UNIVERSIDAD PERUANA DE CIENCIAS APLICADAS

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA

Experiencia subjetiva de jóvenes que mantienen una relación romántica a
larga distancia

TESIS

Para optar el título profesional de Licenciado en Psicología

AUTOR

Del Carpio Capdevila, Carlos Eduardo (0000-0002-1708-7072)

ASESOR

Tagliabue Ganoza, Regina Yoli (0000-0002-2254-5517)

Lima, 11 de setiembre del 2020

DEDICATORIA

A Regina, por la contención y paciencia;

A Julio, por la comprensión;

A Bruno, por la inspiración;

Y a mi mamá por todo.

RESUMEN

La presente investigación describe la experiencia subjetiva de jóvenes de 20 a 25 años que mantienen relaciones románticas a larga distancia. Se recurrió a un diseño fenomenológico hermenéutico mediante el estudio de caso múltiple haciendo uso de los sistemas conversacionales de González Rey (2007). Participaron tres jóvenes con quienes se tuvo dos conversaciones con cada uno. Se encontró que la experiencia relacional previa influye en la experiencia subjetiva de la relación romántica actual a través de la imagen subjetiva que forman los participantes de sí mismos y de la pareja. Los objetivos educativos y profesionales son relevantes en la manera en que los participantes configuran sus relaciones románticas y en la determinación de las aspiraciones e intenciones con la pareja. El cuerpo, en sus dimensiones física y mental, juega un papel importante en el intercambio virtual y el desarrollo de la intimidad de los participantes con sus parejas. La incertidumbre es un factor central en la vivencia de desencuentros entre los participantes y sus parejas. Los resultados de la investigación permiten plantearse que la interacción virtual da lugar a nuevos esquemas para pensar al otro y a uno mismo. Las relaciones inter e intrapersonales parecen verse afectadas por el avance de las tecnologías de la comunicación.

Palabras clave: Relaciones románticas a larga distancia; relaciones románticas; experiencia subjetiva; virtualidad.

ABSTRACT

The present research describes the subjective experience of people between the ages of 20 and 25 who maintain long-distance romantic relationships. A hermeneutical phenomenological design was applied through a multiple case study employing González Rey's (2007) conversational systems. Three young people participated in the study. The researcher had two conversations with each one. It was found that the previous relational experience influences the subjective experience of the current romantic relationship through the subjective image that the participants form of themselves and of their couple. Educational and professional goals are relevant in the way participants shape their romantic relationships and in determining their aspirations and intentions with the partner. The body, in its physical and mental dimensions, plays an important role in the virtual exchange and the development of the intimacy of the participants with their partners. Uncertainty is a central factor in the experience of disagreements between the participants and their partners. The results of the research allow us to think that virtual interaction gives rise to new schemes to think about the other and oneself. Interpersonal and intrapersonal relationships seem to be affected by the advancement of communication technologies.

Keywords: Long distance dating relationship, dating relationship, subjective experience, virtuality.

Introducción

El “sí mismo” se construye en función del clima cultural propio de su era y de la necesidad de interacción con los demás. Vivir en un momento determinado, diferente de cualquier otro, supone ser parte de un período de la historia que modula, a través de sus particularidades, la socialización de los individuos. En la actualidad, las nuevas tecnologías de la comunicación se convierten en uno de los métodos más comunes en la búsqueda y realización del encuentro con el otro debido a su desarrollo (Dansie, 2012; Farrell, 2009). Veinticuatro de los treinta y tres millones de peruanos son usuarios de redes sociales y acuden a espacios mediados por la virtualidad de manera cotidiana; los jóvenes son el grupo más grande usuarios (Data Reportal, 2019).

Los objetivos educacionales, ocupacionales y personales propios de la época favorecen la migración de los jóvenes (Weiten, Dunn y Yost, 2018; Blair, 2017). Así, recurren a espacios virtuales en búsqueda de mantenerse en contacto con aquellas personas importantes que han quedado atrás (Caldevilla, 2010). Estos factores representan las circunstancias asociadas al incremento de la prevalencia de las relaciones románticas a larga distancia en los últimos años (Dansie, 2012; Du Bois; Sher; Grotkowski; Aizenman; Slesinger y Cohen, 2016).

La relación entre el sujeto y el mundo se evidencia en las prácticas sociales y culturales en las que se sumerge el actor (LeBreton, 2002); la prerrogativa del actor es la relación con el otro y con identidades colectivas, en donde las prácticas culturales e individuales están relacionadas (Sánchez, 2010). Así, se plantea revisar los conceptos de relación romántica para comprender el papel de los espacios virtuales cuando estas ocurren a larga distancia. Se repasará, además, el concepto de experiencia subjetiva y el rol de las experiencias vinculares pasadas en ella, para terminar por explicar la importancia de esta investigación en el contexto actual.

Relaciones Románticas

Una relación romántica refiere a un patrón actual de asociación e interacción entre dos individuos que reconocen cierta conexión el uno con el otro; usualmente, incluye un componente de atracción sexual, que podría no manifestarse en relación a factores personales, religiosos o socioculturales (Furman, Brown y Feiring, 1999). Si bien las relaciones románticas ocurridas en la adolescencia y juventud suelen envolver sentimientos de vulnerabilidad, sufrimiento, inmediatez e incertidumbre en relación al proceso de construcción de la personalidad por el que atraviesan sus miembros; pueden llegar a adquirir un sentido de compromiso y procesos de cuidado mutuo (Giró, 2007).

El progreso de una relación romántica puede ocurrir hacia la intimidad o hacia la superficialidad; este desarrollo ocurre modulado por la calidad de interacciones entre los miembros. Mientras que la velocidad en la que ocurre este proceso depende de la cantidad de interacciones que mantengan los integrantes de la pareja (Knapp y Vangelisti, 2009). Knapp y Vangelisti definen la calidad de las interacciones de la pareja a partir de la experiencia de emociones positivas cuando estas ocurren y el valor que cada miembro otorga a la información intercambiada. Asimismo, es importante

tener en cuenta que las características y proceso de cada relación romántica varían en función a las particularidades de sus miembros (Furman et al., 1999).

Cuando las interacciones ocurren cara a cara, la apariencia y proximidad física son factores poderosos para la atracción inicial; mientras que, cuando ocurren mediadas por la virtualidad, la similitud de intereses y valores cobra mayor importancia más tempranamente (Weiten y Yost; 2018). Actualmente, las redes sociales resultan una herramienta útil para aprender sobre el otro y hacer manifiesta la existencia de interés (Mostafa, 2016); el uso de herramientas virtuales reduce la ansiedad y el esfuerzo relacionado al conocer al otro ya que permite lidiar con la tensión proveniente de la interacción cara a cara, favorece el control percibido y la riqueza de la información disponible (Fox, Osborn y Warber, 2014; Van Outysel, Van Gool, Walrave, Ponnet y Peeters, 2016).

El uso de espacios virtuales influye, a través de sus características y posibilidades, en el desarrollo de las relaciones románticas (Blair, 2017; Mostafa, 2016). Representa, además, un factor importante en la popularización de las relaciones románticas a larga distancia (Dansie, 2012; Farrell, 2009).

Relación Romántica a Larga Distancia (RRLD)

La ausencia habitual de uno de los miembros de la relación es la característica más importante para la definición de una RRLD (Dargie, Blair, Goldfinger & Pukall, 2013; Farrell, 2009). La dificultad general para encontrarse con la pareja, de forma relativamente inmediata y frecuente, si así se desea, define una RRLD (Waterman, Wesche, Leavitt, Jones & Lefkowitz; 2017).

Independientemente de la organización geográfica de la pareja, la confianza, el compromiso mutuo, la buena comunicación y niveles cómodos de independencia y la capacidad para satisfacer los requerimientos de intimidad del otro son factores importantes en las relaciones románticas (Blair, 2017). Dargie et al. (2013) aclaran que la distancia geográfica no es una verdadera desventaja, ya que, en su investigación, eran las características individuales aquellas que determinaban la calidad de la relación. Sin embargo, Blair agrega que hay retos únicos que una RRLD tiene que enfrentar y Farrell (2009) se refiere a aquellos aspectos como restricciones subjetivas.

Restricciones subjetivas

Las restricciones subjetivas son aquellas limitaciones o barreras que tiene que enfrentar una relación romántica y se originan a partir de las particularidades de los miembros de la pareja y su subjetividad. Se relacionan a factores psicológicos, normas socioculturales, efectos emocionales de relaciones pasadas y expectativas de la relación (Farrell, 2009). Dargie et al. (2013), Farrell (2009) y Arditti y Kauffman (2004) concuerdan en que la incertidumbre es una limitación originada a partir de la subjetividad de una persona que enfrentan los miembros de una RRLD. La incertidumbre influye en las expectativas que surgen respecto a la pareja y la relación, en la formación y expresión de los sentimientos y de pensamientos suspicaces y de cautela; así, pueden derivar en el desgaste de la relación.

Las expectativas sobre la pareja durante la separación física, la dificultad para delimitar la amistad con otras personas, manteniéndose dentro de los límites mutuos y la creciente dificultad para evaluar el estado de la relación y estimar la fuerza de la emoción que cada miembro trata de expresar son otros de los retos únicos señalados por Blair (2017) como retos únicos de personas que mantienen relaciones románticas a larga distancia.

Las dificultades en la comunicación también son recogidas en las investigaciones de Farrel (2009) y Van Ouytsel et al. (2016) que señalan que el no tener indicadores relacionados a características corporales y paralingüísticas afecta la comunicación emocional. Sin embargo, otras investigaciones (Dansie, 2012; Dargie et al., 2013) manifiestan que el uso de videollamadas ha aumentado su popularidad en aquellos que mantienen una RRLD debido a que disminuye las malinterpretaciones que puedan surgir debido a la ausencia de información no verbal.

La comunicación virtual supera las dificultades relacionadas a la ausencia de información no verbal y paralingüística cuando los usuarios forman impresiones a través de información textual, y la comprueban a través de información proveniente de otras fuentes o experiencias previas (Weiten et al., 2018). Este proceso produce conocimiento interpersonal refinado y ocurre, solamente, cuando los usuarios tienen el tiempo y la motivación de intercambiar información, construir impresiones y comparar valores. La relación social mantenida a través de medios virtuales puede tardar más tiempo en asemejarse a una cara a cara, pero sí puede lograr este nivel e incluso superarlo (Walther, 1996; Weiten et al., 2018).

A través de un estudio etnográfico, Turkle (2011) concluye que la comunicación virtual puede derivar en el alejamiento de las relaciones personales íntimas debido a la posibilidad de controlar y evitar situaciones de privación y de controlar y editar la expresión del “sí mismo”. Weiten et al. (2018) se refieren a este proceso como “ilusión de compañía”. Por su parte, Dansie (2012) señala que los participantes de su estudio lograban aliviar las dificultades de la distancia física a través de medios virtuales, pero también, a través de habilidades comunicativas, compromiso y la familiaridad desarrollada previamente en las relaciones.

Estrategias de mantenimiento

Las estrategias de mantenimiento refieren a los comportamientos utilizados por los miembros de una RRLD para mantenerla funcionando de manera exitosa y evitar que los niveles de satisfacción experimentados en la relación disminuyan (Arditti y Kauffman, 2004). La naturaleza de las RRLD permite la ganancia de recursos para afrontar y recuperarse de las dificultades por las que atraviesa la pareja y que pueden ser usadas en otros ámbitos (Waterman et al., 2017).

Dargie et al. (2013) y Arditti y Kauffman (2004), concuerdan en que los integrantes de una RRLD pueden aplicar diferentes niveles de distorsión de la realidad para distinguir al otro como un ente idealizado y, así, favorecer la disposición de enfrentar los desencuentros de la relación.

Arditti y Kauffman (2004) encontraron que las razones por las que se acepta este tipo de relación se vinculan con la presencia de una amistad previa, similitudes intensas

entre los miembros, o la ausencia de razones para buscar otra pareja. La sustancia relacional, entendida como el cúmulo de experiencias positivas y negativas que resultan en aprendizajes respecto a uno mismo, el otro y la relación, sostiene el tiempo que la pareja pase separada y disminuye la sensación de amenaza por malentendidos (Dansie, 2012; Farrell, 2009). La empatía y la comunicación emocional efectiva resultan necesarias para que los miembros de una RRLD consideren el contacto como satisfactorio y aumente el sentido de conexión y la profundización en la comprensión de dificultades (Farrell, 2009; Arditti y Kauffman, 2004).

Farrell (2009) señala que algunos participantes de su estudio también optaban por intentar distanciarse de las dificultades que aparecían en su RRLD. Arditti y Kauffman (2004) reportan que algunos de sus participantes tendían a distraerse de esta situación pasando tiempo con otros amigos o recordando viejos tiempos donde compartían con sus parejas.

Las “acciones conjuntas” consisten en el compartir una responsabilidad a la distancia con el propósito de aumentar la conciencia sobre la pareja o imitar la cercanía física (Chien, Hassenzahl & Welge; 2016). Krapf (2017) propone que una responsabilidad conjunta, como la compra de una casa, puede ser vista como una inversión en la relación y ello es utilizado como un recurso específico.

La importancia del mundo subjetivo de aquellos que mantienen una RRLD es resaltado por diversos investigadores (Arditti & Kauffman, 2004; Dansie, 2012; Dargie et al., 2013; Farrel, 2009). Por ello, resulta relevante la comprensión de la experiencia individual y propia de quienes mantengan RRLD.

Experiencia Subjetiva

La experiencia subjetiva es entendida como la consolidación de “nociones, actitudes, sentimientos, percepciones y expectativas” (Kaliksztein, 2001, p. 90) producidas por una persona a partir de su presencia en distintas tramas sociales simultáneas, enmarcadas en las prácticas culturales sobre las que se organiza la vida social. La experiencia subjetiva integra lo histórico y lo actual de la vida y es continuamente maleable, dinámica y fluida, producto de aquellos procesos que otorgan significación gracias a otro significativo (González Rey, 2013). González Rey destaca la presencia de la imaginación y la fantasía como procesos inseparables de la configuración subjetiva simbólico-afectiva en la que se organiza la experiencia. Los eventos externos son percibidos y modificados a través de la experiencia subjetiva. Permite a la persona anticipar estados y expectativas respecto a su propia conducta, que definirán cómo se disponga a accionar (Benjamín, 1984; González Rey, 2013).

Bernard (2006) plantea que todos los vínculos humanos tienen un organizador común, que puede rastrearse a los estratos más profundos de una pareja, un pequeño grupo o familia, y se expresa en la ilusión grupal o el enamoramiento. Desde el psicoanálisis, Melanie Klein habla de la relación con el otro a través del concepto de relaciones objetales. Para Klein, los objetos son la consolidación de vivencias, sentimientos, ideas y representaciones mentales producto de la relación con el afuera, se ligan a las sensaciones y estados corporales y van dando forma al mundo interno, que siempre modifica los atributos del objeto (Abadi, 1997; Baranger, 1980; Calzada, 2009). Para Klein (1946), las relaciones objetales funcionan como modelos internos y latentes que

se utilizan para evaluar y categorizar las experiencias. Hacen referencia al factor subjetivo de la experiencia relacional con el entorno (Fernández-Manchón, 2007; Segal, 1965).

Calzada (2009) señala que la reminiscencia de la relación con objetos de quienes se depende para satisfacer las necesidades biológicas, de afecto, cuidado y seguridad influencia la manera de relacionarse con otras personas. El proceso de la internalización de las relaciones objetales comienza desde muy temprano en la vida del sujeto y está modulado por las experiencias reales que el actor tenga con su entorno. Si aquellas necesidades tempranas no se satisfacen, se dificulta el proceso de independencia y el establecimiento seguro de relaciones (Klein, 1946; Segal, 1965). Las situaciones de privación requieren de un modelo de conducta determinado ante el que se activan patrones aprendidos previamente (Segal, 1965; Winnicott, 1971).

Esto concuerda con lo hallado por Contreras y Velozo (2008) que investigaron las repercusiones en las relaciones objetales de madres de hijos con Síndrome de Down y por Gutiérrez (2014), que explora las relaciones objetales de mujeres no fértiles. Ambos señalan que experiencias de gratificación y frustración por parte de figuras significativas, desde el inicio de la vida, influyen en la función que cumplen los objetos relacionales en la experiencia actual. Sin embargo, cuando las experiencias de frustración no son excesivas, cumplen un rol importante en la búsqueda de adaptación al mundo exterior y el desarrollo del sentido de realidad. Sin la experiencia de conflicto, se dificulta el enriquecimiento de las características de personalidad y del fortalecimiento de la identidad. (Klein, 1957; Segal, 1965).

Las relaciones objetales se encuentran activas “funcionando de manera atemperada a lo largo de toda la vida” (Segal, 1965, p.40). Los modelos de conducta en los que influyen aparecen cuando el sujeto atraviesa experiencias relevantes en su realidad (Horner, 1991; Klein, 1957). Las dificultades para establecer el primer objeto de manera segura, se asocian a cambios significativos en el carácter de la persona, clasificables como deterioro (Fairbairn, 1952; Klein, 1957). Diversas investigaciones concluyen que la ausencia de objetos seguros internalizados se relaciona a conductas poco adaptativas (Esquivel y Gómez, 2011; Fernández-Manchón, 2007; Flint & Cediél, 2009).

Flint y Cediél (2009), describen a través de su investigación en un grupo de adolescentes de comportamiento antisocial cómo la sensación de privación, envidia, celos y comportamientos agresivos se relacionaba a figuras objetales inseguras y la correspondiente dificultad para desarrollar y utilizar recursos que permitan manejar la ansiedad e impulsividad. Esquivel y Gómez (2011), en un estudio de caso sobre un menor infractor por delito de violación, señalan que la carencia afectiva dificultó el desarrollo de confianza y de una vida emocional adecuada para este menor, que experimentaba un fuerte temor por el abandono y dificultad para actuar frente a la ansiedad que ello le generaba.

Las relaciones objetales desarrollan un papel importante en la vida emocional del adulto (Segal, 1965). Para la autora, la manera cómo el individuo se relaciona y los mecanismos que utiliza para afrontar estas situaciones se pueden apreciar en la formación de empatía, de ideales sociales y en el enamoramiento.

Para la psicología, es importante la comprensión de la experiencia personal del ser humano, y ésta es siempre una experiencia de relación (Sánchez, 2010). Una persona no puede desarrollarse de manera satisfactoria a menos que, en el proceso, se entreteja con otro (Cyrulnik, 2001; Winnicot, 1971) y en las últimas décadas, la virtualidad se ha convertido en un tercer actor que cruza los planos del “sí mismo” y el otro (Sánchez, 2010). Los parámetros de relación, que eran comunes hasta el momento, han ido variando para implementar las posibilidades de las nuevas tecnologías de comunicación dentro de sí (Mostafa, 2016). Como tal, la aparición de la virtualidad representaría la aparición de nuevas subjetividades que redefinen y moldean el comportamiento del sujeto (Sánchez, 2010; Turkle, 2011). La virtualidad, como práctica personal y colectiva, redefine las relaciones sociales y culturales; se hace camino en la subjetividad de la persona y, así, interviene también en el clima cultural de la época.

Aquellos en una relación romántica a larga distancia experimentan un vínculo particularmente importante inmersos en este espacio (Caldevilla, 2010; Dansie, 2012; Farrel, 2009). Es por ello, que se les considera una población relevante en la cual iniciar la investigación de estas nuevas subjetividades y la comprensión de la experiencia subjetiva que implica este tipo de vinculación. Así, el propósito de esta investigación es describir la experiencia subjetiva de la relación romántica a larga distancia de jóvenes de entre 20 y 25 años. Para ello, se plantean los siguientes objetivos específicos: Primero, describir el rol de los antecedentes relacionales con figuras significativas como los cuidadores primarios, hermanos y parejas románticas previas. Segundo, describir la perspectiva subjetiva de cada participante sobre la relación a partir de su idea sobre sí mismos construida en relación a la imagen de sus pares y, de esta manera, comprender las proyecciones a futuro construidas para la relación. Tercero, describir las experiencias surgidas a partir de la separación del cuerpo físico y su afectación en la intimidad. Cuarto, describir los conflictos interpersonales e intrapersonales surgidos a partir de la experiencia, así como los acuerdos aplicados para afrontarlos.

Método

Esta investigación hace uso de la metodología cualitativa y un diseño fenomenológico hermenéutico. Se recurrió al estudio de casos múltiples simple de tipo descriptivo a través del carácter constructivo-interpretativo propuesto por González Rey (2007). La técnica de recojo de información fueron los sistemas conversacionales de González Rey, que permiten la expresión íntegra de zonas de sentido subjetivo, organizadas en el curso de la expresión del sujeto. González Rey describe la técnica como muy similar a las entrevistas a profundidad, estrategia aplicada por otros investigadores (Arditti y Kauffman, 2004; Farrell, 2009) con participantes y temática similares a los de este estudio. Se opta por los sistemas conversacionales para mantener la coherencia interna y el diseño metodológico dentro de una misma propuesta.

Para producir una dinámica conversacional, se empleó una guía semiestructurada. Esta fue revisada por dos expertos de psicoanálisis relacional y uno de sexualidad y, posteriormente, fue probada en un piloto de dos sesiones. Luego, se modificó lo necesario en la guía para evitar pasar por alto información importante. Una vez hecha esta modificación, fue revisada, nuevamente por los expertos. La conversación se inició con el siguiente enunciado: “¿Qué me contarías sobre tu relación de pareja?”

Participantes

Los participantes de la investigación fueron 3 jóvenes universitarios que mantenían una RRLD y a quienes se les atribuye los seudónimos de Fiorella, Fabricio y Gabriel para proteger su privacidad. Durante la investigación, Fiorella tenía 22 años y Abraham, su pareja, 25 años. Fabricio tenía 23 años y Samantha, su pareja, 22 años. Y Gabriel tenía 24 años y Mariella, su pareja, 21 años. Los tres participantes residían en Lima Metropolitana al momento de la investigación.

Se requirió que las parejas cumplieran con un lapso mínimo de seis meses de relación romántica geográficamente cercana y seis meses de RRLD. Este periodo de tiempo se basa en las investigaciones de Arditti y Kauffman (2004) y Farrell (2009) y busca que los participantes hayan podido desarrollar sentimientos de compromiso e interdependencia de manera estable con su pareja, tanto en la cercanía física como en la distancia geográfica. La larga distancia, en esta investigación, se define a partir de la migración del par romántico a un país diferente a donde se encuentra el participante del estudio, en conformidad con la dificultad para encontrar físicamente a la pareja romántica de manera inmediata, característica de las RRLD (Waterman et al., 2017). Los participantes debían de contar con los recursos para comunicarse con su pareja a través de medios virtuales.

La investigación se realizó solo con un miembro de la pareja en línea con lo planteando por investigadores como Arditti y Kauffman (2004) y Farrell (2009), quienes señalan que es frecuente el estudio de un solo integrante de la díada para el aprendizaje de la relación. Esto también se alinea con que uno de los objetivos de la investigación es profundizar en la experiencia subjetiva de los participantes.

Los participantes fueron contactados haciendo uso de un muestreo por conveniencia, los casos fueron seleccionados debido a que cumplen con determinados criterios de importancia y su disponibilidad (Palinkas, Horwitz, Green, Wisdom, Duan & Hoagwood, 2013).

Análisis de la información

El análisis inició con la transcripción de las entrevistas. Se realizó un análisis temático de carácter inductivo que recoge contenidos latentes sobre el fenómeno estudiado, debido a que se buscó generar descripciones e interpretaciones a partir de los datos recogidos (Braun y Clarke, 2006). Este tipo de análisis es además compatible con constructos psicoanalíticos (Hollway y Jefferson, 2000). Como propone Gonzales Rey (2007), en el análisis de las transcripciones se consideraron relevantes aquellos trechos en los que el participante se expresó con mayor emocionalidad o según el momento de la conversación en la que la información aparece. Se buscó una característica en común entre los trechos de información y luego estos fueron agrupados en categorías que dieron sentido a los mismos.

Criterios de validez

La investigación se enmarca en un contexto donde un mayor conocimiento sobre la experiencia personal de este tipo de vínculo resulta importante debido a los cambios propiciados por la evolución de las tecnologías de la comunicación y la importancia de

la subjetividad en las relaciones sociales (Dargie et al., 2013; Farrell, 2009). Esto busca garantizar la relevancia del estudio (Calderón, 2002).

Para garantizar la adecuación epistemológica, la metodología de investigación elegida, el diseño, las técnicas y el análisis empleado son coherentes entre sí y han demostrado ser útiles para alcanzar los objetivos de este estudio (Calderón, 2002; Arditti & Kauffman, 2004; González Rey, 2007).

La validez de la investigación (Calderón, 2002) se garantiza a través de la verificación de expertos en la materia de las técnicas e instrumento utilizados en la investigación. Se utiliza, además, un diseño considerado como pertinente para el estudio a profundidad de este problema (Arditti & Kauffman, 2004; González Rey, 2007). De igual manera, el acompañamiento de un experto durante el proceso de investigación permitió mayor rigurosidad al momento del análisis de la información. La validez del estudio se ve reforzada por la transferibilidad en la propuesta metodológica que contribuye a un mayor conocimiento del fenómeno y establece pautas para futuras investigaciones sobre el tema (Calderón, 2002).

La reflexividad (Calderón, 2002) es garantizada a través del reconocimiento que realiza el investigador de su influencia y la de su formación, así como de sus perspectivas previas al abordaje del estudio. El investigador reconoció que su presencia afecta el discurso de los participantes, por ello, se realizaron dos sesiones para la conversación con ellos; lo que fortalece el vínculo entre participante e investigador y permite una mayor profundización para la exploración de la subjetividad del primero (González Rey, 2007).

La validez y reflexividad se fortalecen a través del análisis de transcripciones textuales y la supervisión de un experto, lo que permite acercarse a la comprensión de la subjetividad de los participantes (Calderón, 2002).

RESULTADOS

Las categorías que se formaron a partir del discurso de los participantes fueron: 1) “El lugar de la experiencia”, que abarca las vivencias relacionales en función al historial relacional con figuras significativas de los participantes. Para ello se describen experiencias en su 1.1) núcleo familiar y 1.2) con pares románticos. 2) “Nuestra relación” que describe la dinámica de factores que configuran la relación romántica 2.1) “La sensación del sí mismo en el nosotros”, que recoge la imagen propia sobre sí mismo en relación a la figura interna del otro significativo 2.2) “Aspiraciones e intenciones”, que señala los objetivos personales a futuro y el papel que juegan en la relación romántica actual. 3) “El lugar del cuerpo”, que cubre las experiencias surgidas en relación al cuerpo y las situaciones que lo involucran 3.1) “Intimidad compartida” que recoge la experiencia de la mediación de la virtualidad en aspectos como la comunicación y la sexualidad en relación a la RRLD. 4) “Desencuentros”, abarca los conflictos inter e intrapersonales que surgen en este tipo de relación y 4.1) “Recursos que sostienen”, que señala aquellos mecanismos desarrollados por los participantes

para hacer frente a los desencuentros. La figura 1 representa la relación entre las categorías que emergieron del análisis del discurso de los participantes.

Figura 1.

Relación entre las categorías emergentes del análisis.

Los participantes mostraron la relevancia que su experiencia relacional, familiar y romántica, tiene en la experiencia con sus parejas románticas actuales. Las vivencias del pasado afectan cada uno de los aspectos actuales y las actitudes de los participantes. La relación romántica actual se vinculaba a la representación de sí mismos, su pareja, las aspiraciones que tienen respecto a esta relación y aspectos de la interacción adoptados en relación la separación geográfica. Respecto a la separación física, los participantes hablan sobre el lugar de la corporalidad en la relación, mediada por los reencuentros; las separaciones, físicas y emocionales; y la vida sexual. Los desencuentros refieren a las dificultades referidas por los participantes en la relación, a los que hacen frente con diferentes recursos que buscan sostener el vínculo. La experiencia relacional pasada y la relación romántica actual mantienen una relación recíproca de modulación, donde ambas afectan el entendimiento y las actitudes que caracterizan a la otra.

Producto del análisis individual de los casos, se llegó a una lectura integrada de ellos, teniendo presentes las zonas de sentido encontradas en la investigación. El objetivo del estudio fue describir la experiencia subjetiva de personas que mantienen una relación romántica a larga distancia. Los tres participantes ofrecen su experiencia desde un historial relacional particular y distinto entre ellos.

En el caso de Fabricio, tiene que enfrentar el divorcio de sus padres en un proceso que inicia cuando tiene tres años y culmina legalmente cuando tiene once años. Sin embargo, mientras el proceso transcurre, la familia no se separa, sino que continúa viviendo junta por un periodo de tiempo; no tiene experiencias románticas previas a su relación actual con Samanta. A lo largo de su vida, especialmente durante su

adolescencia, le resultaba complicado establecer vínculos amicales con los demás. En la actualidad, prefiere pasar su tiempo por sí mismo.

Fiorella se separa de sus padres para viajar a Lima a los dieciséis años, por orden de ellos, temerosos de que sus métodos de crianza la hayan privado de miradas necesarias para el desarrollo de su autonomía. Esta separación resultó muy difícil a nivel emocional para ella. Tiene experiencias románticas geográficamente cercanas y a la distancia antes de su relación actual con Abraham. Fiorella considera que producto de estas experiencias románticas previas conoce aquello que le disgusta y que necesita para un mejor funcionamiento de sus relaciones. Agrega que mantiene amistades cercanas con quienes comparte continuamente.

Gabriel, por su parte, vive el divorcio de sus padres y la salida de su madre del hogar familiar a los veintidós años, luego de años de convivencia con un marido que, según Gabriel, no la valoraba. Tiene relaciones románticas, solo geográficamente cercanas, previas a su relación actual con Mariella. Considera que sus relaciones amicales son importantes emocionalmente para él, debido a que brindan el sostenimiento y la posibilidad de compartir intereses distintos a los que comparte con Mariella.

Estas experiencias representarán un punto de vista único para la investigación, y modulan la actitud de los participantes en la relación romántica que mantienen en la actualidad. Si bien, debido a la naturaleza del estudio realizado, no es un objetivo realizar generalizaciones sobre lo recogido, el siguiente apartado tiene como finalidad señalar similitudes y diferencias importantes para los objetivos de la misma.

El lugar de la experiencia

Se encontró que diversas experiencias relacionales pasadas, familiares y románticas, de los participantes, modulaban la experiencia subjetiva de su actual relación romántica. La relación romántica a larga distancia es un evento relevante en la vida de los participantes. Como tal, implica la activación de aquellos modelos internalizados producto de la relación con figuras significativas previas (Klein, 1957; Horner, 1991).

Fabrizio alberga el recuerdo vívido de las emociones producto de los conflictos familiares que ocurren desde muy temprano en su vida. La experiencia de la separación parental poco definida y que se alarga en el tiempo, es asociada por él a la experiencia de sentimientos de confusión y malestar que afectaban la imagen que formó de su RRLD y de Samanta. En el caso de Fiorella, la dolorosa separación entre ella y sus padres, así como experiencias románticas previas en las que sufrió de agresiones físicas y psicológicas, son relacionadas a su experiencia actual, expectativas y deseos respecto a su RRLD y Abraham. Gabriel trae a su discurso, constantemente, las razones que llevaron a su madre a separarse de su padre y las aplica en su relación actual, evaluándola desde una perspectiva muy similar.

Un hallazgo importante para el estudio refleja que mientras más temprana es la ocurrencia de necesidades no satisfechas, en los participantes, y menor la cantidad de experiencias relacionales pasadas; son más profundos sus efectos y los participantes disponen de recursos psíquicos menos efectivos al experimentar la RRLD y afrontar las dificultades que puedan aparecer.

Fabricio experimenta disfunciones familiares desde los tres años; esta se renueva con cada nueva ocurrencia a lo largo de su vida. Su relato da cuenta de cómo las huellas generadas a partir de ello generan dificultades en otros aspectos en su desarrollo. Durante su adolescencia, sus dificultades para confiar en otros y desarrollar vínculos sociales se agravan. Aparecen sentimientos de desconfianza y desconexión que le dificultan establecer relaciones cercanas. Fabricio no reconoce la influencia de aquellos eventos de manera manifiesta. Incluso su discurso deja claro que es algo que intenta evitar.

Los otros participantes sí realizan vínculos, de manera manifiesta, las experiencias relacionales del pasado y su actual relación romántica. Aún así, aspectos relacionados al núcleo familiar y los cuidadores queda en segundo plano y son más fáciles de reconocer aquellas conexiones con las relaciones amicales y románticas previas. Ello representa una mayor posibilidad de aplicar recursos psíquicos más efectivos para el sostenimiento de la RRLD. Esto se asocia a que, tanto Gabriel como Fiorella, experimentan aquellas situaciones disruptivas en etapas más avanzadas de su desarrollo. Fiorella enfrenta la separación con sus padres en medio de la adolescencia para llegar a vivir sola a Lima. Gabriel, hace frente al divorcio de sus padres en la segunda década de su vida. La posibilidad de enfrentar estos sucesos con un mecanismo psíquico más desarrollado representa un factor de protección para su entendimiento y resolución. Como señalan Esquivel y Gómez (2011), es la dificultad en internalizar figuras de cuidado y confianza lo que acrecienta la tendencia a sentimientos de vacío, ansiedad y desprotección.

Todos los participantes refieren haber atravesado experiencias de malestar en sus relaciones familiares, sociales o románticas previas y actuales. Estas se albergan a manera de recuerdo y de expectativa en sus actuales relaciones y emergen ante la incertidumbre con el propósito de completar aquel espacio vacío creado por ella y resolver la angustia. Como señalan Marcelli y De Ajuriaguerra (2007), el entendimiento de lo que sucede fuera se realiza en función de la problemática interna de la persona. El entendimiento del otro es guiado a partir de aquello propio del participante que se hace presente.

Los participantes traducen las expectativas producto de aquellas experiencias particulares, significativas y tempranas en sentimientos de cautela y preocupación. Expresan el anhelo de que su pareja romántica adopte determinadas actitudes con ellos, como las de cuidado y protección de la integridad física y psicológica. Esto es relevante para la investigación. La extensión de esta demanda adopta diferentes expresiones en cada uno de los participantes. Mientras mayor fue la antelación e intensidad con la que acontecieron situaciones vividas como abandono, mayor fue, también, la intensidad de la búsqueda de estas características en la pareja. La idealización también servía para percibir a la pareja como poseedor de esas características. Incluso en situaciones donde el efecto implicaba una fuerte distorsión de la realidad como cuando Fabricio relata que no necesitaba tomar medicamentos cuando estaba al lado de Samanta. En la misma línea, la relación de Fiorella permite apreciar que aquella pareja que se esfuerza en reconocer al otro tal como es, en aceptar y trabajar en la reciprocidad y autonomía de ambos es capaz de encontrar más y mejores herramientas para hacer frente a la separación geográfica. Una fuerte idealización se relacionaba con el acento en la necesidad de control y la sensación de fragilidad ante la incertidumbre.

Cuando los participantes reciben la noticia de que su pareja se irá de viaje, deciden formalizar oficialmente la relación. Es posible preguntarse si la aceptación de una RRLD se asocia a la percepción altamente positiva e irremplazable de la relación, y la pareja, como señalan Arditti y Kauffman (2004); o si, dados los antecedentes relacionales de los participantes, la aceptación de la condición de separación geográfica tiene que ver con la repetición de patrones vinculares aprendidos previamente que los llevan a preferir la relación de pareja con la distancia geográfica como manera de protegerse ante lo amenazador del contacto “real”.

Es probable que ambos motivos sean igual de válidos con ponderaciones diferentes dependiendo de cada caso. Carvajal (1993) señala que las dudas que asaltan al individuo de manera frecuente son un remanente de aquello que no se ha resuelto previamente. El reencuentro físico y así, las distancias y ausencias, reciben valoraciones distintas en la experiencia de cada uno de los participantes, moduladas a través de las experiencias previas y las necesidades producidas por ellas.

Nuestra relación

La sensación del sí mismo en el nosotros

La imagen formada sobre sí mismo y el interjuego con la imagen formada en relación al otro fue relevante para los participantes al momento de describir su experiencia subjetiva de la RRLD. Los participantes explican la imagen sobre sí mismos a partir de la imagen que tienen del otro y de la relación que comparten entre sí. Para Sánchez (2010), la identidad se implica constantemente con un sentido relacional, de alteridad. A través de su discurso, los participantes de la investigación, construyen la imagen de sí mismos en relación a lo percibido a través de la mirada del otro.

En el caso de Fabricio, características de su identidad que se relacionan a los sentimientos depresivos y de ansiedad que expresa como tales, se contraponen a características de Samanta. Samanta es vista a través de una personalidad activa, motivadora y su habilidad para generar confianza. La similitud de intereses entre ambos es una razón fundamental del interés de Fabricio por ella. Esta manera de percibir a Samanta permitía que, al estar con ella, Fabricio sienta que puede enfrentar las tareas comunes y disminuye su percepción de amenazas externas e internas.

Fiorella encuentra un buen lugar para depositar las emociones que la inundan con frecuencia y que fueron invalidadas en el pasado en la calidez, soporte y aceptación de Abraham. Ella siente que él puede atender sus requerimientos de protección y constancia relacional. Estas necesidades se entienden como fruto de la época en la que se separa de sus padres y atraviesa por relacionales románticas poco adaptativas.

Gabriel ve en Mariella alguien en la posición de valorizar, constantemente, aquello que él puede hacer por ella. Para él, Mariella determina el aprecio del que él es merecedor con sus acciones. Ese cuestionamiento interno, recuerda a aquel que él veía atravesar a sus padres y que finaliza en su divorcio. Cada uno de los participantes identifica determinadas características en sus parejas románticas en función a aspectos relevantes de su historia personal, entendiéndolos a partir de su, siempre presente, conflictiva interna.

Las experiencias significativas recogidas a lo largo de la vida forman parte de la subjetividad (Bernard, 2006) y moldean las actitudes en las relaciones posteriores (Segal, 1965). Fiorella y Gabriel enlazaron, de manera explícita, la imagen interna sobre sí mismos con vivencias importantes relacionadas al ámbito familiar. Todos los participantes realizan estas conexiones de manera latente. Describen ciertos aspectos de sí como resultado directo de una crianza particular o el deseo de alejarse de ese tipo de comportamientos intentando adoptar los opuestos.

A pesar de tener el objetivo manifiesto de detener la réplica de ciertos comportamientos considerados negativos, los participantes tendían a repetir estos patrones internalizados, adaptados a la realidad particular en la que vivían. Fabricio, por ejemplo, considera negativo el estilo de afrontamiento de dificultades que aplicaban sus padres. Ellos preferían retraerse para evitar discutir el problema. Con Samanta, ante las dificultades, prefieren desconectarse y evitar mensajes y llamadas por tres días, en promedio, con la esperanza de que el otro se calme. Gabriel encuentra en la relación con Mariella, una forma de conocer y reafirmar su valía, mientras progresa laboral y educativamente. Gabriel ha enfrentado continuamente el sentirse desvalorizado por ella, que puede llegar a ignorarlo o serle relacionado íntimamente con una tercera persona. Fiorella intenta ser una madre joven para evitar el desgano y desconexión que percibía cuando era niña y quería jugar con sus padres; sin embargo, parece no atender al conjunto de dificultades que podría implicar la maternidad que no están relacionadas con la edad, necesariamente.

Esto representa otro hallazgo significativo para el estudio. Cada participante llega a repetir patrones relacionales internalizados. Lo hacen de una manera particular que deviene de aquellas experiencias únicas, y la reflexión, también única, de su historia personal. Esta se contextualiza en la experiencia actual, oportunidades, exigencias y mecanismos de la sociedad contemporánea.

Una de las dificultades que enfrentaron los participantes, al experimentar su relación a través del prisma personal, es perder de vista al otro como un sujeto en sí. Esto los podía conducir a crear interacciones y espacios conjuntos donde no se permitía ingresar a la pareja como sujeto. Gabriel y Fabricio, manifestaban una mayor dificultad para conectar con su pareja romántica entendiéndola como un sujeto particular, con aspectos positivos y negativos que se podían hacer presentes al mismo tiempo. Por ello, intentaban evitar espacios que expusieran deficiencias de la relación. Gabriel, por ejemplo, evita las videollamadas, por temor a quedarse sin temas de conversación o inmiscuirse en espacios privados de Mariella y generar malestar en ella. Se mantiene una “ilusión de compañía” (Weiten et al., 2018) donde la calidad de la interacción decae con el tiempo. La capacidad subjetivante del otro (Vásquez y Fernández, 2016) lo puede tornar amenazante, intrusivo y exigente. Fiorella, en contraste, se halla en el trabajo de conocer a Abraham como una persona capaz de albergar aspectos positivos y negativos, más importante aún, de integrar estos aspectos en una sola entidad con la que interactuar en la relación. Las características personales, el historial relacional previo y los recursos desarrollados permitían tolerar, o no, estos aspectos de la relación con el otro.

Aspiraciones e intenciones

Diversos investigadores (Blair, 2017; Dansie, 2012; Dubois et al., 2016; Weiten et al., 2018) manifiestan que los objetivos ocupacionales y educativos de la época son causa principal de la prevalencia de las relaciones románticas a larga distancia. En el caso de los participantes, los objetivos educativos y profesionales se ligan cercanamente a las aspiraciones e intenciones para su relación romántica actual y son parte importante de los motivos que tienen para mantener una RRLD. Los factores personales afectan otros aspectos de la vida de los participantes que se relacionan directamente con la experiencia de la relación, como el país donde se desarrollará la profesión, en el caso de los tres; u oportunidades de estudio en otros lugares, en el caso de las parejas de Fabricio y Gabriel.

Las aspiraciones e intenciones de los participantes se establecieron en relación de las experiencias sociales y familiares pasadas. El sentido de identidad resultó importante en su formación. Así, también, resulta relevante la imagen que se haya formado de la pareja. De esta manera, los objetivos personales de cada participante intervenían en la relación romántica de una manera particular. En el caso de Fiorella, lo profesional sirve para planificar activamente alrededor de la relación en búsqueda de un futuro conjunto. Para Gabriel, es una razón para dilatar el reencuentro permanente y una proyección hacia una relación más íntima. En el caso de Fabricio son factores casi mágicos para el devenir de su relación romántica, en los que él prefiere alejarse de la participación activa.

Los tres participantes manifiestan lo importante que les resulta la posibilidad de cumplir con estos objetivos educativos y profesionales mientras se encuentran en una relación romántica y experimentan lo que perciben como intimidad, cuidado e interés por el otro. Para los participantes, se puede intentar desarrollar tareas necesarias para el tránsito hacia la adultez, como el encuentro de una pareja íntima, el desarrollo de una vocación, la separación de los padres (Birraux, 2005; Quiroga, 2004), a través de las herramientas virtuales que ofrece la sociedad moderna.

El lugar del cuerpo

Los participantes expresaron diferentes perspectivas respecto a lo que representa la presencia y ausencia física de la pareja romántica. En el caso de Gabriel y Fabricio, la presencia del otro podía resultar amenazante y un obstáculo para el ejercicio de su individualidad, por lo que optan por un acercamiento más seguro a través de la virtualidad. Gabriel evita las videollamadas y prefiere el contacto a través de textos. Esto representa un tipo de interacción más controlada respecto a la expresión y la participación. En el caso de ambos, las separaciones geográficas menoscababan la relación, pues implicaban el deterioro, lento pero progresivo, de sentimientos positivos hacia la pareja, como la confianza. Un posterior reencuentro expondría nuevamente aquellas dificultades, internas o externas, que no se tramitaron. En el caso de Fabricio es una preocupación constante que Samanta obtenga una beca para estudiar en un país asiático; sin embargo, esto no se discute entre ambos. Fiorella, por su parte, relata una relación romántica donde la presencia del otro es significativa y factor de alteridad en la interacción. Ello permitía el crecimiento a través del reconocimiento de aspectos positivos y negativos, en cada uno y en la díada; y del apoyo mutuo que generaban de ello.

Rodríguez (2015) y Turkle (2011) señalan que el entendimiento del cuerpo de manera fragmentada tiene un peso importante al momento de relacionarse de manera virtual. Es el cuerpo el que permite el ingreso al mundo social (Rodríguez, 2015), su rol en el encuentro con el otro señala su importancia en la construcción de la propia identidad y el entendimiento de las propias emociones y experiencias personales (Sánchez, 2010).

Un hallazgo importante del estudio es el rol, particular entre cada participante, que juega la ausencia de un cuerpo físico con el cuál relacionarse. Esto puede representar una dificultad grave si se agrupa con dificultades previas en la experiencia relacional o un factor de desarrollo si se cuenta con experiencias que enriquezcan y favorezcan la comprensión de la situación.

En el caso de Fabricio, la remoción del cuerpo físico, en adición a las dificultades relacionales y personales que lo acompañaban, permite entender sus dificultades para experimentar emociones esperadas por él ante las separaciones o juzgar el afecto por su pareja. Dificultades que, en el caso de Gabriel y Fiorella, encuentran una expresión menos conflictiva y menos amenazante para ellos.

Fiorella manifiesta la importancia de la experiencia personal en el manejo de los sentimientos de incertidumbre y suspicacia que pueden aparecer al separarse físicamente de la pareja. En su relación, el estar separados no implica desconocer u olvidar a la pareja. Cada reencuentro es parte de un continuo donde la presencia del otro se mantiene constante. Sin embargo, esto no ocurre sin esfuerzo, requiere la presencia virtual frecuente y constante de la pareja y las demostraciones de afecto que ella demanda. La posibilidad de transitar más natural y libremente de un espacio a otro surgió de la experiencia de haberlo hecho previamente y de los recursos que la pareja aplica para ello. Como señalan Gómez y Antonietti (2018) la experiencia relacional previa permite integrar las experiencias propias del espacio virtual a la vida real.

Intimidad compartida

Fabricio y Fiorella distinguen, con claridad, variaciones en la comunicación que mantienen con sus parejas. Ambos proponen estadios diferentes que cambiaban según la profundidad y energías invertidas en lo comunicado.

Fabricio habla de una comunicación de amigos, y otra más seria, “de enamorados”, donde ambas transcurren en la actualidad y alternan dependiendo de los temas hablados y recursos utilizados. Aquellos tópicos relacionados a la relación, su progreso, o cambios inminentes requerían más energía y contacto más similar al cara a cara posible, por lo que se recurrían a las videollamadas.

Fiorella refiere a un diálogo de “liberanza de amor”, que refiere al coqueteo, conversaciones diarias comunes y con afán de superar el aburrimiento, y otra de ideales a futuro, relacionada con los objetivos de la pareja, sus perspectivas a futuro e intercambios diarios donde la emocionalidad y el compromiso están ampliamente implicados. La “liberanza” precede a los ideales, que representan mayor seriedad para el futuro de la relación.

A pesar de que Gabriel no distingue entre dos aspectos de la comunicación con su pareja, sí refiere a los momentos en los que comparten cercanamente, con afectos en juego, y aquellos en los que él mismo prefiere alejarse y “darle espacio” a Mariella. Para todos los participantes, aquellos aspectos más involucrados con las emociones son aquellos que requerían más energía, mientras que las interacciones relativas al día a día se realizan más ligeramente.

Esto se relaciona con lo propuesto por diversos investigadores (Dansie, 2012; Dargie et al., 2013; Weiten et al., 2018) en relación a la aplicación de herramientas como videollamadas y otras técnicas que resulten en conocimiento refinado del receptor. La búsqueda de información adicional que permita comprender a la pareja y el involucramiento afectivo inherente a la discusión de aspectos significativos de la relación es lo que perciben como el aumento de energía invertida.

Los momentos en los que la comunicación transcurre de manera amical y rutinaria, no resultaban menos importantes para Fabricio, que encontraba en ellos parte de la interacción social que no podía realizar en su día a día. La relación de Fabricio tiene el objetivo de sostener, también, este aspecto. Fabricio visibiliza este aspecto en su caso cuando menciona lo siguiente que la finalidad de interactuar con Samanta no es intercambiar información específica de un tema, sino un accesorio para tener presente a alguien más con quien comunicarse.

Los motivos, energías invertidas y temas de conversación variaban de acuerdo a lo que resultaba valioso para cada participante en la relación. Algunas relaciones pueden tender a la superficialidad (Knapp y Vangelisti, 2009) si no se permite que el otro ingrese al espacio íntimo propio. Esto puede ocurrir por temores presentes en la relación con el otro. El concepto de “ilusión de compañía” (Weiten et al., 2018) creada a través de la comunicación virtual, es útil debido a que la presencia virtual de la otra persona puede calmar ciertas ansiedades sin ser sustancial ni beneficiosa para la relación.

Gabriel relata momentos en los que conversar con Mariella le causa malestar, ya que se siente presionado por encontrar temas de conversación, o las videollamadas se evitan, ya que Mariella no se siente cómoda dejando que Gabriel la vea sin haberse arreglado. Fabricio recalca la ausencia de interacción durante los momentos de conflicto o de dudas. Ambos exponen las dificultades propias para alcanzar niveles de intimidad y sustancialidad requeridos por el amor maduro que propone Kernberg (2011), lo que se asocia a la presencia de otras dificultades en la experiencia de la relación.

La sexualidad se vive de maneras distintas por cada participante. Fiorella es la única participante que manifiesta de manera espontánea y abierta realizar sexting, el intercambio de mensajes y fotos que recrean una situación sexual, con Abraham. Fabricio refiere una vivencia más mental y personal de su sexualidad, busca la expresión de esta, principalmente, a través de actividades físicas, paseos, interacciones que simulan convivencia y el cuidado provisto de Samanta hacia él. Cuando Gabriel habla de encuentros sexuales, dirige su discurso a las infidelidades ocurridas por parte de ambos durante la relación. Asocia estos eventos a la frustración natural producto de la separación física que representa una limitante a la expresión de este deseo.

Para Gabriel y Fabricio, el encuentro con posibles parejas sexuales debe de ser evitado por los miembros de la pareja, ya que ello se asocia a la aparición de suspicacia y sentimientos de cautela. Ello se asocia a las experiencias pasadas de cada uno de ellos. La falta de un cuerpo físico resultaba decepcionante para los tres; sin embargo, las herramientas aplicables variaban según los niveles de intimidad y confianza construidos por la pareja en función de las experiencias previas.

La interacción virtual facilitaba la expresión de aspectos relacionados a la sexualidad de los participantes. Al mismo tiempo, posibilitaba aplicar un repertorio más amplio del que podrían aplicar estando físicamente presentes. La posibilidad de contar con recursos externos, así como de editar y controlar la manera de presentarse facilitaba el intercambio. Todos los participantes refieren el uso de fotos, videos, páginas de internet y otros recursos virtuales para la comunicación. Sin embargo, surge la cuestión respecto al nivel de significatividad que estos tendrían y si se equipara a lo que podrían desarrollar en la cercanía física.

Para los tres participantes, la sexualidad en la relación romántica a larga distancia ha requerido la derivación de ciertos aspectos hacia otras formas de expresión. La inclusión de terceros representaba un factor positivo en la relación si estos son representantes del afecto de la pareja y son utilizados como un recurso que favorezca la intimidad y la unión de la pareja. Como en el caso de Fiorella y Abraham, donde hermanos y amigos en común representaban a la pareja lejana en citas, salidas y entregas de regalos por pedido del otro. Los terceros representaban una amenaza cuando refieren a la infidelidad, la desconfianza y la superficialidad (Knapp y Vangelisti, 2009) de la relación, como en el caso de Gabriel y Fabricio.

Desencuentros

Las RRLD enfrentan diferentes situaciones particulares que pueden generar desencuentros entre los miembros (Blair, 2017). Los tres participantes refieren diversos desencuentros íntimamente conectados al factor subjetivo. Estos se desencadenan a partir de una dificultad objetiva: la distancia geográfica. En línea con lo planteado por Dargie et al. (2013), Farrel (2009) y Arditti y Kauffman (2004), un hallazgo de relevancia en este estudio es que la incertidumbre resultaba la principal restricción subjetiva a la que se enfrentaron los participantes de la investigación. La incertidumbre, en los participantes, daba lugar a fantasías basadas en experiencias relacionales previas. Los vacíos en la experiencia son satisfechos con las cuestiones internas de los participantes.

Fabricio construye una relación donde conflictos se evitan mientras ambos integrantes jueguen sus roles adecuadamente. La distancia asegura un intercambio controlado y durante la cercanía geográfica las discusiones quedan fuera de lugar debido a que el tiempo a pasar juntos debe ser llevadero. La incertidumbre se conecta directamente con creencias de desamparo y suspicacia latentes y profundas en su experiencia personal. Ello entorpece el identificar las fallas, y resolverlas, por lo amenazante que esto puede resultar.

Fiorella tiene mayor facilidad para identificar los desencuentros que atraviesa su relación con Abraham. La ausencia inesperada de la pareja, en los espacios y momentos comunes de interacción, es un factor principal de conflicto para ella. Otra

de las restricciones que experimenta Fiorella refiere a la tendencia, de Abraham, a ser poco frecuente con la intensidad en la forma cómo demuestra su afecto hacia ella. La posibilidad de saber que existen, así como su naturaleza, se asocia al factor experiencial y a la capacidad reflexiva que tiene.

Gabriel mantiene que las restricciones a las que se enfrentan él y Mariella tienen que ver con la realización del deseo sexual, lo que los termina por llevar a ser infieles en diversas ocasiones o querer distanciarse emocionalmente del otro, lo que implica dejar de comunicarse por meses. Este acto se vincula a la sensación de no ser valorado por Mariella, lo que le causa pesar. La conflictiva interna de Gabriel se impone a la relación. Ello dificulta una percepción clara de la problemática que no esté influenciada por ideas sobre sí mismo que requieren ser atendidas. Así, se generaban dificultades latentes que se hacían presentes en diferentes momentos de la relación.

Recursos que sostienen

La capacidad que manifestaban los participantes para identificar las situaciones problemáticas jugaba un rol importante en la manera cómo los desencuentros eran vividos. En el caso de Fiorella, cuando la falla era identificada, se podían implementar recursos más efectivos en su discusión y solución. En comparación, en el caso de Gabriel y Fabricio, las estrategias aplicadas llevaban a la indiferencia, alejamiento, distracción o encubrimiento respecto a la existencia de los desencuentros; lo que alargaba la resolución de las dificultades y estas eran vividas de manera más negativa.

Los recursos aplicados por Gabriel y Fabricio son descritos, en su mayoría, por investigaciones previas como la de Dargie et al. (2013) y Arditti y Kauffman, (2004). Las parejas podían redundar en intentos por ignorar los problemas o distraerse de ellos, recurrir a un tiempo sin comunicarse, salidas con amigos, incremento de actividades laborales o recordar eventos positivos previos de la relación. En el caso de Fiorella, se procuraba el diálogo y la expresión del problema, así como el establecimiento de límites y objetivos claros para la relación y la solución de desencuentros. La idea sobre sí mismo y las experiencias relacionales previas de los participantes tiene una relación directa con los recursos que cada uno aplicaba en el sostenimiento de la RRLD y su efectividad. Aquellos participantes con menores experiencias positivas o menor posibilidad de reflexionar respecto a sus experiencias tenían mayores dificultades para aplicar recursos que les fueran útiles a largo plazo.

En línea con lo propuesto por Krapf (2017) y Chien et al. (2016) las acciones conjuntas resultaban útiles para algunos participantes al momento de tomar conciencia sobre su pareja y para la búsqueda de un marcador objetivo que señale el avance de la relación. En el caso de Fabricio y Fiorella, se establecieron fondos mutuos de dinero en los que cada miembro de la pareja aportaba para la compra de pasajes y de un departamento, respectivamente.

Arditti y Kauffman (2004) explican la distorsión de la realidad como mecanismo útil para percibir a la pareja como especial o merecedor de un trato particular. Ello concuerda con lo encontrado en el caso de los tres participantes de esta investigación, que recurrían a diferentes niveles de idealización en búsqueda del sostenimiento de la relación. En este aspecto es importante diferenciar la intensidad con la que cada participante recurre a ello. Fabricio considera que la presencia de Samanta hace

desaparecer sus síntomas depresivos y deja de tomar su medicación cuando esta con ella. Su experiencia habla de un nivel mayor de idealización respecto a Fiorella, por ejemplo, que, si bien reconoce aspectos muy positivos en Abraham, atraviesa situaciones en las que la realidad confronta tales características, recurriendo al diálogo con él. O Gabriel, que reconoce rápidamente aspectos negativos de Mariella que representan una dificultad para la relación.

Se estima que la especialización de los recursos utilizados para el sostenimiento encuentra su base en las experiencias relacionales previas, y, aún más importante, en la capacidad para reflexionar respecto a ellas de cada participante y aplicar recursos útiles para la situación particular. En el caso de Fiorella, la posibilidad que tiene la pareja para poner en palabras las dificultades que atraviesa representa el acceso a un amor más maduro (Kernberg, 2011). Mientras que la rigidez en la aplicación de recursos menos elaborados como la distorsión de la realidad o las técnicas de distracción (Arditti & Kauffman, 2004), como en el caso de Gabriel y Fabricio, refleja mayores dificultades para una experiencia satisfactoria de la relación a larga distancia.

Conclusiones

La evolución de las herramientas virtuales para la interacción ha traído consigo el desarrollo de mecanismos que buscan facilitar el encuentro a pesar de una limitante tan real como la distancia geográfica. En este sentido, acompañan la naturaleza gregaria de la humanidad. Sin embargo, para los participantes del estudio, la experiencia de estos espacios está anudada a sus vivencias previas.

Los antecedentes relacionales con figuras significativas como los cuidadores primarios, hermanos y parejas románticas previas ocupan un rol integral en la experiencia subjetiva de las RRLD de los participantes. Es a partir de las características vinculares tempranas, con cuidadores y pares, que los participantes comprendían y vivían su relación romántica. Aquellos que experimentaron dificultades en los vínculos de manera más temprana, presentaban dificultades más profundas en sus RRLD. De igual manera, mientras menores fueron las oportunidades de experimentar vínculos interpersonales positivos durante la vida, que acompañaron o modularon las experiencias tempranas de algunos participantes, las dificultades relacionales permanecieron y resultaban más difíciles de identificar para sí mismos.

La idea particular de cada participante sobre su RRLD es un punto central alrededor de la que organizar la comprensión de sí mismos y las de sus parejas románticas. Estos factores forman una relación recíproca. La mirada de las parejas, de cada participante, permitía que ellos organicen y desarrollen una sensación propia de sí mismos. Esta adquiría connotaciones positivas y negativas. La prevalencia de una u otra dependía de la profundidad en la experiencia de dificultades relacionales previas y la imagen internalizada del otro. El otro es, al mismo tiempo, pensado y entendido por cada participante a partir de contenidos propios.

De esta forma, los proyectos, intenciones y aspiraciones que se formaban los participantes se modulaban a partir de estas experiencias intra e interpersonales y respondían a objetivos, educacionales, profesionales y relacionales, que cada uno de ellos había hecho propio. En todos los casos, la RRLD servía para la mantención del

contacto relacional con otro significativo mientras cada participante se desarrollaba profesional o educativamente.

La interacción virtual da lugar a nuevos esquemas para pensarse a uno mismo y al otro. La representación subjetiva de la corporalidad se tornó relevante en la experiencia de los participantes. La posibilidad de representarse a sí mismo a través de una cuantiosa cantidad de herramientas y técnicas provistas por la virtualidad incrementa la relevancia de la imagen subjetiva del cuerpo. En el caso de una participante, esta posibilidad ayudó en el trabajo de síntesis y resolución de una identidad propia a través del reconocimiento integral de aspectos positivos y negativos del sí mismo. Mientras que la coexistencia de múltiples aspectos del sí mismo, que se podían expresar al mismo tiempo, entorpecía el duelo de roles del pasado y la adquisición de una nueva imagen cohesionada de sí mismo en otros participantes.

El gran número de posibilidades y maneras para conectar con el otro entorpecía la elaboración de angustias ante el cambio y la frustración. Asimismo, la construcción de intimidad con la pareja romántica se obstaculizaba a partir de la disminución en la calidad de las interacciones. La calidad de las interacciones disminuía por la falta de indicadores no verbales en la comunicación, la tendencia a interpretar los mensajes del otro a partir de interpretaciones propias, y las dificultades en el establecimiento de experiencias previas, cara a cara, que sostengan el tiempo a la distancia.

La experiencia subjetiva de RRLD de los participantes involucraba un factor importante generador de conflictos internos e interpersonales. La incertidumbre fue común que se mantenía latente en los desencuentros de todos los participantes y se asociaba a la aparición de malestar emocional, discusiones y daños en la calidad de la relación. El nivel de amenaza percibido, por ellos, dependía de las experiencias previas que alimentaban estos aspectos internos y el nivel de elaboración que se había alcanzado respecto a estas. La incertidumbre, en los participantes, se intentó afrontar a través de la aplicación de aspectos internos en la comprensión de la situación. Otros recursos variaban desde la confrontación y discusión directa respecto a las dificultades, salir con amigos o incrementar actividades externas a la relación para fomentar la distracción, al dejar de hablar por varios días para retomar el contacto luego. La elección de cada participante dependía de su posibilidad para identificar aquello que fallaba y de los objetivos personales vinculados a la relación y la identidad de cada uno.

Limitaciones y líneas futuras de investigación

Una limitación de esta investigación se relaciona con la necesidad de un recojo más profundo de datos sobre la vida sexual genital de los participantes. Este fue un tópico sobre el cuál no se profundizó; sin embargo, el análisis posterior ha demostrado su importancia en la experiencia subjetiva de este tipo de relación a partir del significado del cuerpo y su participación en el desarrollo de la genitalidad vivido desde la virtualidad.

Será recomendable que posteriores investigaciones profundicen en la vida sexual de los participantes que mantienen una RRLD. El objetivo de ello será comprender mejor aquellos aspectos relacionados con las maneras de vivir y representar el encuentro

de intimidad sexual, su relevancia y los recursos que emplean para sostener la experiencia de la relación romántica a larga distancia.

Resultará conveniente que posteriores investigaciones, a partir de esta exploración, amplíen el número de participantes con la finalidad de incorporar más relatos que enriquezcan el conocimiento generado y se analicen estas narrativas desde ejes transversales. Será recomendable incluir participantes de diferentes grupos etarios, que pertenezcan a la comunidad LGTBIQ+ y de variados antecedentes socioculturales.

Otra recomendación refiere a la inclusión de la díada completa en el estudio; ello enriquecerá el entendimiento sobre la dinámica relacional a través de la virtualidad. La posibilidad del análisis sobre la perspectiva subjetiva de cada miembro, así como aquello único que surge en la relación romántica a partir de la presencia de ambos será valiosa para el entendimiento de la experiencia de la relación.

La presente investigación se desarrolló en un contexto y época propio donde la virtualidad enmarcaba la experiencia de las relaciones románticas a larga distancia con características particulares. Sin embargo, actualmente, el mundo atraviesa una crisis sanitaria masiva debido a la pandemia por COVID-19, situación que obliga a distanciarse socialmente de las personas con las que no se convive para evitar el contagio. La naturaleza relacional del ser humano ha encontrado al contacto virtual como un medio de mantener el vínculo entre las personas. De esta manera, el encuentro virtual sirve de herramienta de conexión entre parejas, familiares y trabajadores. En este contexto, es posible plantearse el posicionamiento de la virtualidad como medio de interacción, lo que traerá efectos en las nuevas subjetividades y patrones relacionales. De esta manera, el diseño metodológico de la presente investigación puede aplicarse a la situación de relacionarse a través de la virtualidad. Caracterizar cómo, en este contexto, las parejas experimentan subjetivamente su relación romántica a distancia teniendo en cuenta factores coyunturales propios de estas circunstancias, como la obligatoriedad del distanciamiento; nuevos factores estresores propios de la pandemia, entre ellos el miedo al contagio; así como duelos personales. Probablemente, la subjetividad del discurso de los participantes sobre la manera de vivir sus relaciones románticas estaría teñida por estos factores.

REFERENCIAS

- Abadi, S. (1997). Escuela inglesa. En: Belgrano (Ed.) *Desarrollos postfreudianos: escuelas y autores*. (pp.27-38). Buenos Aires: Belgrano.
- Arditti, J. & Kauffman, M. (2004). Staying close when apart. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, (3)1 27-51. doi: 10.1300/ J398v03n01_03
- Baranger, W. (1980). Validez del concepto de objeto en la obra de Melanie Klein. En W. Baranger et al. (Eds.), *Aportaciones al concepto de objeto en psicoanálisis*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Birraux, A. (2005). *Malestar adolescente en la cultura*. En M. Ulriksen (Ed.) *Pensar la adolescencia*. (pp. 51-72). Montevideo: Trilce.
- Blair, L. (2017, Julio 31). Long distance partners. *Daily Telegraph*. p. 18
- Benjamin, L. S. (1984). *Principles of prediction using structural analysis of social behavior*. En Zucker, R.; Arnoff, J.; & Rabin A. (Eds.), *Personality and the prediction of behavior* (pp. 121-174). New York: Academic Press.
- Bernard, M. (Julio del 2006). Vínculo y relación de objeto. *Psicoanálisis e intersubjetividad*. Obtenido de: <<http://www.intersubjetividad.com.ar/website/articulop.asp?id=158&idioma=&idd=1>>
- Braun, V. & Clarke, V. (2006) Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2). pp. 77-101. ISSN 1478-0887
- Calderón, C. (2002). Criterios de calidad en la investigación cualitativa en salud: apuntes para un debate necesario. *Revista Española de Salud Pública* 76(5)473-482.
- Caldevilla, D. (2010). Las redes sociales. Tipología, uso y consumo de las redes 2.0 en la sociedad digital actual. *Documentación de las Ciencias de la Información*, 33, 45-68.
- Calzada, J. (2009) *Revisión bibliográfica sobre los aportes realizados por Melanie Klein, W. Ronald D. Fairbairn y Donald Woods Winnicott a la teoría de las relaciones objetales*. Facultad de Psicología. Universidad de Buenos Aires. Buenos Aires, Argentina. Recuperado de: <http://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios_catedras/obligatorias/042_ttedm2c2/material/fichas/klein_fairbain_y_winnicot.pdf>
- Carvajal, G. (1993). *Adolecer: La aventura de una metamorfosis*. Santafé de Bogotá: Tiresias

- Chien, W.; Hassenzahl, M. & Welge, J. (2016). Sharin a robotic pet as a maintenance strategy for romantic couples in long-distance relationships. An autobiographical design exploration. *The Family Journal* 24(1) 5-14.
- Contreras, J. & Velozo, N. (2008) *Repercusión de las relaciones objetales de madres de niños portadores del síndrome de down en el proceso de estimulación temprana y cómo influyen estas en sus percepciones relativas a las necesidades educativas especiales y a su integración sociocultural* (Tesis de Grado) Universidad Academia de Humanismo Cristiano, Santiago.
- Cyrulnik, B. (2006). *Los patitos feos: La resiliencia, una infancia infeliz no determina la vida*. Barcelona: Gedisa.
- Data Reportal. (31 de enero 2019). *Digital 2019: global digital overview*. Recuperado de: <<https://datareportal.com/reports/digital-2019-peru> Digital 2019>
- Dargie, E.; Blair, K.; Goldfinger, C. & Pukall, C. (2013). Go Long! Predictors of positive relationship outcomes in long distance dating relationships. *Journal of sex & Marital Therapy*, 181-202. doi:10.1080/0092623X.2013.864367
- Dansie, L. (2012). *Long distance dating relationships among college students: the benefits and drawbacks of using technology*. (Tesis de Maestría) University of Missouri, Missouri.
- Du Bois, S.; Sher, T.; Grotkowski, K.; Aizenman, T.; Slesinger, N & Cohen, M. (2016). Going the distance: health in long-distance versus proximal relationships. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families* 24(1) 5-14.
- Esquivel, N., & Gómez, B. (2011). Relaciones Objetales en un adolescente menor infractor por delito de violación: Estudio de caso. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 14(3), 321-348.
- Fairbairn, W. (1952). *Psychoanalytic Study of Personality*. Londres: Routledge & Kegan Paul.
- Farrell, J. (2009) *Notions of distance: communication constraints in long distance dating relationships*. (Tesis de maestría) Universidad de Nevada, Las Vegas.
- Fernández-Machón, A. (2007). *Diferencias individuales en la calidad de las relaciones objetales y el proceso terapéutico: Estudio de las respuestas al Test de Rorschach*. Madrid: Universidad Autónoma de Madrid. Facultad de Psicología. Departamento de Psicología Biológica y de la Salud.
- Flint, M. & Cediell, V. (2009). *Agresividad, impulsividad y relaciones objetales en adolescentes con comportamiento antisocial*. (Tesis de grado) Universidad Central de Venezuela, Venezuela.
- Fox, J.; Osborn, J. & Warber, K. (2014) Relational dialectics and social networking sites: The role of facebook in romantic relationship escalation, maintenance, conflict, and dissolution. *Computers in Human Behavior* 35, 527-534

- Furman, W.; Brown, B. & Feiring, C. (Ed.s) (1999). *The development of romantic relationships in adolescence*. Cambridge: Cambridge University Press
- González Rey, F. (2007) *Investigación cualitativa y subjetividad: Los procesos de construcción de la información*. México D.F.: McGraw-hill
- González Rey, F. (2013). La subjetividad en una perspectiva cultural-histórica: avanzando sobre un legado inconcluso. *Revista CS*, 2, 19-42. doi:10.18046/recs.i11.1565
- Giro, J. (2007). *Adolescentes: Ocio y consumo de alcohol*. Madrid: Entinema.
- Gómez, A. & Antonietti, A. (2018). Cuerpo virtual-cuerpo real, en la virtualización de las organizaciones. *Anuario de investigaciones de la facultad de psicología*, 3(3), 580-598. ISSN:1853-0354
- Gutiérrez, L. (2014) *Una exploración sobre los estados mentales y las relaciones objetales de tres mujeres no fértiles*. (Tesis de Maestría) Pontificia Universidad Javeriana. Bogotá
- Hollway, W. & Jefferson, T. (2000). *Doing Qualitative Research Differently: A psychosocial approach*. England: SAGE.
- Horner, A. (1991). *Psychoanalytic Object Relations Therapy*. New Jersey: Jason Aronson.
- Kaliksztajn, B. (2001). La experiencia subjetiva de la enfermedad en pacientes con esquizofrenia. *Revista de Psicología de la PUCP*, 19(1), 89-115.
- Kernberg, O. (2011). Limitations to the capacity to love. *The International Journal of Psychoanalysis*, 92, 1501-1515.
- Klein, M. (1946). Notes on some schizoid mechanisms. *The International Journal of Psychoanalysis*, 27, 99-110.
- Klein, M. (1957). *Envidia y Gratitude*. Barcelona: Paidós.
- Knapp, M. & Vangelisti, A. (2009). *Interpersonal communication and human relationships* (Sexta ed.). Boston: Allyn & Bacon.
- Krapf, S. (2017). Moving in or breaking up? the role of distance in the development of romantic relationships. *European Journal of Population* 33 1-24.
- Le Breton, D. (2002). *Antropología del cuerpo y modernidad*. Buenos Aires: Nueva Visión
- Marcelli, D. & De Ajuriaguerra, J. (2007). *Manual de Psicopatología del niño*. Barcelona: Masson. Ed. 3

- Mostafa, A. (2016). *Instagram and relationships: an analysis using focus groups*. (Tesis de Maestría) University of the Pacific: California.
- Palinkas, L.; Horwitz, S.; Green, C.; Wisdom, J.; Duan, N. & Hoagwood, K. (2013). Purposeful sampling for qualitative data collection and analysis in mixed method implementation research. *Administration and Policy in Mental Health and Mental Health Services Research*. doi: 10.1007/s10488-013-0528-y
- Quiroga, S., (2004). *Adolescencia: del goce orgánico al hallazgo de objeto*. Buenos Aires: U.B.A.
- Rodríguez, N. (2015). *El Nuevo Ideal del Amor en Adolescentes Digitales: el control obsesivo dentro y fuera del mundo digital*. Barcelona: Desclee de Brouwer.
- Sánchez, J. (2010). Cuerpo y tecnología, la virtualidad como espacio de acción contemporánea. *Nueva Época* (62), 227-244.
- Segal, H. (1965). *Introducción a la obra de Melanie Klein*. Barcelona: Paidós.
- Turkle, S. (2011). *Alone together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other*. New York: Basic Books.
- Vásquez, C. & Fernández, J. (2016). Adolescencia y sociedad: construcción de la identidad en tiempos de inmediatez. *Psocial* 2(1), 38-55.
- Van Ouytsel, J.; Van Gool, E.; Walrave, M.; Ponnet, K. & Peeters, E. (2016). Exploring the role of social networking sites within adolescent romantic relationships and dating experiences. *Computers in Human Behavior* 55, 76-86.
- Walther, J. (1996). Computer mediated communication: Impersonal, interpersonal and hyperpersonal. *Communication Research* (3), 3-43.
- Waterman, E.; Wesche, R.; Leavitt, C.; Jones, D. & Lefkowitz, E. (2017). Long distance dating relationships, relationship dissolution, and college adjustment. *Emerging Adulthood* 5(4) 268-279. doi: 10.1177/2167696817704118
- Weiten, W.; Dunn, D. & Yost, E. (2018). *Psychology Applied to Modern Life: Adjustment in the 21st century* (Doceava Ed.). California: Wadsworth
- Winnicott, D. (1971). *Realidad y Juego* (Séptima ed.). Barcelona: Gedisa.