

Rupturas de las relaciones amorosas entre jóvenes universitarios.

Breakups in romantic relationships among young university students.

Anabel Hernández Calderón ^a, Jesús Cisneros Herrera ^b, Gelacio Guzmán Díaz ^c

Abstract:

The present research collected data on how romantic breakups occur among young university students, with the aim of knowing the ways in which romantic relationship breakups occur among young university students. Information collection was carried out through a semi-structured interview. The data obtained were analyzed in order to identify the aspects that are related to the end of romantic relationships.

The research design is qualitative with an interpretive approach, narrative content analysis is used as a technique. This type of design allows us to collect data through a semi-structured interview which was recorded and transcribed for analysis.

Keywords:

Love breakups, university Students

Resumen:

La presente investigación recolectó datos de cómo se dan las rupturas amorosas entre jóvenes universitarios, con el objetivo de conocer las formas en que se dan las rupturas de las relaciones amorosas entre jóvenes universitarios. La recopilación de información se llevó a cabo por una entrevista semiestructurada. Los datos obtenidos se analizaron con la finalidad de identificar los aspectos que están relacionados con la finalización de las relaciones amorosas.

El diseño de la investigación es corte cualitativo con un enfoque interpretativo, se utiliza como técnica el análisis narrativo de contenido, este tipo de diseño nos permite recabar los datos a través de una entrevista semiestructurada las cuales fueron grabadas y transcritas para su análisis.

Palabras Clave:

Rupturas amorosas, jóvenes universitarios

Introducción

Bauman (2003) menciona que la modernidad líquida es uno de los nombres que ha recibido el conjunto de prácticas de las sociedades actuales. En este sentido, se puede interpretar como un sentido de pertenencia social

del ser humano para dar paso a la individualidad, tomando en cuenta las situaciones de independencia y viendo a la sociedad como un conjunto y no como la suma de individualidades. Menciona que la modernidad sólida se caracteriza por ser rígida, por encasillarse en el sedentarismo. En una parte, las personas suelen arraigar

^a Autor de Correspondencia, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo | ESAT-Psicología | Hidalgo-Atotonilco de Tula | México, <https://orcid.org/0009-0009-9973-5237>, Email: he419753@uaeh.edu.mx

^b Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo | ESAT-Psicología | Hidalgo-Atotonilco de Tula | México, <https://orcid.org/0000-0003-1370-8086>, Email: jesus_cisneros@uaeh.edu.mx

^c Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo | ESAT-Psicología | Hidalgo-Atotonilco de Tula | México <https://orcid.org/0000-0003-4869-8658>, Email: gelacio_guzman@uaeh.edu.mx

sus creencias sobre el noviazgo sin darse la oportunidad de pasar a la modernidad líquida.

Retomando la teoría de la modernidad líquida, escrita por el sociólogo y filósofo polaco Zygmunt Bauman (2003), menciona que, ante la posibilidad de cambios, se puede reaccionar de una manera positiva, lo cual podría hacernos cada vez más independientes, pero también habrá quien se resista a esos cambios dependiendo de las circunstancias y de las consecuencias que estos pudieran traer.

En varias ocasiones se consideran modernas a las personas que van avanzando conforme a los cambios que van surgiendo. Bauman menciona que no es así: no se logran adaptar a los diferentes cambios que se dan, y se tiene que tomar en cuenta que, dentro de algunos años, esta modernidad cambiará. Lo mismo pasa con las relaciones: las de antes no son iguales a las de ahora.

Los vínculos amistosos y afectivos, por su parte, eran en menor cantidad, pero más estables; la interacción entre los niños del ayer se forjaba a base de vivencias y emociones compartidas. En su libro *Tiempos líquidos: vivir una época de incertidumbre*, Bauman (2003) afirma que la transición de la modernidad sólida hasta nuestros días ha evolucionado y se ha debilitado. La sociedad vive ahora sin moldes, vivimos adaptándonos constantemente a las necesidades que la modernidad nos impone, sin planes establecidos, como si fuésemos partículas de una corriente de agua que avanza sin rumbo definido y esto nos hace ser parte de lo que él denomina como “modernidad líquida”. En esto encontramos la capacidad de respuesta: se esperaría que las personas que aman a sus parejas con compasión respondan a las necesidades con conductas que transmitan comprensión y cuidado (Beverley, Cheryl y Susan, 2014).

Bauman (2005) menciona que el amor líquido retoma el tema de las relaciones en la actualidad y el papel que juega el aspecto del amor. Con esto podemos reflexionar sobre las distintas tendencias cambiantes, la posible falta de compromiso, el impacto de las nuevas tecnologías y, a su vez, el mundo globalizado y consumista, lo cual se considera que genera la falta de compromiso y la devaluación de la palabra “amor”. Esto se asocia con la modernidad líquida, la cual también incluye los diferentes cambios que se dan y la investigación sobre el amor compasivo todavía está en sus inicios, los estudios que se han realizado hasta ahora sugieren que experimentar un tipo de amor desinteresado y centrado en el otro. Las personas que aman a sus parejas compasivamente reportan un clima de relación prosocial caracterizado por el cuidado, el sacrificio y el apoyo (Beverley, Cheryl y Susan, 2014).

La modernidad líquida afecta a las relaciones en general. Antes se daba paso al noviazgo conforme a una modernidad por las creencias que estaban predominantes

en esa época. El noviazgo era una etapa en la que los miembros de una pareja se preparaban para el matrimonio. En ese entonces, las relaciones iniciaban con la idea de que sería duradera aun cuando no siempre se cumpliera, ni fuera compartida por todos los individuos, en una amplia red social, una opinión sólida sobre el tipo de personas que deben estar juntas y la voluntad de aplicar esos juicios a la formación de parejas (Finkel, et al 2012). En cambio, en la modernidad líquida, existe una mayor libertad e independencia en la relación conforme a los acuerdos que la pareja tenga.

Noviazgo

Rojas y Flores (2013) hacen mención de que el noviazgo es la relación que involucra aspectos como la interacción social y actividades conjuntas. con las interacciones, se tiene que tomar en cuenta los aspectos para cuando una de las partes termine la relación o se lleguen a establecer en la cohabitación o en matrimonio.

Es necesario considerar estos aspectos tanto para el caso en que una de las partes termine la relación como si se decide establecer una convivencia o matrimonio. Fundamentalmente, se basa en conductas humanas, las cuales orientan el reconocimiento del estilo de amor que posee un individuo hacia su pareja (Rocha et al., 2017).

Las relaciones románticas forman una parte importante de nuestro panorama social.

En la mayoría de las sociedades occidentales, los hombres y las mujeres siguen un patrón de monogamia que se caracteriza por la formación y disolución repetida de relaciones románticas. Los factores que aumentan la probabilidad de disolución de la relación incluyen el hecho de que la pareja no cumpla con las expectativas (por ejemplo, la insatisfacción sexual), el compromiso desigual, el deseo de libertad y factores externos. La terminación de una relación también tiene consecuencias importantes para la salud física y mental.

El noviazgo ha experimentado diversas transformaciones tanto en sus significados como en expectativas. Haciendo referencia al cambio que existe pasando de la vida “sólida” a la “líquida”, la vida sólida se caracteriza por estabilidad y permanencia, mientras que el noviazgo en la vida líquida se caracteriza por el individualismo. Del mismo modo, el noviazgo es un concepto que se ha transformado en sus costumbres y que podrían llegar a expirar, mientras que la vida sólida tiene una estructura fija (Rojas y Flores, 2013). Las últimas décadas han mostrado una tendencia marcada hacia la inmediatez de las satisfacciones, lo cual favorece, por una parte, la economía de tiempo, y, por otra parte, la consideración del otro como un objeto que se puede desechar en cuanto deje de ser deseado o útil. Otra fuente clave de mejora puede provenir de los avances en la tecnología de Internet. En su mayoría, los modelos que se utilizan actualmente representan etapas relativamente

tempranas en los métodos de Internet. Prevemos muchas otras posibilidades, algunas de las cuales ya están disponibles. Por ejemplo, se podrían crear redes de conocimiento basándose en calificaciones posteriores a la cita, de forma muy similar a lo que Netflix hace actualmente con las películas.

Este enfoque fomentaría la honestidad (porque las autodescripciones deshonestas serían rápidamente denunciadas por otros usuarios) y proporcionaría más información sobre posibles parejas. Otras posibilidades implican mejorar las oportunidades de interacción mediante el uso de videos, avatares, entornos virtuales y redes sociales.

Rojas y Flores (2013) mencionan que en México el noviazgo puede iniciar antes de los 15 años de edad. Anteriormente, esto estaba relacionado con fines matrimoniales. Según el grado de involucramiento y formalidad, se toma en cuenta el significado y la función que le da la persona, así como la forma en que este significado se va construyendo día a día. En este contexto, también se incluye la ruptura amorosa, entendida como el término de una relación, la cual se puede dar de diferentes formas. Ponce y Pinto (2020) mencionan que es algo crítico para algunas personas debido a la situación que están atravesando; a esto se le ha llamado "la muerte del amor". En este aspecto se puede observar la desilusión del noviazgo.

Los resultados indican que el maquiavelismo influye en la manera en que las mujeres rompen con su pareja, pero no en su angustia en relación con la ruptura. Las mujeres con niveles más altos de maquiavelismo tenían más probabilidades de mostrar evitación/retirada, escalada de costos y emplear una comunicación distante/mediada (por ejemplo, correo electrónico, sitios de redes sociales) para terminar una relación. El uso de estas estrategias indica una renuencia a participar en comportamientos de ruptura más directos que pueden resultar incómodos debido a los recursos emocionales necesarios. El maquiavelismo se asocia con la falta de conexión con los sentimientos propios y ajenos (Wastell y Booth, 2003) y, por lo tanto, una estrategia directa puede resaltar estos déficits sociales y exponer las vulnerabilidades de estas mujeres. Las mujeres con altos niveles de maquiavelismo reciben otras ventajas más tangibles de la relación romántica. Por ejemplo, las mujeres con altos niveles de maquiavelismo están más motivadas a participar en conductas sexuales por razones físicas y para lograr un objetivo (Brewer y Abell, 2015).

Espinosa et al. (2017), con una muestra de 260 alumnos de universidad en Tlalnepantla México, en el cual se mencionan aspectos por los cuales se dio la ruptura amorosa, a la conclusión que se llega es que los hombres terminan una relación por infidelidad mientras que las mujeres mencionan que terminan la relación por aspectos

como problemas con su pareja. La información antes mencionada nos será útil para describir si las relaciones actuales terminan por infidelidad, problemas con la pareja, falta de tiempo, distanciamiento, etc., tomando en cuenta aspectos como la forma en la que termino la relación (le dejó de hablar, terminaron por medio de un mensaje, una llamada, una carta, la termino en persona, etc.), así mismo conocer si el sexo femenino sufre más emocionalmente cuando se da una ruptura amorosa, en comparación con los varones. Se busca recabar datos de forma exploratoria para conocer qué valores y creencias del noviazgo se han modificado.

El propósito de esta investigación fue conocer y analizar las dinámicas y significados de las rupturas amorosas en jóvenes universitarios, identificando a su vez los aspectos que están relacionados con la finalización de las relaciones amorosas. Por lo cual se trabajó bajo un enfoque cualitativo con diseño no experimental, utilizando la técnica de entrevistas semiestructuradas y de análisis narrativo de contenido, respetando en todo momento el consentimiento y la confidencialidad del participante.

Método

Participantes

El muestreo empleado, fue no probabilístico por bola de nieve, con 10 estudiantes de Atotonilco de Tula, la muestra está conformada por 1 hombre y 9 mujeres de 18 a 25 años de edad, en la muestra encontramos que la relaciones que tuvieron fueron heterosexuales, se tomaron en cuenta aspectos como el que no vivieran con su expareja y no tuvieran hijos.

Instrumentos

Como una modalidad del método narrativo se llevó a cabo con una entrevista semiestructurada a todos los participantes, con el objetivo de conocer cómo se dan las rupturas amorosas entre jóvenes universitarios.

Para realizar la entrevista se partió de una pregunta base, siguiendo el relato, y se formularon preguntas conforme a las categorías establecidas. Esta entrevista fue semiestructurada para permitir una uniformidad y, al mismo tiempo, sirvió como una herramienta eficaz para responder al objetivo de la investigación.

Procedimiento

Se pidió su ayuda de forma voluntaria de los participantes; se les explicó que el propósito de la investigación es conocer cómo se dan las rupturas amorosas entre jóvenes universitarios. Se les comentó que la información que nos proporcionen se presentará sin revelar su identidad, se les garantiza la confidencialidad de la información proporcionada.

A los participantes se les aplicó una entrevista de forma individual. Se llevó a cabo una sesión de entre 20 y 25

minutos para retomar su ruptura más reciente, cómo fue, cuáles fueron las causas y cómo consideran que los afectará en sus relaciones futuras. Las entrevistas fueron audio-grabadas y transcritas para su análisis.

A su vez el análisis narrativo de contenido se desarrolló en tres fases: lectura comprensiva de las transcripciones, identificación de unidades de significado y agrupación temática. La codificación fue manual, sin uso de software especializado.

Categorización

El fenómeno de estudio se centró en comprender cómo ocurren las rupturas amorosas, a partir del análisis de once categorías, las cuales fueron:

1. Edad
2. Ocupación
3. Tiempo que duró la relación
4. Nivel de compromiso
5. Motivo por el cual inició la relación
6. Causa(s) de la ruptura
7. Medio por el cual se recibió la noticia de la ruptura
8. Quién decidió terminar la relación
9. Qué se dijeron al momento de terminar
10. En qué términos quedó la relación
11. Si esperan algo de esa persona ahora que la relación terminó

Estas categorías descritas se consideraron ejes de codificación posteriores al levantamiento de la información, no como temas guía durante la entrevista. Esto permitió un abordaje flexible y fiel a las narrativas de los participantes.

Resultados

Se realizaron entrevistas a estudiantes universitarios de entre 18 y 25 años, quienes cumplieron con los criterios de inclusión. Todos los participantes reportaron haber tenido relaciones heterosexuales; este aspecto no fue considerado como criterio de inclusión o exclusión.

La muestra presenta un sesgo de género, dado que estuvo conformada por 9 mujeres y 1 hombre. Por ello, los resultados reflejan principalmente la experiencia femenina respecto a las rupturas amorosas. Todos los participantes estudiaban al momento de la entrevista, y 5 de ellos también trabajaban (ya sea con un negocio propio, en un emprendimiento o en empleos de fin de semana). La duración de sus relaciones iba desde los 3 meses hasta los 3 años.

Los factores externos a la relación fueron mencionados como elementos influyentes para la ruptura. Algunos participantes señalaron la relación de su pareja con la familia, la falta de planes a futuro, o conflictos constantes como razones que los llevaron a poner fin a su relación, o a querer mejorar para en algún momento retomar esa relación. Aunque estos factores no estaban contemplados

inicialmente, surgieron de manera recurrente durante las entrevistas.

A continuación, se detallan las categorías analizadas:

Nivel de compromiso: Se encontró que 6 participantes no tenían contacto con los padres de su pareja y estos desconocían la existencia de la relación. En cambio, 3 participantes sí conocían a los padres de su pareja, convivían con ellos en reuniones familiares, viajes y fines de semana. Un participante había planeado un viaje para que su pareja conociera a su padre, pero la relación terminó antes de concretarse. Este mismo participante no tenía convivencia con la familia de su expareja.

Motivo por el cual inició la relación: Las razones por las cuales iniciaron la relación: 1 participante mencionó que fue por atracción física, 5 por cuestiones sentimentales, 2 participantes por la atención que se les brindó y 2 por el apoyo que se les dio durante la situación que pasaba.

De qué forma veían a su pareja: Encontramos que 4 participantes la veían como parte de su red de apoyo, 3 como alguien con quien pasar tiempo y distraerse, 1 participante mencionó que la veía como una ayuda económica para obtener cosas que quería. Solo 2 mencionaron que era alguien con quien habían planeado un futuro; estos también comentaron que su expareja convivía con su familia.

Cuál fue el medio por el cual recibieron la noticia: Es importante tomar en cuenta la forma en que recibieron la noticia. Encontramos que 6 participantes la recibieron por medio de un mensaje en redes sociales, mientras que 4 de ellos terminaron la relación en persona.

Razones por la cual terminaron la relación: en esta parte encontramos 6 aspectos: 2 participantes terminaron por malentendidos que involucraron a una anterior expareja, 1 fue por violencia en el noviazgo ya que la había golpeado, 4 terminaron por infidelidad, mientras que 1 fue la falta de interés, 1 por peleas constantes durante la relación y él último menciona que terminaron por influencia de aspectos religiosos.

Quién decide terminar la relación: se preguntó quién terminó la relación 4 de ellos la/él entrevistado, mientras que un 6 la/él que era su pareja, el término de la relación se dio por los aspectos antes mencionados.

En qué términos quedaron: después del término de la relación encontramos que el 3 quedaron en contacto 0 (no hablarse, sin mandarse mensaje, sin llamadas), 4 quedaron como amigos se hablan de vez en cuando, mientras que un 1 decidió permanecer como ligues esperando a volver a tener una relación, mientras que 2 decidieron bloquearlo.

Esperan algo de esa persona ahora que terminaron: encontramos que 5 de los entrevistados no quieren regresar con su expareja los participantes que terminaron la relación por infidelidad, por violencia, falta de interés e influencia por aspectos religiosos, 4 piensan en volver a

tener una relación con su expareja, mientras 1 de ellos espera regresar, pero no se va forzar a nada.

Durante las entrevistas encontramos que las diversas causas de la ruptura con su pareja fue la falta de comunicación ya que por las diferentes actividades (escuela y trabajo) las descuidaron, 2 participantes mencionaron que un motivo para terminar su relación fue malentendidos con su anterior pareja y eso provocará tensión e inseguridades con su actual expareja encontramos que algunas rupturas son mutuas, la mayoría no lo son, es decir, son iniciadas más por uno de los miembros de la pareja que por el otro (Hill, Rubin y Peplau, 1976). El proceso de disolución suele ser difícil y angustiante, especialmente para la persona con la que se rompe, se mencionaron aspectos de violencia en la relación, peleas constantes por celos, así como aspectos religiosos, fueron causa del término de su relación, 4 participantes terminaron por infidelidades durante el tiempo en el que salían.

Como anteriormente se mencionó 6 participantes mencionó que terminó su relación por un mensaje por la red social whatsapp, mencionando lo que se habían escrito para terminar su relación a lo cual mencionaron lo siguiente; "Que ya no podían seguir juntos porque ya no tenían tiempo", "Que no se sentía bien en la relación, necesitaba tiempo para pensar y no quería salir mal", "No querer volver a verlo porque le causó daño", los participantes que mencionaron eso pertenecen al porcentaje de haber bloqueado a su expareja y tener contacto 0, así también optaron por este medio para salvaguardarse ya que un participante no quería ser agredido físicamente de nuevo no quieren volver a tener una relación con ella/él. Mientras que el 40% decidió terminar su relación en persona en la cual se mencionaron: "no quería terminar la relación, quería solucionar las situaciones para poder continuar como una pareja", "la ex pareja, mencionó aspectos sobre la religión, después de haber salido juntos, cuando la fue a dejar a su casa", "Por un malentendido que hubo decidieron terminar como amigos y posteriormente se con volvieron ligues".

En las entrevistas se mencionó que a un participante lo veían como un sustento económico y comentó "me terminó después de haberla llevado a comprar cosas y dejarla en su casa, justificando que la relación no funciona por cuestiones religiosas" en este aspecto podemos inferir que su pareja lo consideraba como un sustento económico y como lo menciona Bauman en el amor líquido actualmente se ha perdido el amor y se ha considerado como un servicio a los demás.

Se mencionaron aspectos como violencia en el noviazgo en la cual se dio la ruptura se dio a través de un mensaje, para evitar que la agredieran de nuevo, en este aspecto podemos observar cómo se rompió un molde que en las generaciones pasadas no sucedía, algunos estudios

revelan que las personas que recibieron malos tratos en el núcleo familiar u observaron violencia por parte de sus progenitores presentan mayor riesgo de ejercer o sufrir algún tipo de violencia en sus relaciones de pareja posteriores (Rey, 2015), a lo cual en este caso decidió ponerle fin a esa relación para evitar agresiones.

Retomando los mitos del amor romántico con los participantes que mencionaron que esperan regresar con su ex pareja, encontramos el mito de la media naranja, lo cual este mito nos suele llevar a buscar desesperadamente esa otra mitad que nos complete, relacionándolo con lo que mencionaron los participantes no están abiertos a tener una relación con alguien diferente, pero la ex pareja mencionaba que no lo veía como un "ligue" para volver a tener una relación ya solo lo ven como "amigo".

Discusión

Durante las entrevistas se identificaron diversas causas de ruptura. Una de las más mencionadas fue la falta de comunicación, atribuida a las múltiples actividades (escuela y trabajo) que descuidaban la relación. Dos participantes señalaron que malentendidos con una expareja anterior provocaron tensión e inseguridad en su relación actual. Se observó que la mayoría de las rupturas no fueron mutuas, es decir, uno de los miembros de la pareja tomó la decisión con mayor determinación (Hill, Rubin y Peplau, 1976).

El proceso de disolución suele ser difícil y angustiante, especialmente para la persona que no toma la decisión de romper. Se mencionaron situaciones de violencia, celos constantes, y diferencias religiosas como causas del término. Cuatro participantes terminaron su relación por infidelidad.

6 de los 10 participantes mencionaron que su ruptura se dio por medio de un mensaje en WhatsApp, y compartieron algunos fragmentos de lo que les escribieron:

- "Ya no podemos seguir juntos porque ya no tenemos tiempo."
- "No me siento bien en la relación, necesito tiempo para pensar y no quiero que terminemos mal."
- "No quiero volver a verte porque me hiciste daño."

Estas personas pertenecen al grupo que optó por contacto cero y bloquear a su expareja. En algunos casos, utilizaron este medio como una forma de protegerse, por ejemplo, para evitar una agresión física.

Mientras que 4 de los 10 participantes terminaron su relación en persona y expresaron cosas como:

- "No quería terminar, quería solucionar las cosas y seguir como pareja."
- "Mi expareja mencionó cuestiones religiosas cuando la dejé en su casa."

- “Por un malentendido, decidimos terminar como amigos y luego nos volvimos a frecuentar.”

Un participante relató que su pareja lo veía como un sustento económico, pues la ruptura ocurrió justo después de que él le comprara algunas cosas y la llevara a su casa. Ella justificó la ruptura con argumentos religiosos. Este caso puede interpretarse como una forma de utilitarismo afectivo, un concepto vinculado con lo que Bauman denomina "amor líquido", en el cual los vínculos se vuelven desechables y orientados al beneficio propio.

Otro caso mostró cómo la violencia en el noviazgo llevó a una ruptura vía mensaje, para evitar más agresiones. Esto representa una ruptura de moldes tradicionales; antes, una relación podía mantenerse incluso con violencia. Estudios indican que quienes han presenciado o sufrido violencia en su núcleo familiar tienen mayor riesgo de replicar estos patrones en sus relaciones (Rey, 2015). En este caso, la participante eligió terminar para protegerse emocional y físicamente.

En cuanto a quienes desean regresar con su expareja, se identificó la presencia del mito de la media naranja, que genera una búsqueda constante de la "otra mitad" ideal. Estas personas no están abiertas a nuevas relaciones, y su expareja ya no los ve como una posibilidad amorosa, sino sólo como amigos.

Muñoz (2011) menciona que al término de una relación se generan una serie de modificaciones en el ámbito personal, familiar, económico y social. Estas pueden vivirse con el mismo grado de estrés que la relación misma. La etapa posterior a la ruptura requiere una reorganización personal, y muchas veces aparece la negación, especialmente cuando una de las personas no logra desvincularse de su expareja y sigue tratando de formar parte de su vida.

Esto se vio reflejado en los testimonios de algunos entrevistados, quienes mencionaron que sus exparejas convivían con su familia cada fin de semana. Al terminar la relación, debieron reorganizar sus rutinas familiares. Aunque informaron a sus familias sobre la ruptura, en un inicio no revelaron las causas reales —violencia, infidelidad, o control— hasta tiempo después.

Rojas y Flores (2013) señalan que el noviazgo implica interacción social y actividades conjuntas, y que estas también se ven afectadas tras la ruptura. En las entrevistas se evidenció que la interacción social se modificó, ya que algunos amigos en común dejaron de convivir con los participantes tras el término de la relación. Durante el noviazgo, realizaban actividades como ir al cine, salir a comer o vacacionar con la familia. Tras la ruptura, estas prácticas desaparecieron, generando un vacío emocional y social.

Las relaciones de pareja entre jóvenes mexicanos reflejan transformaciones propias de las sociedades posmodernas, influenciadas por el contexto sociocultural.

En relación con la modernidad líquida, se observa que los tipos de relación actuales se modifican constantemente, lo que se refleja, por ejemplo, en la manera de terminar una relación: 6 de los participantes termino a través de un mensaje, y 4 de ellos en persona.

En ambos casos, las razones para terminar fueron expuestas, incluyendo lo que no les gustaba de la relación y cómo se sentían tratados. Estas estrategias de ruptura coinciden con lo descrito por Baxter (1982), quien indica que los métodos varían en el grado en que se perciben como compasivos. Las rupturas por mensajería instantánea se califican generalmente como menos compasivas, en comparación con aquellas que ocurren cara a cara.

El análisis de género también resulta inevitable. Se observó que las mujeres dan mayor importancia a factores emocionales, como la atención recibida y el apoyo, mientras que los hombres priorizan lo físico. Estudios en México confirman estas diferencias (Espinosa et al., 2017), destacando que las mujeres suelen centrarse más en las emociones derivadas de la ruptura, y los hombres, en el problema o conflicto en sí.

Por lo tanto, para entender mejor los procesos de ruptura, se requiere considerar la perspectiva de ambos géneros, ya que las mujeres tienden a experimentar la separación con mayor afectación emocional, mientras que los hombres le otorgan un significado diferente a la relación. Barajas y Cruz (2017) destacan que la comunicación es un aspecto fundamental en el desarrollo personal y social, y su deterioro puede desencadenar consecuencias como estrés, tristeza, enojo, disminución de la autoestima, y en algunos casos conductas autodestructivas, como el consumo de sustancias o autolesiones.

En las entrevistas, varios participantes confirmaron que la falta de comunicación fue clave para la ruptura, ya que no se daban el tiempo para dialogar ni resolver conflictos de forma asertiva, lo que derivó en malentendidos y violencia. La ruptura amorosa afecta directamente el bienestar emocional, especialmente cuando uno de los miembros se niega a aceptar el fin de la relación y no se desvincula emocionalmente. Esto impide avanzar en el proceso de duelo (García e Ilabaca, 2013). Varios entrevistados compartieron que, tras la ruptura, se sentían vacíos, incompletos, tristes y que extrañaban la interacción cotidiana con su expareja.

Ponce y Pinto (2020) consideran que la ruptura amorosa puede vivirse como una crisis o “muerte del amor”, lo que genera desilusión en torno al noviazgo. En estos casos, la experiencia se vive como un duelo, donde se atraviesan emociones como pérdida, abandono y dolor. Algunos participantes expresaron deseos de suicidio, mientras que otros conservaron la esperanza de regresar con su ex para “hacer las cosas bien”.

Bauman (2003) señala que los individuos contemporáneos están guiados por su imaginación, pero no pueden decidir completamente cómo construir su modelo de vida, ya que siguen dependiendo de los planos que ofrece la sociedad. Esta idea se evidenció cuando algunos participantes mencionaron que querían un futuro con su pareja, pero tras la ruptura, se dieron cuenta de que estaban siguiendo un ideal ajeno, influenciados más por su expareja que por sus propios deseos.

Este estudio pone de manifiesto cómo la modernidad líquida, según Bauman (2003), ha permeado en las relaciones afectivas de los jóvenes, especialmente en el noviazgo. Las relaciones amorosas han dejado de ser estructuras sólidas y estables para transformarse en vínculos frágiles, volátiles y adaptables a contextos personales, tecnológicos y sociales en constante cambio. Las formas de ruptura amorosa entre los jóvenes universitarios están influenciadas por diversos factores: infidelidad, violencia, falta de interés, diferencias religiosas, sobre todo, deficiencia en la comunicación. Asimismo, los resultados revelan cómo se han modificado las formas de iniciar y terminar una relación, siendo ahora más comunes las rupturas a través de mensajes digitales, lo que refleja una menor disposición al contacto directo y a la confrontación emocional.

El análisis también evidencia una fuerte influencia del género en las formas de vivir y procesar una ruptura: las mujeres tienden a experimentar mayor afectación emocional, mientras que los hombres centran su atención en aspectos más prácticos o racionales de la relación.

Otro hallazgo relevante es la presencia de creencias románticas idealizadas, como el mito de la "media naranja", que perpetúa la esperanza de regresar con la expareja, aun cuando la relación haya sido disfuncional o dañina.

En definitiva, el noviazgo en la juventud contemporánea se encuentra profundamente afectado por la inestabilidad emocional, la inmediatez, el individualismo y la fragilidad de los vínculos afectivos, todos estos elementos centrales de la modernidad líquida. La experiencia de ruptura, vivida como un duelo en muchos casos, afecta la salud emocional y social de los jóvenes, quienes deben reorganizar su vida, sus expectativas y su entorno tras el término de la relación.

El estudio invita a reflexionar sobre las dinámicas afectivas actuales, no solo para comprenderlas, sino también para promover relaciones más sanas, conscientes y compasivas entre los jóvenes.

Referencias

Barajas Márquez, M. W. y Cruz del Castillo, C. (2017). Ruptura de la pareja en jóvenes: factores relacionados con su impacto. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 22(3), 342-352.
<https://www.redalyc.org/pdf/292/29255775008.pdf>

Bauman, Z. (2003). *Modernidad líquida*. Fondo de Cultura Económica.
Bauman, Z. (2005). *Amor líquido*. Fondo de Cultura Económica.
Brewer, G., & Abell, L. (2015). Machiavellianism and sexual behavior: Motivations, deception and infidelity. *Personality and Individual Differences*.
Espinosa Sierra, V., Salinas Rodríguez, J. L. y Torres-Torija, C. S. (2017). Incidencia del duelo en la ruptura amorosa en estudiantes universitarios en un Centro de Crisis, Emergencias y Atención al Suicidio. *Journal of Behavior, Health & Social Issues*, 9(2), 27-35.
<https://www.redalyc.org/pdf/2822/282255144001.pdf>
Finkel E. J., Eastwick P. W., Karney B. R., Reis H. T. y Sprecher S. (2012). Online Dating: A Critical Analysis From the Perspective of Psychological Science. University of California, Los Angeles
García, E. F. y Ilabaca Martínez, D. (2013). Ruptura de pareja, afrontamiento y bienestar psicológico en adultos jóvenes. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología de la Universidad Católica Boliviana "San Pablo"*, 11(2), 157-172.
<https://www.redalyc.org/pdf/4615/461545460003.pdf>
Hill C. T., Rubin Z., Peplau L. A. (1976). Breakups before marriage: The end of 103 affairs. *Journal of Social Issues*.
Muñoz, O. P. (2011). Ruptura Amorosa y Terapia Narrativa. *Ajayu. Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología de la Universidad Católica Boliviana "San Pablo"*, 9(1), 53-86.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=461545463002>
Ponce Valdivia F. A. y Pinto, B. (2020). Enfoque estructural y terapia centrada en el problema aplicada a la ruptura amorosa. *Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología de la Universidad Católica Boliviana "San Pablo"*, 18(1), 244-270.
<https://www.redalyc.org/journal/4615/461562776010/461562776010.pdf>
Rocha, B., Avendaño, C., Barrios, M y Polo, A. (2017). Actitudes hacia el amor en relaciones románticas de jóvenes universitarios. *Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia*, 8(16), 155-173.
<https://www.redalyc.org/journal/4772/477251872010/477251872010.pdf>
Rojas-Solís, J. L. y Flores, A. I. (2013). El noviazgo y otros vínculos afectivos de la juventud mexicana en una sociedad con características posmodernas. *Revista de Psicología de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo*, 10(23), 120-139.
<https://www.aacademica.org/dr.jose.luis.rojas.solis/13.pdf>