

**Estilos de Afrontamiento de Parejas Adultas del Municipio de San Gil – Santander  
ante el Fenómeno del Nido Vacío**

**Autores:**

**Tatiana Marisol Andrade Rincón**

**Mabel Yulitza Beltrán García**

**Trabajo de grado para optar por el título de Psicólogas**

**Asesor:**

**Ps. Rafael Iván Rodríguez Suárez<sup>1</sup>**



**Universidad Autónoma de Bucaramanga –Unab- ext. Unisangil**

**Facultad de Ciencias de la Salud**

**Programa de Psicología**

**Semillero de Estudios Relacionales –SER-**

**2020**

**Estilos de Afrontamiento de Parejas Adultas del Municipio de San Gil – Santander  
ante el Fenómeno del Nido Vacío**

Tatiana Marisol Andrade Rincón<sup>2</sup> y Mabel Yulitza Beltrán García<sup>3</sup>

Universidad Autónoma de Bucaramanga Unab – Ext. Unisangil

Facultad de Ciencias de la Salud

Programa de Psicología

Nota de autor

---

En caso de comunicación, tenga en cuenta la siguiente información

<sup>1</sup> rrodriguez@unisangil.edu.co – Psicólogo Especialista y Docente de la Universidad Autónoma de Bucaramanga UNAB etx. UNISANGIL.

<sup>2</sup> tandrade@unabedu.co: Estudiante de Psicología -- <sup>3</sup> mbeltran620@unab.edu.co: Estudiante de Psicología

Nota de aceptación:

---

---

---

---

Jurado

---

---

Jurado

---

---

San Gil, noviembre del 2020

## Agradecimientos

Quiero agradecer primero a Dios por ayudarme en este trabajo. A mi mamá, abuela y abuelo porque son mi más grande apoyo y motivación. A mi mis profesores y compañera Mabel por ser una ayuda y guía en este camino.

- *Tatiana Marisol Andrade Rincón.*

Agradezco a mi mamá y abuela por el constante apoyo en este proceso, a mis compañeros y profesores que me enseñaron a ser más humana y especialmente a mi compañera Tatiana y a nuestro asesor Rafael Rodríguez por cada enseñanza y el buen trabajo en equipo.

- *Mabel Beltrán García*

## Tabla de contenido

Resumen .....	10
Introducción.....	12
Formulación del Problema.....	13
Justificación.....	15
Objetivos.....	17
Objetivo general.....	17
Objetivos específicos.....	17
Marcos de referencia.....	18
Referente teórico.....	18
Referente contextual.....	25
Diseño metodológico.....	29
Tipo de investigación.....	29
Población beneficiada y muestra.....	29
Instrumentos utilizados.....	30
Procedimiento.....	30
Consideraciones éticas.....	31
Presentación Resultados.....	31
Caracterización de la población.....	31
Categorización de los datos.....	36
Mapa Categorial. ....	48
Análisis y discusión de resultados.....	51

Conclusiones y recomendaciones.....	54
Referencias Bibliográficas.....	55
Apéndices.....	59

## Lista de Tablas

Tabla 1: Categorización pregunta 1.....	38
Tabla 2: Categorización pregunta 2.....	39
Tabla 3: Categorización pregunta 3.....	40
Tabla 4: Categorización pregunta 4.....	41
Tabla 5: Categorización pregunta 5.....	42
Tabla 6: Categorización pregunta 6.....	43
Tabla 7: Categorización pregunta 7.....	44
Tabla 8: Categorización pregunta 8.....	45
Tabla 9: Categorización pregunta 9.....	46
Tabla 10: Categorización pregunta 10.....	47
Tabla 11: Categorización pregunta 11.....	48
Tabla 12: Categorización pregunta 12.....	49

## Lista de Figuras

Figura 1: Procedimiento de investigación.....	30
Figura 2: Género de los participantes.....	32
Figura 3: Edad de los participantes.....	32
Figura 4: Nivel de escolaridad alcanzado por los participantes.....	33
Figura 5: Ocupación actual de los participantes.....	34
Figura 6: Problemas de salud de los participantes.....	35
Figura 7: Cantidad de hijos de los participantes.....	35
Figura 8: Mapa categorial.....	51



## **Lista de Apéndices**

Apéndice A: Entrevista Multidimensional.....	60
Apéndice B: Modelo de Consentimiento Informado.....	61

## Resumen

El propósito principal de este estudio fue identificar la vivencia y los estilos de afrontamiento de parejas conyugales del municipio de San Gil, frente a la transición del Nido Vacío. Este fenómeno se refiere a una fase de transición familiar en la que los últimos hijos parten del hogar y se independizan. Esta es una investigación de enfoque cualitativo e interpretativo con una orientación fenomenológica y de alcance descriptivo, en la que se utilizó la “Entrevista multidimensional: Estilos de afrontamiento de parejas adultas ante el fenómeno del nido vacío” como instrumento de recolección de datos, en una muestra poblacional de 15 parejas (30 personas) con unión legalmente constituida cuyo último hijo ha dejado su hogar durante los últimos 5 años. Los principales hallazgos demuestran que las parejas estudiadas experimentan sentimientos de tristeza, soledad y resignación ante la partida de sus hijos del hogar, cuentan con buenos recursos de afrontamiento que les permiten adaptarse y aceptar su situación de una manera positiva, manteniendo una buena relación de pareja, un vínculo cercano con sus hijos y una vida productiva.

Palabras clave: Nido vacío, Afrontamiento, Pareja conyugal.

## **Abstract**

The main purpose of this study was to identify the experience and coping styles of conjugal couples in the municipality of San Gil, facing the transition from the Empty Nest. This phenomenon refers to a family transition phase in which the last children leave the home and become independent. This is a qualitative and interpretive approach research with a phenomenological orientation and descriptive scope, in which the "Multidimensional interview: Coping styles of adult couples in the face of the empty nest phenomenon" was used as a data collection instrument, in a population sample of 15 couples (30 people) with a legally constituted union whose last child has left their home during the last 5 years. The main findings show that the couples studied experience feelings of sadness, loneliness and resignation before the departure of their children from home, they have good coping resources that allow them to adapt and accept their situation in a positive way, maintain a good relationship as a couple , a close bond with their children and a productive life.

Keywords: Empty nest, Coping, Married couple.

## **Estilos de Afrontamiento de Parejas Adultas del Municipio de San Gil – Santander ante el Fenómeno del Nido Vacío**

Con el presente estudio se pretende comprender y dar a conocer la vivencia y el estilo de afrontamiento de la transición del nido vacío en los miembros de 15 parejas conyugales del municipio de San Gil, Santander. Según Pinto (2014) “El Nido Vacío se entiende como la fase en la que la familia cumplió su función permitiendo la autonomía, emancipación y desvinculación de sus miembros”, llegando así a la partida de los hijos del hogar. Se hace importante tratar de comprender lo que sucede durante esta etapa del desarrollo, teniendo en cuenta que esta transición puede afectar de manera significativa el bienestar y la calidad de vida de las parejas y demás sistemas familiares.

Este estudio se realizó desde un enfoque de análisis de contenido, utilizando como herramienta la “Entrevista multidimensional: Estilos de afrontamiento de parejas adultas ante el fenómeno del nido vacío” que cuenta con 4 grandes ejes: Rol parental, Sistema conyugal, Proyecto de vida y Relaciones externas. A través de esta entrevista se develan los significados propios de la población frente a la transición del nido vacío, teniéndose en cuenta constructos teóricos como los estilos de afrontamiento, el ciclo vital familiar, la teoría del amor de Sternberg (1989) y dando importancia a las diferentes características de las familias en el contexto colombiano. Esto permite entender la naturaleza cambiante del ser humano en cada etapa del desarrollo y la adquisición de herramientas psicológicas para afrontar de buena manera las situaciones que se presentan.

Posteriormente se realiza un análisis categorial con los resultados obtenidos y se analizan los mismos, extrayendo las categorías de significado que representan las opiniones,

pensamientos, emociones y creencias que tienen los adultos participantes ante el fenómeno abordado. Se espera que con los hallazgos obtenidos se comprenda de una mejor forma, las respuestas que tienen las parejas conyugales en el momento en que sus hijos se independizan del hogar y así mismos, los cambios que se producen en el sistema familiar y proyecto de vida, con el fin de que en Colombia mejore la calidad de vida y bienestar de las personas que se encuentran en la etapa de la adultez media y tardía.

### **Formulación del problema**

La familia constituye una de las más importantes redes de apoyo social para las diversas transiciones vitales que han de realizar los individuos: búsqueda de pareja, trabajo, vivienda, nuevas relaciones sociales, jubilación, vejez, etc. Corbera (2004) en lo referente al subsistema de pareja, supone que éste es uno de los vínculos más importantes de la vida adulta.

Varios acontecimientos que ocurren cerca de o durante esta etapa de relación de pareja suponen una gran influencia para la evolución familiar. La emancipación de los hijos, en la actualidad, puede dar lugar al conocido “síndrome del nido vacío”. Según Papalia, Duskin y Matorell (2012), el nido vacío es una fase de transición de la crianza que sigue a la partida del hogar del último hijo. Este fenómeno puede generar efectos sobre la calidad de vida individual y de los sistemas familiares. Así pues, Didoni, Jure y Ciuffolini (2012), refieren que “La tensión que sufre la familia en las etapas de transición del ciclo vital puede manifestarse a través de síntomas de sus miembros”. En cada etapa se presentan problemas comunes a las familias en un mismo contexto cultural, a los cuales deberán “adaptarse” a fin de poder enfrentar las situaciones

de mayor complejidad que se presentarán en la etapa subsiguiente. La falta de adaptación puede manifestarse a través de diversos síntomas en sus integrantes.

Ahora bien, el fenómeno del Nido Vacío ha sido estudiado ampliamente por diferentes autores en cuanto a las consecuencias que puede tener sobre la población de adultos y su calidad de vida.

Bouchard (2013) recopila una serie de hipótesis sobre lo que sucede en la vida matrimonial con la transición del nido vacío. La hipótesis de pérdida de roles predice que cuando el rol de los padres, particularmente las madres, ha perdido su sentido de logro, se debe observar una disminución en su bienestar (Rogers y Markides 1989; Sheriff y Weatherall 2009; White y Edwards 1990 citados por Bouchard 2013). La mayoría de los estudios han conceptualizado el bienestar de los padres en términos de la calidad matrimonial o bienestar psicológico. El síndrome del nido vacío es postulado para estar estrechamente relacionado con la ausencia de roles alternativos en los cuales los padres podrían continuar construyendo una identidad después de la partida de sus hijos.

En contraste con los resultados de calidad y equidad conyugal, Hiedemann, et al (1998) encontraron evidencia de que la transición a un nido vacío puede aumentar el riesgo de disolución matrimonial, especialmente para parejas que alcanzan esta fase relativamente temprano en su matrimonio. Las mujeres parecían ser más propensas que los hombres para iniciar la separación en esta etapa de la vida.

En la misma línea, de acuerdo con la perspectiva de pérdida de roles, Lippert (1997) reveló que una sensación de pérdida era un sentimiento común para padres que atraviesan la etapa de Nido vacío. El abuso de alcohol puede incluso acompañar este sentimiento.

Con respecto a los resultados que brindan un aspecto más optimista de esta transición, mostraron que los padres cuyos hijos ya han salido de casa también reportaron un mayor bienestar, como niveles más bajos de depresión que otros encuestados de edad comparable con hijos en el hogar (Dennerstein, Dudley, & Guthrie, 2002)

Un número de autores sacó a la luz, que la partida de los hijos de casa, a menudo genera, en lugar de estrictamente emociones positivas o negativas, ambivalencia y sentimientos encontrados (por ejemplo, una mezcla de tristeza y alivio; Sheriff y Weatherall 2009 citados por Bouchard 2013).

La poca existencia en Colombia de investigaciones alrededor del tema de la transición del nido vacío hace que este estudio constituya un aporte importante para la comprensión de dicha transición dentro del contexto y cultura nacional y regional.

Así pues, si dirigimos nuestra atención a los factores detrás de estos resultados, nos encontramos con la ausencia de roles alternativos para continuar construyendo una identidad después de que los hijos salgan de casa, es por esto que se hace importante en el estudio de esta transición, conocer desde la experiencia de cada individuo, ¿Cuáles son los estilos de afrontamiento de la transición del nido vacío en los miembros de parejas conyugales del municipio de San Gil?

## **Justificación**

El nido vacío es visto como un segmento del ciclo vital por el que pasan los individuos que han formalizado parejas y posteriormente han sido padres. Se hace importante tratar de comprender lo que sucede durante esta etapa del desarrollo y los factores que están asociados a los diferentes tipos de respuestas que el individuo puede emitir ante esta experiencia de cambio, pues es notable que esta transición puede afectar de manera significativa el bienestar y la calidad de vida de las parejas y demás sistemas familiares.

Además, Según la Organización Mundial de la Salud (2017) entre los adultos mayores son más frecuentes las experiencias como el dolor por la muerte de un ser querido, un descenso del nivel socioeconómico como consecuencia de la jubilación, la emancipación de los hijos o la discapacidad. Todos estos factores pueden ocasionarles aislamiento, pérdida de la independencia, soledad y angustia. El acompañamiento psicosocial es un proceso de reflexión entre la persona que requiere ayuda, su red social y los acompañantes, con el objetivo de contribuir a la superación de los efectos sociales y emocionales, que en el caso de la transición del nido vacío experimenta la pareja tras la salida de los hijos del hogar, mediante la resignificación de la identidad y el reconocimiento de recursos personales y sociales.

Por otro lado, desde la perspectiva de Silva, Jiménez, Ortiz y Lauro (2000), se comprende la salud familiar como la estabilidad de la dinámica interna relacional en el cumplimiento de las funciones como familia. En tal sentido se señala que los patrones de interacción familiar generan distorsiones y violencia hacia los miembros. Así pues, el núcleo familiar busca el desarrollo de sus integrantes y contiene la capacidad de enfrentar los cambios



del medio social y de su propio grupo, propiciando el desarrollo y crecimiento individual según las exigencias de cada etapa de la vida.

Dentro de este marco se comprende que la relación en el núcleo familiar es fundamental para su salud. Se observa según Barraca y López (1997) que un dominio considerado por los sujetos como un lugar importante para explicar su satisfacción global es el de la familia o espacio intersubjetivo de mayor grado de relación en la vida de un ser vivo.

En este orden de ideas, Carrasquilla (1994) explica que la persona es, en esencia, un ser de relación. Se realiza en la medida en que se relaciona con el otro, y se frustra en la medida en que no lo logre. Estos recursos afectivos contribuirían en gran medida a la satisfacción de necesidades biológicas, psicológicas y sociales, requisitos relevantes para el desarrollo integral del ser humano.

Por este motivo, estudiar estos estilos de afrontamiento es un insumo importante para diseñar e implementar acciones encaminadas a promover la salud mental familiar, el bienestar matrimonial y la calidad de vida de los adultos de la región, teniendo en cuenta que en Colombia estos estudios son escasos.

## **Objetivos del Proyecto**

### ***Objetivo General:***

Analizar los estilos de afrontamiento de parejas adultas del municipio de San Gil, ante el fenómeno del Nido Vacío.

***Objetivos Específicos:***

- Identificar y describir el estilo de afrontamiento de cada miembro de la pareja frente a la transición del nido vacío.
- Comprender los significados particulares que le atribuye cada miembro de la pareja a la transición del nido vacío.
- Determinar los componentes emocionales que tienen las parejas adultas en relación a la manera de afrontar la etapa del nido vacío.

**Marcos de Referencia*****Referente Teórico***

Según Sandoval (2018) La familia constituye para el ser humano el primer grupo de pertenencia. La organización de la familia resulta ser primaria por su morfología ya que en su interior se establecen relaciones personales intensas y recíprocas que confieren a sus miembros una conciencia de identidad individual y grupal (p, 153). “Las familias ofrecen a las personas protección, intimidad, afecto e identidad social.” (p 154)

Así mismo, Martínez, (2006) refiere que la funcionalidad de una familia será vista desde la perspectiva emocional de lo saludable o tendente a lo saludable, por tanto, las características de funcionalidad tendrán entonces que ver con: estructura de la familia (familia completa o incompleta), bienestar, formas de intercambio afectivo, manera de resolver problemas, enseñanza de reglas (disciplina, valores, límites). Y, por el contrario, la disfuncionalidad, como su nombre lo indica, hace alusión a los trastornos que producen

disminución en el funcionamiento de un sistema familiar. Puede significar dolor y agresión, ausencia de afectos de bienestar, deterioro y posible desintegración”. (p. 320).

De esta manera, familias funcionales son las que cumplen, en mayor o menor grado, las obligaciones que tiene cada miembro del sistema. Ackerman (1977), menciona que “son seis los requisitos que se deben cumplir en la familia para que exista funcionalidad (p.69):

- Proveer el alimento, abrigo y otras necesidades materiales que preservan la vida.
- Ser la matriz de las relaciones interpersonales, donde se aprenden los lazos afectivos.
- Promover la identidad personal ligada a la identidad familiar. Ser el vínculo de identidad que proporciona la seguridad para enfrentar experiencias nuevas.
- Promover la identidad sexual, lo cual prepara el camino para la realización sexual futura.
- Promover la identidad social que ayuda a aceptar la responsabilidad social.
- Fomentar el aprendizaje, la creatividad y la iniciativa individual

Martínez (2006) en su análisis de la funcionalidad, continua diciendo que en una familia funcional los sentimientos de amor y ternura son expresados en forma libre, al igual que los sentimientos de rabia, y se tiene la convicción de que nadie será destruido por un pleito temporal: en una familia disfuncional, por el contrario, se oculta la frustración o el enojo o bien se expresa indirectamente: esto produce un aumento de tensión que llega a la explosión y al temor de una destrucción de la familia. Lo mismo sucede con la tristeza que puede ocultarse: enmascararse con enojo o con exageración de los cuidados que se dan entre todos para evitar que se exprese. La familia puede sentirse amenazada por la existencia de este sentimiento. Si se expresa libremente la depresión y se reconfortan mutuamente, esto puede reforzar a la unidad familiar” (p. 321).

Una familia funcional reconoce que cada miembro es diferente y tiene su propia individualidad, que tiene actividades en las cuales los otros no participan, es decir, la familia respeta ciertas áreas de autonomía. En esta familia los padres se preparan poco a poco para la separación de los hijos a medida que crecen. En la familia disfuncional, mientras más crecen los hijos, más se angustian los padres ante la posibilidad de quedarse solos” (p. 321).

Castro (2004) explica que: “Las actividades y relaciones intrafamiliares, que se agrupan en funciones familiares, están encaminadas a la satisfacción de importantes necesidades de sus miembros, no como individuos aislados, sino en estrecha interdependencia. Pero, además, a través de ellas en esa vida grupal se produce la formación y transformación de la personalidad de sus integrantes. O sea, estas actividades y relaciones intrafamiliares tienen la propiedad de transmitir los conocimientos iniciales y formar en los hijos las primeras cualidades de la personalidad que son la condición para su asimilación ulterior del resto de las relaciones sociales. Se debe destacar que las relaciones afectivas entre los integrantes del grupo familiar y su comunicación interpersonal, no ocurren al margen, sino que precisamente tienen su contenido psicológico en el desarrollo de estas actividades” (p.15)

Así pues, Didoni, Jure y Ciuffolini (2012), refieren que la tensión que sufre la familia en las etapas de transición del ciclo vital puede manifestarse a través de síntomas de sus miembros. En cada etapa se presentan problemas comunes a las familias en un mismo contexto cultural, a los cuales deberán “adaptarse” a fin de poder enfrentar las situaciones de mayor complejidad que se presentarán en la etapa subsiguiente. La falta de adaptación puede manifestarse a través de diversos síntomas en sus integrantes, (p2).

En congruencia con lo anterior, se puede decir que las familias transitan por un ciclo vital familiar, definido por Touriño, Benítez, Abelleira y Fernández (2010), como un marco

teórico que concibe a la familia como un conjunto de personas que viajan juntos en el tiempo y, además, permite precisar las tareas evolutivas y las posibles dificultades que puedan presentarse en un momento de desarrollo determinado. (p.46) Por su parte, Cheal (1991) sostiene que la vida familiar atraviesa un ciclo de nacimiento, crecimiento y declive. Desde esta perspectiva teórica, un ciclo comienza cuando dos personas forman una pareja y finaliza con la disolución de la unión cuando una de las dos personas muere, sin olvidar que, en el transcurso de este período, las familias se expanden o reducen a medida que las hijas e hijos se incorporan a ellas o las abandonan. (p.78)

La relación matrimonial, a lo largo de su existencia, pasa por unas etapas las cuales están determinadas por las circunstancias que viven en su momento y también por el desarrollo personal de cada uno de los cónyuges. Cada etapa tiene sus bondades como también sus retos. Lo interesante es que este proceso es de alguna forma previsible y por lo tanto puede ayudar a que las parejas se preparen para afrontar cada una de ellas.” (p 115)

Estas etapas se podrían resumir de la siguiente manera:

- Transición y adaptación.
- Establecimiento y llegada de los hijos.
- Transformación.
- Estabilización y “Nido Vacío”.
- Envejecer juntos.

Teniendo en cuenta el concepto de relación amorosa y de pareja, Sternberg (1989), plantea su teoría del “triángulo del amor”. Esta teoría está formada por tres componentes: la pasión, el compromiso y la intimidad. Estos componentes son interdependientes entre sí.

La *intimidad* es la capacidad de compartir sentimientos, confiar, sentirse acompañado y saber que el otro tiene los mismos intereses para la relación. Este componente se relaciona con aquellos sentimientos dentro de una relación que promueven el acercamiento, el vínculo y la conexión. Existe un deseo por promover el bienestar de la persona amada, hay sentimientos de felicidad junto a la misma, existe gran respeto, entendimiento, apoyo y comunicación con la persona amada. La *pasión* está referida a la sexualidad. Es el estado de intenso deseo de unión con el otro, y es en gran medida la expresión de deseos y necesidades, tales como las de autoestima, entrega, sumisión y satisfacción sexual. El *compromiso* consiste en dos aspectos: uno a corto plazo y otro a largo plazo. El primero es la decisión de amar a otra persona, mientras que el segundo es el compromiso por mantener ese amor. El grado de presencia de cada uno de estos tres elementos determina qué tipo de amor tienen las personas.

En una relación interpersonal pueden darse diversos triángulos del amor que compartan los mismos vértices de intimidad, pasión y compromiso. Estos triángulos pueden diferir por su tamaño (cantidad de amor), por su forma (equilibrio del amor), por si representan lo que se tiene (relación real), lo que se desearía tener (relación ideal), los sentimientos o las acciones (Sternberg, 2000).

En la relación de pareja, cada miembro puede percibir el nivel de los tres componentes del amor de su pareja de un modo muy diferente a como uno mismo juzga, su propio nivel de implicación. Por lo tanto, pueden surgir discrepancias en un triángulo entre lo que experimenta un miembro y lo experimentado por el otro. A lo largo del tiempo estos tres componentes van evolucionando de modo diferente, y por lo tanto se modifica la naturaleza de las relaciones amorosas.

Por otro lado, el desarrollo en la edad adulta, según Izquierdo (2007), se ve marcado por acontecimientos típicos, propios de la edad: la jubilación, enfermedades crónicas, nuevos roles, como el de abuelos, pérdidas familiares, la transición al Nido vacío, o la proximidad de la muerte. El desarrollo de la edad adulta es, por tanto, cualitativamente distinto al de épocas anteriores.

El presente proyecto, se centra en la etapa del Nido Vacío. Según Pinto (2014) “Se entiende como la fase en la que la familia cumplió su función permitiendo la autonomía, emancipación y desvinculación de sus miembros”.

Bouchard (2013) refiere que, durante su ciclo de vida, la familia crece alternativamente y se contrae de tamaño. Esta contracción de la familia inmediata está asociada, en particular, con el nido vacío, un período que enfrentan la mayoría de los padres durante su mediana edad. El nido vacío, también llamado período postparental, es la fase del ciclo de vida familiar durante el cual todos los hijos son mayores y ya no viven en casa. Este período es considerado como un evento normativo, en el sentir que los padres son conscientes de que sus hijos se convertirán en adultos y eventualmente se van de casa. Aunque normativo, la transición tiene un profundo impacto en los padres. Hace tiempo que se reconoce que, a medida que disminuye su tamaño, la interacción y los patrones de actividad tienen que modificarse si la familia va a persistir como una unidad.

Esta etapa por lo general sitúa a la pareja en una nueva forma de vida; ahora están el uno para el otro. Para algunas personas, esta puede ser una situación penosa, pues conlleva al desprendimiento de los hijos, y consigo el sentimiento de soledad. No obstante, es algo que los padres terminan asumiendo y lo superan al cabo del tiempo. Lo valioso de esta etapa es la solidez

y el conocimiento pleno de la pareja: la capacidad de dialogar, de tolerar mejor las diferencias, de reírse de los mutuos errores, de hacer las críticas de un modo amable, de iniciar juntos alguna actividad. Es la ocasión para reafirmar más la creatividad y encontrar nuevos desafíos a la vida matrimonial. Sandoval (2018, p116)

Otro concepto del que se hace importante al hablar de la etapa de la adultez y la transición del nido vacío, es el de los elementos de la calidad de vida, que según Sanabria (2016, p11) son:

- La calidad de vida es multidimensional y está influida por factores personales y ambientales, y su interacción.
- La calidad de vida tiene los mismos componentes para todas las personas.
- La calidad de vida tiene componentes subjetivos y objetivos.
- La calidad de vida se mejora con la autodeterminación, los recursos, el propósito de vida, y un sentido de pertenencia.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) (1996), por su parte, la define como la manera en la que el individuo habla de su vida, los valores, expectativas, normas, criterios... etc. y además se centra en la salud física, psicológica, la dependencia o independencia, relaciones sociales y creencias” (p13)

En lo relativo a los estilos de afrontamiento, según Rubiños (2012) se distinguen dos grandes esferas de afrontamiento; el enfocado a un problema (el individuo se centrará en la modificación o manipulación del problema) y el enfocado a una emoción (regulación como respuesta con base en una evaluación por medio del cual el sujeto valorará la situación, lo que



está ocurriendo y todo lo relacionado con su bienestar); ambas esferas se influyen mutuamente. (p18).

Son los procesos concretos que utiliza cada individuo en diferentes contextos, los cuales pueden variar de acuerdo con las condiciones desencadenantes. Lazarus y Folkman (1984) opinan que las estrategias de afrontamiento pueden ser inadaptativas o adaptativas, eficaces o ineficaces, y explican que no hay procesos buenos ni malos, puesto que dependen de factores que implican tener en cuenta la persona, la problemática y el contexto en el que se da la situación. Por tal razón, categorizan las estrategias de afrontamiento en dos dimensiones básicas: el método utilizado, la forma en que actúa el sujeto para evitar o activar la situación y la focalización de la respuesta, que da lugar a subdimensiones de estrategias de afrontamiento: la evaluación de la situación, dirigido al problema con el objetivo de cambiar las peticiones o los sucesos del entorno causantes del estrés; o dirigido a la emoción donde el sujeto aminora el estrés y disminuye la molestia y el dolor emocional, con el objetivo de evitar el problema.

### ***Referente Contextual***

Teniendo en cuenta que la mayoría de investigaciones sobre los Estilos de Afrontamiento ante la etapa del Nido Vacío han sido desarrolladas a nivel internacional, se hace necesario contextualizar las características de la familia colombiana, ya que varían notablemente a través de la cultura. En esta revisión contextual, se presenta de manera breve los estudios realizados por la antropóloga colombiana Virginia Gutiérrez de Pineda.

En los años treinta del siglo XX, la sociedad y la cultura colombianas estaban predominantemente permeadas por la religión, el tradicionalismo y las ideas sobre la

preeminencia de la autoridad del padre dentro del contexto familiar; además, por madres y esposas sujetas a dicha autoridad, a la administración del hogar y a la crianza de los hijos.

Sandoval y Moreno (2008) citando el libro “La estructura, función y cambio de la familia en Colombia” escrito por Virginia Gutiérrez, relatan que la autora cuantificó lo que había estudiado, a través de técnicas cualitativas que predominaron en sus primeros trabajos y tuvo como meta medir los cambios ocurridos en la familia después de grandes transformaciones demográficas ocurridas diez años después en el país. Este trabajo fue la verificación de la existencia de su teoría sobre los grandes complejos culturales. Pocos años después, incursionó en el estudio de familias urbanas de estratos bajos donde aplicó técnicas cualitativas y cuantitativas. Allí plantea que los problemas relativos a la niñez deben ser analizados y resueltos en su origen, es decir, en la familia.

Gutiérrez destaca la monogamia, la indisolubilidad y el patriarcalismo como rasgos básicos del legado español para la institución familiar colombiana. Los principios concernientes a la constitución de la familia castiza se derivaban de creencias cristianas que se recogían en leyes y ordenanzas, que obligaban a la unidad matrimonial a asumir un compromiso sagrado, derivado de la fe católica. No obstante, como se propone en el análisis de la autora, la fe conyugal y la indisolubilidad que establecía el modelo de familia español, iban en contravía al modo de pensar de las culturas nativas, en el cual se observaban ritos de liberación sexual o trueque de mujeres, entre otras prácticas.

Otro principio fundamental del modelo familiar que trajo el español, es el de que “el hombre es la cabeza de esta autoridad y ejerce la patria potestad sobre los hijos” y la mujer está subordinada al hombre, cosa que no sucedía en algunas sociedades indígenas, donde el tío

materno guardaba una ascendencia importante frente a la del padre y la mujer ocupaba una posición destacada al interior del hogar. La lógica del patriarcalismo español evidentemente no se compaginaba con la matrilineal indígena. La autoridad masculina del sistema europeo también “...imponía las normas de residencia en la cultura castiza opuesta a los sistemas móviles en la nativa”. No obstante, lo cual, aunque de alguna manera la mujer indígena ya estaba acostumbrada al patrilocalismo, regresaba a su hogar materno durante la gravidez. (Sandoval y Moreno, 2008, citando a Gutiérrez, 1992)

Lo anterior despierta un particular interés desde la perspectiva de Virginia Gutiérrez, la conservación de valores religiosos de la Iglesia Católica que, a pesar de las transformaciones introducidas por la historia, y luego de varios siglos de la llegada de los europeos a América, continúan incidiendo en los comportamientos individuales y colectivos de los complejos culturales.

Del mismo modo, Páez (2017), reconoce a Virginia Gutiérrez de Pineda con la puesta en evidencia del término poliformismo familiar, para comprender que en Colombia existe variedad de organizaciones familiares, según el contexto socioeconómico, la cultura y la identidad regional. Dicho término, fue reemplazado en la actualidad por “diversidad familiar”, expresión que permite asumir la coexistencia de las familias tradicionales, las nuevas organizaciones y los hogares no familiares, teniendo en cuenta su estructura, pero también su funcionamiento y evolución.

*Conformación familiar:* Los estudios coinciden en reconocer que en los últimos 60 años la familia en Colombia ha variado en sus formas de constituirse. En particular, en las ciudades se ha visto la familia extendida en aumento como una estrategia local ante crisis

sociales y económicas: bajos salarios, carencia de seguridad social para ancianos y jóvenes, escasa oferta de vivienda a bajos costos; desplazamiento por diversos factores. Situaciones demográficas también han incidido: aumento de la esperanza de vida, creciente divorcio entre parejas jóvenes, trabajo de la mujer en edad reproductiva y necesidad de apoyo de su familia, incremento de embarazos de jóvenes sin empleo ni vivienda. (Páez, 2017. Pg. 826)

*Crianza.* Se relaciona con los roles de los padres y madres u otros sujetos adultos hacia los individuos menores. El rol de cada miembro es variado, influido por el lugar de origen, por la educación formal e informal recibida y por la historia familiar, lo que resulta en una “hibridación cultural”. Los estudios en este campo se han centrado en familias de recursos bajos. Se encontró que los abuelos y abuelas cumplen un rol multifuncional pues, además de sus propias actividades, se ocupan del hogar y de sus nietos como “padres y madres sustitutos”; los padres y madres tienen un rol de autoridad limitado al poco tiempo que pueden estar con sus hijos e hijas debido al trabajo; y los niños y niñas tienen un rol mixto, a veces de participantes en labores domésticas, labores escolares y/o actividades lúdicas.

Del mismo modo sucede con la familia, en tanto “sujeto colectivo”: es dinámica, espacio-vital y protectora, aunque no siempre resulte ser ese el nicho formativo y seguro que sus miembros necesitan, por el “olvido” de sus funciones constantes (Páez y Martínez, 2016, pp. 270-271). En otras palabras, si lo que acontece en la familia se refleja en la persona y lo que sucede en la persona nos revela la familia, no cabe duda de que el estudio de la familia haya de abarcar a sus miembros en particular con sus variadas relaciones.

## **Diseño Metodológico**

### ***Tipo de Investigación***

Esta es una investigación de enfoque cualitativo e interpretativo con una orientación fenomenológica y alcance descriptivo; (Moreira, 2002) refiere que este tipo de investigación busca establecer un contacto directo con el sujeto estudiado y sus vivencias, entendidas estas últimas como la forma en que la persona percibe y comprende sus experiencias atribuyéndoles significados que, con mayor o menor intensidad, siempre son acompañados de algún sentimiento, posibilitando ir más allá de los fenómenos observables y controlables, procurando tener un contacto directo con el fenómeno que está siendo vivido y articulando una comprensión de este a partir de categorías temáticas que posibiliten una descripción consistente de la estructura del fenómeno estudiado que en este caso es el llamado *Nido Vacío*. Teniendo en cuenta lo anterior y la temática estudiada, finalmente resultan categorías emergentes que logran brindar una descripción de las experiencias de los participantes.

### ***Muestra***

Se escogió como tipo de muestreo el teórico. Este tipo de muestreo según Strauss (2002) se da sugiriendo unas características personales que son relevantes conceptualmente, es decir que la recolección de la información se da teniendo en cuenta los conceptos derivados de la teoría que se está construyendo, permitiendo maximizar las oportunidades de comparar acontecimientos, incidentes o sucesos para determinar cómo varía una categoría en términos de sus propiedades y dimensiones. Es así como se seleccionan 15 parejas (30 personas) con unión legalmente constituida, dado que es probable que estos sistemas conyugales hayan afrontado diversas crisis del ciclo vital familiar, entre estas la transición del nido vacío.

### ***Instrumento utilizado***

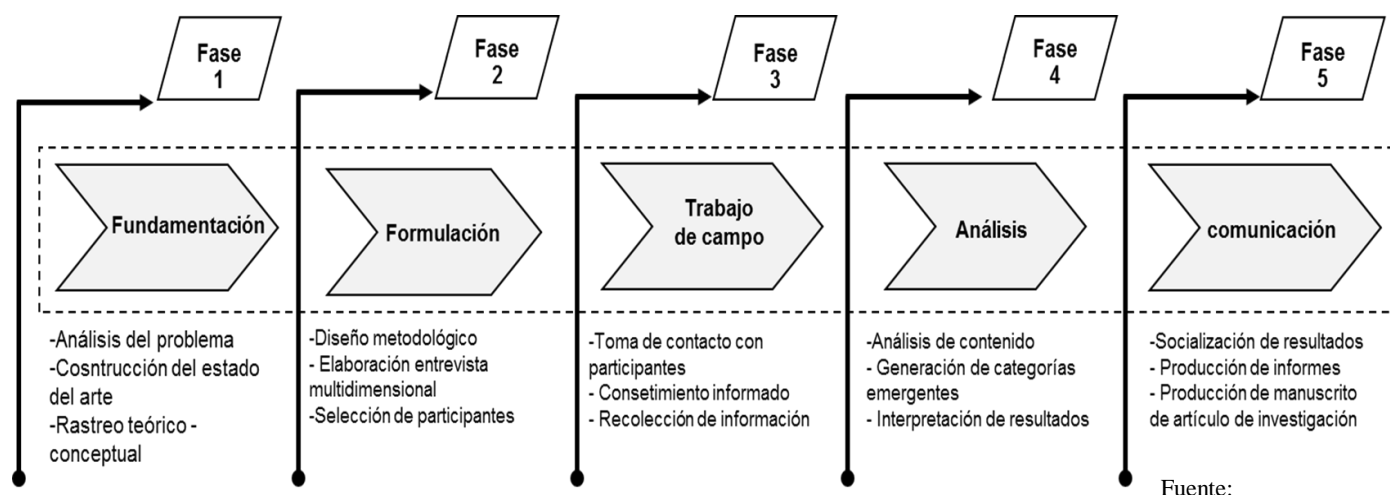
Para el proceso de recolección de la información, se diseña un instrumento llamado “Entrevista multidimensional: Estilos de afrontamiento de parejas adultas ante el fenómeno del Nido Vacío.” Esta entrevista cuenta con 12 preguntas estructuradas en 4 ejes (Rol parental, Sistema conyugal, Proyecto de vida y Relaciones externas), que tienen como objetivo obtener información y explorar las vivencias y percepciones que las parejas tienen a cerca de la experiencia del Nido Vacío (Ver apéndice A). La elaboración de esta entrevista fue bajo la supervisión y validación de expertos y su aplicación a los participantes fue por medios telefónicos y presenciales.

### ***Procedimiento***

El procedimiento que se tuvo en cuenta para el presente proyecto (Ver figura 1) contó con 5 fases que se presentan a continuación:

**Figura 1**

#### *Procedimiento de investigación*



Elaboración propia

### *Consideraciones Éticas*

Las consideraciones éticas que se tienen en cuenta en el presente estudio son las contempladas en Resolución 008430 de 4 de octubre de 1993 y Ley 1090 del 2006. Asimismo, las establecidas en el Informe Belmont (1979) todas las anteriores teniendo en cuenta que el presente estudio es con humanos y se aplicó el debido consentimiento informado a cada uno de los participantes (Ver Apéndice B).

### **Presentación de Resultados**

En el presente apartado se muestran los resultados obtenidos tras la aplicación de la Entrevista Multidimensional sobre estilos de afrontamiento ante el fenómeno del Nido Vacío, en parejas conyugales del municipio de San Gil, Santander.

En primera instancia se presentan los gráficos correspondientes a la caracterización demográfica de los participantes; posteriormente aparece el conjunto de matrices categoriales producto del análisis de contenido que se realizó para extraer las categorías de significado que describen la experiencia de los participantes respecto al fenómeno abordado; y finalmente se presenta el mapa categorial que se entiende como un sistema unificado de la información relacionada con los resultados obtenidos.

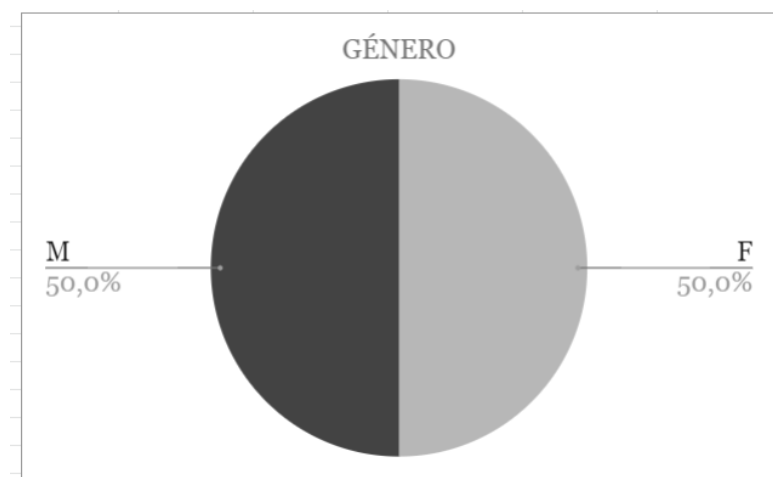
### *Caracterización de la Población*

Teniendo en cuenta que se eligió la población de acuerdo a las características personales que son relevantes conceptualmente, los participantes fueron 15 parejas con unión legalmente constituida, dado que era probable que estos sistemas conyugales hayan afrontado diversas crisis

del ciclo vital familiar, entre estas la transición del nido vacío. En consecuencia, en total fueron 15 participantes del género masculino y 15 del género femenino (Ver Figura 2) en edades comprendidas entre los 42 y 82 años de edad (Ver Figura 3), que en los últimos 5 años sus últimos hijos se hayan independizado.

**Figura 2**

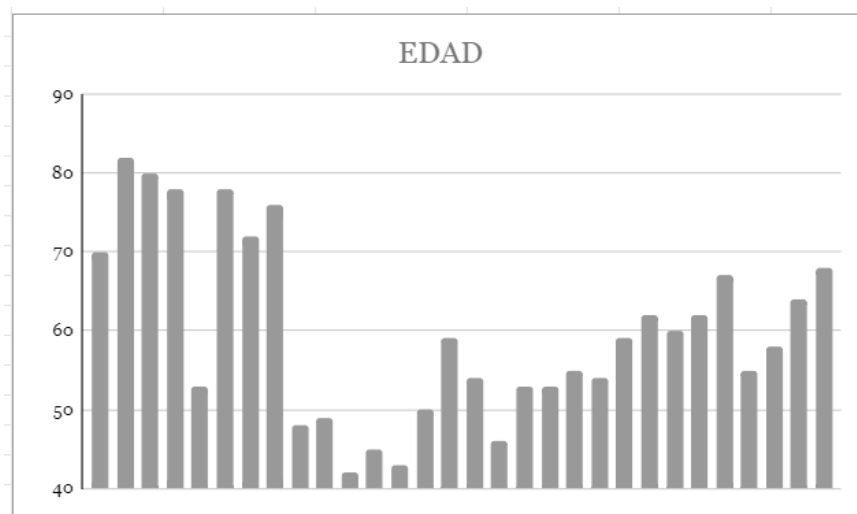
*Género de los participantes*



Fuente: Elaboración propia.

**Figura 3**

*Edad de los participantes*

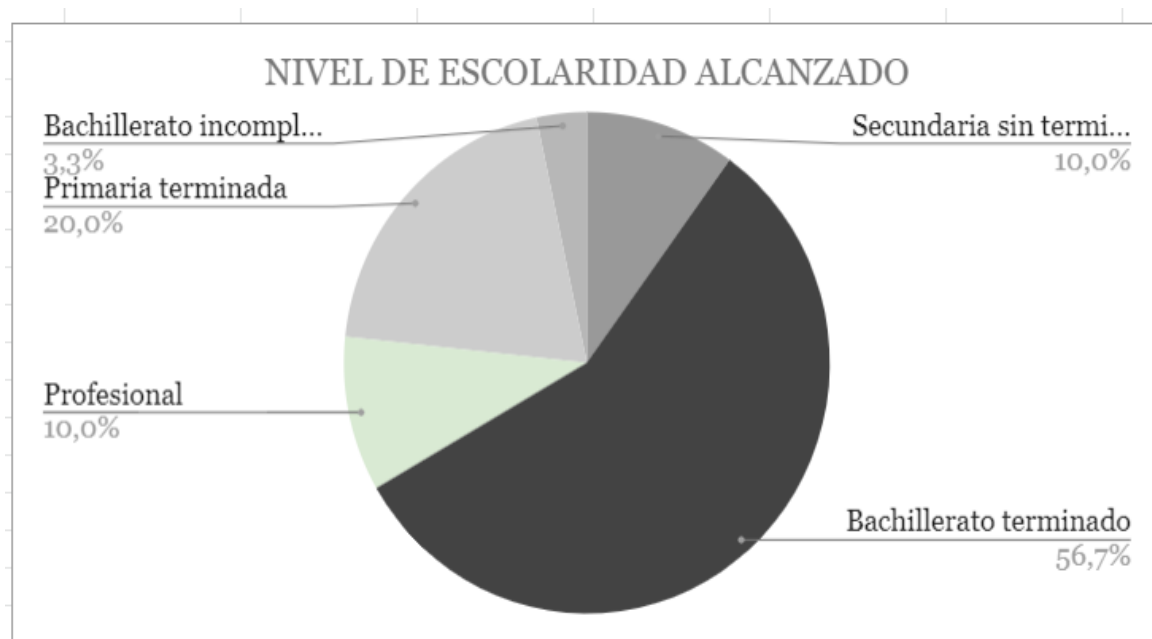




En cuanto al nivel de escolaridad alcanzado por los participantes (Ver Figura 4) cabe destacar que la mayoría son adultos con título de bachillerato, tan sólo el 10% cuenta con título universitario y una gran cantidad de personas tiene la primaria o secundaria sin terminar. En cuanto a la ocupación que desempeña cada participante, se destacan las actividades relacionadas con el hogar y el comercio (Ver Figura 5).

**Figura 4**

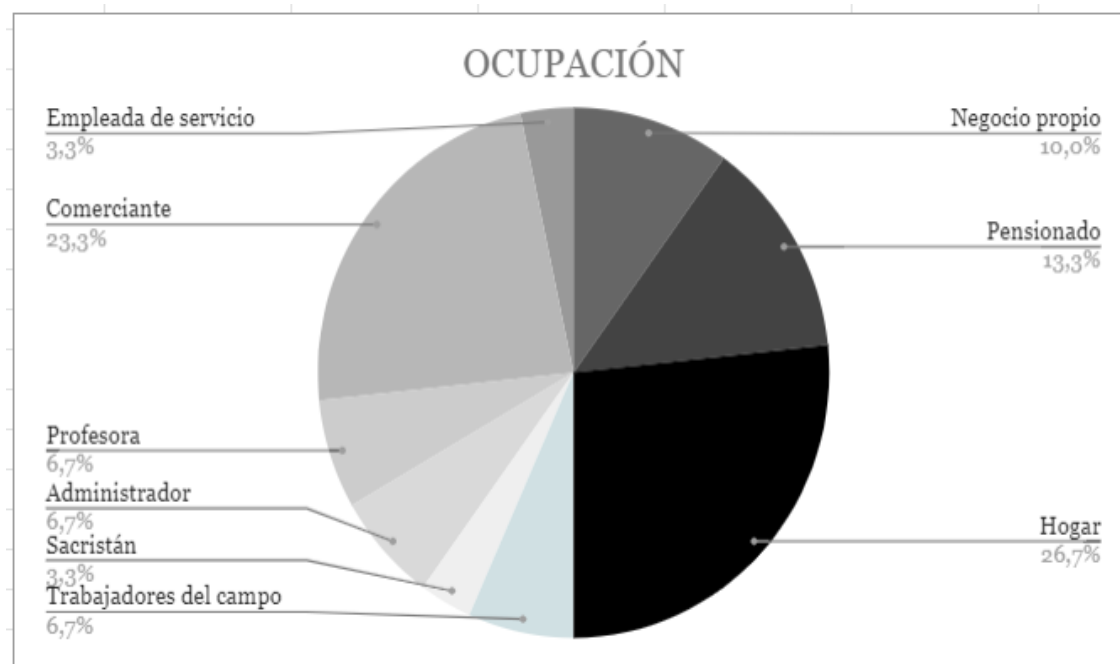
*Nivel de escolaridad alcanzado por los participantes*



Fuente: Elaboración propia

**Figura 5**

*Ocupación actual de los participantes*

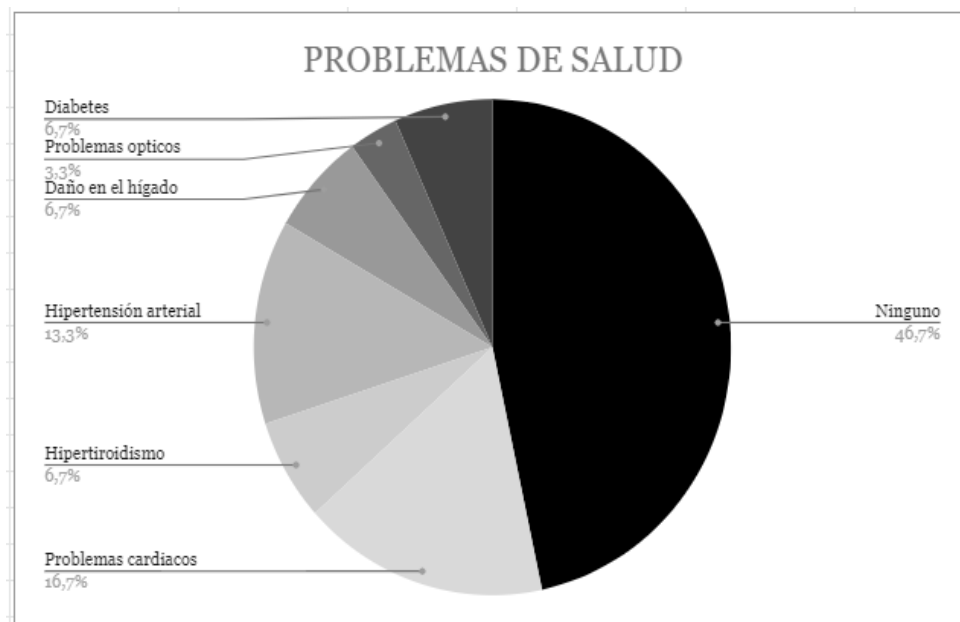


Fuente: Elaboración propia

Así mismo se conocen los problemas de salud (Ver Figura 6) que padece cada participante en los que se destacan principalmente los problemas cardiacos y la hipertensión arterial, sin embargo, el 46% de las personas refieren no presentar ninguna alteración de su salud. Finalmente se resalta como dato importante la cantidad de hijos que tiene la pareja que en este caso varían de 1 a 5 y todos se han independizado del hogar (Ver Figura 7)

**Figura 6**

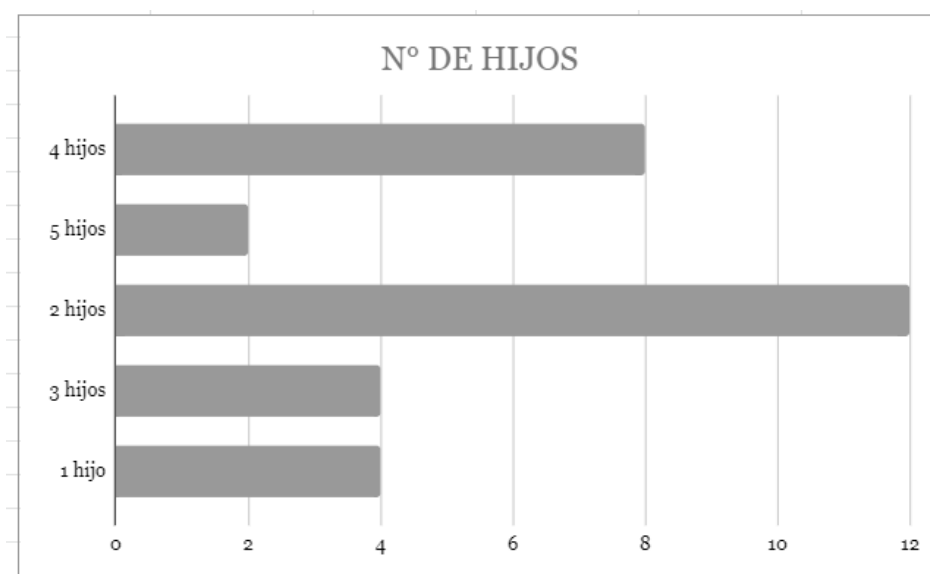
*Problemas de salud de los participantes*



Fuente: Elaboración propia

**Figura 7**

*Cantidad de hijos de los participantes*



Fuente: Elaboración propia

### **Categorización de los datos obtenidos en la Entrevista Multidimensional**

En el presente apartado se presenta el conjunto de matrices categoriales producto del análisis de contenido que se realizó para extraer las categorías de significado que describen la experiencia de los participantes respecto al fenómeno del Nido Vacío. Estos datos resultan de la aplicación de la “Entrevista Multidimensional: Estilos de afrontamiento de parejas adultas ante el fenómeno del nido vacío” en una población de 15 parejas (30 personas) del municipio de San Gil, Santander.

#### ***Dimensión I de la Entrevista Multidimensional: Rol Parental - Relación con los hijos***

Respecto a la primera dimensión “Rol parental - Relación con los hijos” se realizan 4 preguntas que tienen como objetivo indagar las características de la relación actual entre padres, hijos y nietos, así como los sentimientos y vivencias de cada pareja en el momento en que sus hijos se independizaron.

**Categorización de la Pregunta 1:** Teniendo en cuenta los resultados categoriales de la pregunta 1, “¿Qué sintió, pensó e hizo en el momento en que sus hijos se independizaron fuera del hogar?” (Ver tabla 1) se evidencian que el sentimiento que prevalece es la resignación que se entiende como el proceso de aceptación con paciencia y conformidad de las situaciones difíciles de la vida, también se resaltan respuestas como la tristeza y la preocupación, y unas más positivas como la alegría y orgullo de ver a los hijos progresar y la aceptación de esta situación. Estos resultados representan cierta ambivalencia emocional en el momento en que los hijos parten del hogar y se independizan.

**Tabla 1***Categorización pregunta 1*

<b>Categoría</b>	<b>Código</b>	<b>Descriptor</b>	<b>Verbalización</b>	<b>N</b>
Resignación	H.P.1.1	Aceptación con paciencia, conformidad y pasividad, de la salida de los hijos del hogar, aun cuando en comienzo resulta ser una situación dolorosa.	"Me sentí triste pero con resignación, porque eso es lo normal de la vida" (P2M1)	10
Tristeza	H.P.1.2	Sentimientos de soledad, abandono y pérdida asociados a la salida de los hijos del hogar	"Sentí tristeza, sentí que no los volvería a ver" (P7F1) "Tristeza, soledad, vacío, nostalgia" (P8M1)	9
Alegría	H.P.1.3	Satisfacción y aceptación acompañado de buen estado del ánimo ante la partida de los hijos del hogar.	"Yo siento que lo tomamos bien, me siento orgulloso de lo que ellos han logrado" (P12M1)	5
Aceptación	H.P.1.4	Reconocer la situaciones no deseadas de la realidad (en este caso la partida de los hijos del hogar) aprendiendo a asumirlas con una perspectiva más positiva.	"Me sentí triste pero a la vez orgullosa de él y de lo que está logrando, lo apoyé desde que decidió independizarse" (P11F1)	5
Preocupación	H.P.1.5	Estado de desasosiego, inquietud o temor producido ante la situación de independencia de los hijos.	"Estaba preocupado porque no sabía cómo les iba a ir estando lejos de nosotros, pero feliz de verlos tener una familia nueva" (P1M1)	1

Fuente: Elaboración propia

**Categorización de la Pregunta 2:** Teniendo en cuenta los resultados categoriales de la pregunta 2, "¿Cómo podría describir la relación con sus hijos en la actualidad?" (Ver tabla 2) se deduce que en la población participante sobresalen las relaciones cordiales y de cercanía emocional entre padres e hijos; tan solo una pareja refiere tener una relación de distanciada física y emocional.

**Tabla 2***Categorización pregunta 2*

<b>Categoría</b>	<b>Código</b>	<b>Descriptor</b>	<b>Verbalización</b>	<b>N</b>
Cordialidad	R.P.2.1	Relación de amabilidad, cordialidad y cariño entre padres e hijos	"La relación es buena puesto que todos nos tratamos con respeto y cariño" (P5F2)	16
Cercanía emocional	R.P.2.2	Relación de unidad, complicidad y amor entre padres e hijos	"Es una relación excelente porque yo nunca les impongo lo que deben hacer sino que más bien trato de guiarlos para que se enfrenten a cada situación de la mejor manera" (P9M2)	12
Distancia emocional	R.P.2.3	Relación cordial pero lejana y con poco contacto	"La relación con ellos ha cambiado porque estando lejos ya uno no está enterada de muchas cosas, solo lo que a veces le quieren contar a uno, así como por fuera de la vida de ellos". (P15F2)	2

Fuente: Elaboración propia

**Categorización de la Pregunta 3:** Teniendo en cuenta los resultados categoriales de la pregunta 3, "¿Cada cuánto tiempo tiene contacto con sus hijos?" (Ver tabla 3) la mayoría de los participantes expresan tener un contacto muy frecuente, incluso diario con sus hijos, sin embargo, algunas parejas mantienen un contacto intermitente relacionado especialmente con la distancia física o emocional. Se resalta que la comunicación en la mayoría de las situaciones se da por medio de la virtualidad o llamadas telefónicas.

**Tabla 3***Categorización pregunta 3*

<b>Categoría</b>	<b>Código</b>	<b>Descriptor</b>	<b>Verbalización</b>	<b>N</b>
Diariamente	C.P.3.1	Contacto y comunicación diaria entre padres e hijos. (Se puede dar por medio de la virtualidad y/o por contacto físico)	"Todos los días nos vemos, nos visita y llama también" (P14M3)	11
Frecuentemente	C.P.3.2	Contacto y comunicación constante entre padres e hijos. (Se puede dar por medio de la virtualidad y/o por contacto físico)	"En este tiempo casi todos los días por llamadas y mensajes, estamos acostumbrados a celebrar todos los cumpleaños y nos vemos muy seguido"(P2F3)	10
Regularmente	C.P.3.3	Contacto y comunicación entre padres e hijos en intervalos de tiempo separados. Los encuentros en su mayoría son en fechas especiales (Se puede dar por medio de la virtualidad y/o por contacto físico)	"Muy de vez en cuando, no vienen muy seguido a visitarnos, aunque nos llamamos por ahí cada mes" (P4F3)	5
Ocasionalmente	C.P.3.4	Contacto y comunicación poco frecuente entre padres e hijos. (Se puede dar por medio de la virtualidad y/o por contacto físico)	"El contacto es por teléfono, ellos llaman pero no muy seguido, de pronto creen que uno les va a pedir plata o no sé qué se imaginan"(P15M3)	4

Fuente: Elaboración propia

**Categorización de la Pregunta 4:** Teniendo en cuenta los resultados categoriales de la pregunta 4, “¿Tiene nietos? Si es así... ¿Cómo describiría su experiencia como abuelo/a?” (Ver tabla 4), aproximadamente el 50% de la población participante aún no ha vivido la experiencia de ser abuelo/a. En cuanto a las personas que tienen nietos, en su mayoría refieren haber vivido

esta experiencia como satisfactoria o gratificante, manteniendo una buena relación. En contraste con algunas personas que consideran esta relación abuelo-nietos, como distante.

**Tabla 4**

*Categorización pregunta 4*

<b>Categoría</b>	<b>Código</b>	<b>Descriptor</b>	<b>Verbalización</b>	<b>N</b>
Inexperiencia	N.P.4.1	Parejas conyugales que aún no tienen nietos	"No.... nietos todavía no, pero tengo muchas ganas de ser abuela porque como ella es hija única deseo mucho poder consentir ahora a un nieto" (P14F4)	12
Satisfactoria	N.P.4.2	La relación entre Nietos y abuelos es cercana, cariñosa y agradable.	"La nieta es la hija de mi hijo, muy bonita la niña, quisiera poder tenerla más tiempo con nosotros, yo le tengo un gran cariño a la niña" (P13M4)	11
Gratificante	N.P.4.3	La experiencia de ser abuelos es descrita como una experiencia maravillosa, la relación con los nietos es de amor y complicidad.	"Una experiencia única, muy linda" (P8M4)	4
Distante	N.P.4.4	Relación de poco contacto y cercanía, entre abuelos y nietos, especialmente porque las familias se encuentran distanciadas física o emocionalmente.	"Tengo 6 nietos pero están lejos casi no los vemos, muy poquito la verdad, no he podido estar muy metida en la crianza de ellos porque la distancia no lo permite" (P15F4)	3

Fuente: Elaboración propia

***Dimensión II de la Entrevista Multidimensional: Sistema conyugal - Experiencia en el vínculo de pareja***

Respecto a la segunda dimensión "Sistema conyugal - Experiencia en el vínculo de pareja" se realizan 3 preguntas que tienen como objetivo indagar las características de la relación



actual de la pareja, en consonancia con los cambios que se han presentado tras la independización de los hijos.

**Categorización de la Pregunta 5:** Teniendo en cuenta los resultados categoriales de la pregunta 5, “¿Qué cambios ha tenido su relación de pareja, después de la independización de sus hijos? (A nivel de comunicación, afectividad, roles de pareja e intimidad.” (Ver tabla 5) se evidencia que los miembros de la pareja conyugal notan cambios en su relación que tienen que ver con una percepción de mayor compañía, apoyo e intimidad, sin embargo una gran cantidad de personas refieren no notar ningún cambio en su relación matrimonial y algunos por el contrario notan un cambio significativo relacionado con el aumento de conflictos y discusiones.

**Tabla 5**

*Categorización pregunta 5*

<b>Categoría</b>	<b>Código</b>	<b>Descriptor</b>	<b>Verbalización</b>	<b>N</b>
Compañía	CR.5.1	Relación de pareja en la que el cambio más significativo después de la partida de los hijos del hogar, ha sido tener una mayor compañía y realizar actividades juntos.	"Se ha fortalecido, ahora podemos pasar más tiempo juntos, salir o hacer cosas diferentes" (P11F5)	11
Sin cambios	CR.5.2	Manifestación de no haber presentado cambios en la relación de pareja después de la partida de los hijos del hogar.	"No han sido muchos siempre ha sido una buena relación" (P10M5)	9
Apoyo	CR.5.3	Se considera que un mayor apoyo y ayuda ha sido el cambio más significativo en la relación de pareja después de la independización de os hijos.	"Estamos mucho tiempo juntos y nos ayudamos en todas las cosas" (P2M5)	5
Conflicto	CR.5.4	Uno de los cambios más significativos en la relación de pareja después de la independización de los hijos, ha sido el aumento de conflictos y discusiones.	"Pues discutíamos más de lo normal, yo creo que porque ya solo estábamos los dos en la casa, aunque tener esa compañía ha sido bueno" (P4M5)	3
Intimidad	CR.P.5.	Mayor privacidad e intimidad de la pareja después de la partida de los hijos del hogar.	"Yo creo que cambió bastante, tenemos más tiempo para los dos, más privacidad y más compañía" (P3F5)	2

**Categorización de la Pregunta 6:** Teniendo en cuenta los resultados categoriales de la pregunta 6, “¿Qué tipo de apoyo le ha brindado su pareja a partir de la salida de sus hijos del hogar? (Ver tabla 6) se evidencia que los participantes han percibido el apoyo principalmente por la compañía y la ayuda instrumental que les brinda su pareja, así como por el respeto y la comprensión en los momentos difíciles; por otro lado, se considera el cuidado de la salud y la buena comunicación, como formas de apoyo en la relación conyugal.

**Tabla 6**

*Categorización pregunta 6*

<b>Categoría</b>	<b>Código</b>	<b>Descriptor</b>	<b>Verbalización</b>	<b>N</b>
Compañía y apoyo instrumental	A.P.6.1	La compañía y ayuda mutua se consideran como la mejor forma de apoyo que han recibido los participantes de sus respectivas parejas después de la independización de los hijos, así, se provee una ayuda que permite sobrellevar las tareas vitales cotidianas.	"Sobre todo la compañía y ya fue más fácil que me ayudara en las cosas de la casa" (P1F6)	15
Respeto y comprensión	A.P.6.2	El apoyo se ve reflejado en una mayor comprensión y respeto de la pareja después de la partida de los hijos del hogar.	"Mucho amor, él me entiende mucho y me respeta" (P11F6)	9
Cuidado de la salud	A.P.6.3	Especial atención al cuidado de la salud de la pareja y una mayor compañía después de la partida de los hijos del hogar.	"Ella está muy pendiente de mí y de mi salud, además de la compañía" (P1M6)	4
Buena Comunicación	A.P.6.4	El apoyo es evidenciado en una mejor comunicación y relación de pareja después de la partida de los hijos del hogar.	"Una mejor comunicación" (P8M6)	2

Fuente: Elaboración propia

**Categorización de la Pregunta 7:** Teniendo en cuenta los resultados categoriales de la pregunta 7, “¿Cómo describiría su relación de pareja en la actualidad? (Ver tabla 7) se puede decir que todas las relaciones conyugales de los participantes son positivas, en las que se resalta la buena comunicación, tolerancia, apoyo, amistad y confianza mutua.

**Tabla 7**

*Categorización pregunta 7*

<b>Categoría</b>	<b>Código</b>	<b>Descriptor</b>	<b>Verbalización</b>	<b>N</b>
Buena relación y tolerancia	RA.P.7.1	Se destaca la buena relación, tolerancia y respeto en la relación de pareja actual.	"Actualmente estamos bien a pesar de los problemas que no faltan nos llevamos de la mejor manera enfrentamos la vida con más madurez y responsabilidad" (P9M7)	17
Relación de apoyo mutuo	RA.P.7.2	Actualmente en la relación de pareja se destaca el apoyo y ayuda mutua.	"Una palabra sería apoyo porque eso es lo que vivimos ahora que estamos solos y ya no hay quién esté pendiente de nosotros" (P15M7)	9
Relación de Amistad y confianza	RA.P.7.3	Se considera la relación no solo como amorosa, sino con una buena amistad, confianza y comprensión.	"Yo creo que a esta edad además de esposos somos muy buenos amigos y eso es muy importante, nos entendemos en todo" (P12F7)	4

Fuente: Elaboración propia

***Dimensión III de la Entrevista Multidimensional: Proyecto de vida – visión prospectiva***

Respecto a la tercera dimensión “Proyecto de vida – visión prospectiva” se realizan 2 preguntas que tienen como objetivo indagar cuáles son los planes a futuro de los adultos participantes, así como describir qué actividades o rutinas de la vida diaria han cambiado tras la partida de los hijos del hogar.

**Categorización de la Pregunta 8:** Teniendo en cuenta los resultados categoriales de la pregunta 8, “¿En qué sentido han cambiado sus planes a futuro luego de que sus hijos se independizaron? (Ver tabla 8) se deduce que una cantidad importante de participantes ven un futuro lleno de tranquilidad, disfrutando de su pareja y de actividades relacionadas con el ocio y el tiempo libre. Por otro lado, otros participantes prefieren seguir trabajando y apoyando a sus hijos y familiares en lo que necesiten. Finalmente, en este caso dos de las parejas ven un futuro desesperanzador limitados principalmente por la edad o problemas de salud.

**Tabla 8**

*Categorización pregunta 8*

<b>Categoría</b>	<b>Código</b>	<b>Descriptor</b>	<b>Verbalización</b>	<b>N</b>
Tranquilidad	F.P.8.1	Planes a futuro relacionados con la tranquilidad, el descanso y disfrutar de la pareja. (Se incluyen los viajes, ocio y tiempo libre, etc.)	"De pronto viajar y conocer otros sitios de Colombia o poder comprar una finquita para descansar" (P11M8)	11
Trabajo	F.P.8.2	Seguir trabajando para tener un futuro más seguro; incluyen ideas de negocios propios o emprendimientos.	"Tenemos bastantes planes para el futuro porque queremos aprovechar que podemos aún trabajar bastante y así asegurar algo para más adelante, es como por eso, por tener una vejez más segura" (P14F8)	8
Apoyo familiar	F.P.8.3	Disfrutar y descansar en familia, apoyando emocional y económicamente a los hijos.	"Los planes a futuro siguen siendo el apoyo a mis hijos pues quieren realizar su especialidad" (P6F8)	7
Desesperanza	F.P.8.4	No se han considerado planes a futuro.	"Pues no mucho, por la edad es difícil, pero la idea es seguir juntos y ver a nuestros hijos y nietos progresar" (P4F8)	4

Fuente: Elaboración propia

**Categorización de la Pregunta 9:** Teniendo en cuenta los resultados categoriales de la pregunta 9, “¿A partir de la salida de sus hijos del hogar ¿Qué actividades realiza actualmente, que antes no hacía? (Ver tabla 9) se tiene que aproximadamente el 50% de la población participante realiza actividades de ocio y tiempo libre como viajar, descansar, pasar tiempo divertido en pareja, etc. Otras de las actividades que realizan están relacionadas con la actividad productiva y al contacto social y espiritual.

**Tabla 9**

*Categorización pregunta 9*

<b>Categoría</b>	<b>Código</b>	<b>Descriptor</b>	<b>Verbalización</b>	<b>N</b>
Ocio y tiempo libre	AA.P.9.1	Pasar más tiempo en casa, descansar, y disfrutar del ocio y tiempo libre (Incluye, ver películas, cocinar, hacer deporte, cambiar de ambientes y viajar )	"Sí, en la actualidad me queda más fácil salir y hacer un poquito más de actividad física" (P15M9)	14
Actividad productiva	AA.P.9.2	Seguir trabajando o comenzar nuevas ideas de negocios como independientes.	"Yo sobre todo he podido dedicarme más al trabajo, más en esta época que todo ha sido tan difícil, entonces el cambio ha sido dedicarme en cuerpo y alma al negocio" (P14M9)	8
Relaciones sociales	AA.P.9.3	Aumento del contacto con amistades, salir más, conocer nuevas personas.	"Salir a hablar con mis vecinas y amigas" (P4F9)	6
Espiritualidad	AA.P.9.4	Acercamiento a la iglesia y actividades relacionadas a la espiritualidad.	"Se incrementó la oración al compartir en familia "	2

Fuente: Elaboración propia

***Dimensión IV de la Entrevista Multidimensional: Relaciones externas a la familia:  
Sistemas de apoyo social***

Respecto a la cuarta dimensión “Relaciones externas a la familia: Sistemas de apoyo social” se realizan 3 preguntas que tienen como objetivo indagar qué tipo de apoyo han recibido las parejas participantes, de grupos, instituciones o personas externas a su familia, así como conocer las características de su entorno social.

**Categorización de la Pregunta 10:** Teniendo en cuenta los resultados categoriales de la pregunta 10, “A partir de la salida de sus hijos del hogar ¿Qué tipo de apoyo ha recibido de personas externas a su familia? (Ver tabla 10) se presenta un panorama interesante en el que muchos de los participantes no reciben ningún tipo de apoyo de grupos, instituciones externas a sus familias. Un porcentaje muy bajo manifiesta sentirse apoyado por amigos que han afrontado situaciones similares y les brindan comprensión y acompañamiento.

**Tabla 10**

*Categorización pregunta 10*

<b>Categoría</b>	<b>Código</b>	<b>Descriptor</b>	<b>Verbalización</b>	<b>N</b>
Ausencia de apoyo social	AE.P.10.1	Sin ningún apoyo de personas externas a la familia	"Ningún tipo de apoyo" (P9M10)	22
Comprensión y ayuda	AE.P.10.2	Apoyo recibido de amigos que en su mayoría han pasado por las mismas situaciones difíciles.	"A mí me parece que sí hemos tenido apoyo porque hay bastantes amigos que han pasado por esto y nos han contado que es normal que las cosas cambian y ellos también han podido mantener muy buenas relaciones con sus hijos, entonces comparten sus experiencias y eso ayuda a dar tranquilidad." (P14P10)	5
Compañía y amistad	AE.P.10.3	Contacto y comunicación constante,	"Por ahí el único sería el de los amigos y vecinos que me colaboran y acompañan" (P1F10)	3

**Categorización de la Pregunta 11:** Teniendo en cuenta los resultados categoriales de la pregunta 11, “¿Pertenece a algún grupo social o institución local que le brinde apoyo? ¿Cómo es su experiencia allí? (Ver tabla 11) se evidencia la ausencia de pertenencia a grupos o instituciones locales que brinden apoyo a las parejas conyugales que han afrontado la transición del Nido Vacío en el municipio de San Gil. Según estos resultados, son muy pocas las personas que asisten a grupos como la junta de acción comunal, centros vida o instituciones religiosas y de ayuda a la comunidad.

**Tabla 11**

*Categorización pregunta 11*

<b>Categoría</b>	<b>Código</b>	<b>Descriptor</b>	<b>Verbalización</b>	<b>N</b>
Ausencia de grupos de pertenencia	G.P.11.1	Sin pertenencia a ningún grupo social o institución local	"No pertenezco a grupos así especiales, nada de eso" (P15F11)	21
Grupo de ayuda a la comunidad	G.P.11.2	Pertenencia a instituciones o grupos de ayuda a la comunidad. (Fundaciones, grupo de orientación, etc.)	"Estuvimos juntos en el Club de Leones San Gil, que es una organización que ayuda a la comunidad, me gustó porque hacíamos muchas obras sociales y a la vez nos distraíamos" (P2F11)	3
Iglesia	G.P.11.3	Pertenencia a instituciones religiosas.	"Nuestro trabajo en familia ha sido el trabajo en la iglesia, pertenecemos al grupo de servidores de la parroquia" (P7F11)	3
Centro vida	G.P.11.4	Asistencia a instituciones para el cuidado y apoyo de los adultos mayores.	"E un tiempo asistimos a un centro vida, donde hacían actividades muy bonitas, eso fue poco después de que todos los hijos se fueran" (P12F11)	2
Junta de acción comunal	G.P.11.5	Pertenencia y participación en la junta de acción comunal del municipio.	"Yo pertenezco a la junta comunal del barrio, me ha gustado poder servir a mis vecinos, a mi sector y en eso también paso algún tiempo en las reuniones" (P14M11)	1

**Categorización de la Pregunta 12:** Teniendo en cuenta los resultados categoriales de la pregunta 12, “¿Cómo describe su relación con amigos, vecinos y familia extensa? (Ver tabla 12) se puede decir que la mayoría de los participantes mantienen una relación social de cordialidad con otras personas. Sin embargo, una parte de la población refiere tener relaciones sociales distantes o limitadas.

**Tabla 12**

*Categorización pregunta 12*

<b>Categoría</b>	<b>Código</b>	<b>Descriptor</b>	<b>Verbalización</b>	<b>N</b>
Relación cordial	RE.P.12.1	Relación de cordialidad y amistad con vecinos, amigos y familia más lejana	"Ahora tengo más amigos, soy muy habladora y tengo buena relación con todos, igual con mis vecinos" (P1F12)	21
Relación distante	RE.P.12.2	Relación distante con la familia más lejana y poca relación con amigos y vecinos	"Me parece que es una relación lejana con ellos porque cada quien está en lo suyo, no nos visitamos muy seguido y estamos así, como alejados". (P15F12)	6
Red social limitada	R.E.12.3	Pocas relaciones sociales	"No tengo amigos, casi no me gusta hablar ni salir, aunque no soy de peleas ni nada" (P1M12)	3

Fuente: Elaboración propia

### **Mapa categorial**

A partir del análisis de contenido desarrollado con el método de categorización, se pudieron identificar las categorías emergentes que describen las características de los estilos de afrontamiento ante el fenómeno del nido vacío en las parejas conyugales participantes en el estudio.



Vale la pena destacar que, a través del análisis de contenido, se lograron identificar los significados representacionales que describen la experiencia de los participantes respecto al objeto de estudio que se buscaba indagar (afrontamiento de la transición del nido vacío), por tanto, las inferencias interpretativas que de estas categorías emergentes se deriva, funcionan como modelo explicativo de los estilos de afrontamiento evidenciados.

Como parte de los resultados del proyecto, se organizaron las categorías emergentes en un modelo cohesionado, tal como se muestra en la *figura 8*. Este mapa categorial recoge el conjunto de categorías emergentes que, vistas en conjunto, constituyen un aparato de conocimiento de la experiencia prototípica de los participantes. Tomando esto como base, destacamos que con este método se favoreció el análisis fenomenológico debido a que las interpretaciones resultantes se derivan de las verbalizaciones objetivables que aportaron los participantes en el estudio.

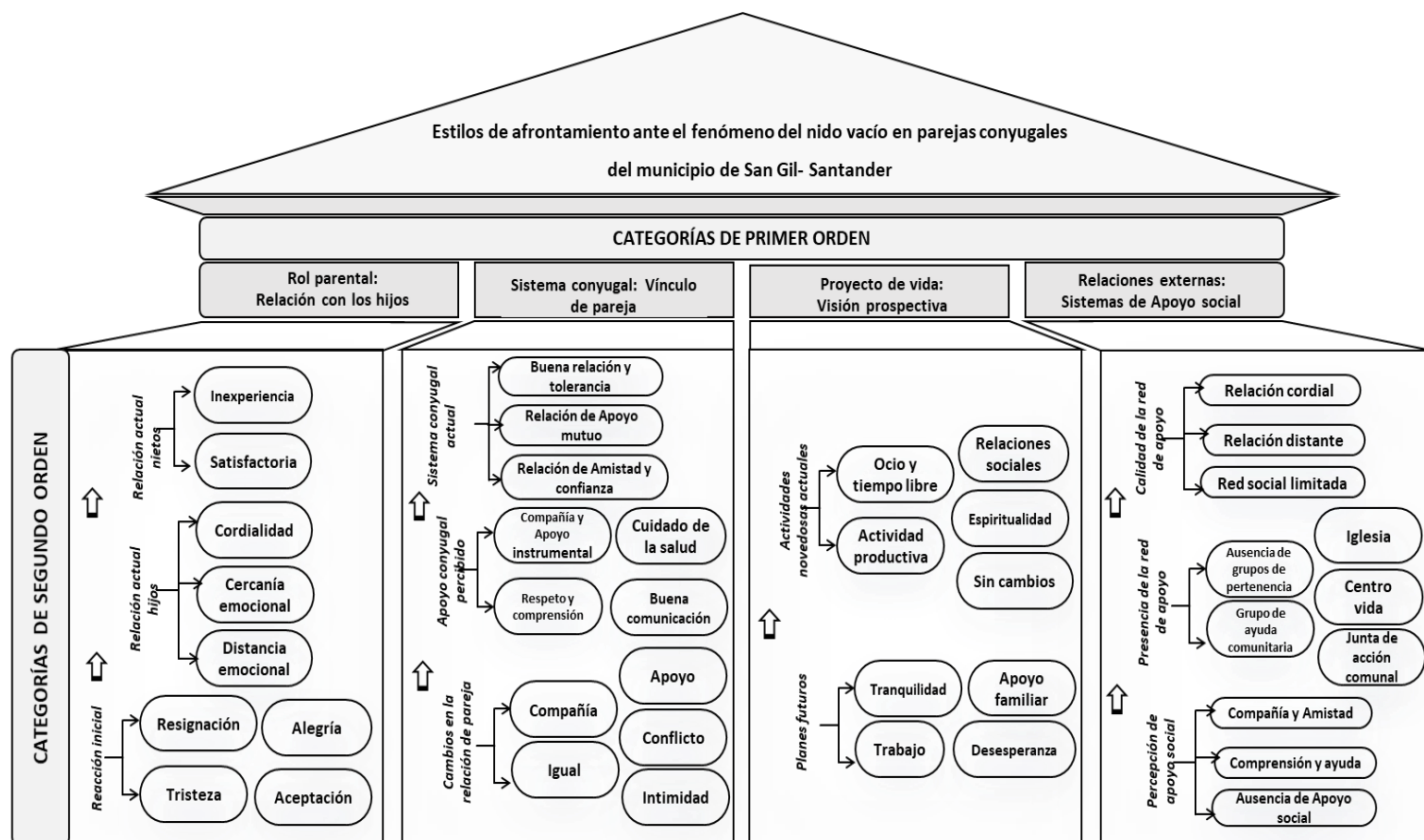
Dicho esto, podemos precisar que el modelo categorial resultante se orienta desde cuatro categorías de primer orden, a saber: (1) Rol parental, (2) Sistema conyugal, (3) Proyecto de vida y (4) Relaciones externas. En cada una de estas categorías se incluyen las categorías subsidiarias de segundo orden que especifican los hallazgos interpretativos que definen los estilos de afrontamiento que se buscaba conocer.

Entonces, podemos afirmar que, ante la salida de los hijos del hogar, el estilo de afrontamiento predominante se caracteriza por la vivencia de sentimientos de tristeza y resignación, asimismo, se evidencia el mantenimiento de relaciones cordiales y de cercanía emocional con los hijos en la actualidad. Respecto a las dinámicas de interacción en la pareja conyugal, se destaca la función de compañía que representan los miembros de este sistema

vincular (esposo – esposa) y, a su vez, se hace notorio que la pareja dirige sus esfuerzos hacia el acompañamiento mutuo, el apoyo instrumental (satisfacción de necesidades) y los cuidados de la salud. Respecto al proyecto de vida de la pareja conyugal, se evidencia una visión prospectiva centrada en garantizar el mantenimiento de actividades productivas que posibiliten la generatividad y el aprovechamiento del tiempo libre. Por último, en lo referente a las relaciones externas al grupo familiar nuclear, se puede colegir que estas redes relacionales funcionan como fuente de acompañamiento, sin embargo, las parejas no logran vincularse de manera activa a grupos de pertenencia que faciliten el desempeño de actividades para el aprovechamiento del tiempo libre.

**Figura 8**

*Mapa categorial*



Fuente: Elaboración propia

Con base en lo dicho hasta aquí, se puede precisar que, ante el fenómeno del nido vacío, el estilo de afrontamiento predominante en las parejas conyugales participantes es un estilo dirigido a mantener las relaciones con los hijos a través de la preservación de vínculos afectivos seguros. Sumado a esto, es un estilo de afrontamiento productivo, en tanto busca aumentar las posibilidades de aprovechamiento de los recursos personales para la preservación de la calidad de vida del grupo familiar. Y, finalmente, es un estilo de afrontamiento que preserva el vínculo conyugal como la principal fuente de bienestar.

Llama la atención que, si bien se evidencian las reacciones emocionales asociadas a la separación de los hijos (tristeza, resignación), las parejas conyugales logran disponer sus recursos personales hacia la continuidad del proyecto de vida personal y de pareja, generando así los medios para avanzar en el logro de metas que favorezcan el mantenimiento de su calidad de vida. Diríamos con esto que, ante el fenómeno del nido vacío, las parejas participantes no se estancaron en un estado improductivo que vaya en detrimento de su bienestar, por el contrario, reencusaron sus planes y proyectos para garantizar la continuidad del proyecto vital.

### **Análisis y discusión de los resultados**

En este apartado se presenta el análisis y la discusión de los resultados obtenidos, proporcionando respuestas a los objetivos planteados con anterioridad, en una muestra de 15 parejas conyugales (30 personas) del municipio de San Gi - Santander, en edades comprendidas entre los 42 y 82 años de edad, considerándose en la etapa de la adultez media y tardía. Cabe destacar que todas las parejas han transitado por la etapa del Nido vacío, es decir, la emancipación de los hijos.

Considerando los hallazgos obtenidos en las categorías emergentes presentadas en el apartado anterior, se observa que en la dimensión *Rol parental: Relación con los hijos*, respecto a la reacción de los conyugues frente a la independencia de los hijos, la mayoría de la población tuvo un sentimiento de resignación, puesto que aceptan asertivamente la autonomía de sus hijos a pesar de que se interpongan sentimientos de soledad y tristeza. Lo anterior corrobora la teoría planteada por (Pinto 2014) en la cual menciona que esta fase es la aceptación de que el cumplimiento que tenía la familia frente a la sociedad se culmina. Asimismo, la mayoría de los participantes manifiesta tener una relación cordial y cercana con sus hijos debido a que hay comunicación constante principalmente por medios digitales, otros de los participantes manifiestan tener una relación lejana puesto que perciben que sus hijos los han desplazado. Conforme a la experiencia de ser abuelos, la población participante considera que ha sido una relación satisfactoria y gratificante.

En lo que respecta a la dimensión *Sistema conyugal: Experiencia en el vínculo de pareja* se manifiestan características relacionadas con la vivencia de gozar del tiempo con sus cónyuges, sentir un mejor apoyo, compañía y complicidad que hacen que el vínculo de pareja esté fortalecido, esto se conecta con la teoría del triángulo de amor (Stenberg, 1989) puesto que los cónyuges presentan las tres ópticas direccionadas hacia la pasión, el compromiso y la intimidad representadas en una percepción de mayor privacidad, los planes a corto y largo plazo que involucra a los dos miembros de la pareja con proyectos de ocio, trabajo, bienestar subjetivo, roles compartidos y finalmente la comprensión, complicidad que se ven reflejados en mayoría de los participantes en los años posteriores a la independización de sus hijos, es decir, durante la transición del nido vacío.

Analizando la dimensión Proyecto de vida: Visión prospectiva de acuerdo con los resultados se manifiesta que la mayoría de los participantes se centran en actividades de ocio y tiempo libre, comienzan nuevos emprendimientos y vivencian más su espiritualidad; en este sentido, de acuerdo con la teoría de Lazarus y Folkman (1984) se ven reflejadas las estrategias de afrontamiento direccionadas hacia respuestas adaptativas y eficaces donde los adultos se dedican a realizar actividades que aminoren las respuestas direccionadas hacia el estrés y el malestar que se pueden presentar durante esta etapa.

Finalmente en la dimensión Relaciones externas a la familia: Sistemas de apoyo social, a pesar de que la mayoría de la población no cuenta con apoyo externo, ni tienen acompañamiento de instituciones o grupos sociales que favorezcan su calidad o los apoyen emocionalmente durante la transición por el fenómeno del nido vacío, podemos concretar que de acuerdo a la teoría de Rubiños (2012) se distinguen dos esferas de afrontamiento: el afrontamiento enfocado a un problema y el enfocado a una emoción. En este caso, algunas parejas afrontan el problema partiendo desde recursos sociales como respuestas adaptativas, tales como el voluntariado o el servicio a la comunidad y desde la cercanía con amistades que pasaron por situaciones similares para finalmente sentirse comprendidos.

Al estudiar los componentes anteriores se puede concluir que las parejas adultas afrontan el fenómeno del nido vacío de maneras diversas; algunos sienten un vacío enorme en sus vidas y se les dificulta encontrar maneras de sobrellevar la situación, por lo que suelen sentir más aflicción y experimentan momentos de soledad y tristeza; en cambio otras parejas lo ven de una manera más optimista y lo toman como una nueva etapa en sus vidas en la que empiezan a sentirse más “libres” y a realizar nuevas experiencias que no habían realizado antes. Sin

embargo, el sentimiento más relevante es la ambivalencia emocional referida como una forma de resignación frente al fenómeno del Nido Vacío.

A pesar de la poca existencia de estudios sobre el tema en Colombia, estos resultados contrastan con otras investigaciones a nivel nacional y local, que indican que existe cierta diferencia en las vivencias y representaciones que tienen los hombres y las mujeres respecto al fenómeno abordado. Sin embargo, en este proyecto se considera la pareja conyugal como una unidad de vínculo en la que sus miembros tienen una función de apoyo mutuo, por lo que no se observan dichas diferencias de género. En cuanto a la falta de redes de apoyo externas a la familia, se concuerda con otros estudios que del mismo modo recalcan la importancia de brindar un mayor apoyo a los adultos que se encuentran en la transición del Nido Vacío y requieren de herramientas para fortalecer sus estilos de afrontamiento frente a esta situación.

### **Conclusiones y Recomendaciones**

Los resultados obtenidos pueden aportar información para investigaciones posteriores que se realicen sobre este tema, teniendo presente cómo los conceptos de familia y estilos de afrontamiento del fenómeno del nido vacío, están evolucionando con el tiempo y los cambios en la sociedad. Así mismo se concluye que la metodología con enfoque cualitativo en la que se utiliza como herramienta la entrevista con corte fenomenológico es una muy excelente opción para explicar y describir fenómenos psicológicos y sociales del ser humano y tener más posibilidades de aportar conocimiento para la mejora de la calidad de vida de las personas. Se recomienda investigar con mayor profundidad las consecuencias de las diferentes etapas del ciclo vital familiar para que así las instituciones brinden un mejor acompañamiento a las personas.

## Referencias Bibliográficas

- Ackerman, N. (1977), "Diagnóstico y tratamiento de las relaciones familiares"
- Barraca, J. & López L. (1997). *Escala de satisfacción Familiar*. Madrid: TEA
- Bouchard, G. (2013) *How Do Parents React When Their Children Leave Home? An Integrative Review*. Springer Science+Business Media New York.
- Carrasquilla, F. (1994). *Antropología de la afectividad*. [Documento en línea]. Disponible: <http://usuarios.lycos.es/ciamaria/documentos/dochasta2004/ antropafectividad.html>
- Castro, P. (2004), "El maestro y la familia del niño con dificultades."
- Corbera, A. (2004) *Tercera Edad y Familia: El anciano desde una perspectiva sistémica*. Escuela Vasco Navarra de Terapia Familiar. Zaragoza.
- Cheal, D. J. (1991), "Family and the State of Theory", p. 78, University of Toronto.
- Dennerstein, L., Dudley, E., & Guthrie, J. (2002). *Empty nest or revolving door? A prospective study of women's quality of life in midlife during the phase of children leaving and re-entering the home*. *Psychological Medicine*, 32, 545–550.
- Didoni, M., Jure, H., Ciuffolini, B. (2012). *La familia como unidad de atención*. OMS. PAMI. INSSJP. Departamento de Medicina Familiar y General
- Gutiérrez, V. (1975). *Familia y Cultura en Colombia*. Bogotá: Instituto Colombiano de Cultura.
- Hiedemann, B., Suhomlinova, O., & O'Rand, A. M. (1998). *Economic independence, economic status, and empty nest in midlife marital disruption*. *Journal of Marriage and the Family*, 60, 219–231.

- Izquierdo, A. (2007) *Psicología del desarrollo de la edad adulta: teorías y contextos*. INFAD Revista de Psicología, N° 2, 2007. pp: 67-86. International Journal of Developmental and Educational Psychology.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. Nueva York: Springer Publishing. Traducción española: Estrés y procesos cognitivos. Barcelona: Martínez Roca. Primera edición (1986).
- Lippert, L. (1997). *Women at midlife: Implications for theories of women's adult development*. Journal of Counseling and Development, 76, 16–22.
- Martínez, M. (2006), “*Funcionalidad y disfuncionalidad de la familia (perspectiva de la psicoterapia familiar)*”, UNAM, México [en línea] disponible en: <https://archivos.juridicas.unam.mx/www/bjv/libros/5/2106/27.pdf>
- Moreira, M. (2002) *Investigación en Ciencias: Métodos Cualitativos*. Universidad Federal do Rio Grande do Sul. Instituto de Física. Brasil. Texto 14.
- Organización Mundial de la Salud. (1996) . *¿Qué es calidad de vida?*. Grupo de la OMS sobre la calidad de vida. Foro mundial de la salud 1996; 17(4) : 385-387.
- Organización Mundial de la Salud (2017) *La Salud Mental y los Adultos mayores*. Centro de prensa.
- Páez, R. (2016). *¿Desvíos de la familia en la formación de los hijos e hijas? Nuevos perfiles, funciones constantes*. Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud.



- Páez, R. (2017). *Tendencias de investigaciones sobre la familia en Colombia. Una perspectiva educativa*. Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, 15 (2), pp. 823-837.
- Papalia, D., Duskin, R. y Matorell, G. (2012). *Desarrollo Humano*. (12° ed). México: Mc Graw Hill.
- Pinto, B. (2014). *Psicología del amor: segunda parte*. Universidad Católica Boliviana San Pablo. ISBN: 4-1-3924
- Rubiños, A. (2012) *Estrés, Ansiedad y Estilos de Afrontamiento de Padres con Hijos Internos en Unidad de Cuidados Intensivos*. Revista electrónica en Ciencias Sociales y Humanidades Apoyadas por Tecnologías. 2012. Vol. 1 No. 1, pp: 15-34. México
- Sanabria, M. (2016). *Calidad de vida e instrumentos de medición*. Universidad de la Laguna. Facultad de ciencias Políticas, Sociales y de la Comunicación.
- Sandoval, M., Moreno, C. (2008) *Virginia Gutiérrez de Pineda: Aportes al desarrollo del pensamiento social, del conocimiento de la familia y la formación de nación en Colombia*. Antropol.sociol. No. 10, Enero - Diciembre 2008, págs. 107 – 154
- Sandoval, S. (2018) *Psicología del desarrollo Humano II, compilación*. Universidad Autónoma de Sinaloa. Dirección General de Escuelas Preparatorias. México.
- Silva, C., Jiménez, L., Ortiz & Lauro, I. (2000). *Proyectos de intervención en salud familiar: una propuesta método*. Revista cubana de administración de salud, 26(1). 12-16.
- Sternberg, R. (1989). *El triángulo del amor*. Barcelona; Paidós.

Sternberg, R. (2000). *La experiencia del amor*. Barcelona: Paidós

Touriño, Jaime. Rafael, Benítez, N. Abelleira, C & Fernández, A. (2010), "*Evaluación en Rehabilitación psicosocial*". Valladolid, España.

## Apéndices

### Apéndice A

#### ENTREVISTA MULTIDIMENSIONAL: ESTILOS DE AFRONTAMIENTO DE PAREJAS ADULTAS ANTE EL FENÓMENO DEL NIDO VACÍO

<b>Datos demográficos del participante:</b>	
Género:	Edad:
Nivel de escolaridad:	Estado civil:
Ocupación:	Problemas de salud:
N° de hijos:	

<b>Dimensión Nro. 1: Rol parental: Relación con los hijos</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ¿Qué sintió, pensó e hizo en el momento en que sus hijos se independizaron fuera del hogar?</li> <li>2. ¿Cómo podría describir la relación con sus hijos en la actualidad?</li> <li>3. ¿Cada cuánto tiempo tiene contacto con sus hijos?</li> <li>4. ¿Tiene nietos? Si es así... ¿Cómo describiría su experiencia como abuelo/a?</li> </ol>
<b>Dimensión Nro. 2: Sistema conyugal: Experiencia en el vínculo de pareja</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>5. ¿Qué cambios ha tenido su relación de pareja, después de la independización de sus hijos? (A nivel de comunicación, afectividad, roles de pareja e intimidad.)</li> <li>6. ¿Qué tipo de apoyo le ha brindado su pareja a partir de la partida de sus hijos del hogar?</li> <li>7. ¿Cómo describiría su relación de pareja en la actualidad?</li> </ol>
<b>Dimensión Nro. 3: Proyecto de vida: Visión prospectiva</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>8. ¿En qué sentido han cambiado sus planes a futuro luego de que sus hijos se independizaron?</li> <li>9. A partir de la salida de sus hijos del hogar ¿Qué actividades realiza actualmente, que antes no hacía?</li> </ol>
<b>Dimensión Nro. 4: Relaciones externas a la familia: Sistemas de apoyo social</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>10. A partir de la salida de sus hijos del hogar ¿Qué tipo de apoyo ha recibido de personas externas a su familia?</li> <li>11. ¿Pertenece a algún grupo social o institución local que le brinde apoyo? ¿Cómo es su experiencia allí?</li> <li>12. ¿Cómo describe su relación con amigos, vecinos y familia extensa?</li> </ol>

## Apéndice B

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

El programa de Psicología de la Universidad Autónoma De Bucaramanga Extensión UNISANGIL, respondiendo a la necesidad de desarrollar en sus estudiantes habilidades investigativas que fomenten la formación integral, lleva a cabo actividades académicas supervisadas que facilitan dicho proceso y están basadas en los principios éticos y legales de la ley 1090 de 2006. La ley establece que para el desarrollo de dichos ejercicios es necesario que el estudiante y el participante firmen un documento llamado **consentimiento informado**.

La presente actividad será conducida por las estudiantes de décimo semestre

- |                                   |              |
|-----------------------------------|--------------|
| 1. Andrade Rincón Tatiana Marisol | ID U00107809 |
| 2. Beltrán García Mabel Yulitza   | ID U00106481 |

Supervisada por el docente Rafael Iván Rodríguez Suarez en el área de Proyecto de grado I y II.

#### Si usted decide participar tenga en cuenta que:

Toda la información recopilada será tratada con respeto y riguroso anonimato, salvaguardando **el secreto profesional** y atendiendo a los estándares de **confidencialidad**. La exposición de la información recolectada se hará de modo que **no sea posible su identificación** y tendrá fines estrictamente científicos y académicos.

Para el desarrollo de esta actividad académica se le solicitará a usted como participante que:

1. Firme el presente consentimiento informado donde conocerá sus derechos y deberes.
2. Tenga en cuenta que está participando en un estudio sobre “Estilos de afrontamiento de parejas adultas del municipio de San Gil – Santander ante el fenómeno del Nido Vacío”

Su participación, que **no conlleva ningún riesgo**, es estrictamente **voluntaria** y usted podrá retirarse de la actividad en cualquier momento sin que eso lo perjudique de ninguna forma. Si tiene alguna duda, por favor realícela antes de comenzar a responder (instrumento). Se le pedirá disponer de tiempo para desarrollar cada uno de los ítems y darnos autorización para acceder a sus resultados que serán utilizados en próximas investigaciones, le informamos que usted no tendrá que asumir ningún costo, ni tampoco recibirá ninguna compensación económica por su participación.

Desde ya le agradecemos su disposición, le informamos que si desea usted recibirá una copia

firmada de este documento, si no tiene ninguna duda, proceda a firmar.

Yo, \_\_\_\_\_, una vez leído este consentimiento acepto participar en esta actividad, tengo pleno conocimiento de su procedimiento y he entendido las condiciones aquí descritas.

En constancia se firman el día \_\_\_\_\_ del mes de \_\_\_\_\_ del año \_\_\_\_\_.

\_\_\_\_\_  
Firma del Participante.