

# Relación entre habilidades sociales, satisfacción en la pareja e intimidad percibida en 110 adultos bonaerenses

Autorxs: Tineo, Sofía; Torres Barbero, Tomás; Resett, Santiago.

## Introducción y objetivos

Si bien la satisfacción en la pareja es una dimensión ampliamente estudiada, no existe un claro consenso en cuanto a los factores que influyen en mayor medida sobre la satisfacción en la pareja. Éste estudio explora la relación entre las habilidades sociales, la intimidad, pasión y compromiso y la satisfacción en las relaciones amorosas en 110 adultos entre 18 y 64 años. Para medir la satisfacción marital y las habilidades sociales, se utilizaron la Escala de Satisfacción Marital y la Escala de Habilidades Sociales. Para medir intimidad, pasión y compromiso se utilizó la escala triangular de Sternberg. Los resultados revelan que la intimidad presentó una correlación fuerte y significativa con la satisfacción marital ( $r = 0.63$ ,  $p < .001$ ), y explicó un elevado porcentaje de la varianza en la satisfacción en pareja ( $R^2 = .40$ ). Una prueba de contraste grupal (T de student) mostró que los participantes con habilidades sociales elevadas presentaron mayores niveles de intimidad ( $p = 0.03$ ). Tales resultados sugieren que la intimidad y en menor medida las habilidades sociales son factores clave para la satisfacción en las relaciones de pareja en cuanto a sus aspectos emocionales y relacionales, y que el fortalecimiento y el desarrollo de tales aspectos pueden asociarse a una mejor calidad del vínculo de pareja. **Objetivo general:** Explorar las asociaciones entre las habilidades sociales, el bienestar en la pareja y los tres componentes propuestos por Sternberg: intimidad, pasión y compromiso. **Objetivos específicos:** Observar la asociación existente entre cada dimensión individual de la tríada de Sternberg y la satisfacción marital. Identificar la asociación presente entre diferentes niveles de habilidades sociales y la satisfacción en la pareja.

## Método

### Participantes:

Se trabajó con 133 participantes (85.7% mujeres y 12% hombres), con una edad promedio de 31 años ( $DS = 11.4$ ). El 80% residía en la Provincia de Buenos Aires, el 13.1% en CABA, y el resto en Córdoba y San Luis. La mayoría (43.8%) estaba cursando una carrera universitaria, mientras que el 21.5% había completado estudios universitarios. El 50% estaba en una relación de noviazgo, y el 56.2% llevaba más de cinco años en pareja.

### Criterios de inclusión y exclusión:

Se incluyeron parejas de cualquier orientación sexual con edades entre 18 y 64 años y al menos un año de relación. Se excluyeron quienes no cumplieran con los requisitos de edad, duración de relación mínima, nivel educativo (secundario completo) o presentaran psicopatologías.

### Instrumentos:

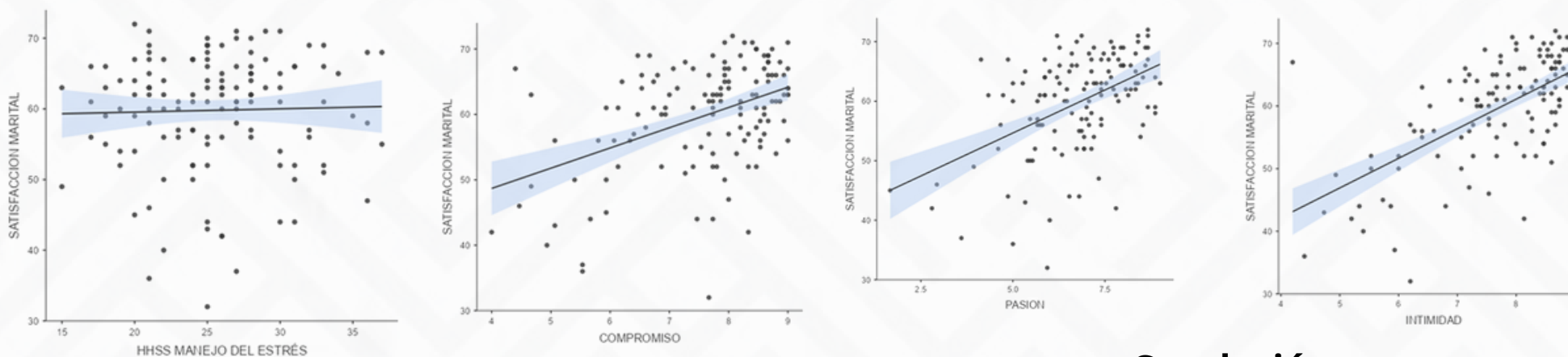
Escala de Satisfacción Marital (Pick & Andrade, 1988): Evalúa satisfacción en interacción, emocional y estructural.

Escala Triangular del Amor (Sternberg, 1989): Mide intimidad, pasión y compromiso en 45 ítems.

Escala de Evaluación de Habilidades Sociales (Goldstein et al., 1978): Evalúa habilidades relacionadas con sentimientos y manejo del estrés.

### Procesamiento de datos:

Se utilizó SPSS y Jamovi para análisis descriptivos y correlacionales. El coeficiente de Pearson y  $R^2$  determinaron la relación entre habilidades sociales, bienestar percibido y los componentes de la teoría de Sternberg.



## Conclusión

El estudio identificó que la intimidad es el componente más influyente en la satisfacción de pareja, superando a la pasión y el compromiso. Aunque las habilidades sociales relacionadas con el manejo del estrés no se correlacionaron significativamente con el bienestar general, sí se asociaron con un mayor nivel de intimidad.

Los hallazgos coinciden con estudios previos que destacan la importancia de la intimidad, el respeto mutuo y la comunicación profunda en las relaciones satisfactorias (García et al., 2017; Ruiz y Fernández, 2019). Sin embargo, otras investigaciones resaltan el papel del compromiso como factor clave (Sánchez Capetillo y Galán Jiménez, 2022). Además, se confirma que elementos como el respeto, la comprensión mutua y la comunicación íntima, definidos por Sternberg, son esenciales en el bienestar de las parejas.

Por otro lado, se contrastaron los resultados con investigaciones que indican cómo factores externos, como el estrés laboral, pueden afectar la satisfacción marital (Azocar y Montenegro, 2021). Esto subraya que, aunque las habilidades sociales no sean determinantes directos, el contexto externo puede influir significativamente en la dinámica de pareja.

## Resultados

**Hipótesis 1:** No se encontró una correlación significativa entre las habilidades sociales relacionadas con el afrontamiento del estrés y el bienestar en la pareja ( $r = 0.02$ ), indicando que estas habilidades no tienen un impacto relevante en dicho bienestar. **Hipótesis 2:** El compromiso mostró una correlación positiva moderada con el bienestar en la pareja ( $r = 0.46$ ). La pasión también presentó una correlación positiva moderada ( $r = 0.48$ ), aunque la intimidad fue la dimensión con mayor impacto, con una correlación positiva moderada-fuerte ( $r = 0.63$ ). Análisis de regresión lineal reveló que la intimidad explica el 40% de la varianza en la satisfacción en la pareja ( $R^2 = 0.40$ ), superando a la pasión ( $R^2 = 0.22$ ) y al compromiso ( $R^2 = 0.20$ ). Prueba de grupos (habilidades sociales): Participantes con puntajes altos en habilidades sociales presentaron niveles significativamente más altos de intimidad ( $p = 0.03$ ). Sin embargo, no se encontró una correlación significativa entre habilidades sociales, intimidad y bienestar en la pareja ( $r = 0.02$ ,  $p = 0.90$ ). Las hipótesis planteadas fueron rechazadas, respaldando la hipótesis nula. Los resultados destacan el papel crucial de la intimidad como predictor del bienestar en la pareja, superando a la pasión y el compromiso. Aunque las habilidades sociales elevadas se asociaron con mayor intimidad, no se concluyó que estas sean determinantes en el bienestar general de la relación.

