



Universidad de Chile  
Facultad de Ciencias Sociales  
Carrera de Psicología

**“Motivaciones para entregar cuidados a la pareja: Su relación con la disposición hacia el cuidado, el compromiso y la satisfacción en la relación”**

*Memoria de investigación para optar al título de psicóloga*

**Autora  
María Luisa Contreras Peña**

**Profesor patrocinante  
Ps. Juan Enrique Wilson Alcalde**

**Santiago, 2008**

## **Agradecimientos**

A mi mamá, Lilian, porque por su esfuerzo y sacrificio entré a la universidad, y la disciplina y perseverancia que ella me inculcó me permitieron continuar y terminar la carrera. Por enseñarme valores, por hacerme sensible a las necesidades de otros, por sentar las bases de mi quehacer como psicóloga.

A mi papá, Lionel, por creer en mi, por infundirme el aliento que necesité cuando creí decaer, por procurar siempre mi tranquilidad y bienestar, y por insistir en comunicarme su amor y aceptación incondicional.

A Jonathan, por ser el principal inspirador de esta investigación, por sus cuidados y ayuda constantes, por ser un ejemplo de amor y de entrega genuina para mí. Por ser mi fiel compañero en el camino.

A mi profe Wilson, por confiar en mis capacidades, por mostrarme aquellas que yo no veía, por ayudarme no sólo a ser una investigadora, sino también a ser una mejor persona. Por ser mi maestro.

A Dios, porque todo lo anterior vino de su mano, porque El es el principio y el fin de este trabajo y porque fue, es y seguirá siendo mi mayor sustento, guía y cuidador.

Este trabajo es por ti, en ti y para ti.

*Y cuando creó Dios al Hombre y la Mujer dijo:*

*“No es bueno que el hombre esté solo,*

*le haré **ayuda** idónea”*

La Biblia

**Resumen:** El estudio explora el rol de las motivaciones para entregar cuidados en las relaciones románticas. La Teoría de la Autodeterminación propone distintos tipos de motivación que guían el comportamiento de las personas, organizadas en un continuo de acuerdo a la vivencia de autonomía al actuar. En una muestra de estudiantes universitarios se identificaron y validaron cuatro tipos de motivaciones para dar cuidados a la pareja en orden decreciente de autonomía: motivación pro-compañero, pro-relación, introyectada y externa. Se demostró que las motivaciones más autónomas predicen mejor disposición hacia el cuidado, mayor experiencia de placer al hacerlo, y mayor satisfacción y compromiso hacia la relación, siendo el interés por el bienestar del compañero la motivación que predice mejor. En cambio, la motivación menos autónoma predijo en forma independiente una disminución en cada variable. Se discuten las implicancias teóricas y prácticas de cada tipo motivacional y se proponen nuevas líneas de investigación.

## Indice

Introducción.....	1
Entrega de cuidados a la pareja y calidad de la relación.....	3
Motivaciones en la entrega de cuidados.....	5
Teoría de la Autodeterminación.....	7
Descripción general del estudio.....	10
Objetivos e hipótesis.....	13
Método.....	15
Resultados.....	19
Discusión.....	39
Limitaciones del estudio.....	55
Referencias.....	58
Anexo A.....	64
Anexo B.....	65

## Introducción

La investigación en parejas sugiere que la estabilidad de una relación, así como la satisfacción con ella, dependen en un grado importante del modo en que sus miembros se comporten el uno con el otro. En particular, se ha mostrado la importancia que tienen las conductas positivas hacia el compañero para predecir el buen futuro de la relación. Algunas conductas positivas son, por ejemplo, adaptarse en vez de tomar represalias cuando el compañero se comporta de forma indeseada, sacrificar actividades personales cuando éstas no son del agrado de la pareja, y evitar involucrarse en relaciones alternativas tentadoras (e.g. Dehle, Larsen y Landers, 2001; Kumashiro, Finkel, y Rusbult, 2002; Rusbult, Verette, Whitney, Slovik y Lipkus, 1991). De forma inversa, se ha visto que la presencia de conductas negativas augura un mal futuro para la relación. Entre éstas se encuentran el criticar o descalificar al compañero, demandar o exigir cambios, negar responsabilidad personal en los problemas, y evitar la discusión de conflictos (ver revisiones en: Bradbury, Fincham, y Beach, 2000; Fincham y Beach, 1999; Gottman, 1998; Gottman y Notarius, 2000; Noller y Fitzpatrick, 1990; Weiss y Heyman, 1990).

En contraste con la gran cantidad de estudios descriptivos que indican la importancia de conductas de ese tipo para el bienestar de la relación, existe muy poca investigación acerca de las motivaciones que tienen las personas para entregar versus denegar cuidados a su pareja. Una de las teorías en boga que se ha referido a este tema es la Teoría de la Interdependencia (Thibaut y Kelley, 1959), la cual sostiene que la motivación para actuar en beneficio del compañero surge cuando aumenta el nivel de dependencia hacia la relación. La dependencia ocurriría cuando se satisfacen necesidades personales en la relación, que la persona estima no podría satisfacer por sí mismo o en una relación alternativa. Es esta dependencia la que induciría a transar intereses personales directos en favor del otro, para procurar así la continuidad de la relación (Rusbult, Martz y Agnew, 1998; Wieselquist, Rusbult, Foster y Agnew, 1999).

En una línea similar, el modelo conductista de la relación de pareja sostiene que la satisfacción y estabilidad de la relación dependen en buena medida de la habilidad de sus miembros para negociar sus conflictos. La negociación consiste precisamente en otorgar conductas positivas al compañero, a cambio de que éste, a su vez, se comprometa a actuar del modo deseado. (Christensen, Jacobson y Babcock, 1995).

Como se aprecia, estos enfoques ven el bienestar de la relación como resultado de un proceso de transacción, en los cuales el cuidado por el otro se concibe como un medio

del que se valdrían los individuos para no perder los beneficios que obtienen en su relación, en lugar de considerar que el bienestar del compañero pudiera ser un fin en sí mismo para algunas personas. Algunos autores se han referido a la naturaleza egoísta de las motivaciones para el cuidado planteados por estos modelos, argumentando además que no se toma en cuenta que las personas pueden diferir notoriamente entre sí en cuanto a las razones para beneficiar a su pareja (e.g., Patrick, Knee, Canevello y Lonsbary, 2007).

A diferencia de las anteriores, la Teoría de la Autodeterminación<sup>1</sup> de Ryan y Deci (2000) plantea que existen distintos tipos de motivación, los cuales varían en el nivel de autonomía con que la persona percibe que ejecuta sus conductas. A mayor autonomía mayor sería la experiencia de libertad y elección propia al actuar. A su vez, las conductas más autónomas o autodeterminadas se mantendrían más fácilmente en el tiempo, serían más placenteras y su ejecución de mejor calidad, en comparación con aquellas reguladas por factores externos, tales como recompensas o sanciones. Siguiendo los postulados de esta teoría, podría esperarse que las personas que emitan conductas de cuidado en forma más autodeterminada lo hagan con mayor frecuencia, agrado y eficacia, contribuyendo con ello tanto al bienestar personal como al de la pareja. Por el contrario, si una persona no disfruta realizando dichas conductas o no reconoce el valor subyacente a ellas, sino más bien actúa motivada por los premios o sanciones que recibirá del entorno, probablemente lo haga con menor frecuencia y de manera menos efectiva, socavando así el bienestar de ambos.

A la luz de la Teoría de la Autodeterminación, este estudio tiene como propósito explorar cómo y en qué medida el tipo de motivación para entregar cuidados a la pareja predice la disposición hacia el cuidado y la experiencia de placer al entregar estos cuidados, así como la satisfacción y el compromiso en la relación. Para esto se realizará una investigación de tipo cuantitativa, transversal y correlacional con jóvenes universitarios que mantengan una relación romántica. Los resultados de este estudio entregarán información acerca del rol de las motivaciones en la provisión de cuidados, un aspecto poco explorado en el estudio de las relaciones de pareja, pero relevante en el diseño de estrategias de prevención o tratamiento al permitir identificar factores que promuevan conductas más pro-relacionales.

---

<sup>1</sup> Self- Determination Theory (SDT)

### **Entrega de cuidados a la pareja y calidad de la relación**

Durante las últimas dos décadas ha aumentado la investigación acerca de los factores que determinan el ajuste diádico, la satisfacción y el compromiso en las relaciones románticas (ver revisión en Hendrick, 2004). Entre los hallazgos más consolidados en la literatura se encuentra la fuerte influencia que tienen las interacciones positivas entre los miembros de la pareja para predecir estos procesos. Se ha comprobado, por ejemplo, que las parejas que presentan conductas de acomodación hacia el compañero (inhibir los impulsos destructivos y responder positivamente ante las conductas destructivas de la pareja), muestran mayores niveles de satisfacción y de compromiso en su relación (Rusbult et al., 1991). Del mismo modo, estudios muestran que las conductas orientadas al perdón y a la reparación cuando se daña a la pareja, permiten una mejor resolución de los conflictos, además de contribuir a la salud personal, en comparación con las conductas de evasión o aquellas destinadas a tomar represalias en contra de la pareja (Fincham, Beach y Davila, 2004, Fincham, Hall y Beach, 2006). A su vez, la calidad futura de la relación se ve afectada en la medida que los individuos menosprecian o descalifican al compañero cuando discuten, niegan responsabilidad personal en los problemas o evitan la discusión del conflicto (ver revisiones en: Bradbury et al. 2000; Gottman y Notarius, 2000)

Otros estudios han revelado la importancia de la satisfacción de necesidades en el ajuste diádico, mostrando que satisfacer necesidades en la relación de pareja, tales como necesidades de intimidad, seguridad, compañerismo e involucramiento afectivo y sexual, predice una experiencia emocional positiva y un mayor nivel de satisfacción personal y con la relación (e.g. Kirby, Baucom, Peterman, 2005; Laurenceaut, Feldman, Pietromonaco, 1998; Le y Agnew, 2001; Rusbult et al., 1998); mientras que la insatisfacción de estas necesidades podría perjudicar la relación e incluso aumentar la susceptibilidad a la infidelidad en sus miembros (Lewandowski y Ackerman, 2006).

Deci y Ryan (2000) han planteado que son tres las necesidades psicológicas básicas cuya satisfacción promueve el crecimiento y bienestar de las personas: necesidad de competencia -sentimiento de efectividad para lograr los resultados esperados-, necesidad de autonomía -percepción de volición y auto-dirección en las propias acciones- y necesidad de relación -sentimientos de ser entendido, validado y cuidado. Recientes investigaciones han examinado el rol de estas necesidades en el contexto de las relaciones íntimas, demostrando que su satisfacción promueve un aumento en la confianza emocional sobre la otra persona (Ryan et al., 2005); un mejor ajuste diádico y



una mayor seguridad en el apego (Deci, La Guardia, Moller, Scheiner y Ryan, 2006; La Guardia, Ryan, Couchman, y Deci, 2000). Más aún, Patrick et al. (2007) hallaron que no sólo la satisfacción de las propias necesidades contribuye al bienestar personal, sino también la percepción de que la pareja de uno tiene sus necesidades satisfechas. En este mismo estudio se encontró que si ambos miembros logran satisfacer sus necesidades psicológicas mutuas, entonces la relación se fortalece, los miembros se sienten más seguros y están más dispuestos a transar en beneficio de la relación y del compañero cuando hay conflictos. Otro hallazgo interesante es que en el ámbito de la amistad se ha demostrado que recibir y dar satisfacción son elementos importantes para la relación, pero que otorgar satisfacción a las necesidades del otro predice mejor aún el bienestar personal y relacional que recibirla del otro (Deci et al., 2006).

No obstante, la decisión de satisfacer las necesidades del otro en particular, y de entregarle cuidados en general, requiere de una disposición para renunciar a ciertos beneficios cuando los intereses personales son incompatibles con los intereses de la pareja. La investigación demuestra que un elemento clave para lidiar con tales conflictos es la disposición de realizar sacrificios por la pareja. Por ejemplo, una actitud positiva hacia el sacrificio se considera como uno de los componentes del amor y ha sido asociada con mayores niveles de satisfacción y compromiso (Van Lange et al., 1997); además, existe un mayor ajuste marital a largo plazo cuando el sacrificio en favor del otro es percibido como gratificante en vez de perjudicial para el sí mismo (Stanley, Whitton, Low Sadberry, Clements, y Markman, 2006; Whitton, Stanley y Markman, 2007).

De acuerdo a lo anterior, es probable que el bienestar mutuo y de la relación se faciliten cuando cada miembro responde a las necesidades del otro, valorándolas como si fueran propias, y cuando mantiene una buena disposición para sacrificar la gratificación inmediata de alguna necesidad personal en beneficio del compañero, en vez de ocuparse prioritariamente de su propia felicidad y satisfacción. Esto sería compatible con el concepto de "inclusión del otro en el sí mismo" planteado por el Modelo de la Auto-expansión (Aron, Aron y Smollan, 1992), el cual define las relaciones cercanas por el grado en que el sí mismo y el otro se funden, al punto que los individuos piensen y se comporten como si el compañero formara parte del propio ser. Siguiendo este planteamiento, es probable que las parejas más felices y comprometidas estén formadas por personas que consideran el bienestar del compañero como propio y que, por lo tanto, estén más motivadas a entregarle cuidados que aquellas personas menos interesadas en el bienestar de su

pareja. En este estudio se explorarán las motivaciones para entregar cuidados a la pareja, incluyendo la motivación por el bienestar del otro, y cómo éstas inciden en el nivel de bienestar de la relación.

### **Motivaciones en la entrega de cuidados**

A pesar de la importancia que tienen los comportamientos de apoyo, ayuda y buen trato hacia el compañero para el buen funcionamiento de una relación romántica, se desconocen aún los mecanismos que subyacen a ellos y, en particular, se ignoran las motivaciones que tienen las personas para comportarse así. Algunas teorías han descrito la entrega de cuidado en términos de los costos y beneficios implicados en favorecer a la pareja. Por ejemplo, la Teoría de Interdependencia (Thibaut y Kelley, 1959) plantea que la formación de una relación de pareja se facilita cuando los miembros logran entregar, al menor costo posible, respuestas o resultados valorados por el compañero, como por ejemplo la satisfacción de sus necesidades o el suministro de ayuda, entre otras. Cuando las personas obtienen resultados satisfactorios y beneficiosos en su relación, se genera en ellas un estado de dependencia hacia la relación, la que a su vez produciría un deseo de mantenerla en el largo plazo. La dependencia aumentaría por tres factores: el nivel de satisfacción, que se refiere a la evaluación que hace el individuo de los resultados obtenidos en su relación actual; la calidad de las alternativas, que se refiere a la comparación entre estos resultados y los que estima podría obtener en otra relación disponible o estando solo; y por un tercer factor, añadido por Rusbult (Rusbult et al., 1998), que es el nivel de inversión, correspondiente a la cantidad de recursos tangibles e intangibles que la persona ha puesto en la relación y que perdería si la relación terminara. Según esta teoría, sería el aumento en la dependencia lo que induciría en las personas una transformación en la motivación, estimulándolas a desprenderse en algún grado de sus intereses personales directos para considerar los intereses de la pareja y así procurar la continuidad de la relación (e.g. Wieselquist et al., 1999). Considerando esto, las conductas de ayuda y cuidado hacia el compañero constituirían un medio para obtener los resultados esperados por parte de la pareja, y una forma de maximizar el beneficio personal al menor costo posible.

También desde la teoría del aprendizaje se ha intentado explicar las motivaciones que tienen las personas para beneficiar a otros, aludiendo igualmente a la relación costo-recompensa que involucra la acción. De acuerdo a sus planteamientos, las personas

ayudan a otras para reducir el estado emocional desagradable que produce el sufrimiento del otro; para obtener algún refuerzo positivo, ya sea de los demás (reconocimiento social) o de uno mismo (orgullo); y también para evitar un castigo (e.g. Gavia, 1999). En el ámbito de la relación de pareja, los modelos conductuales se han centrado en los procesos de negociación y resolución de conflictos, pues consideran que el bienestar en la relación depende en gran medida de las habilidades de sus miembros para realizar intercambios beneficiosos para ambas partes. El intercambio conductual es un ejemplo de las estrategias terapéuticas para lograr este objetivo, el cual consiste en aprender a identificar conductas deseadas por la pareja, las que se podrían ejecutar para que, a su vez, la pareja se comporte como uno desea (Christensen et al., 1995). En este contexto, las conductas de ayuda y cuidado hacia el otro constituyen prácticas que los miembros pueden intercambiar para maximizar el beneficio personal en la relación.

Los enfoques señalados anteriormente comparten una visión utilitaria de la conducta de ayuda, donde el satisfacer los intereses personales sería la única motivación que guía el comportamiento en beneficio del compañero y donde el bienestar del otro estaría al servicio de dichos intereses en lugar de ser un objetivo en sí mismo. No obstante, algunos autores especulan que no sólo existirían motivaciones egoístas para beneficiar a la pareja, sino que posiblemente existan diversos tipos de motivaciones y que estas podrían tener importantes implicaciones en cuán beneficiosas puedan ser realmente estas conductas (Patrick et al., 2007). Incluso, algunos autores han planteado la existencia de motivaciones de tipo altruistas, donde el bienestar del otro es un fin en sí mismo a la hora de actuar pro-socialmente (Batson, 1994; Batson y Powell, 2003).

La Teoría de la Autodeterminación (Ryan y Deci, 2000) considera que las personas pueden presentar distintos tipos de motivación guiando sus conductas. Esta teoría ofrece uno de los marcos conceptuales más completos para entender la motivación, y ha sido validada ampliamente en diversos ámbitos. Debido a ello, en esta investigación se indagará en los distintos tipos de motivación que pueden guiar las conductas de cuidado hacia la pareja, fundamentándose en los planteamientos de esta teoría, los cuales se describen a continuación.

### Teoría de la Autodeterminación

La Teoría de la Autodeterminación (Deci y Ryan, 2000; Ryan y Deci, 2000) proporciona un modelo explicativo de las motivaciones humanas, analizando el grado en que las conductas son autodeterminadas o autónomas, es decir, el grado en que las personas realizan sus acciones con una vivencia de voluntad o elección propia. Esta teoría plantea que la motivación, relacionada con la energía y dirección del comportamiento, no constituye un constructo único, sino que *“las personas son movidas a actuar por diferentes tipos de factores, con experiencias y consecuencias altamente variadas. Las personas pueden estar motivadas porque valoran la actividad o por una fuerte coerción externa. Pueden estar impulsadas a actuar por un interés persistente o por un soborno. Pueden actuar desde un sentido de compromiso personal por sobresalir o por miedo a ser vigiladas”* (Traducido de Ryan y Deci, 2000, p. 69). La importancia del estudio de las motivaciones radica en sus consecuencias, ya que, de acuerdo con esta teoría, distintas orientaciones motivacionales suscitarán vivencias distintas en el individuo, gatillarán conductas más o menos adaptativas, y determinarán tanto la calidad de la ejecución como la continuidad de las conductas en el tiempo.

De acuerdo a la percepción de libertad o autonomía con que se ejecuta el comportamiento, los autores distinguen entre motivación intrínseca y extrínseca.

La *motivación intrínseca* constituye el prototipo de conducta autodeterminada, ya que representa la tendencia natural del ser humano hacia el crecimiento, integración y exploración espontánea. Aquí, el individuo se involucra en la actividad por el inherente placer que ella produce y la realiza con un completo sentido de elección y libertad. Según esta teoría, los seres humanos nacen con tendencias motivacionales intrínsecas, pero estas requieren de condiciones ambientales y sociales que las eliciten y mantengan, pues ante condiciones desfavorables esta propensión innata puede socavarse. Las condiciones óptimas para que las personas puedan desarrollar la motivación intrínseca están dadas por la satisfacción de las tres necesidades psicológicas básicas del ser humano: la necesidad de autonomía (percepción de libertad y autocontrol en las propias acciones), de competencia (sentido de confianza y efectividad en las acciones realizadas) y de relación (sentimiento de conexión con otros significativos, percibirse amado y cuidado). De este modo, cuando el contexto provee libertad de elección, valoración de los propios logros y relaciones seguras y cálidas, entonces la motivación intrínseca innata florece y las personas desarrollan mayor interés, entusiasmo y confianza al actuar, así como también

mayor vitalidad, autoestima y bienestar general. En cambio, cuando el entorno limita la libertad de la persona mediante amenazas, órdenes, presiones o metas impuestas, el individuo percibe el locus de causalidad como externo a sí mismo y esto menoscaba sus sentimientos de autonomía; del mismo modo, cuando recibe descalificaciones o evaluaciones negativas acerca del propio desempeño, y cuando el contexto no provee una base relacional segura, la motivación intrínseca disminuye, deteriorando la creatividad, iniciativa y bienestar general del individuo.

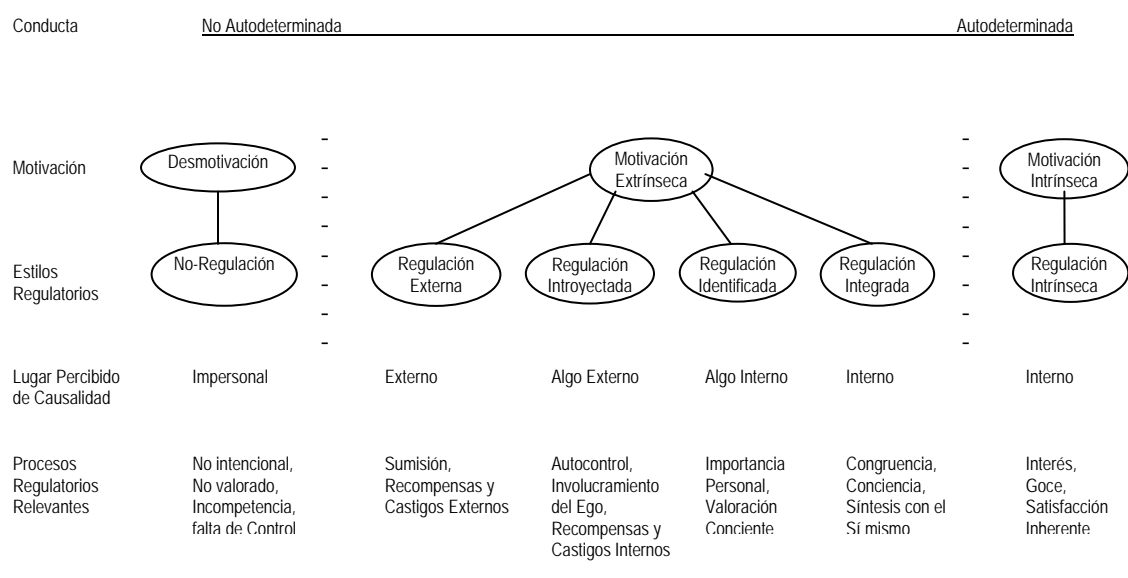
Por su parte, la *motivación extrínseca* corresponde al desempeño de una conducta para obtener un resultado separado, es decir, las acciones están dirigidas a un fin o tienen un valor instrumental, como por ejemplo obtener alguna consecuencia positiva o evitar algún resultado negativo. Aunque tradicionalmente se ha considerado la motivación extrínseca como opuesta a la autonomía, Ryan y Deci (2000) explican que muchas motivaciones extrínsecas pueden llegar a ser autónomas. Según los autores, a través del proceso de socialización las personas acogen o internalizan valores sociales y contingencias externas que progresivamente transforman en valores propios y en automotivaciones. La internalización de las acciones extrínsecamente motivadas se facilita cuando el contexto provee satisfacción a las necesidades de autonomía, competencia y, principalmente, cuando éstas han sido estimuladas, modeladas o valoradas por otros significativos con los cuales el individuo se siente muy relacionado o ligado afectivamente. De ahí que la satisfacción de la necesidad de relación constituye un factor esencial en el proceso de internalización. De este modo, aunque la motivación intrínseca es un importante tipo de motivación, no es el único tipo de motivación autónoma.

De acuerdo al grado en que las conductas han sido integradas al sí mismo, principalmente durante la socialización temprana, los autores distinguen diferentes tipos de motivación extrínseca, organizados en un continuo que va desde niveles más altos a niveles más bajos de autonomía percibida. En primer lugar, se encuentran las *motivaciones autónomas* (ver regulación integrada e identificada en Figura 1), donde la persona actúa porque reconoce la importancia y el valor subyacente a dicho comportamiento, y éste es aceptado como parte de la propia identidad, proporcionando un sentido de libre elección al actuar. Debido a la completa coherencia con los propios valores y necesidades, este tipo de motivación comparte muchas cualidades con la motivación intrínseca, ya que proporciona mayor satisfacción al individuo y predice una mayor calidad y continuidad de las conductas en el tiempo. En un nivel de autonomía

intermedio se encuentra la *motivación introyectada* (ver regulación introyectada). En ella el comportamiento está regulado por la propia persona, pero sin aceptarlo como completamente propio y, por lo tanto, su realización es menos placentera. La conducta responde más bien a un sentido de obligación (es decir, se realiza para evitar culpa o ansiedad) o como una forma de realzar el ego u orgullo. En el continuo, este tipo de motivación se encuentra al lado de la *motivación externa* (ver regulación externa) y comparte algunas características con ella. En la *motivación externa* el comportamiento está controlado por contingencias y demandas externas al individuo, se realiza para conseguir recompensas o evitar consecuencias negativas, por lo tanto la persona vivencia su comportamiento como controlado desde afuera. Las conductas así motivadas se caracterizan por ser menos placenteras, poco persistentes en el tiempo y de baja calidad en la ejecución, además de minar la vitalidad y bienestar general de las personas.

El nivel más bajo de autonomía lo constituye la *amotivación*, un estado en el que se carece de motivación intrínseca y extrínseca para actuar.

**Figura 1.** El continuo de autodeterminación mostrando tipos de motivación con sus estilos regulatorios, lugares de causalidad, y procesos correspondientes



Nota: Figura obtenida y traducida de Ryan y Deci (2000)

Un conjunto numeroso de estudios han sustentado la validez de la Teoría de la Autodeterminación, la mayor parte de los cuales han sido realizados en el ámbito educacional (e.g., Furrer y Skinner, 2003; Grolnick y Ryan, 1987; Grolnick y Ryan, 1989;

Niemiec, Lynch, Vansteenkiste, Bernstein, Deci y Ryan, 2006; Ryan, Stiller y Lynch, 1994; Vallerand, Pelletier, Blais, Briere, Senecal y Vallieres, 1992; Vansteenkiste, Lens y Deci, 2006) y laboral (e.g., Baard, Deci, y Ryan, 2004; Deci, Connell y Ryan, 1989; Deci, Ryan, Gagné, Leone, Usunov y Kornazheva, 2001; Gagné y Deci, 2005). Sin embargo, esta teoría ha sido escasamente aplicada en el ámbito de la conducta pro-social. Hasta el momento se ha demostrado que las razones más internalizadas para actuar pro-socialmente están asociadas a mayor empatía, razonamiento moral y mejor relación con otros significativos (Ryan y Connell, 1989); y además, que poseer una orientación personal hacia la autonomía se asocia fuertemente con el involucramiento en actividades pro-sociales (Gagné, 2003). En años recientes se ha comenzado a utilizar esta teoría para comprender las dinámicas de las relaciones románticas (Blais, Sabourin, Boucher, y Vallerand, 1990; Knee, Lonsbary, Canevello, y Patrick, 2005; Knee, Patrick, Vietor, Nanayakkara, y Neighbors, 2002; La Guardia et al., 2000; Patrick et al., 2007), pero, hasta ahora, no había sido utilizada para entender la conducta pro-social en el contexto de este tipo de relaciones.

En este estudio se explorarán los tipos de motivación descritos por la Teoría de la Autodeterminación, aplicados específicamente a las conductas de cuidado hacia la pareja, tal como se describe en la siguiente sección.

### **Descripción general del estudio**

Siguiendo los planteamientos de la Teoría de la Autodeterminación expuestos anteriormente, es posible que existan distintos tipos de motivación que guíen las conductas de cuidado hacia la pareja. A su vez, cada tipo motivacional podría tener distintos efectos en la frecuencia de la conducta, la calidad de su ejecución y el agrado experimentado por la persona al realizarla. Por ejemplo, si una persona cuida a su pareja motivada en forma autónoma, probablemente disfrutará más haciéndolo, se esforzará por lograr un buen resultado y cuidará de ella con frecuencia, beneficiando con ello tanto a la pareja como a la relación. Por el contrario, si una persona emite conductas de ayuda presionada por factores externos o para evitar sentimientos de culpa, probablemente su ejecución será menos placentera, con escasa preocupación por la calidad del resultado y la conducta se mantendrá con mayor dificultad en el tiempo, menoscabando con ello la calidad y estabilidad de la relación.

Además, las razones para actuar positivamente pueden tener un impacto en la manera como estas conductas son percibidas por la pareja. Es probable que no se valore tanto el comportamiento del compañero al percibir que éste lo realiza a la fuerza o en forma desgana. Además, si la pareja percibe que estos comportamientos no se realizan con el genuino interés de beneficiarla, sino con un fin secundario o para obtener algún provecho personal, es probable que las conductas no sean beneficiosas para el que las recibe, ni tampoco para quien las emite, dañándose con esto la calidad de la relación.

Por las razones esgrimidas anteriormente, en este estudio se plantea que las personas más satisfechas y comprometidas con su relación entregarán cuidados movidos por algo más que el interés estrictamente personal. Se especula que la razón más favorable para entregar cuidados, es decir, la que más beneficia al individuo y la relación, es precisamente la más auténtica: el deseo de beneficiar al otro. En otras palabras, dar cuidados ocurre de forma más auténtica o genuina mientras más se tiene en cuenta el bienestar del otro al hacerlo, a la vez que se pervierte cuando dicho objetivo está ausente o no es primario. Este último planteamiento difiere de los expuestos por otros modelos mencionados inicialmente, los cuales no consideran la preocupación por el bienestar del otro como una motivación en sí misma para dar cuidados, pues asumen que la razón para beneficiar al compañero es principalmente mantener los privilegios adquiridos en la relación o la obtención de algún beneficio personal directo.

Cabe precisar que aún cuando la búsqueda del bienestar ajeno pueda ser una motivación altamente autónoma para entregar cuidados, ésta motivación sería de todos modos extrínseca, ya que implica el deseo de lograr un resultado separable de la acción misma. Es necesario recordar que, a diferencia de las motivaciones extrínsecas, la motivación intrínseca, por definición, ocurre cuando la persona disfruta la conducta en sí misma y la realiza motivada por el placer inherente que tal comportamiento en particular le reporta, y no por las consecuencias que deriven de él. Debido a que las conductas de cuidado pueden adoptar diversas formas (e.g., entregar consuelo, facilitar información, apoyar una labor, etc.), lo que las define es la consecuencia de beneficiar a un tercero. Por lo tanto, en principio, no hay nada inherentemente satisfactorio en la conducta de cuidado. Más bien, quien realiza una acción puede derivar placer cuando constata que con ella beneficia a otro, y esto en la medida que el bienestar del otro sea realmente un valor importante para dicho actor.



De hecho, en el ámbito pro-social no se ha considerado la motivación intrínseca como un tipo de motivación para ayudar (Gagné, 2003). Pero dado que la motivación intrínseca es un concepto nuclear dentro de la Teoría de la Autodeterminación, aquí se evaluará tentativamente si la *experiencia placentera* en sí misma constituye un factor motivacional diferente para entregar cuidados, o si, como suponemos, constituye más bien una experiencia que acompaña a la persona cuando cuida de su pareja motivada en forma autónoma.

Siguiendo los principios de la Teoría de la Auto-determinación recién expuestos, en este estudio se hipotetiza la existencia de 4 tipos de motivación extrínseca para cuidar de la pareja, los que se espera difieran en el siguiente orden decreciente de autonomía: *motivación en pro del compañero*, *motivación en pro de la relación*, *motivación introyectada*, y *motivación externa*. La *motivación en pro del compañero* incluye conductas de cuidado destinadas a otorgar mayor satisfacción y felicidad a la pareja. Aquí el fin es lograr el bienestar de la persona amada e involucra la valoración de las necesidades de la pareja como si fueran propias. Predomina en este tipo de motivación un deseo altruista por favorecer al otro más allá de lo que éste pudiera entregarle a cambio. En un nivel supuestamente más bajo de autonomía, la *motivación en pro de la relación* comprende las conductas de cuidado destinadas a favorecer la relación propiamente tal. En este caso, el objetivo principal es la relación en vez de la persona del compañero en sí, y predomina el interés por el desarrollo y continuidad de la relación en el tiempo. En un nivel todavía más bajo de autonomía se encontraría la *motivación introyectada*. Aquí las conductas son parcialmente autodeterminadas y corresponderían, en este ámbito, a las conductas motivadas por un sentido de obligación moral o deber ético de ayudar al compañero, por un sentimiento de culpabilidad y presión social, o también por un interés en incrementar el orgullo personal y mejorar la propia imagen. Finalmente, la *motivación externa* representaría la motivación menos autónoma, donde el individuo cuida de su compañero para obtener alguna ganancia personal o para evitar la pérdida de algún beneficio. Bajo este tipo motivacional se incluyen razones tales como el evitar críticas o reclamos, temor a perder a la pareja, o responder a las presiones por parte de ésta.

### **Objetivos e Hipótesis**

El objetivo general de este estudio es explorar cómo y en qué medida las motivaciones para entregar cuidados a la pareja predicen diferencias en la disposición para cuidar del compañero y en los niveles de satisfacción y compromiso hacia la relación.

En el contexto de este objetivo general, se plantean los siguientes objetivos específicos e hipótesis:

1.- Desarrollar un instrumento válido y confiable de motivaciones para entregar cuidados a la pareja. En relación con este objetivo se plantean las siguientes hipótesis:

H1: Se encontrarán los 4 distintos tipos de motivación señalados previamente: motivación pro-compañero, motivación pro-relación, motivación introyectada y motivación externa.

H2: La experiencia placentera por sí misma no constituirá un factor motivacional claramente definido, sino que sus ítems se asociarán a las motivaciones más autónomas pro-compañero y pro-relación, y especialmente a la primera.

2.- Determinar cómo se relacionan los 4 tipos de motivación entre sí.

H3: Se plantea como hipótesis que los 4 tipos motivacionales conformarán un continuo de mayor a menor nivel de autonomía, tal como lo describe la Teoría de la Autodeterminación. En concreto, se espera que un alto nivel de las motivaciones más autónomas (especialmente, la pro-compañero) para entregar cuidados, predigan un bajo nivel de motivación externa, y que la motivación introyectada represente un punto intermedio entre la motivación autónoma y la externa.

3.- Determinar cómo se relacionan los 4 tipos de motivación con la experiencia placentera.

H4: La experiencia placentera estará asociada positivamente a las motivaciones autónomas (motivación pro-compañero y motivación pro-relación),

H5: La experiencia placentera estará asociada negativamente a las motivaciones menos autónomas (motivación introyectada y motivación externa).

4.- Verificar si se replican los resultados encontrados en estudios anteriores, con respecto a la asociación entre compromiso, satisfacción y entrega de cuidados.

H6: Se encontrará una asociación positiva entre compromiso y satisfacción en la relación, tal como lo han demostrado los autores de la Escala del Modelo de Inversión.

H7: Una mayor disposición a entregarle cuidados a la pareja predecirá una mayor satisfacción con la relación.

H8: Una mayor disposición a entregarle cuidados a la pareja predecirá un nivel más alto de compromiso.

5.- Examinar la asociación de los 4 tipos motivacionales con la disposición para entregar cuidados.

H9: Las motivaciones autónomas (pro-compañero y pro-relación) predecirán una mayor disposición para entregar cuidados a la pareja.

H10: La motivación externa, por ser la menos autónoma, predecirá la menor disposición hacia el cuidado.

H11: La motivación introyectada, por situarse en un punto intermedio de autonomía, presentará una asociación baja o nula con la disposición hacia el cuidado.

6.- Examinar la asociación de los 4 tipos motivacionales con la satisfacción en la relación.

H12: Las motivaciones autónomas para entregar cuidados (pro-compañero y pro-relación) predecirán niveles más altos de satisfacción al interior de la relación.

H13: La motivación externa predecirá los niveles más bajos de satisfacción.

H14: La motivación introyectada presentará una asociación baja o nula con el nivel de satisfacción.

7.- Examinar la asociación de los 4 tipos motivacionales con el compromiso hacia la relación.

H15: Las motivaciones autónomas para entregar cuidados (pro-compañero y pro-relación) predecirán un mayor nivel de compromiso hacia la relación.

H16: La motivación externa predecirá un menor nivel de compromiso hacia la relación.

H17: La motivación introyectada presentará una asociación baja o nula con el compromiso.

8.- Determinar la contribución conjunta de los 4 tipos motivacionales en la predicción de la disposición para entregar cuidados, el compromiso y la satisfacción.

9.- Examinar la asociación de la experiencia placentera con la disposición para entregar cuidados, la satisfacción y el compromiso en la relación.

H18: Una mayor experiencia placentera al cuidar del compañero estará asociada a una mejor disposición para cuidar de él.

H19: Una mayor experiencia placentera al cuidar del compañero estará asociada a un mayor nivel de satisfacción.

H20: Una mayor experiencia placentera al cuidar del compañero estará asociada a un mayor nivel de compromiso.

10.- Un último objetivo específico será evaluar en qué grado el nivel de cuidados mediará la relación de las motivaciones con el compromiso y la satisfacción. Es decir, se evaluará en qué medida es el aumento en la entrega de cuidados predicho por las motivaciones autónomas lo que favorecerá el bienestar al interior de la relación (satisfacción) y el interés por mantenerla en el tiempo (compromiso).

H21: La relación entre la motivación para entregar cuidados y la satisfacción estará mediada por la disposición a entregar cuidados.

H22: La relación entre la motivación para entregar cuidados y el compromiso estará mediada por la disposición a entregar cuidados.

### **Método**

Se desarrolló un estudio de diseño transversal y alcance correlacional en una muestra de jóvenes involucrados en una relación romántica. Estudiantes universitarios fueron invitados a contestar cuatro cuestionarios en formato electrónico.

### **Participantes**

En el presente estudio participaron 209 estudiantes universitarios. De este total, 207 personas mantenían una relación heterosexual, y 2 personas una relación

homosexual. Dada la escasa representación de las personas con una relación homosexual respecto del total de participantes, sus datos no fueron incluidos en los análisis. Así, la muestra final quedó conformada por 207 estudiantes universitarios (60% mujeres, 40% hombres), heterosexuales, que mantenían algún tipo de relación romántica: saliendo de forma casual (7%), saliendo de forma exclusiva (69%), viviendo juntos (6%), comprometidos para casarse (14%) o casados (4%). Sus edades oscilaron entre los 18 y 33 años, con un promedio de 22 años. En su mayoría los participantes mantuvieron relaciones relativamente estables, ya que el tiempo de duración de la relación fue en promedio de 26 meses, variando entre 2 semanas y 126 meses. Los estudiantes pertenecían a carreras de 10 áreas distintas y de 22 universidades estatales y privadas tanto de Santiago como de otras regiones (ver distribución por carreras, universidades y regiones en anexo A).

### Procedimientos

La muestra se obtuvo mediante invitaciones a participar en forma voluntaria, por medio de visitas directas de la autora a universidades estatales y privadas de Santiago. También se difundió una invitación escrita por correo electrónico a estudiantes universitarios de Santiago y de otras regiones. Para participar, los estudiantes debieron contestar cuatro escalas colocadas en un formulario electrónico publicado en un sitio web, cuya dirección fue indicada en las invitaciones. Los estudiantes podían ingresar libremente a la página electrónica para acceder a las escalas y tomar el tiempo necesario para responder (el tiempo promedio de respuesta fue de 15 minutos, aproximadamente). En la misma página electrónica se informó a los participantes acerca de la confidencialidad y seguridad de la información entregada, y se les agradeció por su participación. A los estudiantes se les ofreció como retribución por su participación en el estudio un resumen general con sus resultados.

La página web fue diseñada por la autora y las respuestas fueron almacenadas en una base de datos que permite la administración confiable de la información. Esta página permaneció activa durante dos meses, plazo luego del cual se cerró el acceso a la encuesta.

## Mediciones

Se utilizaron cuatro escalas que midieron cada variable de interés en este estudio (*satisfacción con la relación, compromiso hacia la relación, disposición para entregar cuidados, y motivaciones para entregar cuidados a la pareja*), además de una breve encuesta para recoger datos demográficos de los participantes (edad, sexo, sexo de la pareja, carrera, universidad, duración de la relación, y tipo de relación romántica). Dos de las escalas fueron creadas especialmente para esta investigación: “*escala de disposición hacia el cuidado*” y “*escala de motivaciones para entregar cuidados*”. Estas dos escalas fueron aplicadas primero en una muestra piloto de 40 estudiantes de psicología de la Universidad de Chile, con el objeto de examinar sus consistencias internas y desechar ítems con nulas o pobres asociaciones con sus respectivos puntajes totales, refinando así las versiones que se aplicaron a la muestra definitiva del estudio.

*Compromiso y Satisfacción en la relación:* Para medir estas variables se utilizaron las sub-escalas de compromiso y satisfacción de la Escala del Modelo de Inversión (Investment Model Scale, Rusbult et al, 1998), la cual ha sido validada empíricamente (e.g. Le y Agnew, 2003; Martínez-Íñigo, D., 2000) y utilizada en otros estudios de relaciones de pareja (e.g., Agnew, Van Lange, Rusbult y Langston, 1998; Etcheverry y Agnew, 2004; Lehmler y Agnew, 2006). La sub-escala de compromiso consta de 8 ítems, en los cuales el sujeto indica el grado en que a) se encuentra apegado psicológicamente a la relación, b) mantiene una orientación a largo plazo con la relación y c) presenta la intención de persistir en ella (Arriaga y Agnew, 2001). La sub-escala de satisfacción consta de 5 ítems en los cuales el sujeto indica el grado en que se encuentra satisfecho con su relación actual. De acuerdo con el diseño original de ambos instrumentos, los participantes usaron una escala de respuesta tipo Likert de 9 puntos (0= para nada de acuerdo, 8= completamente de acuerdo).

*Disposición hacia el cuidado:* Se elaboró esta escala de 30 ítems para evaluar diversas conductas y actitudes de cuidado hacia la pareja mencionadas en la literatura, como por ejemplo de ayuda, de acomodación, reconciliación, perdón, etc.; así como conductas orientadas a satisfacer las necesidades psicológicas básicas de la pareja (autonomía, competencia y relación), planteadas por la Teoría de la Autodeterminación. Además, algunos ítems fueron tomados y parafraseados del Caregiving Questionnaire (Cuestionario

de Cuidados, Kuncze y Shaver, 1994). De los 30 ítems, 14 fueron planteados en forma afirmativa (e.g., "Ayudo a mi pareja a resolver sus problemas") y 16 en forma negativa (e.g., "Frecuentemente las necesidades de mi pareja se vuelven una carga para mí."), y fueron distribuidos al azar dentro del instrumento. Los participantes usaron una escala tipo Likert de 9 puntos para indicar su grado de acuerdo/desacuerdo con los ítems.

*Motivaciones para entregar cuidados:* Se diseñó una escala compuesta de 50 ítems con distintos tipos de motivación para entregar cuidados a la pareja, tal como fueron descritos con anterioridad. Los ítems fueron antecidos por la siguiente oración: *"En qué medida ayuda a su pareja a satisfacer sus necesidades y objetivos por las siguientes razones:"*. Los sujetos evaluaron las razones contenidas en los ítems utilizando una escala de nueve puntos (0= para nada por esta razón, 8= completamente por esta razón):

- Experiencia placentera: Si bien la motivación intrínseca no se consideró como una motivación propiamente tal para cuidar del compañero, se crearon 6 ítems que midieran la experiencia de placer en la entrega de cuidados, para observar si estadísticamente conformarían un factor diferente o si se dispersarían entre los ítems de las motivaciones autónomas. Ejemplares de esta medición son: "si ayudo a mi pareja es porque disfruto mucho haciéndolo", "si ayudo a mi pareja es porque me entretengo mucho haciéndolo".
- Motivación extrínseca: Se crearon 4 sub-escalas de entre 10 y 12 ítems cada una, para medir distintos tipos de motivación de acuerdo a sus diferentes niveles de autonomía.
  - a) Motiv. Pro-compañero (e.g., "si ayudo a mi pareja es porque, más allá de nuestra relación, deseo mucho que sea una persona feliz.").
  - b) Motiv. Pro-relación (e.g., "si ayudo a mi pareja es porque ello contribuye a fortalecer nuestra relación de pareja.").
  - c) Motiv. Introyectada (e.g., "si ayudo a mi pareja es porque sentiría remordimientos si no lo hiciera").
  - d) Mot. Externa (e.g., "si ayudo a mi pareja es porque él/ella me presiona a hacerlo").

Para evaluar la validez de contenido de esta escala se solicitó a 7 jueces (psicólogos) que indicaran el grado en que los ítems median cada estilo de motivación. Para ello, se les entregó una definición de cada estilo motivacional junto a los ítems que los representaban. La escala que fue aplicada a la muestra piloto quedó compuesta por los ítems que fueron aprobados por sobre el 50% de los jueces, agregando también las correcciones sugeridas por ellos. Estos ítems se presentaron aleatoriamente en la constitución de la escala final, de modo que los participantes no pudieran identificar fácilmente las distintas categorías motivacionales. Con ello se evitó que las correlaciones entre los ítems pertenecientes a una misma categoría se vieran artificialmente aumentadas por su mera proximidad. Luego de la aplicación piloto se eliminaron algunos ítems y se refinó la escala final.

## **Resultados**

El primer paso antes de efectuar la contrastación de las hipótesis fue establecer la validez y confiabilidad de los instrumentos desarrollados en este estudio (escala de motivaciones y escala de disposición hacia el cuidado), y también verificar la confiabilidad de aquellos que fueron tomados de otros autores (escala de compromiso y escala de satisfacción). A continuación se exponen los resultados de estos análisis.

### *Análisis de confiabilidad de los instrumentos:*

Para evaluar la confiabilidad de las escalas y determinar la necesidad de eliminar algunos ítems, se realizó un análisis de consistencia interna (alpha de Cronbach) sobre los ítems incluidos para medir cada variable. Los resultados revelan una buena confiabilidad para el conjunto de ítems de cada escala.

De manera consistente con otros estudios en los cuales se ha utilizado la Escala del Modelo de Inversión, los resultados mostraron una alta confiabilidad tanto de la sub-escala de compromiso ( $\alpha = .93$ ) como de la sub-escala de satisfacción ( $\alpha = .92$ ).

Asimismo, la escala de disposición hacia el cuidado presentó una buena consistencia interna ( $\alpha = .89$ ), luego de eliminar 6 ítems con correlaciones más bajas con el puntaje total y que bajaban la confiabilidad total de la escala (ver escala final en Anexo B)

En la escala de motivaciones se realizó un análisis de confiabilidad para cada sub-escala, correspondiente a cada tipo de motivación. Los resultados de este análisis se



muestran en la Tabla 1. El alfa final de cada sub-escala motivacional se encuentra destacado con negrita, y al lado de cada ítem se muestra su correlación corregida<sup>2</sup> con el puntaje total de su respectiva escala. Los ítems en letra cursiva al final de cada sub-escala corresponden a aquellos con más bajas correlaciones con el puntaje total respectivo y que fueron eliminados a fin de obtener un instrumento más confiable y de menor tamaño. El alfa final para cada sub-escala y las correlaciones ítems-total fueron, entonces, recalculados excluyendo esos ítems (ver última columna en la tabla). El análisis final reveló una buena confiabilidad para cada sub-escala motivacional: motivación pro-relación ( $\alpha = .95$ ), motivación pro-compañero ( $\alpha = .92$ ), motivación introyectada ( $\alpha = .87$ ) y motivación externa ( $\alpha = .88$ ). La cantidad total de ítems eliminados fue de 12, quedando cada sub-escala motivacional compuesta de 8 ítems.

También se realizó el análisis de confiabilidad de los 6 ítems creados para medir la experiencia placentera al entregar cuidados. El resultado se muestra al final de la Tabla 1, en donde se observa que esta sub-escala presentó un buen nivel de consistencia interna ( $\alpha = .82$ ).

**Tabla 1.** Correlaciones ítem/total y alfas de las sub-escalas motivacionales y la experiencia placentera

Ítems	Correlación ítem/Total inicial	Correlación ítem/Total final
Si ayudo a mi pareja a satisfacer sus necesidades y objetivos es porque:		
<b>Motivación pro-relación. Alpha final = 0,95</b>		
Ello permite que nuestra relación de pareja se profundice y desarrolle.	0,91	0,91
Ello mejora la calidad de nuestra relación de pareja.	0,84	0,88
Así logramos una mayor conexión e intimidad con mi pareja.	0,85	0,85
Así nos acercamos y unimos como pareja.	0,82	0,84
Ello contribuye a fortalecer nuestra relación de pareja.	0,81	0,82
Ello facilita nuestra maduración y crecimiento como pareja.	0,78	0,78
Es una forma de desarrollar compañerismo y complicidad entre nosotros dos.	0,78	0,77
Es una forma de comunicarle mi interés por mantener nuestra relación de pareja.	0,76	0,75
<i>Creo que así nuestra relación de pareja perdurará.</i>	0,63	
<i>Deseo formar parte de su vida y que él/ella forme parte de la mía.</i>	0,58	
<b>Motivación pro-compañero. Alpha final = 0,92</b>		
Valoro mucho su bienestar.	0,84	0,83
Realmente me importa que él/ella esté bien.	0,83	0,83
Siento gran aprecio por él/ella.	0,75	0,77
Siento tanto cariño por su persona, que no podría dejar de hacerlo.	0,75	0,75
Creo que es una gran persona, y merece lo mejor.	0,73	0,74
Más allá de nuestra relación, deseo mucho que sea una persona feliz.	0,69	0,70
Quiero que tenga una vida realmente agradable y tranquila.	0,67	0,67
Me apenaría mucho verlo/a aporreado/a.	0,64	0,66
<i>Considero que sus necesidades son tan importantes como las mías.</i>	0,58	
<i>Me interesa mucho que se sienta valorado/a como ser humano.</i>	0,53	

<sup>2</sup> La correlación corregida de un ítem con el puntaje total de su escala implica que ese mismo ítem no se incluyó en el cálculo del puntaje total por que, de lo contrario, la correlación ítem-total se inflaría artificialmente.

<b>Motivación introyectada. Alpha final = 0,87</b>		
Me sentiría culpable si no lo hiciera.	0,69	0,73
Me hace sentir orgulloso/a de mí mismo/a cumplir con mi deber.	0,68	0,68
Sentiría remordimientos si no lo hiciera.	0,62	0,65
Me sentiría una mala persona si no lo hiciera.	0,59	0,63
Siento que tengo el deber ético de hacerlo.	0,67	0,63
Traicionaría mis principios morales si no lo hiciera.	0,61	0,59
Quedo en paz con mi consciencia al hacer lo que corresponde.	0,60	0,58
Me sentiría avergonzado/a de mí mismo/a si no lo hiciera.	0,58	0,57
<i>Se supone que uno debe hacerlo en una relación.</i>	0,50	
<i>Uno tiene que estar dispuesto a hacer sacrificios personales.</i>	0,48	
<i>Cumplo con mi obligación moral al hacerlo.</i>	0,44	
<i>Uno debe ser capaz de posponerse a sí mismo/a.</i>	0,36	
<b>Motivación externa. Alpha final= 0,88</b>		
Seguiría insistiendo o reclamando si no lo hiciera.	0,71	0,76
En alguna medida me lo exige.	0,60	0,68
Él/ella me presiona a hacerlo.	0,60	0,68
Así evito que me ignore o se distancie de mí.	0,72	0,67
Me haría sentir su rechazo si no lo hiciera.	0,63	0,67
Así evito que se moleste conmigo.	0,67	0,66
Tiende a criticarme o descalificarme cuando no lo hago.	0,61	0,64
Quiero que me necesite para que no se aleje de mí.	0,66	0,57
<i>Se formaría una mala opinión de mí si no lo hiciera.</i>	0,57	
<i>Me preocupa que desee terminar la relación si no lo hago.</i>	0,54	
<i>Así se sentirá en deuda conmigo.</i>	0,48	
<i>Así se dará cuenta de la clase de persona que tiene a su lado.</i>	0,44	
<b>Experiencia Placentera. Alpha final = 0,82</b>		
Disfruto mucho haciéndolo.	0,70	0,70
Me produce gran entusiasmo hacerlo.	0,67	0,67
Lo hago con mucho agrado.	0,64	0,64
Me entretengo mucho haciéndolo.	0,56	0,56
Me gusta contribuir a su bienestar.	0,51	0,51
Eso me proporciona una sensación muy agradable de conexión con él/ella.	0,47	0,47

El primer objetivo específico de este estudio fue construir una medición confiable y válida de las motivaciones para cuidar a la pareja. Como se acaba de ver, todas las sub-escalas motivacionales tuvieron un alto nivel de confiabilidad (alfas entre 0,87 y 0,95). El siguiente paso fue verificar la validez de constructo de la escala, examinando si sus ítems se organizaron en los 4 distintos tipos motivacionales planteados.

#### *Análisis factorial en el instrumento de motivaciones para el cuidado*

Para verificar la existencia de los 4 tipos de motivación para entregar cuidados se realizó un análisis factorial de componentes principales (con rotación Varimax). Se extrajeron 5 factores para examinar si la experiencia placentera conformaría o no un factor diferente a los otros 4 tipos de motivación esperados.

La Tabla 2 presenta la solución con los 5 factores. Para simplificar su lectura se han omitido las cargas factoriales menores al valor absoluto de 0.40. El resultado apoyó la hipótesis (H1) que afirma la existencia de 4 tipos de motivación diferentes entre sí, ya que a) los ítems se agruparon en factores únicos de acuerdo con los motivos planteados

(factor 1 = motivación pro-relación, factor 2 = motivación pro-compañero, factor 3 = motivación externa y factor 4 = motivación introyectada), con cargas por sobre .50 en el factor que teóricamente les correspondía (rango de .54 a .90) y (b) los ítems no exhibieron cargas cruzadas por sobre el valor absoluto de .40 con las restantes sub-escalas.

También se planteó la hipótesis de que la experiencia de placer no conformaría un factor motivacional diferente claramente definido, sino que sus ítems tenderían a asociarse con los de las motivaciones autónomas (H2). Como se observa en la Tabla 2, algunos de los ítems de la experiencia placentera tendieron a organizarse en un quinto factor. Sin embargo, en concordancia con la hipótesis, la experiencia de placer no conformó nítidamente un tipo de motivación aislada y diferente, y la mayor parte de sus ítems mostraron una sustantiva asociación con los factores de motivación autónoma. Así, de los 6 ítems que constituyeron esta medición, 2 de ellos no correlacionaron con el quinto factor que les correspondía, sino que uno cargó en el factor pro-relación (ver factor 1) y el otro en el factor pro-compañero (ver factor 2). Además otros 2 ítems en el quinto factor presentaron cargas cruzadas elevadas (sobre .45) con el factor pro-compañero. Esto es consistente con la teoría, pues ella plantea que las motivaciones más autónomas poseen características similares con la motivación intrínseca en cuanto a la experiencia de disfrutar y sentir placer al actuar.

El análisis factorial indica entonces la existencia de 4 factores motivacionales diferentes. Este análisis también sugiere que la experiencia de placer al dar cuidados no es una motivación en sí misma, sino una vivencia que acompaña a la realización de estas conductas, particularmente cuando éstas son impulsadas por motivaciones autónomas. En análisis posteriores se examina nuevamente este punto correlacionando el puntaje promedio de los 6 ítems de placer con cada uno de los 4 factores motivacionales extraídos.

Tabla 2. Cargas factoriales de las 4 sub-escalas motivacionales y la experiencia placentera

	ITEMS	F1	F2	F3	F4	F5
	<b>Motivación pro-relación</b>					
Relación	Ello permite que nuestra relación de pareja se profundice y desarrolle.	0,90				
Relación	Ello mejora la calidad de nuestra relación de pareja.	0,89				
Relación	Así logramos una mayor conexión e intimidad con mi pareja.	0,84				
Relación	Ello contribuye a fortalecer nuestra relación de pareja.	0,83				
Relación	Así nos acercamos y unimos como pareja.	0,83				
Relación	Ello facilita nuestra maduración y crecimiento como pareja.	0,79				
Relación	Es una forma de comunicarle mi interés por mantener nuestra relación de pareja.	0,75				
Relación	Es una forma de desarrollar compañerismo y complicidad entre nosotros dos.	0,69				
Exp. Placer	<i>Me proporciona una sensación muy agradable de conexión con él/ella.</i>	0,43				
	<b>Motivación pro-compañero</b>					
Compañero	Realmente me importa que él/ella esté bien.		0,87			
Compañero	Valoro mucho su bienestar.		0,86			
Compañero	Más allá de nuestra relación, deseo mucho que sea una persona feliz.		0,78			
Compañero	Creo que es una gran persona, y merece lo mejor.		0,75			
Compañero	Siento gran aprecio por él/ella.		0,74			
Compañero	Quiero que tenga una vida realmente agradable y tranquila.		0,70			
Compañero	Siento tanto cariño por su persona, que no podría dejar de hacerlo.	0,40	0,69			
Exp. Placer	<i>Si ayudo a mi pareja es porque me gusta contribuir a su bienestar.</i>		0,68			
Compañero	Me apenaría mucho verlo/a aporreado/a.		0,67			
	<b>Motivación Externa</b>					
Externa	Seguiría insistiendo o reclamando si no lo hiciera.			0,82		
Externa	Él/ella me presiona a hacerlo.			0,82		
Externa	En alguna medida me lo exige.			0,80		
Externa	Me haría sentir su rechazo si no lo hiciera.			0,75		
Externa	Tiende a criticarme o descalificarme cuando no lo hago.			0,74		
Externa	Así evito que se moleste conmigo.			0,67		
Externa	Así evito que me ignore o se distancie de mí.			0,63		
Externa	Quiero que me necesite para que no se aleje de mí.			0,54		
	<b>Motivación Introyectada</b>					
Introyectada	Me sentiría culpable si no lo hiciera.				0,76	
Introyectada	Me hace sentir orgulloso/a de mí mismo/a cumplir con mi deber.				0,74	
Introyectada	Sentiría remordimientos si no lo hiciera.				0,72	
Introyectada	Me sentiría una mala persona si no lo hiciera.				0,72	
Introyectada	Traicionaría mis principios morales si no lo hiciera.				0,69	
Introyectada	Siento que tengo el deber ético de hacerlo.				0,69	
Introyectada	Quedo en paz con mi consciencia al hacer lo que corresponde.				0,68	
Introyectada	Me sentiría avergonzado/a de mí mismo/a si no lo hiciera.				0,65	
	<b>Experiencia placentera</b>					
Exp. Placer	Disfruto mucho haciéndolo.					0,79
Exp. Placer	Me entretengo mucho haciéndolo.					0,77
Exp. Placer	Me produce gran entusiasmo hacerlo.		0,46			0,59
Exp. Placer	Lo hago con mucho agrado.		0,52			0,53

Considerando que la experiencia placentera no conformó un factor único claramente delineado, se efectuó un segundo análisis extrayendo solo 4 factores y dejando afuera los ítems de placer. Esto se realizó con el objetivo de asegurar que los ítems midieran cada tipo de motivación en forma independiente, sin la influencia de los ítems correspondientes a la experiencia placentera. El resultado arrojó los mismos cuatro factores, con leves variaciones en las cargas de algunos ítems, como se muestra en la Tabla 3. Los 4 factores explicaron el 64,6% de la varianza total.

**Tabla 3.** Factores finales de las 4 sub-escalas de motivaciones para el cuidado

	ITEMS	F1	F2	F3	F4
	<b>Motivación pro-relación</b>				
Relación	Ello permite que nuestra relación de pareja se profundice y desarrolle.	0,92			
Relación	Ello mejora la calidad de nuestra relación de pareja.	0,90			
Relación	Así logramos una mayor conexión e intimidad con mi pareja.	0,85			
Relación	Así nos acercamos y unimos como pareja.	0,84			
Relación	Ello contribuye a fortalecer nuestra relación de pareja.	0,82			
Relación	Ello facilita nuestra maduración y crecimiento como pareja.	0,80			
Relación	Es una forma de comunicarle mi interés por mantener nuestra relación de pareja.	0,75			
Relación	Es una forma de desarrollar compañerismo y complicidad entre nosotros dos.	0,73	0,40		
	<b>Motivación pro-compañero</b>				
Compañero	Valoro mucho su bienestar.		0,86		
Compañero	Realmente me importa que él/ella esté bien.		0,86		
Compañero	Más allá de nuestra relación, deseo mucho que sea una persona feliz.		0,78		
Compañero	Creo que es una gran persona, y merece lo mejor.		0,76		
Compañero	Siento gran aprecio por él/ella.		0,75		
Compañero	Siento tanto cariño por su persona, que no podría dejar de hacerlo.	0,40	0,71		
Compañero	Quiero que tenga una vida realmente agradable y tranquila.		0,71		
Compañero	Me apenaría mucho verlo/a aporaleado/a.		0,69		
	<b>Motivación Externa</b>				
Externa	Seguiría insistiendo o reclamando si no lo hiciera.			0,82	
Externa	Él/ella me presiona a hacerlo.			0,82	
Externa	En alguna medida me lo exige.			0,80	
Externa	Me haría sentir su rechazo si no lo hiciera.			0,75	
Externa	Tiende a criticarme o descalificarme cuando no lo hago.			0,75	
Externa	Así evito que se moleste conmigo.			0,68	
Externa	Así evito que me ignore o se distancie de mí.			0,63	
Externa	Quiero que me necesite para que no se aleje de mí.			0,55	
	<b>Motivación Introyectada</b>				
Introyectada	Me sentiría culpable si no lo hiciera.				0,76
Introyectada	Me hace sentir orgulloso/a de mí mismo/a cumplir con mi deber.				0,74
Introyectada	Sentiría remordimientos si no lo hiciera.				0,72
Introyectada	Me sentiría una mala persona si no lo hiciera.				0,72
Introyectada	Traicionaría mis principios morales si no lo hiciera.				0,70
Introyectada	Siento que tengo el deber ético de hacerlo.				0,69
Introyectada	Quedo en paz con mi conciencia al hacer lo que corresponde.				0,67
Introyectada	Me sentiría avergonzado/a de mí mismo/a si no lo hiciera.				0,65

### Resultados Descriptivos

En esta sección se describe a los participantes respecto a sus respuestas en cada uno de los instrumentos del estudio. La Tabla 4 muestra las medias y desviaciones estándar para cada escala y sub-escala. Con respecto al nivel de satisfacción y compromiso hacia la relación, la mayoría de los participantes percibió su relación como satisfactoria ( $M= 6.45$ ,  $DS=1.50$ ) y presentó un alto nivel de compromiso hacia ella ( $M= 6.86$ ,  $DS= 1,63$ ). Asimismo, la mayoría de los sujetos señaló tener una alta disposición para entregar cuidados a su pareja ( $M= 6,43$ ,  $DS= 1,03$ ).

En general, el principal motor para entregar cuidados en los participantes fue procurar el bienestar del compañero/a ( $M= 7,32$ ;  $DS= 1,08$ ), seguido por el interés en la relación ( $M= 6,71$ ;  $DS= 1,60$ ); mientras que el sentimiento de obligación o sentido de orgullo personal no constituyó una fuerte razón para ayudar a la pareja ( $M= 3,03$ ;  $DS= 1,98$ ). La mayoría de los sujetos no consideró como motivación el temor a perder a la pareja, la evitación de críticas o la insistencia del compañero ( $M= 1,03$ ;  $DS= 1,28$ ).

Algunas personas plantearon como razones para entregar cuidados el hecho de disfrutar o sentirse agradados haciéndolo ( $M= 6,56$ ;  $DS= 1,33$ ), pero a su vez estas razones estuvieron asociadas principalmente con el interés por beneficiar al otro y, en alguna medida, con el interés por beneficiar la relación, como se indicó anteriormente al exponer los resultados del análisis factorial.

**Tabla 4.** Medias y desviaciones estándar de las escalas y sub-escalas

	<b>Medias</b>	<b>Desv. Estándar</b>
<b>Satisfacción</b>	6,45	1,50
<b>Compromiso</b>	6,86	1,63
<b>Cuidados</b>	6,43	1,03
<b>Motiv. pro-compañero</b>	7,32	1,08
<b>Motiv. pro-relación</b>	6,71	1,60
<b>Motiv. .introyectada</b>	3,03	1,98
<b>Motiv. Externa</b>	1,03	1,28
<b>Experiencia placentera</b>	6,56	1,33

En resumen, estos datos permiten caracterizar a la muestra de este estudio como conformada, en general, por personas bien avenidas y conformes con su relación (altos niveles de satisfacción, compromiso, y de motivaciones autónomas para el cuidado). Además, como se señaló previamente, la gran mayoría de las personas en la muestra dijo tener una relación romántica exclusiva con su pareja (sólo 7% saliendo de forma casual) y

las relaciones eran relativamente duraderas en promedio (26 meses), lo que es compatible con los altos indicadores de satisfacción y compromiso descritos en esta sección.

#### *Correlaciones preliminares con las variables de control*

En la presente investigación se consideraron las siguientes variables de control: edad, sexo, duración de la relación y tipo de relación (casual, exclusiva, cohabitando, comprometido y casado). Previamente a someter a prueba las hipótesis, se exploró si existía relación entre estas variables de control y las restantes variables en estudio (cuidados, satisfacción, compromiso y motivaciones).

Como se observa en la Tabla 5 (primera fila), las personas involucradas en relaciones de más larga duración reportaron un mayor nivel de compromiso ( $r = .23$ ,  $p < .01$ ) y satisfacción ( $r = .15$ ,  $p < .05$ ), pero no se encontró una asociación significativa con las motivaciones ni con la disposición para entregar cuidados. La Tabla 5 (segunda fila) muestra también que la edad no se asoció significativamente con las variables en estudio.

Para contrastar la relación entre el sexo de los participantes y las otras variables, al sexo se le asignó los valores 0 (masculino) y 1 (femenino). Por lo tanto, una correlación positiva entre el sexo y otra variable significa que las mujeres presentan en mayor medida dicha variable que los hombres, y una correlación negativa significa que la presentan en menor medida. Los resultados de la Tabla 5 (tercera fila) indican que, en comparación con los hombres, las mujeres tuvieron un nivel de compromiso y satisfacción significativamente más alto ( $r = .23$ ,  $p < .01$  y  $r = .15$ ,  $p < .05$ , respectivamente), pero no se observaron diferencias significativas entre los sexos en la disposición para entregar cuidados. En cuanto a las correlaciones del sexo con las motivaciones para el cuidado, se observa que las mujeres mostraron una motivación pro-relación más alta ( $r = .15$ ,  $p < .05$ ), y motivaciones externas e introyectadas más bajas que los hombres ( $r = -.17$ ,  $p < .05$  y  $r = -.19$ ,  $p < .01$ , respectivamente). No hubo una asociación significativa entre la variable sexo y la motivación pro-compañero.

**Tabla 5.** Correlaciones entre variables en estudio y variables de control

	Pro-compañero	Pro-relación	Introyectada	Externa	Satisfacción	Compromiso	Cuidados
<b>Duración</b>	0,11	0,04	-0,06	-0,02	<b>0,15*</b>	<b>0,23**</b>	0,06
<b>Edad</b>	-0,06	-0,14	-0,12	-0,08	0,00	0,03	0,06
<b>Sexo</b>	0,09	<b>0,15*</b>	<b>-0,19**</b>	<b>-0,17*</b>	<b>0,15*</b>	<b>0,23**</b>	0,10

\*\*  $p < .01$ ; \*  $p < .05$

Se realizó un análisis de varianza (ANOVA) para explorar posibles diferencias de los sujetos en satisfacción, compromiso y cuidados en función del tipo de relación romántica que mantenían con su pareja (casual, exclusiva, cohabitando, comprometido y casado). El análisis reveló que existían diferencias significativas entre los grupos en los niveles de satisfacción ( $F(4,202) = 8,58, p < .01$ ), compromiso ( $F(4,202) = 8,62, p < .01$ ) y cuidados ( $F(4,202) = 5,71, p < .01$ ). No sorprendentemente, el test de Scheffé indicó que el grupo que mantenía una relación casual tenía una media significativamente menor a la de los 4 grupos restantes en satisfacción ( $M = 4,6; DS = 1,84$ ), compromiso ( $M = 5,0; DS = 2,38$ ) y disposición para entregar cuidados ( $M = 5,4; DS = 1,33$ ). Los restantes 4 grupos no difirieron significativamente entre sí en ninguna de estas variables. La Tabla 6 muestra las medias y desviaciones de cada variable obtenidas por cada grupo de participantes según el tipo de relación.

**Tabla 6:** Medias de satisfacción, compromiso y cuidados en función del tipo de relación

	Satisfacción		Compromiso		Cuidados	
	M	DS	M	DS	M	DS
<b>Casual</b>	<b>4,6</b>	1,84	<b>5,0</b>	2,38	<b>5,4</b>	1,33
<b>Exclusiva</b>	6,5	1,42	6,8	1,55	6,4	0,97
<b>Cohabitando</b>	6,5	1,13	7,1	1,57	6,5	1,07
<b>Comprometido</b>	7,1	1,14	7,6	0,86	6,8	0,90
<b>Casado</b>	7,0	1,31	7,8	0,38	6,8	0,72
<b>TOTAL</b>	6,5	1,50	6,9	1,63	6,4	1,03

Se realizó un análisis similar en cuanto a las motivaciones para el cuidado de acuerdo al tipo de relación. Un análisis de varianza seguido por el test de Scheffé indicó que las personas involucradas en relaciones casuales tenían una media en motivación pro-compañero significativamente más baja que las personas en relaciones exclusivas, cohabitando, comprometidas, o casadas ( $F(4,202) = 5,22, p < .001$ ), no existiendo diferencias significativas entre estos últimos 4 grupos. En cuanto a la motivación pro-relación, introyectada y externa, no hubo diferencias significativas entre ninguno de los grupos. La Tabla 7 contiene las medias y desviaciones en cada motivación para cada tipo de relación.



**Tabla 7:** Medias de los tipos de motivación en función del tipo de relación.

	Pro-compañero		Pro-relación		Introyección		Externa	
	M	DS	M	DS	M	DS	M	DS
<b>Casual</b>	6,1	2,2	5,6	2,2	3,4	1,8	1,5	1,4
<b>Exclusiva</b>	7,4	0,9	6,7	1,6	3,1	2,0	1,1	1,3
<b>Cohabitando</b>	7,6	0,7	6,9	1,2	2,7	1,6	0,9	1,2
<b>Comprometido</b>	7,5	1,1	7,0	1,6	3,2	2,0	0,8	1,1
<b>Casado</b>	7,4	0,6	7,1	1,0	1,8	1,9	0,6	0,7
<b>TOTAL</b>	7,3	1,1	6,7	1,6	3,0	2,0	1,0	1,3

Puesto que se encontraron algunas relaciones significativas entre las variables incluidas en las hipótesis y las variables de control, en los análisis posteriores se realizaron correlaciones parciales controlando la edad, el sexo, y la duración de la relación. A continuación se presentan los análisis involucrados en la contrastación de hipótesis.

#### *Asociación entre motivos*

Para establecer la relación existente entre los 4 distintos tipos de motivación para entregar cuidados, se obtuvieron las correlaciones entre las medias de cada sub-escala motivacional (Tabla 8). Se esperó que las correlaciones entre los diferentes tipos de motivación representaran un continuo, tal como lo describe la Teoría de la Autodeterminación, de modo que mientras más autónomas fueran las motivaciones para entregar cuidados (motivación pro-compañero y pro-relación, respectivamente), menor fuera la motivación externa, y donde la motivación introyectada representara un punto intermedio (H3).

**Tabla 8.** Correlaciones entre motivaciones

	Pro-compañero	Pro-relación	Introyectada	Externa
<b>Pro-compañero</b>	-			
<b>Pro-relación</b>	.56**	-		
<b>Introyectada</b>	.16*	.12	-	
<b>Externa</b>	-.12	.02	.43**	-

N= 207 gl= 201; \*\* p < .001

Como se supuso, se encontró una correlación positiva y significativa entre las motivaciones autónomas pro-compañero y pro-relación ( $r = .56$ ,  $p < .001$ ). En segundo lugar, no se encontró que estas motivaciones autónomas exhibieran correlaciones altamente negativas con la motivación externa. Aunque la motivación externa presentó una correlación negativa con la motivación autónoma pro-compañero, ésta no alcanzó significación estadística ( $r = -.12$ ,  $p > .05$ ), y la correlación que tuvo con la motivación pro-relación fue prácticamente nula ( $r = .02$ ,  $p > .05$ ). Finalmente, la motivación introyectada se

asoció positiva y significativamente con la motivación externa ( $r = .43$ ,  $p < .001$ ), a la vez que presentó una leve pero estadísticamente significativa correlación positiva con la motivación pro-compañero ( $r = .16$ ,  $p < .05$ ).

En resumen, los resultados corroboran parcialmente la hipótesis propuesta. A saber, se encontró que a) las dos motivaciones definidas como más autónomas (pro-compañero y pro-relación, respectivamente) se encuentran positivamente asociadas entre sí; b) las dos motivaciones definidas como menos autónomas (externa e introyectada, respectivamente) se encuentran positivamente asociadas entre sí; c) la motivación introyectada representa un punto relativamente intermedio de autonomía, exhibiendo una asociación positiva tanto con la motivación externa como con la motivación pro-compañero; y d) la motivación externa, definida como la menos autónoma de todas, se asocia negativamente con la motivación pro-compañero, definida como la más autónoma de todas, pero esta asociación no alcanzó a ser significativa.

Este último resultado cuestiona la existencia del antagonismo entre motivación autónoma y externa planteada por la teoría, al menos en el ámbito de la conducta pro-social en un contexto de relación de pareja, cual es el que atañe al presente estudio. Más bien, los resultados en este ámbito específico indican que la presencia de una motivación autónoma para entregar cuidados no predice necesariamente un bajo nivel de motivación externa, y viceversa. Ello sugiere que la motivación autónoma y externa para el cuidado no constituyen los dos polos de un mismo continuo, sino que más bien representan dos dimensiones diferentes ubicadas en una posición relativamente ortogonal entre sí. Para confirmar esta relación se realizó un análisis factorial de componentes principales, con las medias de los 4 motivos.

**Tabla 9.** Análisis factorial utilizando las medias de cada motivación.

MEDIAS / FACTOR	1	2
Pro-relación	.84	-.25
Pro-compañero	.84	-.32
Externa	.17	.86
Introyectada	.45	.74

Como se observa en la Tabla 9, las motivaciones se agruparon en dos factores diferentes, en lugar de hacerlo en uno solo, como se esperaría si efectivamente se ordenaran en un continuo de mayor a menor autonomía. El primer factor es representado por las dos motivaciones autónomas, y el segundo es representado por las dos motivaciones menos autónomas. Sin embargo, es interesante constatar que la motivación

introyectada vuelve a reflejar, hasta cierto punto, una posición intermedia entre estas dos dimensiones, ya que presenta cargas altas en ambos factores, y por lo tanto no es posible incluirla claramente dentro de un factor específico, si bien se asocia más estrechamente con la motivación externa.

#### *Motivaciones y experiencia placentera*

También se exploró en qué medida la experiencia placentera acompaña a los distintos tipos de motivación para entregar cuidados. Los resultados se muestran en la Tabla 10.

**Tabla 10.** Correlaciones entre motivaciones y experiencia placentera.

	<b>Experiencia placentera</b>
<b>Pro-otro</b>	.67**
<b>Pro-relación</b>	.58**
<b>Introyectada</b>	.06
<b>Externa</b>	-.12

N= 207 gl= 201; \*\* p < .001

Como se esperaba (H4), la experiencia de agrado al entregar cuidados se asoció positiva y significativamente con las motivaciones autónomas pro-compañero ( $r = .67$ ,  $p < .001$ ) y pro-relación ( $r = .58$ ,  $p < .001$ ). Se hipotetizó que la experiencia placentera se asociaría negativamente con las motivaciones menos autónomas (H5), sin embargo sólo la motivación externa se asoció negativamente con ella, aunque esta correlación fue leve y no alcanzó a ser significativa ( $r = -.12$ ,  $p > .05$ ). La motivación introyectada presentó una correlación casi nula con la experiencia placentera ( $r = .06$ ,  $p > .05$ ). Estos resultados son coherentes con los planteamientos de la Teoría de la Autodeterminación, pues indican que las personas motivadas autónomamente experimentan mayor gratificación al actuar, en comparación con las que actúan motivadas por presiones externas o por una presión interna o introyecto (sentido del deber, de culpa o de orgullo personal). Sin embargo, la motivación externa e introyectada por sí mismas no predicen necesariamente una menor cantidad de placer al entregar cuidados.

#### *Satisfacción, compromiso hacia la relación y cuidado hacia la pareja*

Se quiso verificar los hallazgos encontrados en otros estudios respecto a la relación positiva entre satisfacción, compromiso y la disposición para entregar cuidados. En primer lugar, se esperó encontrar una relación positiva entre la satisfacción y el compromiso (H6).

Tal como lo han demostrado los autores de la Escala del Modelo de Inversión (Rusbult et al., 1998; Le y Agnew, 2003), la satisfacción presentó una fuerte correlación positiva con el compromiso ( $r = .69$ ,  $p < .01$ ), lo cual representa una validación de esta escala en una muestra de nuestro país.

**Tabla 11.** Correlaciones entre satisfacción, compromiso y cuidados.

	Sat.	Comp.
Satisfacción	-	
Compromiso	0,69**	-
Cuidados	0,61**	0,62**

N= 207; gl= 202; \*\*  $p < .001$

En segundo lugar, se planteó que una mayor disposición para entregar cuidados a la pareja predeciría un mayor nivel de satisfacción (H7) y compromiso (H8) hacia la relación. La Tabla 11 muestra que tanto la satisfacción como el compromiso presentaron una fuerte y significativa asociación positiva con la disposición para entregar cuidados ( $r = .61$  y  $r = .62$ ,  $p < .01$ , respectivamente), lo cual significa que las personas más comprometidas y satisfechas con su relación entregan más cuidados a su pareja que las personas menos comprometidas y satisfechas con ella. Es necesario recordar que esta asociación ocurre con independencia de la duración de la relación, ya que esta variable fue controlada. Esto reafirma los hallazgos de otros estudios señalados inicialmente, en cuanto a la importancia que tienen las conductas de cuidado, en sí mismas, para predecir la calidad futura de la relación.

*Motivaciones: su relación con la entrega de cuidados, la satisfacción y el compromiso.*

El propósito principal del presente estudio fue explorar el rol de las motivaciones para dar cuidados a la pareja en la predicción de la disposición hacia la entrega de cuidados, la satisfacción en la relación y el compromiso hacia ella. Para alcanzar este objetivo se realizaron análisis correlacionales utilizando el puntaje factorial de los ítems de cada motivación, dado que estos puntajes no están correlacionados entre sí (pues fueron obtenidos mediante un análisis factorial con rotación ortogonal).

En esta sección se presenta el aporte único y conjunto de las motivaciones en la predicción de la entrega de cuidados, el compromiso y la satisfacción, tal como fue propuesto en el sexto objetivo de este estudio. Para ello se realizarán análisis de regresión múltiple por pasos (step-wise). En el modelo predictivo final ingresan todas las variables

que hacen una contribución útil a la predicción de la variable dependiente, partiendo por la variable predictora con la mayor correlación con la dependiente, y siguiendo en orden decreciente con las restantes que hacen una contribución única a la predicción

A continuación se presentan los resultados, ordenados de acuerdo a su posición en el planteamiento de los objetivos:

*a) Motivaciones y disposición para entregar cuidados*

La Tabla 12 muestra las correlaciones parciales de los 4 tipos motivacionales con el nivel de cuidados (controlando la edad, el sexo y la duración de la relación).

Considerando que teóricamente las motivaciones más autodeterminadas se hallan más integradas al sí mismo, aumentando con ello la persistencia, calidad y frecuencia del comportamiento, se anticipó que las motivaciones autónomas pro-compañero y pro-relación predecirían una mejor disposición hacia el cuidado de la pareja (H9). Los resultados confirmaron esta hipótesis, revelando que ambas motivaciones autónomas presentaron correlaciones positivas y significativas con la entrega de cuidados, siendo más fuerte la asociación con la motivación pro-compañero ( $r = .45$ ,  $p < .001$ ) que con la motivación pro-relación ( $r = .27$ ,  $p < .001$ ). Al mismo tiempo se esperó que la motivación externa para cuidar de la pareja predijera una menor disposición para entregar cuidados (H10). Confirmando esta hipótesis, se observó que la motivación externa presentó una correlación negativa y significativa con la entrega de cuidados ( $r = -.34$ ,  $p < .001$ ). Como se esperaba también (H11), la relación con la motivación introyectada fue baja y no significativa, debido a lo cual no es posible afirmar que las personas motivadas por un sentido del deber o para sentirse bien con ellos mismos presenten mayor o menor disposición hacia el cuidado de su pareja.

**Tabla 12.** Correlaciones entre motivos y disposición hacia el cuidado.

	<b>Cuidados</b>
<b>Pro-compañero</b>	0,45**
<b>Pro-relación</b>	0,27**
<b>Introyectada</b>	-0,10
<b>Externa</b>	-0,34**

N= 207, gl= 202, \*\*  $p < .001$

Por último, se determinó el aporte conjunto de las motivaciones en la predicción de la entrega de cuidados. Los resultados del análisis de regresión se exponen en la Tabla 13. Como se observa, 3 motivaciones tuvieron una correlación múltiple de 0,63 con el

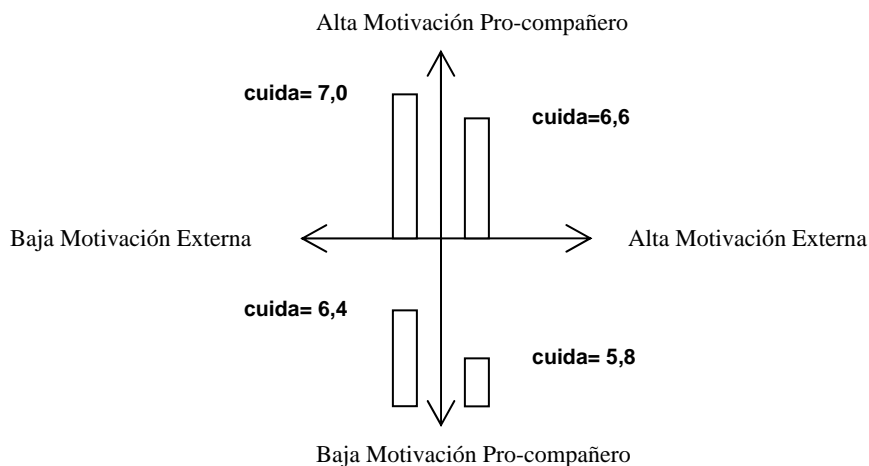
cuidado, explicando en conjunto un 40% de la varianza en esta variable criterio. El principal aporte a la predicción fue el de la motivación en pro del compañero, seguido por el de la motivación externa, y finalmente la motivación en pro de la relación. Esto indica que quienes tienen una mejor disposición para cuidar a su pareja son aquellos que lo hacen para beneficiarla a ella y a la relación y que, al mismo tiempo, no buscan con su conducta evitar sanciones.

**Tabla 13.** Análisis de regresión múltiple: motivaciones prediciendo la disposición hacia el cuidado

Modelo	Predictores (Motivaciones)	R	R <sup>2</sup>	cambio F	gl1	gl2	Sig. Cambio. F
1	Pro-compañero	0,45	0,20	51,23	1	205	0,000
2	Pro-compañero, externa	0,57	0,32	37,38	1	204	0,000
3	Pro-compañero, externa, pro-relación	0,63	<b>0,40</b>	24,17	1	203	0,000
	<i>Variable dependiente: Cuidados</i>						

Como una forma más de ilustrar este resultado, se dividió a las personas en 4 grupos de acuerdo a la mediana en la motivación autónoma (pro-compañero, por ser ésta la motivación más autónoma) y la mediana en la motivación externa. Así, estos 4 grupos de personas quedaron conformados por aquellos con a) alta motivación autónoma y baja motivación externa, b) alta motivación autónoma y alta motivación externa, c) baja motivación autónoma y alta motivación externa, y d) baja motivación autónoma y baja motivación externa. A continuación, se obtuvo la media de cada grupo en la disposición hacia el cuidado de la pareja. Como se aprecia en la Figura 2, el grupo más dispuesto a entregar cuidados fue aquel que presentó un alto nivel de motivación autónoma pro-compañero en relación al resto de los individuos y que, a su vez, presentó un bajo nivel de motivación externa respecto al mismo. Por otro lado, el grupo que presentó el nivel más bajo de cuidados fue aquel que, además de presentar una menor motivación pro-compañero, mostró un mayor nivel de motivación externa. En un nivel intermedio se encontró el grupo alto en motivación pro-compañero y alto en motivación externa, y el grupo bajo en ambas motivaciones, los cuales presentaron leves variaciones en el nivel de cuidados.

**Figura 2.** Medias en cuidados de 4 grupos de personas conformados en función de su motivación autónoma (pro-compañero) y su motivación externa.



Finalmente, se quiso examinar la probabilidad de dar cuidados en función de la pertenencia a un grupo alto versus uno bajo en autonomía. Para obtener un indicador único de autonomía se restó el puntaje obtenido en la motivación externa del puntaje obtenido en la motivación pro-compañero (autonomía = pro-compañero – externa). Se definió como grupo alto en autonomía el 20% de las personas con el puntaje más alto en este índice (45 sujetos), y bajo en autonomía el 20% de las personas con el puntaje más bajo (43 sujetos). Para definir el cuidado en términos dicotómicos se consideró como el grupo que “sí da cuidados” a los que tuvieron puntajes sobre la media en cuidados, y como el grupo que “no da cuidados” a los que puntuaron bajo la media. Los resultados indicaron que el 91% de las personas en el grupo de alta autonomía daba cuidados, mientras que sólo 9% del grupo bajo en autonomía daba cuidados. Por lo tanto, la probabilidad de dar cuidados fue 10 veces más alta en el grupo de alta autonomía que en el de baja autonomía.

#### *b) Motivaciones y satisfacción.*

En segundo lugar, se examinó la asociación entre cada tipo de motivación con la satisfacción en la relación. La Tabla 14 muestra que la satisfacción en la relación se asoció positiva y significativamente con las motivaciones autónomas pro-compañero y pro-relación ( $r = .28$ ,  $p < .001$  en ambos casos). Asimismo, la satisfacción correlacionó negativa y significativamente con la motivación externa para entregar cuidados ( $r = -.26$ ,  $p$

< .001) y presentó una asociación negativa, pero no significativa con la motivación introyectada ( $r = -.13$ ,  $p > .05$ ). Los resultados confirman la hipótesis de que las motivaciones más autónomas para entregar cuidados al compañero predicen un mayor nivel de satisfacción al interior de la relación (H12), y que la motivación externa predice un menor nivel de satisfacción (H13). También confirma la hipótesis de que cuidar del compañero por un sentido del deber, de culpa o para enorgullecer el ego (i.e., por una motivación introyectada) no predice un mayor o menor nivel de satisfacción en la relación (H14).

**Tabla 14.** Correlaciones entre motivos y satisfacción.

	Satisfacción
<b>Pro-compañero</b>	0,28**
<b>Pro-relación</b>	0,28**
<b>Introyectada</b>	-0,13
<b>Externa</b>	-0,26**

N= 207, gl= 202, \*\*  $p < .001$

Como se aprecia en la Tabla 15, el análisis de regresión arrojó una correlación múltiple de 0,50 entre las motivaciones y la satisfacción, explicando en conjunto un 25% de la varianza en esta variable criterio. El nivel de satisfacción fue mejor predicho por la motivación en pro de la relación, seguido por la motivación pro-compañero y, finalmente, la motivación externa. Esto sugiere que las personas con un mayor nivel de satisfacción entregan cuidados para mejorar su relación de pareja y aumentar la felicidad del compañero y, en cambio, no lo hacen para evitar sanciones o en respuesta a presiones.

**Tabla 15.** Análisis de regresión múltiple: motivaciones prediciendo el nivel de satisfacción

Modelo	Predictores (Motivaciones)	R	R <sup>2</sup>	cambio F	Gl1	gl2	Sig. Cambio F
1	Pro-relación	0,30	0,09	20,54	1	205	0,000
2	Pro-relación, pro-compañero	0,42	0,18	21,75	1	204	0,000
3	Pro-relación, pro-compañero, externa	0,50	<b>0,25</b>	19,88	1	203	0,000
	<i>Variable dependiente: Satisfacción</i>						

### c) Motivaciones y compromiso

Por último, se examinó la asociación entre cada tipo de motivación con el compromiso hacia la relación. Los resultados se encuentran en la Tabla 16.

Como se esperaba (H15), el compromiso hacia la relación estuvo positivamente asociado con las motivaciones autónomas para cuidar de la pareja, aunque la relación fue algo más fuerte con la motivación por el bienestar del compañero ( $r = .44$ ,  $p < .001$ ) que



con la motivación por fortalecer la relación ( $r = .33$ ,  $p < .001$ ). Como se hipotetizó también (H16), el compromiso estuvo correlacionado negativa y significativamente con la motivación externa ( $r = -.16$ ,  $p < .05$ ), aunque esta correlación fue bastante baja. La motivación introyectada no presentó una asociación significativa con el compromiso, tal como se esperaba (H17).

Los resultados indican que las personas más interesadas en mantener su relación de pareja presentan principalmente una mayor motivación por beneficiar al compañero, seguidas por un interés en la relación propiamente tal.

**Tabla 16.** Correlaciones entre motivos y compromiso.

	<b>Compromiso</b>
<b>Pro-compañero</b>	0,44**
<b>Pro-relación</b>	0,33**
<b>Introyectada</b>	0,01
<b>Externa</b>	-0,16*

N= 207, gl= 202, \*\*  $p < .001$ , \*  $p < .05$

El análisis de regresión (ver Tabla 17) muestra que las dos motivaciones autónomas y la motivación externa tuvieron una correlación múltiple de 0,60 con el compromiso, explicando en conjunto un 36% de la varianza en esta variable criterio. La motivación en pro del compañero fue el principal predictor, seguido de la motivación en pro de la relación, y en menor medida de la motivación externa.

**Tabla 17.** Análisis de regresión múltiple: motivaciones prediciendo el nivel de compromiso

<b>Modelo</b>	<b>Predictores (Motivaciones)</b>	R	R <sup>2</sup>	cambio F	gl1	gl2	Sig. Cambio. F
<b>1</b>	Pro-compañero	0,46	0,21	54,32	1	205	0,000
<b>2</b>	Pro-compañero, pro-relación	0,57	0,33	36,61	1	204	0,000
<b>3</b>	Pro-compañero, pro-relación, externa	0,60	<b>0,36</b>	10,61	1	203	0,001
	<i>Variable dependiente: Compromiso</i>						

*Experiencia placentera: su relación con los cuidados, la satisfacción y el compromiso.*

Se determinó si una mayor disposición a entregar cuidados se acompaña de una mayor experiencia de placer (H18), y también si las personas más comprometidas y satisfechas con su relación experimentan mayor agrado al cuidar de su pareja (H19 y H20). Los resultados se encuentran en la Tabla 18. En concordancia con lo esperado (H18), se encontró una correlación positiva y significativa entre la experiencia placentera y la entrega de cuidados ( $r = .50$ ,  $p < .001$ ), lo cual sugiere que una mayor experiencia de gratificación y placer al cuidar del compañero predice una mejor disposición para comportarse así.

Asimismo, se corroboró la hipótesis de que disfrutar y sentirse agradado al cuidar del compañero se encuentra asociado a un mayor nivel de satisfacción (H19) y compromiso (H20), ya que se encontraron correlaciones positivas y significativas entre la experiencia de placer y estas variables ( $r = .36$  y  $r = .39$ ,  $p < .001$ , respectivamente).

**Tabla 18.** Correlaciones entre experiencia placentera, satisfacción, compromiso y cuidados.

	Cuidados	Satisfacción	Compromiso
Experiencia placentera	0,50**	0,36**	0,39**

N= 207, gl= 202, \*\*  $p < .001$

*Cuidados mediando la relación de las motivaciones con la satisfacción y el compromiso.*

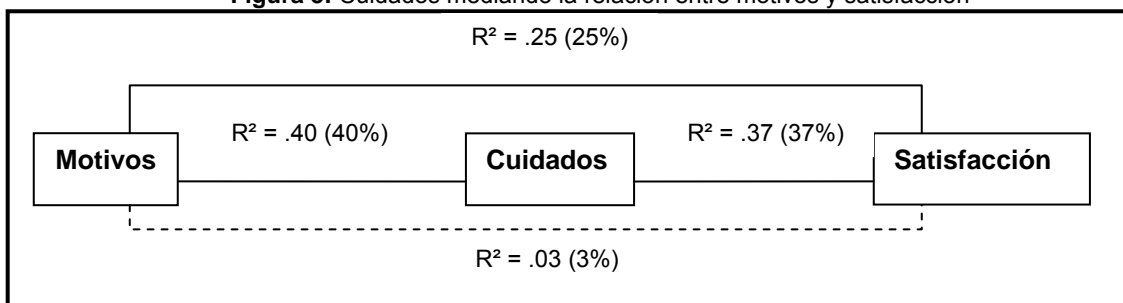
Las últimas hipótesis de este estudio predicen que la entrega de cuidados mediará la asociación de las motivaciones con la satisfacción (H21) y el compromiso (H22). Para determinar la existencia de tal mediación se utilizó el procedimiento de Baron y Kenny (1986), incorporando en una regresión las motivaciones y los cuidados como variables predictoras de la satisfacción y el compromiso. De acuerdo a este procedimiento, las correlaciones entre la variable independiente (motivaciones) y las variables dependientes (satisfacción y compromiso) deberían disminuir cuando se incorpora la variable mediadora (cuidados) en la ecuación, de modo que el efecto de la variable independiente sobre la dependiente no se explique completamente sin la intervención del mediador.

El análisis de regresión para la satisfacción se muestra en la Tabla 19. Se incluyeron como predictores la disposición hacia el cuidado y las motivaciones para el cuidado. Se observa que los cuidados por sí solos explicaron un 37% de la varianza en satisfacción (ver Modelo 1). Al incluirse las motivaciones (ver Modelo 2) el porcentaje de varianza explicada crece a un 40%. En consecuencia, las motivaciones explicaron sólo un 3% extra de varianza en satisfacción, por sobre lo que explicó el cuidado. Así, el efecto de las motivaciones sobre la satisfacción se redujo de un 25% (como se mostró en análisis anteriores), a un 3% cuando los cuidados fueron controlados, indicando un gran efecto mediador de esta variable (ver figura 3).

**Tabla 19.** Análisis de regresión múltiple: motivaciones y cuidados prediciendo el nivel de satisfacción

Modelo	Predictores	R	R <sup>2</sup>	cambio F	gl1	gl2	Sig. Cambio F
1	CUIDADOS	0,61	<b>0,37</b>	120,12	1,000	205	0,000
2	CUIDADOS, Motivaciones	0,63	<b>0,40</b>	8,93	1,000	204	0,003
	<i>Variable dependiente: Satisfacción</i>						

**Figura 3:** Cuidados mediando la relación entre motivos y satisfacción

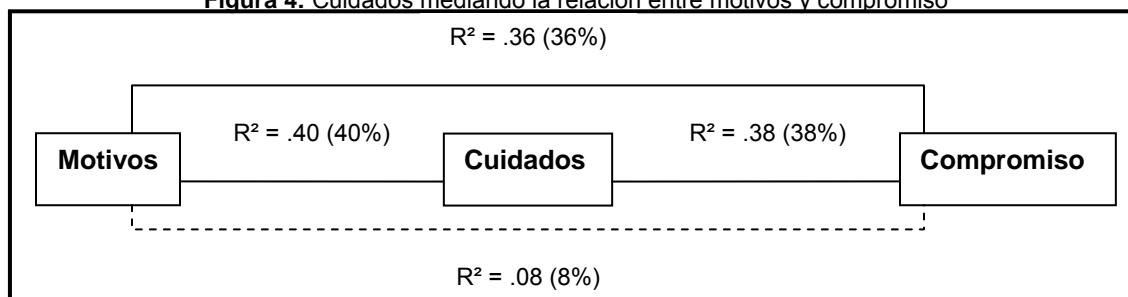


En cuanto al compromiso, el Modelo 1 de la tabla 20 muestra que los cuidados explican un 38% de la varianza en compromiso, y la varianza explicada crece al 46% al incluirse las motivaciones en el Modelo 2. Por consiguiente, las motivaciones explicaron un 8% de varianza extra en compromiso por sobre lo que explicó el cuidado. Como se observa en la Figura 4, la varianza en compromiso explicada por las motivaciones se redujo de un 36% a un 8% cuando se incluyeron los cuidados en la regresión, demostrándose con ello el efecto mediador de los cuidados en la relación entre motivaciones y compromiso.

**Tabla 20.** Análisis de regresión múltiple: motivaciones y cuidados prediciendo el nivel de compromiso

Modelo	Predictores	R	R <sup>2</sup>	cambio F	gl1	gl2	Sig. Cambio F
1	CUIDADOS	0,62	<b>0,38</b>	124,91	1	205	0,000
2	CUIDADOS, motivaciones	0,68	<b>0,46</b>	18,35	1	203	0,000
	<i>Variable dependiente: Compromiso</i>						

**Figura 4:** Cuidados mediando la relación entre motivos y compromiso



Los resultados confirman la hipótesis de que las motivaciones autónomas predicen un mayor nivel de satisfacción (H21) y compromiso hacia la relación (H22) principalmente en la medida que ellas aumentan la disposición para cuidar de la pareja. Es decir, serían los cuidados entregados al compañero los que incidirían significativamente en la satisfacción experimentada al interior de la relación y en la intención de permanecer en ella.

## Discusión

La Teoría de la Autodeterminación distingue distintos tipos de motivación para actuar, los cuales difieren en la percepción de libertad o autodeterminación con que la persona ejecuta las conductas. La teoría predice que, de acuerdo a la vivencia de autonomía con que se realizan los comportamientos, habrán diferencias tanto en la experiencia de placer del individuo como en las consecuencias de su actuar. En el presente estudio se puso a prueba esta teoría en el ámbito de los comportamientos prosociales al interior de las relaciones de pareja, lo cual, hasta el momento, no se ha realizado en otros estudios.

En una muestra de jóvenes universitarios que mantenían una relación romántica, se indagó en la existencia de distintas motivaciones para entregar cuidados a la pareja, y se exploró en qué medida éstas predijeron diferencias en la disposición hacia el cuidado y en la vivencia de placer al realizar estas conductas, como también en la satisfacción general y el compromiso con la relación.

Los resultados de este estudio revelaron que efectivamente las personas pueden entregar cuidados a su pareja motivadas por diferentes razones. Se encontró que las personas pueden cuidar del otro con la intención de: (a) beneficiarlo directamente y procurar su felicidad (motivación pro-compañero); (b) fortalecer y mejorar la calidad de la relación de pareja que se tiene con éste (motivación pro-relación); (c) experimentar sentimientos de orgullo personal y evitar sentimientos de culpabilidad (motivación introyectada); y (d) evitar recibir sanciones o críticas por parte de la pareja (motivación externa).

### Motivaciones y experiencia placentera

Tal como la Teoría de la Autodeterminación lo predice, cada tipo de motivación representó una vivencia distinta para los individuos. Las motivaciones para cuidar de la pareja que se hipotetizaban serían más autónomas –motivación pro-compañero y pro-relación- efectivamente se asociaron a una mayor experiencia de placer que las motivaciones que se postularon como menos autónomas –motivación externa e introyectada. Esto significa que cuando las personas entregan cuidados movidos por el genuino interés de beneficiar al otro o de beneficiar a la relación, lo hacen con mayor agrado y entusiasmo que cuando cuidan de su pareja porque se sienten presionados a

hacerlo, ya sea que la presión corresponda a la amenaza de una recriminación emanada desde el exterior (críticas de la pareja) o desde el interior (propios sentimientos de culpabilidad).

De acuerdo con la teoría, esto se explica porque las motivaciones que han sido integradas al sí mismo hasta convertirse en autónomas, comparten muchas características positivas con la motivación intrínseca, entre las cuales se encuentra una mayor experiencia de placer vivenciada por el individuo (Ryan y Deci, 2000). Si bien una conducta de ayuda puede no ser placentera en sí misma (por ejemplo, el lavar platos o postergar una actividad entretenida), en la medida que el individuo reconoce y acepta el valor e importancia de ayudar a su pareja, integrando este comportamiento como parte de su propio ser, entonces actuará con un completo sentido de libertad, autodecisión, y coherencia interna, disfrutando de la experiencia aún cuando la acción no sea intrínsecamente agradable. Al contrario, cuando las personas no se identifican plenamente con el hecho de poner atención a las necesidades de la pareja, de otorgarle apoyo cuando está aporreada o de transmitirle afecto y compañerismo, es más probable que el entusiasmo espontáneo para realizar estas conductas disminuya y, en cambio, se actúe de manera forzada o desganada, volviéndose finalmente una carga poco grata para el individuo.

Por otro lado, los resultados mostraron que entre las dos motivaciones autónomas, la preocupación por el bienestar del compañero se asoció a una mayor experiencia de placer que la preocupación por la relación. Una posible explicación a este hecho es que la conducta de ayuda, por definición, está destinada a beneficiar al otro y, por lo tanto, el placer derivaría de lograr ese objetivo. En ese caso, es probable que el placer y satisfacción asociados a este tipo motivacional surjan al percibir los efectos favorables que la conducta de ayuda tendrá en el compañero. Este tema será discutido en extenso más adelante.

#### *Motivaciones y disposición hacia el cuidado.*

Pero no sólo se demostró que las motivaciones se asociaron a distintas experiencias de placer para el individuo; también se comprobó que los distintos tipos de motivación predicen diferentes niveles de disposición hacia el cuidado. En concordancia con los resultados anteriores, se encontró que cuando las personas entregaron cuidados a su pareja motivadas en forma autónoma, presentaron una mejor disposición para

responder a las necesidades de la pareja, comunicarle interés por sus asuntos cotidianos y otorgarle ayuda en general. Por el contrario, cuando las personas sintieron algún grado de presión para cuidar de su pareja, mostraron menor interés en gratificar a su pareja, menor disposición para acercarse a ella cuando está angustiada y, en cambio, mostraron mayor rechazo a la proximidad de la pareja, a incluir sus necesidades dentro de las propias y a dedicarle más tiempo o atención de lo habitual cuando ésta lo solicita.

Como se ha mencionado en la literatura revisada, la decisión de cuidar y de responder a las necesidades del otro requiere de una disposición para postergar ciertos beneficios inmediatos cuando estos son discordantes con los intereses de la pareja, pues en muchas ocasiones no se pueden satisfacer ambos. Así por ejemplo, habrá momentos en que el otro necesite un favor que le signifique a uno desviarse de una actividad interesante, en cuyo caso habrá que decidir si renunciar o no a la propia gratificación para así ayudar a la pareja. Es en estas situaciones cuando el tipo de motivación que subyace a los cuidados puede jugar un rol decisivo y determinar su calidad y frecuencia.

Las presiones externas tales como las críticas, las amenazas o incluso el miedo a perder la relación, podrían disminuir la disposición para entregar más cuidados a la pareja de lo estrictamente necesario para atenuar estas presiones, o hasta podría transformar la entrega de cuidados en una entrega subyugada. En este caso, la disposición para renunciar a intereses personales estaría supeditada a la presencia de estas exigencias externas y, por lo tanto, tendría menor probabilidad de mantenerse en el tiempo.

Aún las presiones internas como el sentido de obligación o los sentimientos de culpa (motivación introyectada) podrían perjudicar esta disposición para postergar beneficios inmediatos en pos del bienestar de la pareja. Si bien la motivación introyectada no predijo por sí misma una mayor o menor disposición hacia el cuidado, sí se encontró una estrecha relación entre este tipo motivacional y la motivación externa para cuidar de la pareja. En este caso, la persona no se siente completamente apropiada de ese comportamiento, y por lo tanto su entrega podría no ser eficaz ni constante en el tiempo. El hecho de no sentirse plenamente libre al actuar podría tornar la ayuda en algo sacrificial y, finalmente, generar agotamiento en la persona al tratar a la pareja como en realidad no desea genuinamente hacerlo.

En contraste, el hecho de cuidar a la pareja por voluntad propia, guiado por el afecto o por la valoración que se tiene de la otra persona, facilita la entrega espontánea de cuidados y pronostica una mejor disposición futura para comportarse así. De hecho, un

resultado interesante fue que la motivación autónoma en pro del bienestar del compañero obtuvo la correlación más alta con la entrega de cuidados, incluso superando ampliamente a la motivación autónoma en pro de la relación. Esto reafirma la idea que cuando las personas cuidan de su pareja buscando el bienestar y felicidad de ésta, aun más allá de la prosperidad de la relación o de los beneficios personales que de ella deriven, ofrecen más cuidados, mantienen actitudes positivas de reparación y conciliación en momentos de conflicto y están más dispuestos a transar intereses personales para favorecer a su pareja.

Este hecho contradice los postulados de las teorías que plantean como única razón para actuar pro-socialmente hacia la pareja, la ventaja secundaria o los beneficios externos que esto conllevaría para la persona que ayuda. A diferencia de lo que sugiere la Teoría de la Interdependencia (Thibaut, y Kelley, 1959), para muchas personas la dependencia hacia su relación no es el principal motor de sus conductas positivas hacia el compañero, pues sus cuidados no están destinados principalmente a hacer perdurar la relación romántica, sino a contribuir al bienestar de la persona amada. Tampoco los resultados aportan evidencia para afirmar que la entrega de cuidados se fortalece siempre y cuando existan refuerzos positivos o cuando se evitan consecuencias negativas, como sostienen los modelos conductuales (Gaviria, 1999). Nuestros resultados indican que las personas movidas por esas contingencias externas tienen una menor disposición a cuidar de su pareja. Más aún, aquí se encontró un nuevo tipo de motivación para entregar cuidados (i.e., la motivación pro-compañero), que no está sujeto a otro tipo de contingencias externa más que la felicidad del otro, con independencia de una posible ganancia personal.

### *Motivaciones, Satisfacción y Compromiso*

Los resultados de este estudio también demostraron que los diferentes tipos de motivación mencionados tuvieron consecuencias funcionales distintas para la relación:

*Motivaciones y satisfacción.* En primer lugar, las motivaciones autónomas para entregar cuidados predijeron un mayor nivel de satisfacción al interior de la relación de pareja, mientras que la motivación menos autónoma predijo un menor nivel de satisfacción. Desde la Teoría de la Autodeterminación, esto puede explicarse por el hecho que las personas tienen una tendencia innata a sentirse autónomos, y cuando actúan así logran un mayor bienestar personal y una mejor adaptación social (Deci y Ryan, 2000, Ryan y Deci, 2000).

Incluso, se ha comprobado que las motivaciones autónomas para permanecer en una relación se asocian a conductas más adaptativas con la pareja y a un mejor ajuste diádico (Blais, Sabourin, Boucher, Vallerand, 1990). Del mismo modo, la autonomía experimentada al entregar los cuidados puede afectar de manera positiva las interacciones con la pareja y desarrollar un clima emocional cálido que contribuiría a la satisfacción relacional.

Como ya se expuso al principio de este trabajo, se ha demostrado que las relaciones más saludables y satisfactorias se desarrollan cuando los miembros actúan positivamente el uno con el otro y satisfacen sus necesidades psicológicas mutuas. Se ha comprobado también que si las personas satisfacen en el diario vivir las necesidades de competencia, autonomía y relación, consideradas básicas por la Teoría de la Autodeterminación, aumentan su bienestar emocional cotidiano (Reis, Sheldon, Gable, Roscoe y Ryan, 2000; Sheldon, Ryan y Reis, 1996). Dado que las motivaciones autónomas estuvieron asociadas a una mejor disposición para entregar cuidados a la pareja, probablemente las personas motivadas autónomamente tienen un trato más cuidadoso con su compañero y responden continuamente a sus necesidades de conexión (preocuparse de expresarle el cariño), competencia (hacerla sentir capaz o competente) y autonomía, (respetar su libre elección personal), favoreciendo con ello la calidad de la relación y la satisfacción de ambos. De hecho, los resultados mostraron que la asociación entre las motivaciones y la satisfacción estuvo mediada por los cuidados, lo cual indica que las motivaciones contribuyen a la satisfacción relacional, principalmente, en la medida que aumentan la disposición para entregar cuidados.

También el hecho de experimentar mayor placer entregando cuidados de manera autónoma ya supone un aumento de la propia satisfacción, al sentirse constantemente libre para actuar y percibir que se hace lo que realmente se anhela, ya sea beneficiar al otro o fortalecer la relación. En efecto, los resultados mostraron una asociación positiva entre la satisfacción y la experiencia de placer al entregar cuidados.

Además, es muy probable que el hecho de ver a la pareja feliz y satisfecha contribuya de algún modo a la propia satisfacción, sobre todo en aquellas personas que cuidan de su pareja con el fin prioritario de aumentar el bienestar de ella.

Por el contrario, probablemente la satisfacción disminuya en la medida que continuamente se entreguen cuidados de manera artificial o sin mucho interés ni convicción. Los cuidados que se otorgan con la sensación de no ser uno mismo, o de que



se renuncia a la libertad personal al hacerlo, pueden disminuir el bienestar propio y al mismo tiempo ir deteriorando la calidad de la relación. A su vez, si la persona actúa con poco entusiasmo probablemente lo haga de manera deficiente y, entonces, los cuidados pueden no resultar efectivos para el otro. Aún más, si la otra persona percibe que las atenciones y la ayuda no son genuinas, sino que están destinadas a lograr otros intereses personales o, incluso, que se realizan por obligación, probablemente los cuidados no tendrán un efecto positivo en el compañero ni tampoco en quien los emite. Lamentablemente, este estudio no consideró a la pareja en las mediciones de estas variables, por lo cual futuras investigaciones podrían explorar cómo la asociación entre las motivaciones para entregar cuidados y la satisfacción se ve influenciada por el efecto que éstas producen en el compañero.

*Motivaciones y compromiso.* Una segunda consecuencia del tipo de motivación para el cuidado tiene que ver con el nivel de compromiso hacia la relación. Los resultados mostraron que las personas más comprometidas entregaron cuidados motivados en forma autónoma, y las menos comprometidas tendieron a entregar cuidados motivados en forma externa. Con respecto a esto, la misma teoría sostiene que las conductas que han sido totalmente integradas al propio ser, se mantienen mejor en el tiempo y están asociadas con más altos niveles de compromiso (Deci y Ryan, 2000). Por lo mismo, es probable que cuando las personas presentan un auténtico interés en cuidar del compañero, también presentarán un mayor compromiso por mantener estos cuidados en el largo plazo y para incluirlos dentro de un proyecto común como pareja.

Es interesante destacar que el mejor predictor del compromiso en este estudio fue la motivación en pro del compañero, y no la motivación en pro de la relación. Esto pudiera parecer contradictorio con el hecho de que el compromiso se ha definido como la intención de mantener la relación en el tiempo (ver Arriaga y Agnew, 2001), debido a lo cual se esperaría que estuviera más asociado a las motivaciones que apuntan al desarrollo de la relación. De hecho, uno de los ítems en la escala de motivación pro-relación, se refiere explícitamente al deseo de mantener la relación de pareja.

Considerando esto, pareciera que el estar comprometido con mantener la relación, no significa necesariamente estar comprometido con hacer cosas buenas por el otro “para” que la relación persista. De hecho, comportarse benévolamente con el fin de desarrollar o mantener la relación pudiera reflejar cierto temor en el actor de que su relación no sea

suficientemente fuerte y que piense, por lo tanto, que debe hacer méritos para asegurar su continuidad. Entonces, cabe preguntarse ¿con qué están realmente comprometidas las personas más comprometidas? ¿con la relación o con la pareja?

En opinión de la autora, la respuesta se encontraría en la dirección hacia la cual apuntan los cuidados, ya que el objeto de mi compromiso determinará el objeto de mis cuidados. Si una persona está más interesada en mantener la relación con alguien, que en amar a ese alguien, entonces sus cuidados estarán destinados principalmente a mantener a la persona a su lado. Si, en cambio, la persona realmente desea el bienestar del otro, más allá del interés en mantener la relación romántica con esa persona, entonces los cuidados estarán destinados a procurar la felicidad del otro, aún si eso significara el término de la relación de pareja propiamente tal.

Hasta ahora ningún modelo de compromiso ha considerado que el interés por cuidar a la pareja y la preocupación por el bienestar de ésta constituyan componentes del compromiso hacia la relación. Algunos modelos se han centrado en las razones internas (e.g. atracción por la pareja, disfrutar los momentos con ella, valorar las actividades en común, etc.) y las externas (e.g. obligación moral, presión social y dificultad en dejar la relación) para estar comprometido (Johnson, Caughlin y Huston, 1999; Blais et al., 1990). En la actualidad, el modelo más utilizado es el Modelo de Inversión de Rusbult (Rusbult et al., 1998), el cual supone que el nivel de compromiso está determinado por el nivel de dependencia que una persona tiene hacia una relación, es decir, por el grado en que la persona descansa en esa única relación para satisfacer sus necesidades importantes. El presente estudio, sin embargo, revela la existencia de un nuevo factor que parece jugar un rol importante en el compromiso, y que difiere totalmente del concepto de dependencia. De acuerdo a los resultados obtenidos aquí, la disposición de cuidar a la pareja para contribuir a su felicidad supone una responsabilidad con el bienestar del compañero que es independiente del beneficio personal que podría obtenerse al cuidarlo (por supuesto, entendiendo dicho beneficio personal como algo distinto del mero hecho de gratificarse con la felicidad del otro); y por lo tanto, podría constituir un elemento del compromiso diferente a los considerados hasta ahora.

Sin negar la importancia de las motivaciones para comprometerse planteadas por los modelos anteriores, es posible que el compromiso de una persona con su relación no esté solamente condicionado por lo que pueda recibir del otro, sino además por lo que le pueda entregar al otro. Incluso, quizás el compromiso más efectivo sea aquel que

involucre una decisión de preocuparse y responder a las necesidades de la pareja a un nivel tan profundo, que sus necesidades lleguen a ser las propias y se desee continuar gratificándola en el tiempo. Por ejemplo, al momento de contraer matrimonio las personas afirman públicamente su compromiso de mantenerse al lado de su pareja en salud y en enfermedad, en riqueza y también en pobreza. En tal caso, el interés por mantener la relación de pareja pudiera fundarse, en parte importante, en que este tipo de relación, al ser la más cercana e íntima, constituye una instancia privilegiada para que ambos miembros puedan satisfacer las necesidades del compañero de forma continua y en variados ámbitos.

Desde este punto de vista, la disposición para cuidar del otro y contribuir a su felicidad podría marcar una diferencia en el tipo de compromiso que las personas mantienen y predecir distintas consecuencias personales y relacionales. Futuros estudios podrían explorar si la motivación para cuidar del compañero constituye una variable determinante del compromiso y si la focalización prioritaria en la relación o en el compañero está asociada a un mayor o menor nivel de dependencia, respectivamente.

#### *El rol conjunto e independiente de motivos y cuidados como predictores relacionales*

En un plano más general, los resultados de este estudio mostraron que tanto las motivaciones para entregar cuidados, como la entrega de cuidados propiamente tal, hicieron un aporte a la predicción de la satisfacción y el compromiso con la relación. Se observó que la asociación de las motivaciones con la satisfacción y el compromiso estuvo en gran parte mediada por los cuidados; sin embargo, las motivaciones por sí solas explicaron un porcentaje de la varianza que no fue explicada por los cuidados, de modo que, tanto una buena disposición para cuidar del otro, como una buena motivación para hacerlo, constituyeron aspectos ventajosos para el buen funcionamiento de la relación.

La Teoría de la Autodeterminación se ha referido a este punto, diferenciando entre “qué” se persigue, es decir, el contenido de un objetivo o meta, del “porqué” se persigue, es decir, la motivación que subyace a la persecución de un objetivo (Deci y Ryan, 2000). En un estudio, Sheldon, Deci, Ryan y Kasser (2004) demostraron que el foco al cual se dirige una meta (contenido) y los procesos dinámicos que subyacen a ella (motivaciones), tuvieron efectos distintos sobre el bienestar psicológico de las personas. En cuanto al contenido de una meta, ellos plantean que existen metas intrínsecas, tales como el crecimiento personal, la conexión emocional y el involucramiento comunitario, que son

provechosas en sí mismas para las personas, debido a que satisfacerían en forma directa las 3 necesidades psicológicas básicas de autonomía, competencia y conexión, plateadas por la Teoría de la Autodeterminación. Por el contrario, existen metas extrínsecas, tales como la búsqueda de posesiones, proyectar una imagen atractiva o adquirir prestigio, las cuales tienen un efecto negativo en el bienestar de las personas, más allá del hecho de que ellas son perseguidas frecuentemente por motivos controlados.

En el contexto de las relaciones románticas, nuestros resultados sugieren que la entrega de cuidados al compañero conforma una meta intrínseca que en sí misma contribuye al bienestar de sus miembros, es decir, que tiene un efecto positivo en la relación más allá de si se realizó o no de forma autónoma. Las conductas y actitudes de ayuda, de reparación y perdón, de entrega, y de interés por la satisfacción del otro, mostraron ser por sí solas objetivos deseables y beneficiosos para la relación. Incluso, es probable que el solo hecho de dar cuidados a otra persona provoque sentimientos positivos de conexión e intimidad, o la sensación de ser un aporte en la vida de la otra persona, lo cual podría incidir en el propio bienestar.

Al mismo tiempo, los autores (Sheldon, Deci, Ryan y Passer, 2004) plantean que, independientemente del contenido de la meta, las razones para efectuar un comportamiento particular predicen diferencias en el bienestar de las personas, de modo que las razones más autónomas están asociadas a resultados psicológicamente beneficiosos, tales como sentimientos positivos acerca de la actividad, mayor progreso en la meta y bienestar psicológico, en comparación con las motivaciones controladas. Los resultados del presente estudio corroboran este hallazgo en el ámbito de las conductas de ayuda y cuidado al interior de una relación romántica, pues ya se ha mencionado que las motivaciones autónomas para dar cuidados predijeron en forma independiente una mayor experiencia de placer en el individuo y contribuyeron a un mejor funcionamiento de la relación, en comparación con la motivación externa.

#### *Continuo de Autonomía: Motivación autónoma vs. Motivación externa*

Un aspecto con el que los resultados difirieron de la Teoría de la Autodeterminación tiene que ver con el continuo de autonomía. La teoría plantea que mientras más autónomas son las motivaciones para actuar en una persona, menores serán sus motivaciones externas, pues ambas constituirían opuestos de una misma dimensión. No obstante, los resultados de este estudio mostraron que ambos tipos motivacionales son

relativamente independientes uno del otro, y parecen representar dos dimensiones distintas. Esto significa que las personas que tienen un alto nivel de autonomía para cuidar de su pareja, no necesariamente presentarán un bajo nivel de motivación externa, y aquellas personas con alto nivel de motivación externa no necesariamente tendrán baja autonomía. Más bien, de acuerdo al modelo ortogonal propuesto en este estudio, ambos tipos motivacionales pueden combinarse de distintas formas, de modo que algunas personas pueden ser eminentemente autónomas para cuidar de su pareja, en otras puede predominar la motivación externa, y otras pueden presentar ambos tipos de motivación o ninguna de ellas.

La importancia de este hecho radica en que diferentes niveles de motivación autónoma y de motivación externa en una persona, predijeron diferencias en la disposición hacia el cuidado. De acuerdo a los resultados, las personas más dispuestas a entregar cuidados a su pareja son aquellas que presentan un alto nivel de autonomía y, a la vez, un bajo nivel de motivación externa. En cambio, las personas menos dispuestas a cuidar de su pareja son aquellas que presentan un bajo nivel de autonomía, pero que además tienen un nivel más alto de motivaciones externas. Es posible concluir entonces, que la presencia de motivaciones autónomas para cuidar de la pareja constituye por sí misma un factor impulsor de la entrega de cuidados, mientras que la motivación externa constituye un factor inhibitorio de los mismos. Esto implica que si alguno de los miembros de la pareja procura que el otro le de cuidados sobre la base de la coerción, críticas, descalificaciones o apelando a amenazas de abandono, no solo fracasará en facilitar los cuidados a través de esta actitud controladora, sino que, además, podría desmedrar una disposición espontánea en el otro para darle cuidados, generando así una disminución de los cuidados en el futuro. Por el contrario, el mejor escenario para el buen funcionamiento de una relación, sería aquel en el cual sus miembros actúen pro-socialmente en forma natural y voluntaria, sin la presión de las amenazas o exigencias de la pareja, y donde más bien exista una respuesta agradecida y un reconocimiento o valoración de los esfuerzos por parte del otro.

Considerando lo anterior, no se aprecia evidencia concluyente para sostener la existencia del continuo de autonomía, por lo menos en el ámbito de las conductas de cuidado y ayuda en una relación romántica. Aunque por definición la motivación externa corresponde a una motivación baja en autonomía, al parecer constituye una experiencia distinta de la motivación autónoma y no su opuesto en una misma dimensión, de lo

contrario se habrían encontrado correlaciones altamente negativas entre ambas. El estudio de Ryan y Connell (1989), que utilizó la Teoría de la Autodeterminación para estudiar las conductas pro-sociales en niños y adolescentes, también arrojó correlaciones cercanas a cero e incluso levemente positivas entre las motivaciones más autónomas y la motivación externa, lo cual sugiere que, por lo menos en este ámbito, el antagonismo entre ambas motivaciones parece dudoso. Sin embargo, no es menos cierto que en ese estudio y en el nuestro la motivación autónoma y la motivación externa mostraron sistemáticamente tener asociaciones opuestas con un conjunto de variables relevantes. En nuestro caso, el patrón de asociaciones positivas de la motivación autónoma con el placer de cuidar, la disposición a cuidar, la satisfacción y el compromiso con la relación, se invirtió hacia un patrón de asociaciones negativas de la motivación externa con esas mismas variables. En cualquier caso, dada la escasa investigación en esta área, el punto aún no está resuelto y futuras investigaciones podrían examinar en detalle este hecho, aplicando la Teoría de la Autodeterminación al ámbito de las conductas pro-sociales en las relaciones íntimas.

#### *Motivación introyectada*

Otro aspecto interesante con respecto al continuo de autodeterminación, tiene que ver con la motivación introyectada. Tal como lo plantea la teoría, este tipo motivacional ocupó un lugar intermedio entre la motivación autónoma y la motivación externa; sin embargo, los resultados mostraron que se encuentra más ligado a la motivación externa y, por lo tanto, el individuo la vivencia con un cierto grado de presión o falta de libertad. En este sentido, las personas motivadas por el deber o el sentido de obligación, efectivamente no actúan por un control externo o en respuesta a presiones de otros; sin embargo su comportamiento seguiría siendo no autónomo, en la medida que aún existe un alto grado de control, pero proveniente desde el interior del individuo. En este caso, es la propia persona quien se auto-exige actuar de cierta forma para cumplir con un “deber ser”, y se premia o se sanciona a sí misma si cumple o no con esas expectativas.

Para muchas personas, este tipo de control podría considerarse como positivo, y hasta necesario para lograr que las personas se comporten de un modo socialmente favorable. Sobre todo en el contexto de las conductas pro-sociales, es común apelar a la consciencia moral o al deber ético para promover los comportamientos solidarios y benevolentes hacia los demás. No obstante, de acuerdo a los resultados de este estudio, la eficacia y utilidad de esta forma motivacional en el ámbito pro-social es cuestionable.

Aquí se demostró que dar cuidados a la pareja por un sentido de obligación o porque es correcto hacerlo, no predice una mejor disposición para cuidar de ella ni tampoco un mejor funcionamiento de la relación. En otras palabras, el aporte a la relación que hace una persona que entrega cuidados motivada de esta forma es prácticamente nulo. Aún cuando esa persona se esfuerce por tratar a su pareja como “debe” hacerlo, al realizarlo con una sensación de pesadez y de manera forzada no contribuiría a mejorar la calidad de la relación.

Es posible que la motivación introyectada sea mejor que la motivación externa, en tanto involucra, por lo menos, un deseo interno de actuar benevolentemente; sin embargo, parece estar más ligada a una experiencia de sacrificio y de carga, que sustenta los cuidados de manera superficial y no provechosa para el individuo ni para la relación.

Cabe mencionar, no obstante, que en este estudio se incluyeron dos ítems en la escala de introyección, referidos explícitamente a la disposición para hacer sacrificios por la pareja. Estos dos ítems aparecieron más asociados a la motivación introyectada, pero no lo suficiente como para ser considerados dentro del factor final, e, interesantemente, también correlacionaron con el factor motivacional pro-compañero. Esto sugiere que podría existir un tipo de funcionamiento introyectado menos negativo o incluso beneficioso para las personas que no fue suficientemente medido en esta investigación. Whitton et al. (2007) estudiaron el sacrificio en las relaciones de pareja y han concluido que existen al menos dos tipos. Ellos encontraron que cuando las personas se sienten satisfechas al sacrificar intereses personales por la pareja, y cuando no experimentan el sacrificio como algo perjudicial para su propia libertad, entonces éste predice un mayor compromiso, un funcionamiento más saludable entre los miembros y una mayor satisfacción con la relación en el tiempo. Al contrario, percibir el sacrificio como algo negativo para uno mismo estuvo asociado en ese estudio no sólo con características negativas en la relación, sino también con síntomas depresivos en hombres y mujeres.

Estas diferencias en la percepción del sacrificio podrían deberse a la forma en que este tipo de conductas fueron internalizadas durante el proceso de socialización. Probablemente, la motivación puramente introyectada responda a un tipo de consciencia moral más bien prescriptiva, inculcada a través del cumplimiento de un conjunto de normas y preceptos exigidos para ser una buena persona. En cambio, podría existir una forma de consciencia moral que se engendra producto de una experiencia de crianza en la cual el individuo ha tenido modelos significativos y ha sentido el afecto de los otros, debido

a lo cual el sacrificio por los demás se suscite espontáneamente y no se vivencie como una carga o un sacrificio propiamente tal. De hecho, la Teoría de la Autodeterminación especula que haber vivido la experiencia de sentirse querido, acogido y valorado por sus padres, permite una integración profunda de los valores personales y genera el interés espontáneo por reproducir ese afecto en la relación con las demás personas (con respecto a este tema ver Grolnick, Deci y Ryan, 1997; Kasser, Ryan, Zax, y Sameroff, 1995; Ryan y Brown, 2003; Ryan y Deci, 2000; Soenens, Duriez, Vansteenkiste y Goossens, 2007). De este modo, aquellos que han recibido tempranamente cuidado, amor y, en general, satisfacción de sus necesidades psicológicas básicas, probablemente estarían en ventaja al momento de comenzar una relación de pareja, pues estarían más dispuestos a entregar cuidados y lo harían motivados por el cariño o la apreciación que tengan de la otra persona, en vez de hacerlo como un deber o de manera controlada. Al contrario, alguien que ha carecido de estos cuidados primordiales, probablemente no integrará profundamente el deseo de ayudar, de satisfacer las necesidades de otras personas e incluso de hacer sacrificios por el otro, lo cual repercutiría negativamente en sus relaciones románticas. Sería interesante, por lo tanto, estudiar el sacrificio desde la Teoría de la Autodeterminación y evaluar cómo la percepción de sentirse amado y valorado por figuras significativas marca diferencias en el nivel de integración de estas conductas de renuncia, e incide en las motivaciones para cuidar a la pareja.

#### *Motivación en pro de la relación y motivación en pro del otro*

Por último, un aporte teórico importante de esta investigación es el hallazgo de dos diferentes motivaciones autónomas para entregar cuidados: una enfocada hacia el bienestar de la relación (motivación pro-relación) y la otra enfocada hacia el bienestar del otro (motivación pro-compañero). El resultado más interesante fue que, si bien ambas motivaciones son positivas, la motivación pro-compañero mostró mayores beneficios para el individuo y para el buen funcionamiento de la relación. En particular, se encontró que la motivación en pro del compañero tuvo una correlación inversa con la motivación externa, mostró una asociación más fuerte con la experiencia de placer y fue un mejor predictor de la disposición hacia el cuidado y el compromiso, en comparación con la motivación pro-relación.

En este estudio se especuló que la motivación en pro del compañero constituiría un tipo motivacional más autónomo que la motivación pro-relación, ya que lo que define a las



conductas de cuidado es la consecuencia de beneficiar a un tercero, por lo tanto el máximo nivel de autonomía al dar cuidados estaría dado por aquella motivación que esté en concordancia con el objetivo final de beneficiar a la otra persona. A diferencia de la motivación pro-relación, en la motivación pro-compañero hay una intención que se halla en sintonía con este objetivo inherente de la conducta de ayuda -beneficiar al otro- por lo cual las personas que ayudan guiadas por esta motivación presentarían una mayor concordancia entre la motivación y la conducta, y con ello una mayor sensación de coherencia, autenticidad y placer al perseguir dicho objetivo (ver Sheldon y Elliot, 1999). En contraste, cuando el significado original de la ayuda se corrompe y, en cambio, se realiza como medio para lograr otros fines secundarios, la persona no estará en sintonía con el objetivo final de beneficiar a la pareja, sino que considerará la ayuda como un requerimiento necesario para lograr dichos objetivos. En este caso, probablemente los cuidados y la ayuda no se realicen con pleno agrado y no exista un compromiso genuino con el resultado pues éste carecerá de real sentido. Efectivamente, los resultados de este estudio entregaron evidencia para afirmar que, por lo menos en este ámbito, la motivación en pro del compañero constituiría una motivación más autónoma que la motivación en pro de la relación, y que ésta sería una importante razón por la cual desencadena mejores resultados.

Otra posible explicación al hecho que la motivación pro-compañero prediga un mejor funcionamiento que la motivación pro-relación, tiene que ver con los distintos grados de diferenciación que subyacen a cada tipo motivacional. El interés último de beneficiar a la relación más que beneficiar a la otra persona implicaría que el otro no se está valorando en tanto "otro" sino que solo se considera en la medida que forma parte de la relación con uno y, por lo tanto, como parte de uno mismo. Como lo plantean Aron y Aron (1992), en las relaciones románticas suele generarse un grado tal de fusión con la pareja, que los límites entre ambos comienzan a perderse y el compañero pasa a formar parte del propio ser. Quizás cuando esto sucede, la pareja se vuelve un instrumento para lograr la propia felicidad y el otro no se considera con independencia de uno mismo, ni su satisfacción con independencia de la propia satisfacción. En este caso, la entrega de ayuda podría estar destinada, en gran parte, a mantener la relación con esa persona para beneficiarse a sí mismo. En cambio, es probable que la motivación pro-compañero involucre una unión también profunda con la otra persona, pero también un alto grado de diferenciación con respecto a ella, de modo tal que los cuidados se entreguen considerando las necesidades

y la individualidad propia de esa persona. Probablemente, un individuo orientado hacia la persona de su pareja, estará más conciente de las necesidades reales de ésta y su ayuda será más efectiva, además de permitir el desarrollo de un vínculo más estrecho a la vez que más sano y flexible. Al contrario, cuando los miembros de una pareja ponen su atención en la relación propiamente tal, y se interesan en mantener al compañero a su lado más que en conocer su individualidad y necesidades particulares, podrían dar cuenta de una unión más bien simbiótica, en que ambos resultan beneficiados por el vínculo y eso les resta adaptatividad a los cambios, tolerancia a la separación y capacidad de otorgar ayuda genuina al otro (ver Skowron, 2000).

En general, varias son las posibles razones por las cuales actuar bajo este tipo de motivación resulta particularmente beneficioso, sin embargo, ningún estudio ha contemplado hasta el momento la motivación de cuidar al otro por el solo interés de contribuir a su felicidad, ni tampoco la Teoría de la Autodeterminación se refiere a ella. Por lo tanto, aún quedan muchas interrogantes respecto de este tipo de motivación.

De acuerdo a los resultados obtenidos aquí, en la motivación pro-compañero la conducta de ayuda se mantiene por el solo hecho de lograr el contentamiento del otro, independientemente de cualquier otra ganancia externa para el propio sujeto o para la relación. Cabe preguntarse entonces ¿qué sostiene a este deseo de beneficiar al otro aún más allá del beneficio personal? Algunos autores describen esta motivación como conducta altruista, la cual se realiza con el único fin de aumentar el bienestar de la persona o disminuir su malestar (Batson y Powell, 2003). La literatura señala que hay considerable evidencia empírica demostrando que las motivaciones egoístas no son las únicas que guían las conductas de ayuda, sino que también existen motivaciones altruistas que llevan a buscar el bienestar del otro por sí mismo (ver Gaviria, 1999), y que se diferencian de otras motivaciones tales como el auto-beneficio, incrementar el bienestar del propio grupo, o el cumplimiento de uno o varios principios morales (Batson, 1994)

En este sentido, las personas que buscan la felicidad de su compañero al cuidarlo, probablemente sean personas que poseen una orientación altruista más general, que no se restringe solo a la gente cercana o ligada a ellos (por ejemplo la pareja), sino que engloba a las personas en un sentido más amplio. Es probable que ellos actúen pro-socialmente con la pareja, en gran parte, porque experimentan un sentimiento de profunda conexión y amorosa afinidad con el ser humano en general, que va más allá del vínculo inmediato que se tenga con un grupo particular de individuos. Con respecto a esto,

Schwartz desarrolló una escala de valores que distingue entre los valores auto-trascendentes universalista y benevolente. Implicando ambos la capacidad de tener en cuenta los intereses de los demás, el primero correspondería a una orientación hacia el bienestar de las personas en general, y el segundo a una orientación hacia el bienestar del propio grupo (Schwartz, 2006). Futuras investigaciones podrían examinar si la presencia de estos valores generales de universalismo y benevolencia, se asocian a las motivaciones pro-compañero y pro-relación, respectivamente, en el micro-contexto de las relaciones románticas.

Es posible que, en general, aquellos que posean valores de universalismo altamente integrados, o una orientación altruista de amor al prójimo, cuidarán de la pareja sin la ansiedad que origina la espera de un resultado secundario al simple hecho de ver feliz a la otra persona, y entregarán cuidados aún frente a circunstancias externas desfavorables o estados emocionales negativos. De hecho se ha planteado que una diferencia importante entre la motivación intrínseca y las motivaciones integradas, es precisamente que la motivación intrínseca promueve la focalización en la tarea misma y proporciona una emoción energizante que sería la que mantiene la conducta; en cambio, las motivaciones integradas mantienen a la persona orientada hacia el significado a largo plazo de la conducta actual y puede promover la persistencia en tareas poco interesantes, pero importantes (Burton, Lydon, D'Alessandro y Koestner, 2006). De modo que cuando la motivación por el bienestar de las personas se ha convertido en un valor personal, probablemente se reflejará en una disposición continua y estable para ayudar a la pareja y eso contribuiría a desarrollar una relación más fraternal entre ambos miembros.

Como se dijo anteriormente, la integración profunda de valores pro-sociales que promueven la ayuda y cuidado de las demás personas, también estarán ligados a una experiencia personal de cuidado y ayuda en la relación con los padres y figuras más significativas. Como la Teoría de la Autodeterminación lo plantea, la relación cálida y afectuosa con estas figuras primarias facilitaría el acogimiento de valores benevolentes que podrían marcar diferencias importantes en la calidad y estabilidad de las relaciones posteriores del individuo. Por lo tanto, desde esta perspectiva, se abren nuevas líneas de investigación que la misma Teoría de la Autodeterminación permite abordar, y que contribuirán a comprender con mayor profundidad la naturaleza de las relaciones románticas y los principales factores implicados en su fortaleza y estabilidad.

### **Limitaciones del estudio**

Existen varias limitaciones en este estudio. En primer lugar, la muestra estuvo constituida eminentemente por personas involucradas en relaciones pre-maritales, por lo tanto los resultados no pueden ser fidedignamente generalizables a otro tipo de relaciones románticas. Sería interesante evaluar si estos resultados se replican, por ejemplo, en parejas casadas. Del mismo modo, los participantes fueron relativamente jóvenes, factor que podría incidir en el tipo de motivaciones que prima a la hora de dar cuidados a la pareja. Por ejemplo, personas de mayor edad pueden estar más “apremiadas” por mantener una relación de pareja y por lo tanto sus motivaciones podrían ser diferentes; incluso, la motivación pro-compañero que en este estudio se encontró como un factor independiente, podría no encontrarse como tal en una muestra de personas mayores.

Otra limitación relativa a la muestra tiene que ver con que la mayoría de los participantes reportó tener un alto nivel de satisfacción y compromiso hacia su relación. Se desconoce en qué medida cambiarían los resultados al incluir un mayor número de personas involucradas en relaciones insatisfactorias o de bajo compromiso. Si bien la muestra incluyó algunos participantes en relaciones casuales, la mayoría dijo estar saliendo en forma exclusiva con su pareja, por lo cual un próximo estudio debería incluir una muestra que represente equitativamente a ambos grupos. A pesar de esta limitación de la muestra, se encontraron correlaciones bastante altas, por lo cual éstas podrían aumentar al utilizar una muestra aún más heterogénea que permitiera medir las variables a lo largo de todo su rango teórico de puntajes.

La forma de reclutar a los participantes probablemente también indujo un sesgo en las características de la muestra final, ya que fue un estudio de participación voluntaria y sin ningún tipo de retribución más que el agradecimiento de la autora y un resumen de los resultados en el futuro. Posiblemente aquellos que aceptaron contestar los cuestionarios poseían un mayor interés general por ayudar a las personas, una mayor disposición a realizar actividades poco placenteras por el bienestar de otro (como contestar una extensa encuesta), y probablemente presentaron estas mismas cualidades en su relación de pareja, aumentando con ello la cantidad de participantes que tuvieron un alto nivel de cuidados y un buen funcionamiento en la relación.

Por otra parte, el estudio no incluyó la evaluación de la satisfacción y el compromiso de la pareja de los encuestados. Como se mencionó antes en la discusión, la asociación entre las motivaciones y la disposición hacia el cuidado, la satisfacción, y el

compromiso, pudieran estar altamente influenciadas por el efecto que la entrega de cuidados y las motivaciones para hacerlo tienen en el otro. Contar con la opinión de la pareja permitiría dejar claro si las personas que dijeron tener una buena disposición para entregar cuidados efectivamente daban esos cuidados al compañero o si éste los percibía como tales. También, cabe recordar que la escala de cuidados estuvo conformada por ítems que abarcaban conductas tan variadas como ayudar a la pareja a resolver sus problemas, cumplir lo que se promete, o escuchar sus asuntos cotidianos; así como también conductas y actitudes orientadas a satisfacer las tres necesidades psicológicas básicas de la pareja. Por lo tanto un puntaje alto en esta escala puede significar que la persona entrega muchos cuidados de cierto tipo, y relativamente poco de otros; o podría implicar que la persona es generosa en prestar ayuda a la pareja, pero no satisface tan eficazmente las necesidades de relación o de competencia de su compañero. Cada vacío en la entrega de cuidados puede tener un efecto distinto en la satisfacción del otro y determinar su respuesta ante los cuidados; a su vez, esta respuesta podría incidir en la disposición inicial de la pareja para ofrecer cuidados o ayuda y, eventualmente, afectar su bienestar personal y la calidad de la relación. De este modo, una extensión relevante de este estudio sería evaluar la percepción que el compañero tiene de los cuidados que le ofrece su pareja, y así completar las conclusiones obtenidas aquí.

En cuanto a los instrumentos, algunos aspectos motivacionales importantes quedaron fuera de las mediciones finales. Por ejemplo, en la motivación externa no se incluyó el factor retributivo que señala la teoría de la Autodeterminación. Desde la teoría, otra forma de motivación externa es actuar por el deseo de obtener algún tipo de recompensa, ya sea tangible o intangible (Ryan y Deci, 2000), que en el caso de las conductas de ayuda podría cobrar mayor relevancia. En este estudio solo se incluyó la evitación de consecuencias negativas y se dejaron fuera algunos ítems que aludían a recompensas internas, tales como crear una buena opinión de sí mismo ante la pareja o sentir que el otro queda en deuda con uno, los cuales presentaron cargas cruzadas con el factor de introyección. Por lo tanto, futuras investigaciones podrían desarrollar sub-escalas de motivación por recompensas o incentivos tangibles e intangibles y corroborar si, en conjunto con la evitación de consecuencias negativas, conforman un único factor de motivación externa en el ámbito de las conductas de cuidados.

Finalmente, todos los resultados de este estudio se desprenden de análisis correlacionales entre variables medidas de forma concurrente. Debido a ello, no es posible

afirmar relaciones causales entre los fenómenos. Por ejemplo, es tan posible que las motivaciones autónomas promuevan la satisfacción con la relación, como que la satisfacción motive a la gente a comportarse de forma más autónoma. Es probable, en todo caso, que la causalidad sea hasta cierto punto bi-direccional, es decir, que exista una influencia recíproca entre las variables. A fin de aclarar algunas de estas relaciones de causalidad, en este momento la autora está realizando una investigación longitudinal para predecir la estabilidad futura de la relación de pareja a partir de una evaluación de las motivaciones para el cuidado realizada 12 meses antes, contando para ello con el mismo grupo de participantes que contribuyeron con sus datos a la presente memoria de titulación. Es de esperar que esa y otras investigaciones prospectivas permitan profundizar en nuestra comprensión de los fenómenos contemplados en el presente trabajo.

## Referencias

- Agnew, C., Van Lange, P., Rusbult, C., & Langston, C. (1998). Cognitive interdependence: Commitment and the mental representation of close relationship. *Journal of Personality and Social Psychology, 4*, 939-954.
- Arriaga, X. B. & Agnew, C. R. (2001). Being committed: Affective, cognitive and conative components of relationship commitment. *Personality and Social Psychology Bulletin, 27*, 1190-1203.
- Aron, A., Aron, E. N. & Smollan, D. (1992). Inclusion of other in the self scale and the structure of interpersonal closeness. *Journal of Personality and Social Psychology, 63*, 596-612.
- Baard, P. P., Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2004). Intrinsic need satisfaction: A motivational basis of performance and well-being in two work settings. *Journal of Applied Social Psychology, 34*, 2045-2068.
- Baron, R. M. & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology, 51*, 1173-1182.
- Batson, C. D. (1994). Why act for the public good? Four answers. *Personality and Social Psychology Bulletin, 20*, 603-610.
- Batson, C. D & Powell, A. A. (2003). Altruism and prosocial behavior. En T. Millon & M. J. Lerner (Eds.), *Handbook of Psychology: Personality and Social Psychology, 5*, 463-483. Nueva York: Wiley [versión electrónica]
- Blais, M. R., Sabourin, S., Boucher, C. & Vallerand, R. J. (1990). Toward a motivational model of couple happiness. *Journal of Personality and Social Psychology, 59*, 1021-1031.
- Bradbury, T. N., Fincham, F. D. & Beach, S. H. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of Marriage and the Family, 62*, 964-980.
- Burton, K.D., Lydon, J.E., D'Alessandro, D.U. & Koestner, R. (2006). The differential effects of intrinsic and identified motivation on well-being and performance: prospective, experimental, and implicit approaches to self-determination theory. *Journal of personality and social psychology, 91*, 750-762.
- Christensen, A., Jacobson, N. & Babcock, J. (1995). Integrative Behavioral Couple Therapy. En Jacobson, N., Guzmán, A. (Eds.). *Clinical Handbook of Couple Therapy* (pp. 31-64) New York: Guilford.
- Deci, E. L., Connell, J. P., & Ryan, R. M. (1989). Self-determination in a work organization. *Journal of Applied Psychology, 74*, 580-590.

- Deci, E. L., La Guardia, J. G., Moller, A. C., Scheiner, M. J. & Ryan, R. M. (2006). On the benefits of giving as well as receiving autonomy support: Mutuality in close friendships. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32, 313-327.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 4, 227-268.
- Deci, E. L., Ryan, R. M., Gagné, M., Leone, D. R., Usunov, J., & Kornazheva, B. P. (2001). Need satisfaction, motivation, and well-being in the work organizations of a former Eastern Bloc country. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 930-942.
- Dehle, C., Larsen, D. & Landers, J. E. (2001). Social support in marriage [Abstract]. *The American Journal of Family Therapy*, 29, 307–324.
- Etcheverry, P. E. & Agnew, C. R. (2004). Subjective norms and the prediction of romantic relationship state and fate. *Personal Relationships*, 11, 409-428.
- Fincham, F. D. & Beach, S. R. (1999). Conflict in marriage: Implications for working with couples. *Annual Review of Psychology*, 50, 47-77.
- Fincham, F. D., Beach, S. R. H. & Davila, J. (2004). Forgiveness and conflict resolution in marriage. *Journal of Family Psychology*, 18, 72–81.
- Fincham, F. D., Hall, J., & Beach, S.R.H. (2006). Forgiveness in marriage: Current status and future directions. *Family Relations*, 55, 415-427.
- Furrer, C., & Skinner, E. (2003). Sense of relatedness as a factor in children's academic engagement and performance. *Journal of Educational Psychology*, 95, 148-162.
- Gagné, M. (2003). The role of autonomy support and autonomy orientation in prosocial behavior engagement. *Motivation and Emotion*, 27, 199-223.
- Gagné, M., & Deci, E. L. (2005). Self-determination theory and work motivation. *Journal of Organizational Behavior*, 26, 331-362.
- Gottman, J. M. (1998). Psychology and the study of the marital processes. *Annual Review of Psychology*, 49, 169-197
- Gottman, J. M. & Notarius, C. I. (2000). Decade review: Observing marital interaction. *Journal of Marriage and the Family*, 62, 927-947.
- Grolnick, W. S., Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1997). Internalization within the family: The self-determination theory perspective. In J. E. Grusec & L. Kuczynski (Eds.), *Parenting and children's internalization of values: A handbook of contemporary theory* (pp. 135-161). New York: Wiley.



- Grolnick, W. S., & Ryan, R. M. (1987). Autonomy in children's learning: An experimental and individual difference investigation. *Journal of Personality and Social Psychology*, *52*, 890-898.
- Grolnick, W. S. & Ryan, R. M. (1989). Parent styles associated with children's self-regulation and competence in school. *Journal of Educational Psychology*, *81*, 43-54.
- Hendrick, S. S. (2004). Close relationships research: A resource for couple and family therapists. *Journal of Marital and Family Therapy*, *30*, 13-27.
- Johnson, M. P., Caughlin, J. P. & Huston, T. L. (1999). The tripartite nature of marital commitment: personal, moral, and structural reasons to stay married. *Journal of Marriage and the Family* *61*, 160-177.
- Kasser, T., Ryan, R. M., Zax, M., & Sameroff, A. J. (1995). The relations of maternal and social environments to late adolescents' materialistic and prosocial values. *Developmental Psychology*, *31*, 907-914.
- Kirby, J. S, Baucom, D. H. & Peterman, M. A. (2005). An investigation of unmet intimacy needs in marital relationships. *Journal of Marital and Family Therapy*, *31*, 313-325.
- Knee, C. R., Lonsbary, C., Canevello, A., & Patrick, H. (2005). Self-determination and conflict in romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, *89*, 997-1009.
- Knee, C. R., Patrick, H., Vietor, N. A., Nanayakkara, A. & Neighbors, C. (2002). Self-determination as growth motivation in romantic relationships. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *28*, 609-619.
- Kumashiro, M., Finkel, E. J. & Rusbult, C. E. (2002). Self-respect and pro-relationship behavior in marital relationships. *Journal of Personality*, *6*, 1009-1049.
- Kunce, L. J. & Shaver, P. R. (1994). An attachment-theoretical approach to caregiving in romantic relationships. In K. Bartholomew & D. Perlman (Eds.), *Advances in personal relationships: Attachment processes in adulthood*, *5*, 205-237. London: Jessica Kingsley.
- La Guardia, J. G., Ryan, R. M., Couchman, C. E., & Deci, E. L. (2000). Within-person variation in security of attachment: A self-determination theory perspective on attachment, need fulfillment, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, *79*, 367-384.
- Laurenceaut, J. P., Feldman, L. & Pietromonaco, P. R. (1998). Intimacy as an interpersonal process: The importance of self-disclosure, partner disclosure, and perceived partner responsiveness in interpersonal exchanges. *Journal of Personality and Social Psychology*, *74*, 1238-1251.

- Le, B., & Agnew, C. R. (2001). Need fulfillment and emotional experience in interdependent romantic relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, *18*, 423-440.
- Le, B., & Agnew, C. R. (2003). Commitment and its theorized determinants: A meta-analysis of the Investment Model. *Personal Relationships* *10*, 37-57.
- Lehmiller, J. & Agnew, C. R. (2006). Marginalized relationships: The impact of social disapproval on romantic relationship commitment. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *32*, 40-51.
- Lewandowski Jr., G. W. & Ackerman, R. A. (2006). Something's missing: Need fulfillment and self-expansion as predictors of susceptibility to infidelity. *The Journal of Social Psychology*, *146*, 389-403.
- Martínez-Íñigo, D. (2000). Contrastación del modelo de inversión de Rusbult en una muestra de casados y divorciados. *Psicothema*, *12*, 65-69.
- Gaviria, E. (1999). Altruismo y conducta de ayuda. En Morales, J. F., Huici, C., Moya, M., Gaviria, E., López-Sáez, M. & Nouvilas, E. (Eds.), *Psicología Social* (pp. 85-99). España: Mc GrawHill.
- Niemiec, C. P., Lynch, M. F., Vansteenkiste, M., Bernstein, J., Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2006). The antecedents and consequences of autonomous self-regulation for college: A self-determination theory perspective on socialization. *Journal of Adolescence*, *29*, 761-775.
- Noller P. & Fitzpatrick, M. A. (1990). Marital communication in the eighties. *Journal of Marriage and the Family*, *52*, 832-43.
- Patrick, H., Knee, C. R., Canevello, A. & Lonsbary, C. (2007). The role of need fulfillment in relationship functioning and well-being: A self-determination theory perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, *92*, 434-457.
- Reis, H. T., Sheldon, K. M., Gable, S. L., Roscoe, J., & Ryan, R. M. (2000). Daily well-being: The role of autonomy, competence, and relatedness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *26*, 419-435.
- Rusbult, C. E., Martz, J. M. & Agnew, C. R. (1998). The investment model scale: Measuring commitment level, satisfaction level, quality of alternatives, and investment size. *Personal Relationships*, *5*, 357-391.
- Rusbult, C. E., Verette, J., Whitney, G. A., Slovik, L. F. & Lipkus, I. (1991). Accommodation processes in close relationships: Theory and preliminary empirical evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, *60*, 53-78.
- Ryan, R. M., & Brown, K. W. (2003). Why we don't need self-esteem: Basic needs, mindfulness, and the authentic self. *Psychological Inquiry*, *14*, 71-76.

- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, *55*, 68-78.
- Ryan, R. M. & Connell, J. P. (1989). Perceived locus of causality and internalization: Examining reasons for acting in two domains. *Journal of Personality and Social Psychology*, *57*, 749-761
- Ryan, R. M., La Guardia, J. G., Solky-Butzel, J., Chirkov, V. & Kim, Y. (2005). On the interpersonal regulation of emotions: Emotional reliance across gender, relationships, and cultures. *Personal Relationships*, *12*, 145–163.
- Ryan, R. M., Stiller, J., & Lynch, J. H. (1994). Representations of relationships to teachers, parents, and friends as predictors of academic motivation and self-esteem. *Journal of Early Adolescence*, *14*, 226-249.
- Schwartz, S. H. (2006). Basic human values: Theory, measurement, and applications. *Revue Française de Sociologie*, *45*, 929-968.
- Sheldon, K. M. & Elliot, A. J. (1999). Goal striving, need-satisfaction, and longitudinal well-being: The Self-Concordance Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, *76*, 482-497.
- Sheldon, K. M., Ryan, R. M., Deci, E. L., & Kasser, T. (2004). The independent effects of goal contents and motives on well-being: It's both what you pursue and why you pursue it. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *30*, 475-486.
- Sheldon, K. M., Ryan, R. M., & Reis, H. T. (1996). What makes for a good day? Competence and autonomy in the day and in the person. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *22*, 1270-1279.
- Skowron, E. A. (2000). The role of differentiation of self in marital adjustment [Abstract]. *Journal of Counseling Psychology*, *47*, 229-237.
- Soenens, B., Duriez, B., Vansteenkiste, M., & Goossens, L. (2007). The intergenerational transmission of empathy-related responding in adolescence: The role of maternal support. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *33*, 1-13.
- Stanley, S. M., Whitton, S. W, Low Sadberry, S., Clements, M. L. & Markman, H. J. (2006). Sacrifice as a predictor of marital outcomes. *Family Process*, *45*, 289-303.
- Thibaut, J. W. & Kelley, H. H. (1959). *The Social Psychology of Groups*. New York: Wiley.
- Van Lange, P., Rusbult, C. E., Drigotas, S. M., Arriaga, X. B., Witcher B. S. & Cox, C. L. (1997). Willingness to sacrifice in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, *72*, 1373- 1395.
- Vallerand, R. J., Pelletier, L. G., Blais, M. R., Briere, N. M., Senecal, C., & Vallieres, E. F. (1992). The academic motivation scale: A measure of intrinsic, extrinsic, and

amotivation in education. *Educational and Psychological Measurement*, 52,1003-1017.

Vansteenkiste, M., Lens, W., & Deci, E. L. (2006). Intrinsic versus extrinsic goal-contents in self-determination theory: Another look at the quality of academic motivation. *Educational Psychologist*, 41, 19-31.

Weiss, R. L., & Heyman, R. E. (1990). Observation of marital interaction. En F. D. Fincham & T. N. Bradbury (Eds.), *The psychology of marriage: Basic issues and applications* (pp. 87-117). New York: Guilford Press.

Whitton, S. W., Stanley, S. M. & Markman H. J. (2007). If I help my partner, will it hurt me? Perceptions of sacrifice in romantic relationships. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 26, 64-92.

Wieselquist, J., Rusbult, C. E., Foster, C. A. & Agnew, C. R. (1999). Commitment, pro-relationship behavior, and trust in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77, 942-966.

#### Bibliografía consultada

Aron, A. & Aron, E. N. (2001). *Estadística para psicología* (2ª ed.). Buenos Aires: Pearson Educación.

Huck, S. W., Cormier, W. H. & Bounds Jr, W. G. (1974). *Reading Statistics and Research*. New York: Harper y Row.

**ANEXO A:** Distribución de la muestra por carreras, universidades y regionesUniversidades estatales y privadas de Santiago:

Universidad de Chile (65)  
Universidad de Santiago de Chile (41)  
Pontificia Universidad Católica de Chile (32)  
Universidad Tecnológica Metropolitana (23)  
Universidad Metropolitana de las Ciencias de la Educación (10)  
Universidad Diego Portales (2)  
Universidad Andrés Bello (3)  
Universidad Santo Tomás (2)  
Universidad San Alberto Hurtado (2)  
Universidad de las Américas (2)  
Universidad Mayor (2)  
Universidad Internacional SEK (3)

Universidades regionales:

Universidad Católica del Norte (4)  
Universidad Católica de Temuco (2)  
Universidad Católica de Valparaíso (2)  
Universidad de Concepción (2)  
Universidad Arturo Prat (1)  
Universidad de los Lagos (2)  
Universidad de Antofagasta (1)  
Universidad del Bío-Bío (1)  
Universidad del Mar (1)  
Universidad Austral de Chile (1)

La muestra incluyó también a 3 estudiantes de Institutos Profesionales: Instituto Profesional de Providencia (1), Instituto Virginio Gómez (1) y Duoc Universidad Católica (1), a quienes les llegó la invitación electrónica por parte de otros estudiantes universitarios.

Áreas de Carrera

**1)** Administración y Comercio (27)  
**2)** Agropecuaria (4)  
**3)** Arte y Arquitectura (9)  
**4)** Ciencias Básicas (52)  
**5)** Ciencias Sociales (7)  
**6)** Derecho (8)  
**7)** Educación (23)  
**8)** Humanidades (20)  
**9)** Salud (22)  
**10)** Tecnología (35)

**ANEXO B:** Escala final de disposición hacia el cuidado

1	Frecuentemente las necesidades de mi pareja se vuelven una carga para mí. (*)
2	Pienso que si a mi pareja le molesta algo que yo haga o diga es un problema de él/ella y no mío. (*)
3	Ayudo a mi pareja a resolver sus problemas.
4	Prefiero no darle explicaciones a mi pareja por lo que digo o hago. (*)
5	Cuando prometo algo a mi pareja, me esfuerzo por cumplirlo.
6	Si he perjudicado a mi pareja, aunque fuera sin intención, trato de reparar el daño.
7	A menudo hay que pasar por alto los intereses de la pareja para ser fiel con uno mismo/a. (*)
8	Cuando mi pareja esta aporreado/a o angustiado/a me acerco a él/ella para proporcionarle aliento y tranquilidad
9	Pienso que restringirme en algo porque a mi pareja le afecta, sería una falta de respeto hacia mí mismo/a. (*)
10	Le pido perdón de corazón a mi pareja cuando cometo un error que lo/a afecta.
11	Creo que mi pareja a menudo se siente inadecuado/a e incompetente cuando está conmigo. (*)
12	Tiendo a sentirme ahogado/a o sobrepasado/a por las necesidades de mi pareja. (*)
13	Mi pareja cuenta con mi ayuda cada vez que la necesita.
14	Prefiero una relación de pareja en la que cada uno cuide de sí mismo. (*)
15	Creo que mi pareja piensa que pongo atención y cuidado en él/ella.
16	Cuando mi pareja está afligido/a o molesto/a, me dan ganas de alejarme de él/ella. (*)
17	Me incomodaría que mi pareja me necesitara mucho, al punto que se aferre mucho a mí. (*)
18	Trato que mi pareja se sienta capaz o competente cuando está conmigo.
19	Finjo o simulo no darme cuenta de los problemas de mi pareja. (*)
20	Presto atención a las necesidades de mi pareja para conocerlas y gratificarlas.
21	Me aburre escuchar los asuntos cotidianos de mi pareja. (*)
22	Creo que mi pareja a menudo siente que existe una gran distancia entre nosotros. (*)
23	Cuando tomo la iniciativa de ayudar a mi pareja respeto su opinión frente al tema en cuestión
24	Me siento molesto/a cuando mi pareja me pide más atención o más tiempo del usual. (*)

(\*): Ítems invertidos