapercibidas.	

Fuente: La autora (2021)

Las cuatro parejas participantes de la investigación en su mayoría estaban en edades de los 25 a los 30 años de edad sólo una de las personas tenía 43 años de edad, la totalidad de estas tenían más de cinco años de convivencia llevaban entre 8 a 13 años de convivir juntos, ninguno de ellos tenían hijos y las parejas eran compuestas por hombres y mujeres.

En esta tabla de análisis cualitativo podemos evidenciar que la mayoría de las parejas ven la comunicación asertiva importante para su diario vivir y la intimidad, teniendo en cuenta que solo una pareja de las entrevistadas da respuestas a las preguntas de manera directa y sincera diciendo que ellos no le ven importancia la comunicación dentro de la sexualidad se puede observar que la mujer busca que haya diálogo por cualquier tema que sea, busca que su relación tenga comunicación asertiva para una mejor convivencia.

Teniendo en cuenta la primera categoría seleccionada para el análisis de datos cualitativos donde se estudia la comunicación verbal y no verbal de los participantes se puede decir que el manejo de la comunicación dentro de la pareja tiene importancia en cualquier momento o situación que se esté viviendo corroborando con la teoría; Delgado (2012, p. 1) Se entiende que la comunicación es el intercambio de mensajes entre el emisor y el receptor, es una base entre los seres sociales que se reúnen dentro de una comunidad para llegar a acuerdos, permite la expresión de cada uno, ayuda a la interacción entre otros.

De esta manera se evidencia que la comunicación es el intercambio de mensajes entre dos personas o más acá lo se puede ver en dos personas que componen una relación íntima y de pareja, esta pareja dentro de su convivencia maneja la comunicación mostrando la importancia de la expresión corporal y lingüística de cada miembro a lo que se explicara como comunicación verbal: Es la que se basa en la palabra y puede ser de dos tipos: oral o escrita. Hernández (2014, p.3), comunicación no verbal: Es la que se transmite desde la expresión corporal. Hernández (2014, p.11), hay que ver que las parejas en su mayoría hablan

de comunicar las cosas, con detalles, caricias, algunos expresan el diálogo y el uso de palabras lindas, creen que es bueno expresar lo que se siente por el otro de alguna manera sin necesidad que siempre sea de manera verbal.

En la segunda categoría estudiada se evidencio que la sexualidad tiene importancia en la convivencia de la pareja, de acuerdo con lo encontrado en el marco teórico y empírico las relaciones sexuales no siempre son utilizadas para la procreación del ser como lo era hace muchos años atrás hoy en día la sexualidad muestra diversidad. Tovar (2011. p.12) expresa la situación que se vivió en largos periodos de tiempo frente a la sexualidad que estuvo más bien asociada con la función reproductiva y alejada de la idea del amor, al transcurrir los años la imagen del amor binario y desigual fue perdiendo fuerzas donde en la actualidad se trata de tener equidad en las relaciones de pareja para tener equilibrio e igualdad dentro de las opiniones sexuales.

Es así que los participantes de la encuesta profundidad permiten observar que son muy pocas las personas que siguen con la idea que la sexualidad es solo para crecer la familia dado que solo una pareja piensa de esta manera y que por cierto la edad del hombre está en los 43 años y la edad de la mujer está en los 33 años el resto muestran la importancia de tener una sexualidad que esté dentro del ideal de amor y la equidad entre ellos.

En la tercera categoría en la que se estudia la comunicación en la solución de problemas, se evidencia un alto índice de importancia, teniendo en cuenta que los participantes buscan la solución de sus conflictos por medio de la comunicación sin importar en el tiempo que haya sucedido deja en claro que el diálogo y la comunicación asertiva tienen un impacto en la comprensión, la convivencia, y solución de problemas del vínculo., es de suma importancia resaltar que los participantes trabajaron de manera libre, una de las parejas mostró el desacuerdo en el ideal que se tiene de comunicación, sin embargo, la persona se pudo expresar libremente sobre lo que pensaba y sentía frente al tema hablado.

Instrumentos desde el enfoque mixto

El enfoque mixto permite que la investigación obtenga dos perspectivas desde el análisis de datos y teoría propuesta por la investigadora dado que se resalta la subjetividad y objetividad que se tiene desde las respuestas obtenidas por los participantes, este enfoque también permite que el investigador tenga la certeza de sus resultados teniendo así la investigación exactitud, confiabilidad y franqueza en cada dato recolectado.

Conclusión:

El análisis de datos desde la parte cuantitativa se realizó con las preguntas desarrolladas en la encuesta de escala Likert las cuales pretendían evaluar los objetivos propuestos por el investigador; se realizó un estudio de pregunta por pregunta para obtener los resultados de la comunicación y sexualidad que hay en las parejas, se realiza de manera cuantitativa dado que es una herramienta la cual permite observar de forma numérica si la comunicación tiene relevancia e importancia en la intimidad y relaciones de pareja.

Se organizaron los objetivos para que cada pregunta se relacione con el mismo, así poder comprender las respuestas que dieron los participantes de manera escrita las historias, las vivencias que tiene en su vida cotidiana en la convivencia de pareja, los objetivos buscan estudiar la información que recibimos; corroborar con la teoría si la necesidad de la comunicación asertiva en las relaciones es algo que se ve hoy en día para la sana convivencia y la comprensión de una vida en pareja.

En el análisis de resultados cuantitativo se evidencio que el 60,41% de las preguntas obtuvieron un puntaje alto donde se destacaron las respuestas totalmente de acuerdo y de acuerdo, algunas de estas preguntas estuvieron comprendiendo la totalidad de los objetivos en los cuales se refleja el tema de investigación y la importancia que tiene este para la convivencia en las relaciones de pareja, por otro lado el 40,59% restante del análisis de resultados estuvo en las respuestas totalmente en desacuerdo y desacuerdo de esta manera se

completa el 100% de la encuesta realizada por el investigador donde se evidencio que la comunicación influye para poder convivir en pareja, también para poder tener una sexualidad equitativa e igualitaria en la intimidad y que no siempre es necesario ver la sexualidad como un ritual para poder realizarla.

Desde el análisis cualitativo se pudo evidenciar que la sexualidad y la comunicación en las parejas tiene importancia para la convivencia sana de los miembros, se logró mostrar que no importan las discusiones o desacuerdos presentes en una relación porque teniendo una comunicación asertiva dentro de la pareja es fácil y cómodo dar solución a los problemas, también que la comunicación verbal y no verbal permiten tener una intimidad más nutrida y facilita que la sexualidad sea innovadora para cada miembro.

Los participantes con sus respuestas permitieron observar como las relaciones de pareja deben nutrir su comunicación para que su vida íntima no se vea afectada por malos entendidos o por que haya poca comprensión en el diálogo verbal de cada individuo, la sexualidad es fundamental pero el diálogo de lo que le gusta o no es importante para que ambos se sientan a gusto, puedan expresar y experimentar cosas nuevas en cada acto sexual que tengan.

Para realizar las conclusiones de forma objetiva se tiene en cuenta que el análisis de la investigación se realizará con algunos puntos de referente para poder desarrollar un excelente ejercicio, esto lo ponemos en evidencia con: la transcripción, el grillado, la codificación y la síntesis; con estos reglamentos que están escrito y propuestos por Mendoza (2016.p) el análisis de la entrevista se desarrolla desde la parte verbal y no verbal de cada participante por lo que cada tip ayuda a desglosar todo lo que va sucediendo dentro de la entrevista que se está desarrollando, con suma importancia permiten ver los detalles relevantes y permite la claridad de los resultados de la investigación.

Los resultados que arroja el análisis cualitativo permiten observar que la comunicación es una fuente importante para que las relaciones de pareja tengan claridad de lo que cada integrante de la misma piensa y siente frente a actitudes, gestos entre otros que recibe de su cónyuge, como también se evidencia que la comunicación permite que las relaciones sexuales tengan innovación, cambios y no se conviertan monótonas para los integrantes, el dialogar y tener una expresión corporal con el conyugue permite que ambas partes de la pareja se comprendan, convivan y tengan una sexualidad sana.

La sexualidad se convierte en la intimidad de las parejas cuando la confianza, la comunicación asertiva, la comprensión y equidad son permanentes y se observan en la convivencia que tienen las parejas en el día a día, las relaciones sexuales toman importancia en la pareja cuando no son monótonas y cuando se permite que ambos tengan experiencias nuevas.

El análisis mixto de esta investigación permitió corroborar que la comunicación tiene influencia en la sexualidad e intimidad de las parejas que llevan conviviendo más de cinco años, por medio de los resultado se concluye que de forma cualitativa y cuantitativa las parejas notifican la importancia de tener una comunicación asertiva dentro de la intimidad siendo esta la que les permite innovar y expresar todo lo que se quiere, se desea y se busca tener con el cónyuge, estos resultado también permiten corroborar con la teoría la importancia de la comunicación en la sexualidad por los motivos anteriormente expuestos para las parejas. Este enfoque permite que los trabajos tengan mayor veracidad y confiabilidad dado que los datos subjetivos se pueden corroborar de manera numérica u objetiva partiendo de que cada uno de los análisis presentados comprenden las variables propuestas y desarrollan el ejercicio de recolectar la información importante para el investigador.

Recomendaciones

Se recomienda que se continúe con la investigación de sexualidad y comunicación en la pareja teniendo en cuenta la importancia para la sociedad ya que en la actualidad se puede evidenciar el desligamiento que ha tenido el amor para obtener una sexualidad sana y confiable entre los individuos, también por que es un tema que permite interpretar las experiencias contadas por personas que llevan años de su vida formando y fortaleciendo la convivencia de pareja que no es fácil; no es fácil por que los seres humanos no logran acoplarse a los cambios, gustos, genios entre otras de los demás convivir entre los mismos en ocasiones se vuelve algo complejo para las personas.

Referencias

Alfaro, S. (2006). Capítulo 6: Modelo de comunicación. Recuperado en:

<https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/6843/07SAam07de18.pdf?sequence=7>

Campo, C. y Linares. J. (2002). Que significa ser una pareja. Ed. planeta S.A. Recuperado en:

<https://www.avntf-evntf.com/wp-content/uploads/2016/06/Qu%C3%A9-significa-ser-una-pareja-C.-Campo-y-J.L.-Linares-2014.pdf>

Caicedo, M Y Camargo, J. (2019). Tejido social, comunicación participación ciudadana en perspectiva de género. Recuperado en: <https://doctrina.vlex.com.co/vid/tejido-social-comunicacion-participacion-692590281>

Chaparro, Z. (2015). El uso de la comunicación asertiva como herramienta para el líder.

Recuperado en:

<https://repository.unimilitar.edu.co/bitstream/handle/10654/7868/EI%20USO%20DE%20LA%20COMUNICACI%C3%93N%20ASERTIVA%20COMO%20HERRAMIENTA%20ESTRATEGICA%20PARA%20EL%20LIDER.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Escobar, M. (2011). La comunicación en la relación de pareja. Recuperado de:

<https://drive.google.com/a/uan.edu.co/file/d/1i15PbmGA4jI6ljN5F1CyeIAYpXjUXfXb/view?usp=drivesdk>

Hernández, A. (2014). Expresión escrita y verbal. Recuperado en:

<https://licangelahdez.files.wordpress.com/2014/01/unidad-i-com-verbal-y-no-verbal-ecoeii.pdf>

Hernández, R (2017). Metodología de la investigación. Recuperado en:

<http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>

Loayza, G. (2018) Límites y prácticas sexuales. UDLA. Escuela de psicología. Recuperado

en: <http://dspace.udla.edu.ec/bitstream/33000/9909/1/UDLA-EC-TPC-2018-23.pdf>

Moreno, S. y Bueno, B. (2018). Envejecimiento, sexualidad y bienestar. Recuperado en:

https://cenie.eu/sites/default/files/11_poster_envejecimiento_sexualidad_y_bienestar.pdf

Núñez, J. (2017). Los métodos mixtos en la educación: hacia un uso reflexivo. Recuperado

en: <https://www.scielo.br/pdf/cp/v47n164/1980-5314-cp-47-164-00632.pdf>

Orbegozo, S., y Parso, G. (2018). Estrategias de la comunicación y satisfacción marital en parejas heterosexuales. Universidad Peruana Unión. Recuperado de:

https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/1061/Sara_Tesis_Titulo_2018.pdf?sequence=5&isAllowed=y

Olvera, L. (2019). Comunicación sexual asertiva, benéfica para las parejas. Recuperado en:

<https://www.gaceta.unam.mx/comunicacion-sexual-asertiva-benefica-para-las-parejas/>

Otzen, T. & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio.

International Journal of Morphology, 35(1):227-232, 2017. Santiago de Chile, Chile.

Recuperada de: <https://scielo.conicyt.cl/pdf/ijmorphol/v35n1/art37.pdf>

Salinas Martínez, A. M. (2004). Métodos de Muestreo. Ciencia UANL. Enero – Marzo,

volumen VII, número 001. Universidad Autónoma Nuevo León. Monterrey, México.

Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/402/40270120.pdf>

Tenorio Tovar, N (2011). Repensando el amor y la sexualidad: una mirada desde la segunda modernidad. Scielo Mayo-Agosto 2012, Volumen 76. Recuperado en:

<http://www.scielo.org.mx/pdf/soc/v27n76/v27n76a1.pdf>

Velásquez, S. Sexualidad responsable. Programa institucional actividades de educación para una vida saludable. Recuperado en:

https://www.uaeh.edu.mx/docencia/VI_Presentaciones/licenciatura_en_mercadotecnia/fundamentos_de_metodologia_investigacion/PRES44.pdf

Anexo 1. Consentimiento Informado.

CONSENTIMIENTO INFORMADO.

Usted ha sido invitado(a) a participar en el estudio de "Sexualidad y comunicación en la pareja", el cual es dirigido por Leidy Lorena Quiroga Quiroga para el desarrollo de su trabajo de grado en la Universidad Antonio Nariño, este estudio tiene fines totalmente educativos. El objetivo principal de este estudio es evaluar la importancia que tiene comunicación en la intimidad de las parejas, pero este será totalmente anónimo y sus resultados no serán conocidos a ninguna persona, las preguntas que se manejan en este estudio son preguntas de carácter personal y se deben responder de la manera más veraz posible.

Dentro de los criterios de inclusión se debe cumplir con el 100% de las siguientes características todas las personas deben tener entre los 25 y los 50 años, deben ser miembros de una relación de pareja vigente no menor a 5 años de convivencia, tener dificultades en sus relaciones íntimas e interpersonales, estar en el momento de realizar la prueba en la ciudad de Bogotá, haber firmado y aceptado los requerimientos del consentimiento informado.

Por Como criterios de exclusión se contemplan que las personas tengan edades inferiores a los 25 años y superiores a los 50 años , relaciones de pareja que tengan tiempo de duración inferior a los 4 años y 11 meses y/o no haber cumplido con los requisitos del consentimiento informado.

Dentro de este estudio se realizara una entrevista a profundidad y una encuesta tipo Likert para la recolección de datos necesarios dentro del estudio, la realización de este no tendrá ningún beneficio y tampoco ningún riesgo para el participante dado que las actividades realizadas no son riesgosas para las salud e integridad del participante.

Por otro lado su confidencialidad es totalmente segura dado que sus datos personales y sus respuestas estarán bajo el anonimato donde se respeta la integridad, la intimidad de cada individuo y donde no se expone al participante a ningún otro lector de sus respuestas.

Teniendo en cuenta que ha leído y entendido los criterios por los cuales está invitado a realizar este estudio, es necesario que en el siguiente párrafo firme si está de acuerdo con los mismos.

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo _____, identificado con documento de identidad C.C _____, TI _____, Otro _____, Cual _____ No. _____, certifico que he sido informado(a) con claridad y veracidad al respecto de la actividad que realizara la estudiante Leidy Lorena Quiroga que me han invitado, se realizara una entrevista psicológica sobre el tema de sexualidad y comunicación en la pareja, esta será grabada en video para poder anotar de forma textual lo que nos dice el colaborador. Actuó de una manera consecuente, libre y voluntariamente, como colaborador contribuyendo a este ejercicio de forma activa. Soy conocedor (a) que me puedo retirar u oponerme al ejercicio o actividad académica cuando lo consideré conveniente sin necesidad de justificación alguna, que no me harán una devolución escrita y que no es una intervención con fines psicológicos.

Se respeta la buena fe, la confiabilidad e intimidad de la información por mí suministrada, lo mismo que mi seguridad física y psicológica.

Estudiante(s) de psicología:

Documento de identidad:

Paciente:

Documento de identidad:

Paciente:

Documento de identidad:

Anexo 2. Instrumento de sexualidad y comunicación en pareja.

PREGUNTAS	TOTALME NTE EN DEACUER DO	DEACUER DO	NO SABE/ NO RESPON DE	DESACUER DO	TOTALMEN TE EN DESACUER DO
1. Se hace entender cuándo va a expresar sus emociones con su pareja.					

2. Se facilita el dialogo sin necesidad de discutir.					
3. Cuando dialoga con su pareja se le facilita reconocer los gestos corporales que realiza.					
4. Se les facilita expresar cuando están enojados o algo no ha sido de su gusto.					
5. Es cómodo para usted hablar de las dificultades presentadas en la relación.					
6. Cree necesario nombrar y resaltar las cualidades de su pareja.					
7. Cree usted que al expresar sus sentimientos y emociones lo hace de forma verbal y no verbal.					
8. Desde su punto de vista usted es el que se enoja con facilidad					

cuando su pareja le dice un punto a mejorar.					
9. Desde su punto de vista cree que su pareja se enoja con facilidad cuando le dice un punto a mejorar.					
10. Se le facilita sentarse a hablar y aclara dudas que han surgido a lo largo del día o semana					
11. Le gustaría que su pareja exprese lo que siente de forma verbal y no verbal.					
12. Es usted la persona que propone soluciones cuando se presentan problemas en a relación					
13. Se le facilita proponer cosas nuevas para mejorar la relación					
14. El manejo de un conflicto					

que se puede presentar en una llamada o en un mensaje de texto tiene la habilidad de dialogar de manera asertiva.					
15. Es viable que en la comunicación se hable de temas como la intimidad de ustedes.					
16. Reconoce los gustos de su pareja.					
17. Es fácil reconocer las expresiones corporales de su pareja.					
18. Reconoce los momentos de dialogo con su pareja.					
19. Se facilita expresar los gustos hacia su pareja sin necesidad de sentir pena.					
20. Cuando expresa los gustos que desea tener en su intimidad lo hace de manera respetuosa.					
21. Se hace entender					

fácilmente cuando algo le agrada o no.					
22. Cree que la muestra de afecto que le da a su pareja esta acorde con la que su cónyuge le da					
23. Es fácil decirle a su pareja cuando hay comportamientos cariñosos y respetuosos a su gusto.					
24. Es fácil argumentar los gustos o disgustos que tiene frente a la intimidad.					
25. Es necesario proponer horarios para el dialogo.					
26. A lo largo de la relación siempre hay inconvenientes y desacuerdos que afectan la relación, pero evidencia que hay uno que se está reflejando desde hace mucho tiempo.					
27. Ambos piensan que es necesario					

tener una comunicació n asertiva para que la relación tenga una mejor convivencia.					
28. La comunicació n asertiva es necesaria para cualquier tipo de comunicació n.					
29. Se necesita tener confianza para realizar intimidad con su pareja de diferentes maneras.					
30. Como se puede hablar de la sexualidad también se puede hablar de otros temas como: comida, salidas, tareas del hogar, entre otras.					
31. Considera la sexualidad o intimidad algo como un ritual.					
32. Es fácil proponer el dialogo en el momento que están enojados.					

33. Se le facilita dialogar sobre sus gustos sexuales con su pareja.					
34. Hay equidad en el momento de realizar o expresar un acto íntimo.					
35. Propone con frecuencia ideas para tener intimidad con su pareja.					
36. Le gusta que su pareja le ha propuestas para tener intimidad.					
37. Hablan con respeto sobre los temas que se presentan en su intimidad.					
38. Se han fijado si hay comunicación asertiva entre ustedes para tener intimidad.					
39. Es viable realizar propuestas cuando ya están en la intimidad.					
40. Les gusta que su pareja se exprese amorosamente dentro					

del acto íntimo.					
------------------	--	--	--	--	--

Anexo 3. Transcripción de entrevistas a profundidad

Pareja 1.

Buenos tardes, ¿cómo se encuentran?

Bien, gracias a Dios, ¿Buenos días Leidy y tú cómo estás?.

Bien, bien... Bueno el día de hoy vamos a realizar una entrevista a profundidad y una escala likert sobre el tema de sexualidad y comunicación en pareja con este se pretende conocer las experiencias que tienen como pareja.

Ah bueno Leidy, ¿cómo empezamos?

Listo en primer lugar me llenan este documento que es el consentimiento informado donde les explico que es una investigación la cual se protege la identidad de la pareja, nadie tiene acceso a esta información y que los resultados obtenidos serán de uso académico, también les digo que serán grabados en video o en voz cómo se sientan más cómodos.

Luego de esto empezamos con la escala likert.

Lean y firmen por favor.

(Silencio).

Ahora comenzaremos con la escala likert es una encuesta que les realizare donde me responden totalmente de acuerdo hasta totalmente en desacuerdo según lo vena pertinente este tiene 5 valores, empecemos cualquier duda inquietud no duden en preguntarme.

(20 min despues) Terminamos.

Listo, ahora continuaremos con la entrevista a profundidad en la que les realizará preguntas al respecto de su convivencia y relación de pareja.

Me gustaria que me contaran un poco al respecto de su relación:

ÉL: Nuestra relación ha tenido varios conflictos en los últimos seis meses aproximadamente pero hemos sabido llevar esas diferencias aunque en ocasiones no es así. mmm se nos facilita

el diálogo pero hay veces que no y entramos en discusión, no sé si tú quisieras agregar algo más.

ELLA: La relación como todas las relaciones ha tenido conflicto durante los años que llevamos conviviendo pero dentro de lo que se espera hemos tenido una relación muy bonita y a mi me gusta mucho lo que hemos podido construir, me gusta que puedo soñar y que mis temores se van poco a poco gracias.

INVESTIGADORA: Que bueno, ahora me gustaría escuchar; ¿Cómo se siente cada uno en su relación de pareja?

ELLA: En realidad yo me siento muy satisfecha de la relación que tengo aunque en ocasiones se presenten inconvenientes, no sabemos qué hacer y nos frustramos me siento bien, feliz y cómoda con la relación de pareja que tengo.

EL: Yo me siento muy bien con la relación que tengo y con la persona que me ha acompañado hasta el momento en mi día a día.

INVESTIGADORA: Si, nada es perfecto y no siempre se tiene las respuestas.

la otra pregunta es: ¿Qué cree usted que influye en los inconvenientes que aún no se han solucionado?

ELLA: Creo que dejamos que las cosas pasen y por no discutir dejamos así pero cuando nos damos cuenta vuelve y sucede ahí es cuando nos enojamos y entramos en discusión, ah aha ah otra cosa es que siento que mi trabajo y dinero no siempre es valorado o visto de la misma manera que el que él aporta.

EL: Estoy de acuerdo pero claro que tu dinero se valora, y todo lo que haces... creo que agregó queeee es muy malgeniada y pelea mucho.

INVESTIGADORA: Comprendo... Vamos con la siguiente pregunta; ¿En algún momento de la relación ha sentido que le faltan el respeto?, ¿Por qué y cómo?

ÉL: Si, ella en ocasiones es muy grosera y me alza la mano...también a veces me trata brusco o me muestra los objetos de la cocina como una pala o el molinillo

ELLA: Puesssss en sí siento es que el no valora mi trabajo y mi dinero, pero del resto no.

INVESTIGADORA: Vale, entiendo las posturas... La siguiente pregunta ¿Cómo expresa lo que siente?

ÉL: ¿Cómo así?

INVESTIGADORA: cuando usted siente enojo, felicidad, tristeza, alegría, satisfacción como expresa eso con la otra persona, lo habla, se ríe, la abraza...

ELLA: Yo normalmente lo hablo y en ocasiones me acuesto en sus piernas y no digo nada.

EL: Yo todo lo hablo y cuando ella se acuesta en mis piernas es porque algo malo pasó.

INVESTIGADORA: Ah perfecto.. le das respuesta a algo que les iba a preguntar pero siendo así sigamos con nuestra entrevista ¿Cuándo algo le molesta qué hace para expresarlo?

ÉL: Si yo no estoy cerca a ella estoy trabajando y sucede algo, la llamo peleo y cuando llego a casa a claro lo que pasó.

ELLA: Yo peleo, pero luego trato de hablar bien lo que pasó, independientemente si estamos cerca o no.

INVESTIGADORA: Perfecto... ¿Cómo expresa lo que le gusta?

ELLA: Yo siempre le sonrío le doy las gracias y le doy un beso... jajajaj yo no soy tan melosa.

ÉL: Ahhh no gracias bella. Yo normalmente la abrazo, le digo lo bien que me hace y le doy muchos besos ; Perdón lo meloso, no!

(Risas)

INVESTIGADORA: Bueno, esta pregunta quiero que la piensen y luego me den respuesta.

¿Usted cree que se comunica de manera asertiva con su pareja?

ÉL: Noooo.

ELLA: Claro que sí.

INVESTIGADORA: Por qué me dan estas respuestas, ¿qué piensas tú le dice a él?

ÉL: Ella muchas cosas las evita, no las cuenta o no me dice algo por no discutir conmigo.

INVESTIGADORA: ¿y tú qué piensas le dice a ella?

ELLA: no es que calle las cosas; tan solo es que no me gusta pelear contigo siempre y... yo creo que si nos comunicamos bien... se busca la solución de los problemas y lo que nos gusta o no lo decimos con respeto.

INVESTIGADORA: listo mas claro. ¿Cree usted que su opinión es escuchada y entendida por su pareja?

ELLA: Si, él es muy comprensivo, dialoga conmigo y me comprende.

ÉL: Si, ella anda muy pendiente de lo que digo y trata de recordar lo que es importante para mi por eso digo que si.

INVESTIGADORA: Juntos responden con seguridad que bien... ¿Usted escucha y se da tiempo de verificar las necesidades de su pareja?

JUNTOS: Si.

INVESTIGADORA: (Risas) Ahora contestamos en coro... Quiero escucharlos frente a lo que piensa cada uno en la intimidad ¿Se le facilita expresar que le gustaría experimentar en el acto sexual?

ÉL: Si, respetamos las opiniones y tratamos que se haga lo que se quiere experimentar..mmm...

ELLA: Nosotros tratamos de hablar de estos temas sobre todo cuando buscamos explorar cosas nuevas.

INVESTIGADORA: Ah qué bien... ¿Qué tan importante ve la comunicación para realizar o no el acto sexual?

ÉL: Muy importante hay cosas que a ella no le gustan como cosas que a mi no me gustan

ELLA: SI, es muy importante.

INVESTIGADORA: En este orden de ideas ¿Cree usted que la expresión corporal tiene efectos cuando le dan una respuesta de forma verbal?

ÉL: Soy detallista pero... no soy de las personas que se la pasan dando besos o abrazando a la pareja... eh eh eh me gusta dar regalos. A mi me gusta decir palabras lindas y todo eso pero enojado suelo evadir los temas.

ELLA: Yo soy muy cariñosa con Andres, lo beso y lo abrazo... MMM Cuando debo expresar mis sentimientos hablado lo digo de corazón.

INVESTIGADORA: Expresando emociones y cariños puede que cuándo usted dialoga se altera con facilidad

ELLA: Si, en ocasiones nos enojamos con facilidad.

ÉL: Si, hay cosas que no nos cuadran y nos enojamos...mmm... claro que no siempre.

INVESTIGADORA: Desde el punto de vista individual permite que su pareja hable y exprese lo que siente

ÉL: Si, yo trato de escucharla, entenderla y en ocasiones dejar de juzgar lo que dice.

ELLA: Si, yo siempre lo escucho.

INVESTIGADORA: Comprendo... siendo así, qué le gustaría resaltar de su pareja cuando se comunique con usted

ELLA: Que él me diga también las cosas que le pasan conmigo así yo me enoje eh eh eh él lo hace pero no siempre me dice todo

ÉL: Ella fuera más abierta conmigo yo sé que hay cosas que no me cuenta.

INVESTIGADORA: Qué cree usted que pasaría en el caso que su esposo/a le diga no a una fantasía sexual cuál cree que es su actitud

ELLA: Uyyy no sé, creo que cambiaría.

ÉL:MMMMM.. para mi seria durooo. Y claro cambiaría mi actitud con ella

INVESTIGADORA Le gustaría que su pareja le de nuevas opciones para experimentar en la sexualidad

ELLA: Si, y ya lo hemos hecho.

ÉL:Cuando ella es la que habla y propone me encanta (Risas)

INVESTIGADORA:Si su pareja le ofrece experimentar nuevas cosas en las relaciones sexuales ¿aceptaría?

ELLA: Si. Solo que no me haga daño.

ÉL:Si.

INVESTIGADORA: ¿Cómo responde usted cuando recibe el rechazo de su pareja para realizar una relación sexual?

ELLA: Me siento rara, me da mal genio... En ocasiones miedo.

ÉL: A mi me da rabia.

INVESTIGADORA: ¿Cree usted que es importante tener reglas y límites para las relaciones sexuales de pareja?

ÉL: Uyyy si. todo no se puede hacer y sobre todo por respeto a la opinión del otro

ELLA: Si, y también estoy de acuerdo con respetar la opinión del otro

INVESTIGADORA:Para ir cerrando la entrevista les realizaré las dos últimas preguntas, de antemano muchas gracias por la participación. ¿Dentro de la intimidad su pareja se puede expresar?

ELLA: Si, aunque es un poco raro pero si.

ÉL: (Risas) Si, aunque normalmente es como los gemidos y eso, hasta el momento no se ha dado la oportunidad de decir cambiemos de posición o al así sería raro

INVESTIGADORA:Usted estaría dispuesto o dispuesta a cambiar la comunicación para mejorar la intimidad de la relación.

ELLA: Si, Quiero que mi relación cada día sea mejor.

ÉL: Si, claro no hay nada de malo.

INVESTIGADORA: Como les dije anteriormente muchas gracias por la participación en esta investigación y por estar dispuesto a responder las preguntas realizadas frente a su convivencia e intimidad como pareja feliz día.