

UN ACERCAMIENTO A LA COMPRENSIÓN DEL INCUMPLIMIENTO DE
COMPROMISOS EN RELACIONES DE PAREJA ENTRE JÓVENES

Any Carolina Gómez Torres

Estudiante

Humberto Yáñez Canal

Asesor de grado

X Semestre

Facultad de psicología

Universidad Cooperativa de Colombia

2017-I

Santa Marta, Junio 5 del 2017

El presente trabajo denominado “Un acercamiento a la comprensión del incumplimiento de compromisos en relaciones de pareja entre jóvenes”, realizado por la estudiante Any Carolina Gómez, cumple con el mínimo necesario exigido para este tipo de ejercicios académicos y, por lo tanto, se hace merecedor del Aval otorgado por el profesor/asesor para su aceptación en los procesos administrativos de la Facultad de Psicología de la Universidad Cooperativa de Colombia, Sede Santa Marta.

Solidariamente,



Humberto Yáñez Canal
Docente Investigador Tiempo Completo
Facultad de Psicología de la Universidad Cooperativa de Colombia, Sede Santa Marta.

Resumen

El propósito del presente estudio es hacer un análisis a partir de una revisión bibliográfica sobre incumplimiento de compromisos en la relación de pareja entre jóvenes y compararlo o relacionarlo con explicaciones respecto al mismo tema de 30 estudiantes universitarios de diferentes facultades, participaron en la entrevista 15 hombres y 15 mujeres entre edades de 16 a 23 años, donde se les indago explicación causal, moral y social, los cuales en su mayoría vivieron experiencias de incumplimiento de compromisos. La organización de la información fue realizada en cuadros de Excel de manera estratégica para su adecuada interpretación. Los resultados muestran similitudes en las explicaciones, arrojan que la cultura ejerce un alto grado de influencia en ciertos comportamientos de las personas, específicamente en el incumplimiento de compromisos en la relación de pareja al igual que el desinterés, la desconfianza y la inmadurez, son principales razones para llegar a este hecho de incumplir en la relación, el compromiso en la actualidad en el noviazgo de jóvenes no es tomado en serio en su mayoría, esto se justifica por el deseo de exploración de situaciones y personas, a su corta edad no tienen seguridad de su futuro, puede ser incierto lo que quieren. Se observa que tiene un grado de importancia significativo realizar este tipo de estudios para tener una visión más amplia sobre el tema y contribuir a la comprensión de las relaciones de pareja entre jóvenes.

Palabras claves: Incumplir, compromiso, relación de pareja, jóvenes

Abstract

The purpose of the present investigation is to make an analysis from a bibliographical review about noncompliance of commitments in the relationship of young people and compare it or relate it to the opinions on the same subject, 30 university students from different faculties participated in the interview, 15 Men and 15 women between the ages of 16 and 23, where they were asked for causal, moral and social explanations, which for the most part experienced experiences of noncompliance with commitments. The organization of the information was done in Excel tables strategically for their proper interpretation. The results show similarities in opinions, showing that culture exerts a high degree of influence on certain behaviors of people, specifically in the breach of commitments in the relationship, just as disinterest, mistrust and immaturity are Main reasons for reaching this fact of breach in the relationship, the current engagement in the courtship of young people is not taken seriously for the most part, this is justified by the desire to explore situations, and people at a young age do not have Security of their future, it may be uncertain what they want. It is observed that it is of significant importance to carry out this type of research in order to have a broader view on the subject and to contribute to the understanding of the relationships of young couples.

Keywords: Failure, commitment, relationship, young people.

Tabla de contenido

1. Introducción	¡Error! Marcador no definido.
2. Objetivos y metodología	¡Error! Marcador no definido.
2.1. Objetivo general.....	¡Error! Marcador no definido.
2.2. Objetivos específicos	¡Error! Marcador no definido.
2.3. Metodología	¡Error! Marcador no definido.
2.4. Procedimiento	¡Error! Marcador no definido.
3. Resultados	¡Error! Marcador no definido.
3.1. Las definiciones de cumplimiento segun autores que tratan la relación de pareja;	¡Error! Marcador no definido.
3.1.1. Definición del compromiso según estudiantes entrevistados.....	¡Error! Marcador no definido.
3.2. Explicación causal del incumplimiento de compromisos segun autores;	¡Error! Marcador no definido.
3.2.1. Explicación causal del incumplimiento de compromisos dadas por estudiantes entrevistados	16
3.3. Los efectos del incumplimiento de compromisos en la relación de pareja según autores	¡Error! Marcador no definido.
3.3.1. Efectos del incumplimiento de compromisos según estudiantes entrevistados;	¡Error! Marcador no definido.
4. Análisis y discusión.....	22
5. Conclusiones y recomendaciones.....	26
6. Referencias.....	31

Índice de cuadros

Cuadro 1. Las definiciones de autores sobre cumplimiento de compromisos en la relación de pareja.....	12
Cuadro 2. Definición del compromiso según estudiantes entrevistados.....	13
Cuadro 3. Explicaciones sobre cumplir e incumplir en la relación de pareja.....	14
Cuadro 4. Causas del incumplimiento de compromisos en la pareja.....	16
Cuadro 5. Causas del incumplimiento de compromisos según estudiantes entrevistados.....	17
Cuadro 6. Explicación causal del incumplimiento de compromisos dadas por estudiantes entrevistados.....	19
Cuadro 7. Efectos del incumplimiento de compromisos en la relación de pareja.....	20
Cuadro 8. Efectos del incumplimiento de compromisos según estudiantes entrevistados.....	21
Cuadro 10. Diferencias entre hombres y mujeres en el incumplimiento de compromisos.....	23

1. Introducción

En el marco de las relaciones de parejas de jóvenes universitarios se perciben varios factores que son notoriamente objeto de estudio en la sociedad, en el presente estudio se aborda el factor del incumplimiento de compromisos en la relación de pareja, es un tema que agrega ciertas controversias en la parte causal, social y moral.

El compromiso hace referencia al grado que una persona está dispuesta a acoplarse a otra y hacerse cargo de esa relación hasta el final. El compromiso proporciona estabilidad en la pareja. El compromiso se define a través de palabras como: acuerdo, alianza, lealtad, honestidad, seguridad y libertad. Estos últimos elementos son antídotos del miedo y de la tensión, lo que facilita una relación de pareja basada en el respeto. Cuando en una pareja predomina la confianza, responsabilidad, reconocimiento de obligaciones e intereses personales, de pareja y familiares, decimos que hay compromiso. Esto genera en los miembros de la pareja deseos de que la relación sea duradera y estable. (Psico Salud, 2016).

Evidentemente en el contexto en el que se desarrolla el estudio es una cultura donde se están perdiendo raíces y muchos valores fundamentales lo cual dificulta el crecimiento y desarrollo de la ciudadanía, es notable el inconformismo y la corrupción ante ciertas situaciones compromisos, muchas personas no tienen el sentido de pertenencia, el respeto, la sinceridad, la honestidad y principalmente la responsabilidad con la relación, de alguna forma se va debilitando en el día a día el concepto de una pareja pura o ejemplar, se van creando perspectivas acerca de dinámicas en las relaciones de pareja en la actualidad.

El compromiso en las relaciones de pareja es un concepto que se puede tornar desde el más mínimo hasta el más alto nivel de importancia, se va construyendo de forma diferente en cada relación y fortaleciendo o debilitando con el tiempo dependiendo el lazo que decidan ponerle, existen fuertes y débiles. El cumplimiento de la asignación o el asumir compromisos en la relación de pareja, se relaciona con la forma en como cada pareja ha desarrollado sus etapas en el noviazgo. Es necesario que exista una comunicación fortalecida y segura para alcanzar con mayor éxito el cumplimiento de compromisos.

Se reconocen definiciones, causas, efectos y algunas diferencias entre hombres y mujeres ante un incumplimiento de compromisos en la relación de pareja, es de gran magnitud con respecto a la responsabilidad, toda pareja debe tener la sensatez y la madurez para forjar una base productiva en el transcurrir del tiempo principalmente en el inicio de la relación, luego la tarea sería mantenerla, de lo contrario se deduce que es probable que se presente el desinterés por parte de cualquiera de los miembros de la relación, aparte de esto no hay una sólida respuesta ante el compromiso que estos se proponen y esto conlleva a desilusiones amorosas, situaciones incómodas, conductas negativas en respuesta a falsas promesas, la complejidad de esta respuesta podría darse por la manera de cada persona de interiorizar la presión ante ciertas situaciones y entre lo más enrevesado la ruptura en su totalidad de la relación.

Se identifican explicaciones ante algunas diferencias entre hombres y mujeres en cuanto a el cumplimiento de compromiso haciendo referencia al género que es más incumplido, el que se le hace más fácil abordar el tema, el que olvida más rápido la situación cuando se presenta y el que se molesta con mayor intensidad cuando su pareja le incumple un compromiso. Dentro de lo más significativo en esta parte del estudio es percibir la importancia que le da cada pareja al tema del incumplimiento en la actualidad.

Es de real importancia que se realicen este tipo de estudios, en la actualidad muchos jóvenes se encuentran desubicados en cuanto a la percepción que se tiene en la sociedad sobre las relaciones de pareja. En el presente estudio se le presento a cierta parte de la comunidad universitaria afirmaciones de investigaciones anteriores sobre factores específicos en la relación de pareja para que cada uno a partir de estas construyera ideas y dedujera para generar una opinión propia, de esta manera darle crecimiento al estudio, teniendo en cuenta los diversos criterios ante un tema. Se puede señalar como una ventaja dar a conocer ciertos aspectos de la realidad de los jóvenes en las relaciones de pareja para generar la capacidad de reflexión en muchas personas y así crear la semilla para que tomen mejores decisiones en sus vidas.

Por lo anterior mencionado es pertinente desarrollar este estudio, contribuye de manera positiva en la comunidad universitaria y en el mundo de la investigación, puede llegar a cambiar esquemas, perspectivas en personas sobre factores que se deben manejar adecuadamente en las relaciones de pareja como lo es el incumplimiento de compromisos, dejar fijado el aprendizaje que pueden adquirir en este proceso de incumplir.

2. Objetivos y metodología

2.1. Objetivo general

Estudiar el fenómeno del incumplimiento de compromisos en las relaciones de pareja entre jóvenes para comparar diferentes situaciones que se presentan.

2.2. Objetivos específicos

- Reconocer definiciones que realizan diferentes autores sobre el incumplimiento de compromisos en parejas entre jóvenes universitarios
- Identificar causas del incumplimiento de compromisos en una relación de pareja
- Comparar efectos sobre el incumplimiento de compromisos en las relaciones de parejas entre jóvenes

2.3. Metodología

El presente estudio es de tipo cualitativo, se llevó a cabo por medio de un análisis sistemático de literatura en la modalidad de revisión de un concepto por varios autores, las fuentes primarias fueron las revistas académicas y secundarias fueron comentarios con docentes y un ejercicio empírico con un trabajo de campo con estudiantes de la universidad Cooperativa de Colombia en la edad entre 16 y 23 años. consistió en el desarrollo de 30 entrevistas semiestructuradas fue la muestra y la población fueron 15 hombres y 15 mujeres con el fin de extraer explicaciones luego de una presentación de afirmaciones dadas en investigaciones anteriores, es bastante importante cada información que las personas suministran, se le ofreció confidencialidad en total sentido, seguido a esto se realizó una comparación analítica acerca de lo que afirman varios autores y el analisis de las opiniones de estudiantes universitarios sobre el incumplimiento de compromisos en las relaciones de parejas de jóvenes, este estudio se apoya en fuentes bibliográficas como revistas académicas, textos de libros y publicaciones en internet que tocan el tema. Dentro de los recursos humanos se encuentran los estudiantes de la Universidad Cooperativa de Colombia, y los autores de artículos, dentro de los recursos técnicos está el computador, el celular, audífonos. Para el analisis de los resultados fue necesario el formato de la

entrevista y un cuadro complejo en Excel para la organización e interpretación de las entrevistas de forma global.

2.4. Procedimiento

En un primer momento se realizó una revisión bibliográfica sobre el incumplimiento de compromisos en las relaciones de pareja, se observó la diversidad de opiniones con respecto a un tema, a partir de esto se construyó una entrevista semiestructurada con el fin de recolectar y conocer más opiniones acerca del tema, luego se estableció el número de personas a las que se les hizo la entrevista, posterior a esto se llevó a cabo un trabajo de organización de la información y transcripción de audios, luego una comparación de definiciones causas y efectos del incumplimiento de compromisos en las relaciones de parejas, por último se realizó un análisis crítico y conclusiones.

3. Resultados

A continuación, se dan a conocer diferencias entre hombres y mujeres de ciertos factores ante incumplimientos de compromisos por parte de la pareja, es fácil entender que toda acción tiene un efecto, sin embargo, referente a este tema, se torna poco importante en la sociedad, las personas no gastan minutos de su tiempo en analizar lo que viene después de un incumplimiento. Por otra parte, también se conocen diferencias entre hombres y mujeres ante este tema del incumplimiento con respecto al género más incumplido, el que aborda con más facilidad el tema el que olvida más rápido la situación y cuál de los géneros se molesta con mayor intensidad estos factores ayudan a tener un esquema más amplio con respecto al tema.

3.1. Las definiciones de cumplimiento en autores que tratan la relación de pareja

En los siguientes cuadros se define el cumplir compromisos en la relación de pareja, se muestran varios autores con términos relacionados entre sí, esto se realizó con el fin de darle un foco a la investigación

En el siguiente cuadro se presentan diferentes definiciones con respecto al compromiso en la relación de pareja, se muestran pensamientos en diferentes épocas lo cual es importante para enriquecer la investigación

Cuadro 1.

Las definiciones de autores sobre cumplimiento de compromisos en la relación de pareja

Yela, C. 1997	Este componente de la relación hace referencia al interés y la responsabilidad que se siente por una pareja y por la decisión de mantener dichos intereses con el transcurso del tiempo pese a las posibles dificultades que puedan surgir, debido a que se cree en lo especial de la relación
Giraldo, K. 2012	Es un valor muy importante cuando buscamos el éxito y la plenitud, según Katherine es una firmeza inquebrantable por cumplir o hacer algo que se propone o que simplemente se debe hacer. Este es justamente el valor que debe haber frente a tus sueños para que los puedas cumplir, porque si no te comprometes con tu éxito jamás lo lograras.
Lehman, S. 2017	El compromiso es lo que transforma una promesa en realidad, es la palabra que habla con valentía de nuestras intenciones, es la acción que habla más alto que las palabras, es hacerse al tiempo cuando no lo hay, es cumplir con lo prometido cuando las circunstancias se ponen adversas, es el material con el que se forja el carácter para poder cambiar las cosas, es el triunfo diario de la integridad sobre el

	escepticismo. Comprometerse y mantener los compromisos, son la esencia de la proactividad.
--	--

Los autores hacen referencia al valor de la responsabilidad que implica tener y cumplir un compromiso, mantenerlo genera múltiples aspectos positivos como la satisfacción personal y generar afecto en la pareja, cuando existe un alto grado de deseo hacia algo es posible que los compromisos sean cumplidos indiscutiblemente

En el siguiente cuadro se describe la forma en como los estudiantes entrevistados definen el compromiso en una relación de pareja

Cuadro 2.

Definición del compromiso según estudiantes entrevistados

Entrevistados	Según entrevistados el compromiso es igual a responsabilidad, es un valor que parte de la confianza y la comunicación que haya entre la pareja, existe una relación muy estrecha entre comunicación y compromiso porque si de alguna manera estipulan de forma clara los compromisos y analizan las consecuencias de no cumplirlos es más difícil a que se presenten incumplimientos en la relación, mientras que cuando no se estipulan espacios de comunicación para establecer compromisos y todo quede claro es más probable que exista el incumplimiento.
---------------	--

Los entrevistados hacen énfasis en la responsabilidad y la forma de comunicación en una pareja, afirman que son fundamentales para lograr el cumplimiento de compromisos.

En el siguiente cuadro se describen algunas opiniones sobre el incumplimiento de compromisos en la relación de pareja dadas por los participantes entrevistados.

Cuadro 3.

Explicaciones sobre cumplir e incumplir en la relación de pareja

Estudiante entrevistado	En la sociedad el incumplimiento se ve de muchas maneras, en el sentido de que hay parejas que se prometen todo y ellos no ven el futuro no lo visualizan, dicha promesa, no saben si van a estar con la misma persona o la van a cambiar por otra, por eso dicen me juraste falsas promesas
Estudiante entrevistado	Pues yo creo que este tipo de eventualidad recae sobre un punto clave respecto a los valores éticos y consideraría que es la responsabilidad, pues de ahí parte la irregularidad del caso, ya que considero que debemos tener mucha responsabilidad precisamente para no tener este tipo de incumplimiento con las parejas, lo valoro mal, puesto que tendríamos que trabajar mucho en estos puntos para que la sociedad tenga un poco más de compromisos de seriedad en los asuntos que tengamos que tratar y respecto a este punto no se empiecen a generar de pronto incumplimientos o inconformidades porque considero de que llega un punto donde no todas las personas estaríamos dispuestos a estar tolerando o estar permitiendo que este tipo de incumplimiento o de falta de compromiso siga continuando
Estudiante entrevistado	Para mí que cumplan es súper importante y me gustaría que si yo cumplo mi pareja cumpla. Entonces desde el día que empieza el noviazgo le digo que a mí me gusta esto y lo demás entonces llevamos este ritmo para mí es súper malo porque si uno incumple y se va perdiendo todo el respeto y la confianza porque yo digo que es cuando empiezan a preguntar cosas inadecuadas.

Los sujetos entrevistados expresaron opiniones acerca del incumplimiento de compromisos en la relación de pareja, hacen énfasis en que los jóvenes visualizan las relaciones de manera incierta porque aún no tienen muy claro el rumbo de la relación y afirman que es por su edad, pero por otra parte hacen referencia a que incumplir significa generar desconfianza, irrespeto en la pareja, pero siempre se deben tomar medidas para afrontar con responsabilidad la relación.

3.2. Causas del incumplimiento en la relación de pareja

En los siguientes cuadros se presentan causas según autores sobre incumplirle a la pareja, las causas pueden ser complejas o subjetiva sin embargo varios de los participantes relacionan la misma idea

En el siguiente cuadro se describen causas para el incumplimiento de compromisos en la relación de pareja mencionadas por autores y participantes de las entrevistas.

Cuadro 3.

Causas del incumplimiento de compromisos en la pareja

Sirven, C. 2011	En la actualidad hay situaciones donde muchas parejas se ven afectadas para lograr el cumplimiento de compromisos lo que para algunas esto les generara inestabilidad sentimental y para otras la unión entre ellos. El fortalecimiento de los compromisos en la relación se basa en una serie de aspectos como comunicación íntima, comprensión, apoyo, tolerancia, flexibilidad, valores, religión, familia, finanzas, agrado, amistad, romance apasionado, fidelidad.
Quesada, E. 2008.	Actualmente, muchas personas están en medio de una relación de pareja, pero no saben lo que esperan de ella ni se cuestionan si realmente están preparadas para asumir las responsabilidades que implica, lo cual deja en evidencia una gran falta de compromiso.

Cabrera, S, Glantz, E 1999.	Una de las formas de incumplimiento es la infidelidad, lo cual Cabrera y Glantz definieron causas: la infidelidad ocurre por diferentes factores. Entre los aspectos de tipo sexual se encuentran “la privación sexual, la búsqueda de aventura, la curiosidad sexual, la insatisfacción sexual, el aburrimiento, la falta de novedad, pasión e intimidad.” Respecto a los aspectos biológicos relacionados con la infidelidad menciona “la herencia mamífera a consecuencia de la cual, los hombres no han logrado asimilar la norma monogámica.” Los factores psicosociales tienen son una “la venganza por la actividad extramarital del cónyuge, su falta de lealtad, la insatisfacción emocional, la búsqueda de independencia, el tipo de personalidad, de educación, religión, lugar de residencia, valores y actitudes”
-----------------------------	---

Autores afirman que es complejo seguir una secuencia de factores como la comunicación, tolerancia, confianza, valores como la responsabilidad, para llevar de manera sólida el cumplimiento de compromisos es necesario que cada pareja construya una base con los factores mencionados anteriormente, enfatizan que las causas del incumplimiento se relacionan con los valores que tenga cada persona impregnados.

En el siguiente cuadro se describen las causas del incumplimiento de compromisos en la relación de pareja según estudiantes entrevistados.

Cuadro 4.
Causas del incumplimiento de compromisos

Estudiantes entrevistados	Los participantes expresan que las principales causas para incumplir compromisos de pareja son la falta de confianza, imprevistos, desinterés, inmadurez, comunicación inadecuada y la influencia de la cultura. En muchas personas
---------------------------	---

	<p>influye la cultura, estas se dejan llevar de forma más fácil y hacen una construcción mental referente a los aspectos del entorno y comportamientos de otras personas lo que puede influir en su conducta de incumplir.</p> <p>Por otra parte, afirman que la inmadurez es una de las principales causas porque se encuentran en una edad temprana de exploración de aprendizaje con respecto a relaciones de pareja, por lo tanto, el incumplir no lo toman como un hecho grave y se les convierte frecuente.</p>
--	---

En el cuadro se resalta que la cultura, el desinterés, inmadurez, desconfianza y comunicación inadecuada son las principales causas para llegar a incumplimientos de compromisos.

En el siguiente cuadro se describen explicaciones causales acerca del incumplimiento de compromisos en la relación de pareja dadas por los participantes de las entrevistas semiestructurada

Cuadro 5.

Explicación causal del incumplimiento de compromisos dadas por estudiantes entrevistados

Estudiante entrevistado	Yo creo que, por la edad, eso influye, porque uno esta como en un ámbito de conocer y explorar nuevas cosas, lo que te gusta hoy ya mañana no te gusta
Estudiante entrevistado	Si, muchas veces en cuestiones de citas promesas, con relación a quizás este día te lo voy a dedicar a ti, muchas veces se origina otra prioridad en ese día e incumple esa cita que de pronto puede parecer insignificante, pero para mi pareja si fue significativo, me sucedió esto y en su momento

	causo estragos porque fue significativo para él y yo le di prioridad a otro asunto.
Estudiante entrevistado	Fue la desconfianza sí eso trajo muchas cosas y situaciones en donde empezamos a incumplirnos como pareja

En el cuadro anterior participantes responden a el interrogante del porque le incumplió a su pareja, afirman que, por la edad necesitan explorar nuevas situaciones y por eso incumplen compromisos, por otra parte, porque no le dan prioridad a la pareja y por último porque se generó una desconfianza en la relación que produjo incumplimientos.

3.3. Los efectos del incumplimiento de compromisos en la relación de pareja

A continuación, se describen en los cuadros, efectos sobre el incumplimiento de compromisos descritos por autores y participantes entrevistados de esta manera observar con más facilidad similitudes o diferencias.

En el siguiente cuadro autores describen diferentes efectos tras el incumplimiento de cualquier tipo de compromiso en la relación de pareja.

Cuadro 6.

Efectos del incumplimiento de compromisos en la relación de pareja

Camacho, J.	<p>Uno de los efectos tras un incumplimiento de compromiso en la pareja es el sentimiento de culpa, según Camacho este acompaña frecuentemente a las personas cuando realizan un acto que consideran que está mal moralmente, tiene una relación con la conciencia moral.</p> <p>La culpa crea un desacuerdo entre una creencia y un acto, cuando consideramos que un acto está mal y sin embargo lo hacemos, es</p>
-------------	--

	<p>probable que se generen sentimientos de culpa y remordimientos, todo depende del valor que se le da al acto.</p> <p>Por otra parte, el mecanismo de la culpa también depende de la distancia entre el yo ideal y el yo real, por ejemplo: si creemos que ser fieles es el ideal, lo correcto y actuamos con infidelidad en nuestra realidad, indudablemente habrá sentimientos de culpa</p>
Abad, F. 2011	<p>con engaño o cierto tipo de incumplimiento en la pareja es abusar de la confianza de la pareja. Cuando este tipo de situación se presenta frecuentemente conllevan a relaciones que fracasan.</p> <p>La destrucción de la confianza de forma continua produce problemas y contribuye a que la motivación de desear estar junto a la otra persona disminuya. En el caso de la relación sana se enfrentan a dicho problema cuando se presenta de forma adulta.</p> <p>La probabilidad en una relación cuando se presenta el engaño o incumplir promesas continuamente es la ruptura de la relación, siendo esto uno de los extremos de la situación.</p>
Tamayo, J. 2014	<p>Según Tamayo, uno de los efectos que ocurre a partir del fenómeno del incumplimiento de compromisos, es la crisis de la pareja. Afirma que para mantener el amor son necesarias las dos personas, la pareja debe ser el complemento para superar conflictos y brindarse respeto. Por otra parte, reconoce que es importante proporcionar espacio a la pareja para que se realice como individuo. tolerar objetivos, opiniones y gustos.</p>

En las afirmaciones del cuadro anterior describen los autores que incumplir compromisos en la pareja podría traer consecuencias negativas, dentro de las más graves la ruptura de la relación. Por otra parte, el ser humano por naturaleza por el hecho de faltar a alguien considerando la importancia que le tenga a esta persona, va a sentir sentimientos de culpa lo cual lo puede perturbar en ciertas actividades. Otro de los efectos relevantes es la destrucción de la confianza en la relación.

En el siguiente cuadro se describe de manera general los efectos tras un incumplimiento de compromisos dados por estudiantes entrevistados.

Cuadro 7.

Efectos del incumplimiento de compromisos según estudiantes entrevistados

Estudiantes entrevistados	El estudio arroja que los principales efectos del incumplimiento de compromisos en la pareja son la producción de mentiras, conflictos, rabia, inseguridad, reclamos, discusiones, desconfianza, baja autoestima. Todos estos factores de alguna manera significativa deterioran la relación y en los casos más extremos conlleva a la ruptura de la relación, para sobrellevar este tipo de situaciones en la pareja es de vital importancia la inteligencia emocional, cada relación tiene una base que se va consolidando con cada detalle en la cotidianidad, esta es fundamental al momento de resolver conflictos en la relación de pareja, es necesario consciencia de comprensión en cada individuo.
---------------------------	--

Se resalta en el cuadro que uno de los efectos más significativos es la afectación hacia la propia persona con relación a la autoestima y entre otros la producción de mentiras conflictos, rabia, inseguridad, reclamos, desconfianza.

En el siguiente cuadro se describen efectos del incumplimiento de compromisos en las relaciones de pareja dadas por participantes de la investigación entrevistados

Cuadro 8.

Efectos del incumplimiento de compromisos mencionados por sujetos de la entrevista

Estudiante entrevistado	Tanto en mujeres como hombres está mal, como lo dije anteriormente está en juego la palabra tuya, entonces más adelante no puede ser válida tu palabra, está mal por el valor de la palabra
Estudiante entrevistado	En mujeres y hombres, no está bien, porque lo que se hace es generar polémica, dificultades y problemas y esa no es la idea, la idea es mantener una buena comunicación y seamos responsables para darle validez a nuestra palabra
Estudiante entrevistado	Pues la verdad está mal en mujeres y hombres, porque es algo que de pronto deteriora de manera indirecta la relación de pronto el hombre siente que la mujer no está atenta no tienen interés que él quiere Y de pronto pueden malinterpretarse las situaciones y querer que te dé pronto no es tan importante para la vida de ella porque se dejan llevar por los hechos y las situaciones y cometen errores que digamos empeora mucho más la situación, la idea de que una relación se tenga Claro que desde un principio establecer todo porque para eso está mejor solo o no tienen una relación no es algo tan abierto o sea que tienen que saber que hay que cumplir ciertas normas cierto de estilos de vida con tal de tener a la persona que quiere a su lado de pronto no molestarla Cómo hacer algo que pueda dañar la relación.

Participantes afirman que el incumplimiento de compromisos en la pareja tanto en hombres como en mujeres está moralmente mal, porque esta situación deteriora la relación y genera dificultades que crean malos momentos, por otra parte, hacen énfasis en el valor de la palabra, indican que sería quitarle validez y mostrarse menos responsables.

3.4.- Diferencias entre hombres y mujeres en el incumplimiento

A continuación, en el cuadro se muestran aspectos sobresalientes de la investigación para facilitar el análisis.

En el siguiente cuadro se describen diferencias entre hombres y mujeres ante este tema del incumplimiento con respecto al género más incumplido, el que aborda con más facilidad el tema el que olvida más rápido la situación y cuál de los géneros se molesta con mayor intensidad.

Cuadro 9.

Diferencias entre hombres y mujeres en el incumplimiento de compromisos

El género más incumplido	Los sujetos entrevistados en el estudio afirmaron que las mujeres podrían ser más incumplidas que los hombres con relación a citas, porque necesitan de más tiempo para arreglarse, mientras los hombres son más descomplicados por otra parte, se tiene estigmatizado que el hombre es el que en la mayoría de ocasiones propone cierta actividad con su pareja, por eso siempre trata de cumplir porque de lo contrario se estaría afectando el valor de su palabra.
El género que se le hace más fácil abordar el tema	Según los entrevistados, el género que se le hace más fácil abordar el tema es el femenino, a las mujeres les gusta aclarar todo cuando ocurren los hechos, las llamaron dramáticas, histéricas. Exigen todas las explicaciones posibles mientras que los hombres lo dejar pasar por alto en la mayoría de veces porque para ellos es más fácil quedarse en silencio y de alguna manera hacerse notar que afrontar este tipo de situaciones verbalmente.
El género que olvida más rápido la situación	Para los sujetos entrevistados el género que olvida más rápido el hecho del incumplimiento de compromisos en la relación de pareja es el masculino, afirman que tienen más ventajas en cuanto a cierto tipo de actividades que pueden realizar para

	despejarse y olvidar, además que el hombre es menos detallista en estos aspectos y se le facilita dejar el pasado atrás mientras la mujer es más detallista y sensible, cualquier situación de engaño o incumplimiento las hiera más fácil y el dolor evita que olviden rápidamente.
El género que se molesta con mayor intensidad	Según los sujetos entrevistados en el estudio el género que se molesta con mayor intensidad ante el incumplimiento de compromisos en la relación de pareja es el femenino debido a que son más escépticas y las irrita el hecho de sentirse engañadas, las mujeres son más expresivas y en este tipo de acontecimientos no es la excepción.

Los participantes expresaron sus opiniones personales con referencia a diferentes factores que se pueden generar a partir de un incumplimiento, afirman que los hombres son más prácticos con este tema, pueden olvidar más fácil y molestar con menor intensidad que las mujeres.

4. Análisis

El estudio sobre el incumplimiento de compromisos en pareja entre jóvenes fue realmente importante porque es uno de los temas poco mencionado sin embargo la gran mayoría de personas son afectadas por esta situación, la sociedad lo visualiza como un hecho normal que se presenta frecuentemente, pero de igual manera siempre trata de direccionar los hechos y proponer acciones para mejorar. Se destaca que las relaciones de pareja que no asumen un compromiso real están destinadas a caer en un verdadero caos.

Actualmente, muchas personas están en medio de una relación de pareja, pero no saben lo que esperan de ella ni se cuestionan si realmente están preparadas para asumir las responsabilidades que implica, lo cual deja en evidencia una gran falta de compromiso. (Quesada,

E. 2008). La gran mayoría de jóvenes afirman que su falta de compromisos en ciertas ocasiones es por la edad.

En la adolescencia se viven reestructuraciones internas y externas. Para Kobel (1996), la integración del yo se produce con la elaboración del duelo, de partes de sí mismo y de sus objetos. Asimismo, Aberasturi Knobel se refiere a que se puede lograr una personalidad satisfactoria cuando se tiene una relación adecuada con objetos internos buenos y con experiencias externas no tan negativas. Cuando el adolescente se separa de los padres suele adoptar diversas identidades, ya sea sucesiva o simultáneamente de acuerdo con las circunstancias, de manera que al final del proceso logre la aceptación de una identidad independiente. Por esta razón es importante para las relaciones de pareja tempranas que a la hora de asumir los compromisos con su pajera demuestren la madurez necesaria ante la relación y luego esto no sea un causante de un rompimiento entre parejas.

El compromiso está basado en el interés de los miembros de la pareja para cumplir con estos tópicos por deseo, no por obligación (independientemente de lo que marca la definición de la palabra. El compromiso es un deseo de ambos de perdurabilidad, de lograr una estabilidad en el tiempo y un deseo por compartir un proyecto en común que no se comparte con nadie más que con esa persona especial y que, por principio, se busca que sea de por vida. (Martínez, L .2012).

Con mucha frecuencia las personas no saben qué esperar de una relación o también desconocen si están preparados para ella. De igual manera, muchas personas están en una relación sin saber qué esperar del otro o si cuentan con los recursos personales para asumir las responsabilidades que implica un compromiso de pareja. (Martínez, L. 2016).

Uno de los temas que tocaron los entrevistados fue la infidelidad como parte del incumplimiento de compromisos en una relación de pareja, a continuación se describirán causas que expresan autores: Las situaciones que influyen para que la infidelidad ocurra incluyen el sentirse cercano o ser interdependiente de alguien que no sea la pareja; estar cerca de alguien en quien se está sexualmente interesado; pasar mucho tiempo con alguien que no es la pareja; no sentirse cercano o conectado con la pareja; estar en una situación que ofrezca la oportunidad; estar en situaciones que involucren alcohol o drogas. (Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México)

Los motivantes personales para la infidelidad se vinculan con la búsqueda de realización personal y la expansión del sí mismo. La realización se da como una especie de tener el derecho a ser feliz a pesar del compromiso del matrimonio o noviazgo, la persona actúa como dándose permiso para poner a prueba su libertad. La necesidad de la satisfacción personal se entrelaza con la expansión del sí mismo, promueve la búsqueda de una persona con quien compartir intereses, valores y metas ajenos a la relación con la pareja oficial. (Pinto, B. 2015).

De este modo las parejas deben crear un vínculo afectivo que los llene de satisfacción, esto se evidencia en la relación mediante expresiones espontáneas lo cual hacemos con libertad solo cuando nos sentimos en un entorno de confianza con la pareja, esto es lo que determina y aploma bases sólidas que consoliden una buena relación de pareja.

La confianza es lo único que nadie puede quitarnos, pero la perdemos poco a poco cuando hacemos promesas que sabemos que no podemos cumplir, cuando se promete para salir del paso, cuando se engaña a alguien y para obtener algo se promete otra cosa, etc.... Esa confianza que esperamos que nos dispensen los demás, se construye sobre las experiencias que compartimos con esas mismas personas, si podemos ser de confianza como para que nuestra palabra sea

suficientemente válida, cualquiera que nos conozca tomará nuestra promesa como una garantía de verdad. Así podremos sentirnos orgullosos de ser personas que cumplimos con nuestra palabra, que no prometemos en vano. (Carranza, N. 2012)

El compromiso en una relación de pareja permite las dos personas juntas puedan llevar adelante un proyecto de vida, brinda estabilidad, confianza, capacidad de negociación y comunicación, tolerancia y permite que las parejas logren lo que se han propuesto, por lo que lejos de ser algo negativo, es saludable para la relación. Sin embargo, lamentablemente la realidad es otra y ese importante elemento está cada vez más ausente de las relaciones de pareja lo cual está provocando rupturas amorosas y dolorosos divorcios que destruyen familias. (Quesada, E 2008).

Hay que tener en cuenta que hay exceso de hombres y mujeres a nuestro alrededor plenamente dispuestos a no vivir los compromisos de pareja. Eso hay que saberlo para poner remedio. Como también hay que saber que algunas veces la fidelidad puede hacer sufrir. Mayor motivo para comprobar el compromiso del otro. (Contreras, J. 2013).

La pareja es una unidad social que actúa como un ente único en la sociedad en muchos aspectos. La base reside en que las decisiones que se toman afectan al conjunto y que tiene que se toman en función de la relación existente entre dos personas. (García, J. 2006).

Las relaciones pueden ser unas de las cosas más positivas que ocurran en tu vida; pueden ser románticas, excitantes, divertidas, pueden provocarte sentimientos positivos muy intensos...Pero, a veces, también pueden ser algo complicado y provocar sentimientos negativos e incluso dolor. (Paz, J. 2010).

Con frecuencia durante las relaciones de pareja tanto mujeres y hombres son propensos a sufrir situaciones que los lleven al deterioro definitivo de su relación, por lo cual esta propenso a

experimentar problemas físicos y mentales. la pobre calidad en una relación de pareja incrementa los problemas de salud física y mental, lo que a su vez conduce a que las parejas reporten baja satisfacción marital y una reactividad neuroendocrina elevada relacionada con mayor presión sanguínea, ritmo cardiaco elevado y la liberación de hormonas (asociadas al estrés) como la prolactina, la epinefrina y la norepinefrina. Rodríguez (2013).

5. Conclusiones y recomendaciones

Después de conocer las diferentes situaciones que se presentan en las relaciones de pareja, tanto el cumplimiento como el incumplimiento de compromisos acordados son determinantes para el éxito de una pareja, la felicidad de ambas personas depende de la importancia que tengan estos los compromisos adquiridos por cada cual, todos en algún momento de la relación quieren sentir esa satisfacción personal de tener un respaldo dentro de la sociedad.

Para la mujer esos compromisos son más difícil de cumplir, debido a la falta de organización de su tiempo, siendo para ellas la circunstancia que más problemas y limitaciones tienen durante una relación de pareja, La mujer en todo momento está probando el nivel de importancia que ellas tienen para los hombres, lo cual puede condicionar y reflejar varios comportamientos que alteran de manera repentina su relación de pareja, como por ejemplo la ira, la impuntualidad, el nivel de atención, y los cambios en la comunicación, lo que deteriora de alguna manera significativa la armonía en la relación de pareja.

Uno de los hallazgos que se muestran dentro del estudio es que el cumplimiento de compromisos en una relación de pareja se basa en la confianza, el grado de interés, responsabilidad y la cultura, ya que el entorno es vital para el libre desarrollo de una pareja en la sociedad, es decir

que dependiendo a los elementos que hagan parte del entorno donde conviven las parejas, el ser humano por naturaleza por el hecho de faltar a alguien considerando la importancia que le tenga a esta persona, va a sentir sentimientos de culpa lo cual lo puede perturbar en ciertas actividades.

De igual manera las personas externas en una relación, en algunos casos influyen en los comportamientos y conductas que tienen las personas. La familia o los amigos, juegan un rol que puede originar algunos cambios que afecten el cumplir los compromisos adquiridos en una relación, en otros casos el ambiente laboral o profesional tiene la misma influencia que dan lugar a futuros rompimientos de compromisos pactados en las parejas.

La sociedad puede brindar aún más elementos por lo cual se fortalezca o se deteriore una relación, cuando alguna afición por alguna actividad ya sea artística o deportiva es puesta por encima de los compromisos que se crean en las relaciones de pareja pueden manifestarse en el desinterés que cada uno tiene hacia la pareja. Los vicios también juegan un factor que de alguna forma afectan la convivencia en la pareja.

En otros casos se encuentran elementos positivos cuando esos intereses son comunes y compartidos lo que hace que se formen mayores vínculos que estimulen el buen desarrollo de la relación, estos puntos pueden ser la comunicación, ya que se comparten ideas y eleven el nivel de agrado en las charlas, también que contribuyan adquirir nuevos conocimientos para el crecimiento personal y profesional. De esta manera se construye una armonía que se refleja a la hora de compartir los espacios íntimos.

Es ahí cuando el papel de la comunicación lleva a una relación a un nivel de confianza donde la pareja se le hace más fácil plantearse metas y objetivos a alcanzar, tener un motivo para buscar la felicidad de ambos, y poner los lineamientos y reglas dentro de una relación, sin que

sientan que las cosas se dan de una manera impuestas por conveniencia del mismo, sino que se dan de una forma natural y espontánea.

Los efectos que un mal manejo de los compromisos adquiridos en la relación de pareja pueden percibirse desde lo más insignificante con relación a la gravedad hasta lo más complejo, todo depende de la frecuencia con se presentes los incumplimientos, de esta manera va surgiendo el deterioro hasta llegar a la ruptura de la relación. La manera en que la pareja afectada reacciona ante esta situación predice comportamientos futuros de la pareja, como por ejemplo continuar incumpliendo frecuentemente. Una vez se dé el incumplimiento es el momento indicado para dejar puntos claros y explicaciones acerca de los compromisos, de esta manera contribuir para disminuir el incumplirle a la pareja.

El dialogo en la pareja después del incumplimiento es de gran importancia, después de conocer ciertos límites o acciones de la pareja es importante explorar justificaciones que le den claridad a la situación y sobre todo no guardar resentimientos, odio, venganza por ese episodio. Cuando no se aclara de manera correcta, esto en un futuro podría afectar la relación y su estabilidad por medio de discusiones.

La mayoría de parejas hombres según la investigación tienden a no darle importancia a un incumplimiento de compromisos, no les interesa solicitar explicaciones prefieren guardar silencio y crear una carga interna negativa lo que podría afectar en el mejor momento de la relación, mientras en el caso de las mujeres si es satisfactorio para ellas la explicación de los hechos con detalles en el momento oportuno, sin embargo, se les hace más difícil olvidar la situación de incumplimiento.

El hombre se basa en el argumento de no querer complicar y alimentar una discusión de pareja, lo refleja tomando una actitud de relajación ante asuntos que por el contrario la mujer tomara mucho más a pecho, sin duda estas se alteran rápidamente, al momento de asimilar las excusas que se dicen al momento de dar explicación ante un incumplimiento de los compromisos para el hombre se vuelve un momento poco productivo, aburrido y de mucho fastidio lo cual afecta negativamente la convivencia entre parejas.

Teniendo en cuenta las diversas situaciones que normalmente traen malestar a las parejas, las cuales son ocasionadas por el incumplimiento de compromisos acordados entre pareja en esta investigación se demuestra que las personas manifiestan problemas físicos y psicológicos, que se manifiestan en el nivel de estrés, y enfermedades que son originadas cambios hormonales que se producen en el cuerpo humano. Esto altera tanto el ritmo cardiaco y agotamiento mental, lo cual lleva a las personas a caer de forma más fácil en quebrantos de salud.

Mentalmente las parejas se afectan y pueden llegar a un punto crítico donde desde el punto de vista psicológico empiezan a debilitarse, disminuyendo así el nivel de autoestima, también esto puede llevar al surgimiento de complejos, rechazo, pérdida de conocimiento, el cual no permite que las personas que tienen una relación afectiva fluyan de forma natural.

Tanto ética como moralmente, la sociedad empieza a ver con normalidad que se incumplan los compromisos, aunque reconozcan que es malo y negativo que se incumplan las parejas. Si bien la sociedad se ha acostumbrado a que se rompan los acuerdos, se limitan a aceptar cada que se falte a los compromisos, desde una perspectiva más crítica son las mismas personas que tienen una relación afectiva los culpables de que esta idea este instaurada en la sociedad, casi como un proceso de resignación para no iniciar una discusión o enfrentamiento entre parejas, o así mismo para finalizar con un altercado ya iniciado.

Debido a esto en esta investigación se pretende desde el primer momento responder a la incertidumbre que tienen repetidamente muchos jóvenes acerca de la normalidad de un incumplimiento de compromisos, este hecho genera una inconformidad en la persona, creación de dudas frente a expectativas planeadas con ese individuo, miedo a ser engañados, inseguridad y desconfianza al momento de dar un paso adelante en la relación, los anteriores factores en conjunto puede iniciar malestares psicológicos y estos repercutir de manera negativa en la sociedad.

Aunque sea un poco contradictorio, la mayoría de jóvenes reconoce que está mal que se actúe con decidía y desinterés frente al momento en que se acepten los compromisos de pareja como algo normal en la sociedad. Trae consigo una variedad de factores negativos como la pérdida de confianza por el incremento de mentiras y excusas que las personas normalmente dicen para evitar entrar en una pelea entre parejas que conlleve a el rompimiento de la relación.

Una relación basada en valores como el respeto, la tolerancia, responsabilidad y amor, son indispensables para garantizar que una pareja sea feliz, esto es lo que lleva a las personas a no querer dejar de pasar tiempo de para compartir en armonía con su ser amado, con esa persona con la cual se siente satisfecho, por esta razón se debe desde un principio tomar con mucha seriedad y honestidad cada uno de esos compromisos que los lleven a la tan ansiada tranquilidad afectiva y emocional que todas las personas buscan en una pareja.

Lo que se espera en la sociedad es que se cumpla, es de verdad el sentir tanto de mujeres como a los hombres, sin mentiras, con libertad para poder brindarse siempre las mejores cualidades de sí mismo. El cumplimiento de todos y cada uno de esos compromisos es lo que a la sociedad le interesa, llegar a ese estado de perfección que, aunque algunos consideren inexistente, por el contrario, otros esperan con el día de poder saborear el gozo de contar con una persona leal que lo llene de amor y paz.

Recomendaciones

A partir de este estudio se sugiere a los lectores investigadores hacer continuidad a este tipo de estudios donde hagan una profundización en los temas secundarios a las relaciones de pareja como por ejemplo la influencia de la personalidad en la pareja, tipos de comunicación en las parejas de jóvenes, se recomienda que a través del seguimiento de trabajos investigativos se promueva la importancia de iniciar estudios científicos dirigidos a la población juvenil. Por otra parte, también es importante conocer sobre actividades sociales de la juventud que son objeto de investigaciones las futuras generaciones.

Referencias

- ABAD, F. (2017). *Incumplimiento de Promesas. Engaño | Abad-Psicología*. Abad-psicologia.es. Retrieved 15 May 2017, from <http://www.abad-psicologia.es/incumplimiento-de-promesas-engano/>
- Arenas, N., Galán, M., Jaimes, D., Montoya, L., & Sánchez, A. (2010). *El sentido de la relación de pareja en la lógica del mercado actual (Estudiantes)*. Facultad de psicología, Pontificia Universidad Javeriana. From <http://www.javeriana.edu.co/biblos/tesis/psicologia/tesis99.pdf>
- Barrios, A., & Pinto, B. (2008). *El concepto de amor en la pareja*. *Ajayu*, 6(2), 145 - 163. From <http://www.scielo.org.bo/pdf/rap/v6n2/v6n2a2.pdf>
- Botero Álvarez, S., Builes Cedula, C., Zurisaday García Bonilla, Z., Gil Saldarriaga, M. and Ramírez Guerrero, K. (2016). *Las creencias en el noviazgo universitario: infidelidad, mentira y engaño*. *JSR Funlam Journal of Students' Research*, (1), pp.45, 46, 47. From <http://www.funlam.edu.co/revistas/index.php/JSR/article/view/2138>
- Camacho, J. (2004). *Fidelidad e infidelidad en las relaciones de pareja*. Buenos Aires: Dunken. From <http://www.fundacionforo.com/pdfs/archivo42.pdf>
- Canto, J., Moreno, P., Perles, F. and San Martín, J. (2012). *El papel de la cultura del honor, del sexismo y de los celos en la respuesta a la infidelidad de la pareja*. *Escritos de Psicología / Psychological Writings*, 5(1), pp.9-16. From <http://www.redalyc.org/pdf/2710/271024366002.pdf>
- Contreras, J. (2017). *NOVIAZGO Y COMPROMISO*. Jose Maria Contreras. Retrieved 15 May 2017, from <http://www.jmcontreras.es/index.php/blog/1395-noviazgo-y-compromiso>
- Cruz, c. (2015). *Deterioro de las relaciones de pareja producto del estrés*. *Psicología iberoamericana*, 23(1), pp.5- 6. From <http://www.redalyc.org/pdf/802/80270203.pdf>
- Estabilidad en la pareja: Compromiso*. (2017). *Psico-Salud*. Retrieved 15 May 2017, from <http://www.psicosaludtenerife.com/estabilidad-en-la-pareja-compromiso/>

- García, F., & Ilabaca, D. (2013). *Ruptura de pareja, afrontamiento y bienestar psicológico en adultos jóvenes (Profesional)*. Universidad Santo Tomas, Chile - Universidad de las Américas, Chile. From <http://www.ucb.edu.bo/publicaciones/ajayu/v11n2/v11n2a03.pdf>
- García, J. (2017). Retrieved 18 May 2017, from <http://www.psicoterapeutas.com/pacientes/pjactual.pdf>
- Giraldo, K. (2017). *Compromiso — Valor Personal | Plenitud Psicológica*. Kathegiraldo.com. Retrieved 13 May 2017, from <http://www.kathegiraldo.com/compromiso/>
- Hernández, J. (2017). *Relaciones de pareja. Crisis - Activa Psicología*. Activapsicologia.com. Retrieved 31 May 2017, from <http://www.activapsicologia.com/blog/24-relaciones-de-pareja-crisis>
- La pareja: ¿Compromiso u obligación?* (2017). Gestalt Sin Fronteras. Retrieved 15 May 2017, from <https://gestaltsinfronteras.com/2012/11/10/el-compromiso-en-la-pareja/>
- Márquez, X. (2005). *Ni contigo ni sin ti: la pareja irrompible*. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 7(2), pp.27-42. From <http://www.redalyc.org/pdf/802/80270203.pdf>
- Maureira, F. (2011). *Los cuatro componentes de la relación de pareja*. *Revista Electronica De Psicología Iztacala*, 14(1), 321 - 330. From <http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol14num1/Vol14No1Art18.pdf>
- Muñoz, F., & Lindes, L. (2017). Retrieved 7 May 2017, from <http://wdb.ugr.es/~fmunoz/ruubikcms/useruploads/files/noviazgo.pdf>
- Promesas que no se cumplen*. (2017). *La Mente es Maravillosa*. Retrieved 15 May 2017, from <https://lamenteesmaravillosa.com/promesas-que-no-se-cumplen/>
- Psicología, A. (2017). 3. *Estudio sobre infidelidad en la pareja: Análisis de contenido de la literatura*. [Online] Alternativas.me. Available at: <http://alternativas.me/numero-30/54-estudio-sobre-infidelidad-en-la-pareja-analisis-de-contenido-de-la-literatura> [Accessed 13 May 2017].

- R., D. (2017). *El compromiso en las relaciones de pareja*. *Mente Sana*. Retrieved 12 May 2017, from <http://www.mentesana.net/el-compromiso-en-las-relaciones-de-pareja/>
- R., D. (2017). *El compromiso en las relaciones de pareja*. *Mente Sana*. Retrieved 15 May 2017, from <http://www.mentesana.net/el-compromiso-en-las-relaciones-de-pareja/>
- Sirvent, C. (2011). *Fidelidad y compromiso en la relación de pareja (el trinomio fidelidad, compromiso y monogamia)*. *Norte De Salud Mental*, 9(40), 57 - 71. From <http://fispiral.com.es/wp-content/uploads/2011/06/Fidelidad-y-compromiso-en-la-relacion-de-pareja.pdf>
- Torres, T., & Ojeda, A. (2009). *El Compromiso y la Estabilidad en la Pareja: Definición y Dimensiones dentro de la Población Mexicana*. *Psicología Iberoamericana*, 17(1), 38 - 47. From <http://www.redalyc.org/pdf/1339/133912613005.pdf>