



ORIGINAL

Construcción y Validación de una Escala de Conductas de Separación de Pareja¹

Construction and Validation of a Scale of Couple Separation Behaviors

Judith Guadalupe Ángel Ramírez² y Sofía Rivera Aragón

Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México, México

Recibido 5 de marzo de 2022; aceptado 3 de marzo de 2023

Resumen

Las investigaciones en torno a una ruptura de pareja plantean medir las estrategias y conductas que las personas llevan a cabo para terminar sus relaciones románticas. Se propone entender la separación de pareja a partir del Modelo de Inversión de Rusbult (1979). Resulta relevante probar el modelo incluyendo elementos psicométricos que permitan comprender su validez al evaluar las conductas de separación. De esta forma el propósito de este estudio fue someter a prueba, un análisis exploratorio y confirmatorio de una escala que mida las conductas que las personas realizan para terminar su relación de pareja. Para ello se creó una escala de Conductas ante la separación de pareja a partir de un estudio exploratorio. La escala en su versión inicial contó con 50 reactivos en escala tipo Likert, aplicados en línea a 230 adultos de la Ciudad de México y Área Metropolitana. Al inicio del Análisis Factorial Exploratorio se obtuvo una escala final de 18 reactivos distribuidos en 4 factores (alejamiento, confrontación, depresión por separación e infidelidad) que explican el 68,47% de la varianza explicada con una confiabilidad de $\alpha = .871$. Esta estructura fue corroborada por un Análisis Factorial Confirmatorio. Se encuentra una escala robusta y confiable, y se concluye que las conductas de separación evaluadas a partir del alejamiento con la expareja, que puede ser por medio de la comunicación o de ejercer conductas que transgreden como una infidelidad, afectan principalmente el estado emocional de las personas que lo viven.

Palabras clave: Ruptura; Rompimiento; Pareja; Alejamiento; Noviazgo

Abstract

Research on a couple's breakup aims to measure the strategies and behaviors that people carry out to end their romantic relationships. We propose to understand couple separation based on Rusbult's Reversal Model

¹ Agradecimiento especial al CONACYT por el apoyo brindado en el financiamiento de esta investigación como becario, CVU: 824208

² Contacto: Judith Guadalupe Ángel Ramírez, correo: judangel26@gmail.com

(1979). It is revealing to test the model including psychometric elements that allow us to understand its validity. Thus, the purpose of this study was to test an exploratory and confirmatory analysis of a scale that measures the behaviors that people perform to end their relationship. The initial version of the scale had 50 items on a Likert scale, applied online to 230 adults in Mexico City and Metropolitan Area. At the beginning of the exploratory factor analysis, a final scale of 18 items distributed in 4 factors (distancing, confrontation, depression due to separation and infidelity) was obtained, explaining 68.47% of the variance explained with a reliability of $\alpha = .871$. This structure was corroborated by a Confirmatory Factor Analysis. A robust and reliable scale is found, and it is concluded that the separation behaviors evaluated from the distance with the ex-partner, which can be through communication or exercising behaviors that transgress such as infidelity, mainly affect the emotional state of the people who live it.

Keywords: Break-up; Couple; Estrangement; Dating; Ghosting; Adults

Terminar una relación de pareja suele ser un evento común a lo largo de la vida (Saffrey & Ehrenberg, 2007). La separación de pareja se entiende en la literatura como la ruptura o el divorcio y se entiende como el término de una relación de pareja, de la convivencia con otro o el fin de la intimidad entre dos personas (Connolly & McIsaac, 2009; Tapia, 2001). El concepto de separación ha dado pie en pensar que hay una gama amplia de conductas que podrían estar presentándose al dar por concluida una relación y que dichos comportamientos tienen un efecto adaptativo o desadaptativo para las personas que las practican (Espinosa, Salinas, & Torres-Torija, 2017).

García (2013) define como las conductas de separación a los comportamientos que las personas realizan para separarse de una pareja romántica. La importancia de delimitar la separación en sus conductas nos ayuda a entender el manejo inadecuado de estas, para recuperarse ante la ruptura (Márquez, 2005).

Se ha encontrado en estudios cualitativos que enfrentar el rompimiento en las personas se caracterizaba por un intento inicial de búsqueda de apoyo emocional, evitación a través de distractores o en ocasiones a través del consumo de sustancias (también la ingesta desordenada de comida). Por otro lado, las personas también han resignificado la pérdida de la relación como una oportunidad de crecimiento personal, reorganización de valores e incluso, la posibilidad de encontrar nuevas relaciones (Harvey & Karpinski, 2016). La separación suele causar sen-

timientos y pensamientos disruptivos, se encuentra que particularmente hay conductas que permiten un mejor afrontamiento y resignificación a la pérdida romántica (McKiernan, Ryan, McMahon, Bradley & Butler, 2018).

No obstante, la investigación sobre las conductas de separación de las relaciones de pareja tiene algunos huecos teóricos. Son escasos los estudios que aborden estos temas y pocas las variables que hasta ahora se han investigado, creando un efecto de velo sobre los procesos que se llevan a cabo y los elementos involucrados en ellos. Aspectos como la cercanía que tienen las personas con respecto a sus parejas antiguas después de la separación, las conductas específicas que realizaron para terminar esa relación y la actitud hacia la expareja son algunos de los tópicos escasos de investigación. Rara vez se tiene en mente que después de la separación las personas continúan una cercanía romántica (que puede ser en términos de amistad y fines distintos) pero que afecta lo que sucede en sus relaciones presentes y futuras (Brewer & Abell, 2016).

Una de las teorías para explicar la disolución de un vínculo amoroso es el modelo de inversión de Rusbult (1979). Este modelo parte del principio de que la satisfacción de pareja ocurre cuando existe un balance entre lo que se invierte y los resultados que se obtienen de esa inversión.

Dentro de este modelo, también se menciona que cuando la satisfacción es baja y las alternativas de pa-

reja fuera de la relación son atractivas, podrá existir mayor oportunidad de terminar la relación.

Por otro lado, al existir alternativas atractivas es posible una ruptura o separación, siempre que dichas alternativas sean más atractivas que el mundo interno de la pareja (Rusbult, 1979 en Martínez-Íñigo, 2000). Así la dinámica de la separación podría a su vez, estar caracterizada por comportamientos diversos, determinados por la cantidad de inversiones, alternativas y motivaciones de la disolución de la relación (Carter, Knox & Scott, 2019).

La investigación contemporánea sigue en búsqueda de conocer aspectos como la cercanía que tienen las personas con sus antiguas parejas después de la separación, las conductas específicas que realizaron para terminar esa relación y la actitud hacia la expareja son algunos de los tópicos escasos de la línea de investigación. La evaluación de la separación de pareja ha centrado su interés en dos aspectos principales, el primero sobre la separación en el matrimonio tomando en cuenta las implicaciones familiares que lleva el proceso y el segundo en el afrontamiento a la separación, todo ello sin tomar en cuenta las conductas propias de la separación (Edwards & Saunders, 1981; Kincaid & Caldwell, 1995).

Los instrumentos existentes en México sobre separación no están enfocados en las conductas que utilizan las personas para alejarse de su pareja, por ello para medir este fenómeno se han utilizado escalas que miden por ejemplo el duelo romántico, pero que no son tan precisas para identificar las conductas con las cuales las personas se alejan (Sánchez-Aragón & Retana-Franco, 2013).

Tener una escala de las conductas de separación brindaría un panorama para identificar cuáles de ellas son adaptativas o desadaptativas, particularmente en el contexto mexicano en donde se conoce que las rupturas de las relaciones de pareja, por ejemplo, el matrimonio, puede tener implicaciones en la calidad de vida de las personas e impactar en otros aspectos como los hijos. De esta forma, el propósito de esta investigación es probar la configuración de las conductas de separación de pareja a partir de la construcción y validación de una escala.

Método

Participantes

Para llevar a cabo el estudio se obtuvieron dos muestras para llevar a cabo el análisis psicométrico de la escala. Estas se seleccionaron a partir de un muestreo no probabilístico accidental. La primera muestra, constó de 230 participantes, con ella se llevó a cabo el primer estudio exploratorio. El criterio de inclusión de esta muestra fue tener como máximo 1 año de haberse separado de su relación de pareja, y como criterios de exclusión, que la separación no se debiera a muerte de la expareja. El criterio de eliminación fue no haber respondido un 80% del cuestionario. Finalmente, se cuidó la confidencialidad y anonimato de los participantes. Los detalles de los datos sociodemográficos de los participantes se muestran en la Tabla 1.

En la segunda muestra, colaboraron de manera voluntaria a partir de un muestreo no probabilístico (Kerlinger & Lee, 2002), 680 adultos residentes de la Ciudad de México y Área Metropolitana con edades de entre 18 y 45 años. Esta muestra se aplicó para llevar a cabo el estudio confirmatorio. El criterio de inclusión de los participantes era que hubieran terminado una relación de pareja en el último año. Como criterio de exclusión que la separación no fuera por fallecimiento de la expareja. Y como criterio de eliminación: que los participantes reportaran regresar con su expareja (ver Tabla 2).

Instrumento

Para la creación de los reactivos se tomó en cuenta el modelo de medida de Rusbult (1979) para entender la separación. En segundo lugar, a partir de un estudio exploratorio se crearon los reactivos (Ángel & Rivera, en prensa). Este estudio tuvo la finalidad de conocer cuáles eran las conductas que se presentan comúnmente a la hora de terminar una relación, se aplicaron ocho preguntas abiertas a 230 personas (¿Por qué terminaste con tu expareja?, ¿Quién decidió terminar la relación?, ¿Qué beneficios ha tenido separarte?,

Tabla 1
 Datos sociodemográficos de la muestra para el análisis factorial exploratorio

	Total	Hombres	
	N=230 (100%)	N=169 (73.5%)	N=61 (26.5%)
<i>Edad</i>	16 a 43 años (M= 24.75, DE= 5.27)	18 a 43 años (M=25.14, DE=5.08)	18 a 37 años (M=22.57, DE=5.65)
<i>Escolaridad</i>			
Primaria	-	-	-
Secundaria	3 (1.3%)	1 (0.6 %)	2 (3.3 %)
Bachillerato	40 (17.4%)	22 (13.0%)	18 (29.5%)
Licenciatura	172 (74.8%)	135 (79.9%)	37 (60.7%)
Posgrado	15 (6.5%)	11 (6.5%)	4 (6.6%)
<i>Tipo de relación</i>			
Sin relación	25 (10.9%)	13 (7.7%)	12 (19.7%)
Noviazgo	145 (63.0%)	108 (63.9%)	37 (60.7%)
Unión libre	22 (9.6%)	18 (10.7%)	4 (6.6%)
Matrimonio	18 (7.8%)	15 (8.9%)	3 (4.9%)
Relación abierta	20 (8.7%)	15 (8.9%)	5 (8.2%)
<i>En relación actual</i>			
Si	120 (52.2%)	84 (49.7%)	36 (59.0%)
No	110 (47.8%)	85 (50.3%)	25 (41.0%)
<i>Tiempo de la relación actual</i>			
	1 a 216 meses (M=32.75, DE=39.67)	1 a 216 meses (M=36.40, DE=40.85)	1 a 168 meses (M=22.57, DE=34.51)

¿Cuál es el costo de haberte separado? ¿Qué conductas llevaste a cabo para separarte de tu pareja?, ¿Qué conductas llevo a cabo tu pareja para separarse de ti?, ¿Actualmente sigues interactuando con tu expareja? ¿Por qué?, ¿Actualmente sigues viendo a tu expareja? ¿Por qué?. Se hicieron categorías (eg. infidelidad, alejamiento, estabilidad emocional, autoestima, pérdida, etc.) y a partir de las categorías que tuvieron las frecuencias más altas, se desarrollaron 50 reactivos.

Procedimiento

El instrumento se aplicó en formato digital, por condiciones de la pandemia por la Covid-19, por medio de la plataforma de *Google Forms* y se difundió en

redes sociales como *WhatsApp*, *Facebook* e *Instagram* mediante la siguiente consigna:

“Hola, buenas tardes, comparto con ustedes este cuestionario que forma parte de mi proyecto de doctorado. Dirigido a personas que terminaron una relación en el último año. Residentes de la Ciudad de México y Área Metropolitana. Le pedimos su valiosa participación. La información será tratada de manera confidencial y anónima, sin que pueda relacionarse en ninguna forma con usted.”

Al inicio del instrumento se les pidió su consentimiento informado.

Al final de la aplicación se les agradecía su participación.

Tabla 2
Distribución de datos sociodemográficos de la muestra para el análisis factorial confirmatorio

Variable		Frecuencia	Porcentaje
Sexo	Mujer	431	63.4%
	Hombre	247	36.3%
	No especificó	2	0.3%
	Total	680	100%
Edad	18-25 años	125	36.76%
	25-39 años	175	51.47%
	40-60 años	40	11.76%
Estado civil	Soltero (a)	255	75%
	Noviazgo	48	14.11%
	Unión libre	4	1.17%
	Matrimonio	2	0.58%
	Separado (a)	16	4.70%
	Divorciado (a)	15	4.41%
Tiempo transcurrido de la separación	1-15 días	37	10.88%
	15 días a un mes	54	15.88%
	1 mes a 3 meses	61	17.94%
	3 meses a 6 meses	95	27.94%
	6 meses a 1 año	93	27.35%

Análisis estadístico

Para analizar las propiedades psicométricas de la escala, se realizó con la primera muestra un AFE (análisis factorial exploratorio) y con la segunda un AFC (análisis factorial confirmatorio). El tratamiento de los datos se realizó con el programa estadístico SPSS en su versión 24.

Para iniciar el análisis psicométrico de la escala de Conductas de Separación de Pareja se siguieron los pasos propuestos por Osborn y Costello (2019) con la finalidad de determinar los reactivos que se integrarían en el análisis factorial exploratorio. Primero, para verificar que todas las opciones de respuesta fueron elegidas por los participantes se calculó el sesgo para cada reactivo con la finalidad de conocer la distribución (normal o típica) de las respuestas.

Después, se realizó un análisis de discriminación de reactivos basada en grupos extremos a través de la prueba t de *Student* para muestras independientes.

Posteriormente, se realizaron las pruebas de esfericidad de Bartlett y de adecuación de Kaiser-Meyer Olkin (KMO) para comprobar que los reactivos pudieran analizarse factorialmente, buscando valores superiores a .90 (DeVellis, 2013). Para obtener la estructura factorial de la escala, con el AFE, se empleó el método de extracción de ejes principales. Los criterios para conservar los reactivos fueron tener una comunalidad mayor o igual que .30, cargas factoriales mayores que .50, y que no compartieran cargas con otros factores con diferencias de menos de .20 (Lloret-Segura et al., 2014).

Por su parte, en el AFC, los datos fueron analizados con el programa AMOS en su versión 25 y se empleó

el procedimiento seguido por Arias Martínez (2008) y Brown (2015). Primero se hizo la especificación del modelo, al establecer el número y la relación de los factores latentes, las variables manifiestas y los errores.

El número de factores latentes se consideró de los resultados obtenidos en el AFE. Las relaciones entre los factores latentes se establecieron considerando referentes teóricos y estadísticos. Como referente teórico se retomaron los postulados del Modelo de Inversión de Rusbult (1979) y como referente se consideraron los resultados del análisis factorial exploratorio. Posteriormente, se estimaron los parámetros del modelo empleando el método de estimación de máxima verosimilitud.

Resultados

Los resultados de estos análisis preliminares indican que en los 50 reactivos todas las opciones de respuesta fueron elegidas por lo menos una vez. La distribución de los datos se dio de forma normal, todos los reactivos discriminan entre sus puntuaciones bajas y altas.

Los reactivos 13, 25, 26, 28, 29, 30, 33, 39, 44, 48 disminuían el alfa al ser incluidos, reportaron valores de correlación menores a .30 con la escala total y ningún reactivo al ser eliminado aumenta la confiabilidad de la escala, por esa razón se decidió eliminarlos porque no cumplían los criterios antes de realizar el análisis factorial exploratorio.

Como se mencionó, antes de analizar la estructura factorial de la escala se realizaron la prueba de esfericidad de Bartlett y la prueba de adecuación de Kaiser-Meyer Olkin (KMO) .843 y $X^2[55] = 3112.562$, $p < .000$ por lo que se determinó que los reactivos pueden ser factorizables. Para obtener la estructura factorial de la escala se empleó el método de extracción de ejes principales y el método de rotación oblicua (*oblimin* directo) pues los resultados de correlación de Pearson entre los reactivos oscilaron entre .28 ($p < .01$) y .65 ($p < .01$).

Los criterios para conservar los reactivos fueron tener una comunalidad mayor o igual a .30, cargas factoriales mayores a .30 y que no compartieran cargas con otros factores con diferencias menores a

.20. Como resultado de estos criterios se tuvieron que eliminar 20 reactivos al tener cargas factoriales menores a .30 o compartir carga en varios factores con diferencias menores a .20. Así, se obtuvo una escala con 18 reactivos distribuidos en cuatro factores que explican el 68.47% de la varianza total del constructo.

Una vez establecida la estructura factorial de la escala, se obtuvo la consistencia interna de la escala calculando el coeficiente de alfa de Cronbach obteniéndose un valor de $\alpha = .871$ (ver Tabla 3). En la Tabla 4 se observa la matriz factorial que confirma la estructura de 3 factores en la escala. En la Tabla 5 se incluyen las definiciones de los cuatro factores encontrados en el AFE, los cuales son: 1) alejamiento, 2) depresión por separación, 3) confrontación, 4) infidelidad.

Como se observa en la Figura 1, los resultados del AFC confirman que el modelo propuesto ($\chi^2 = 304.813$; $df = 150$; $p = .000$; $CMIN/DF = 2.90$) tiene buenos índices de ajuste ($CFI = .896$; $GFI = .618$; $RMSEA = .077$), a pesar de poseer una χ^2 significativa, lo que suele ocurrir en muestras grandes debido a la sensibilidad de la prueba al tamaño muestral.

Discusión

El propósito de este estudio fue realizar un instrumento que midiera las Conductas de Separación en adultos y que aportara evidencia de validez sobre las dimensiones concordantes con la teoría y una adecuada consistencia interna.

Se encontraron cuatro dimensiones para la escala de Conductas de Separación de Pareja con adecuadas propiedades psicométricas y una adecuada consistencia interna. Lo que refleja una escala robusta y confiable.

Se sometió a prueba el modelo de medida el Modelo de Inversión de Rusbult (1979), que menciona que la decisión de terminar una relación está basada de cierta forma, sobre que las inversiones que se ofrecen en la relación, y estás preferentemente tengan una respuesta por parte de la pareja, ya que, de no tenerlas, será difícil mantener la relación a futuro.

Tabla 3
Análisis Factorial Exploratorio de la Escala de Conductas Separación de Pareja en Adultos

	Factor				
	1	2	3	4	
4. Comencé a ser cortante.	0.862	-0.006	0.005	-0.093	
2. Me porté distante.	0.831	-0.049	0.006	-0.034	
11. Actúe muy indiferente.	0.758	-0.028	-0.005	0.103	
12. Dejé de mostrar interés.	0.757	0.038	-0.116	0.065	
1. Trate de alejarme de él (ella) poco a poco antes de terminar por completo.	0.576	0.137	-0.105	0.000	
5. Me enojaba cualquier cosa que hiciera.	0.540	0.032	0.164	0.041	
17. Le dije que no me gustaba como funcionaban las cosas.	0.019	0.785	-0.002	0.087	
21. Hablé sobre lo que estaba pasando.	-0.130	0.680	-0.002	-0.068	
27. Comunicué lo que sentía, para terminar la relación.	-0.029	0.660	-0.029	-0.122	
6. Lo (la) confronté directamente sobre el rumbo de la relación.	0.008	0.652	0.066	0.021	
23. Cuestioné el rumbo de la relación.	0.113	0.633	0.092	0.054	
24. Le dije que ya no era feliz.	0.172	0.607	-0.094	0.064	
42. Lloré mucho.	-0.038	-0.073	0.869	-0.069	
25. Estuve deprimido(a) por la ruptura.	-0.117	0.033	0.793	0.028	
43. Me enojé con él (ella) por lo poco que se esforzó para salvar la relación.	0.106	0.054	0.547	0.016	
13. Le fui infiel.	-0.111	0.054	0.003	0.826	
22. Empecé a salir con alguien más antes de terminar.	-0.016	-0.032	-0.012	0.711	
10. Le mentí en varias ocasiones.	0.214	-0.055	-0.003	0.504	
Número de ítems	6	6	3	3	18
Varianza explicada	37.419	59.254	64.476	68.470	68.470%
Autovalor	4.397	3.194	2.680	1.428	
Alpha de Cronbach	.869	.831	.760	.713	.871
Media	2.527	3.324	3.228	1.562	
Desviación estándar	5.46779	5.70298	3.47836	2.08441	

Nota: Las cargas factoriales en negritas señalan en qué factor se cargó el ítem. 1 *alejamiento*, 2 *Depresión por separación*, 3 *Confrontación*, 4 *Infidelidad*.

Tabla 4
Matriz de correlaciones factorial

Factor	1	2	3
1	1.000	-.235	.464
2	-.235	1.000	-.186
3	.464	-.186	1.000

Método de extracción: factorización de eje principal. Método de rotación: *Oblimin* con normalización Kaiser.

Por otro lado, al existir alternativas atractivas es posible una ruptura o separación, siempre que dichas alternativas sean más atractivas que el mundo interno de la pareja.

La necesidad de considerar esta teoría para explicar las conductas de separación implica entender que hay un proceso que subyace a la decisión de terminar una relación de pareja (Carter, Knox & Scott, 2019). Así la dinámica de la separación podría a su vez, estar

Tabla 5
Escala de Conductas de Separación de Pareja. Definiciones por factor

Factor	Reactivos por factor	Nombre del factor	Definición
1	18, 3, 12, 5, 6, 7	Alejamiento	Comportamientos dirigidos a crear distancia emocional o física hacia la expareja.
2	9, 10, 13, 14, 15, 11	Confrontación	Encarar a la expareja respecto a las razones de la separación.
3	17, 1, 8	Depresión por separación	Estado anímico que provoca un sentimiento de tristeza profunda provocada por terminar la relación de pareja.
4	2, 4, 16	Infidelidad	Rompimiento de los acuerdos propios de la relación de pareja.

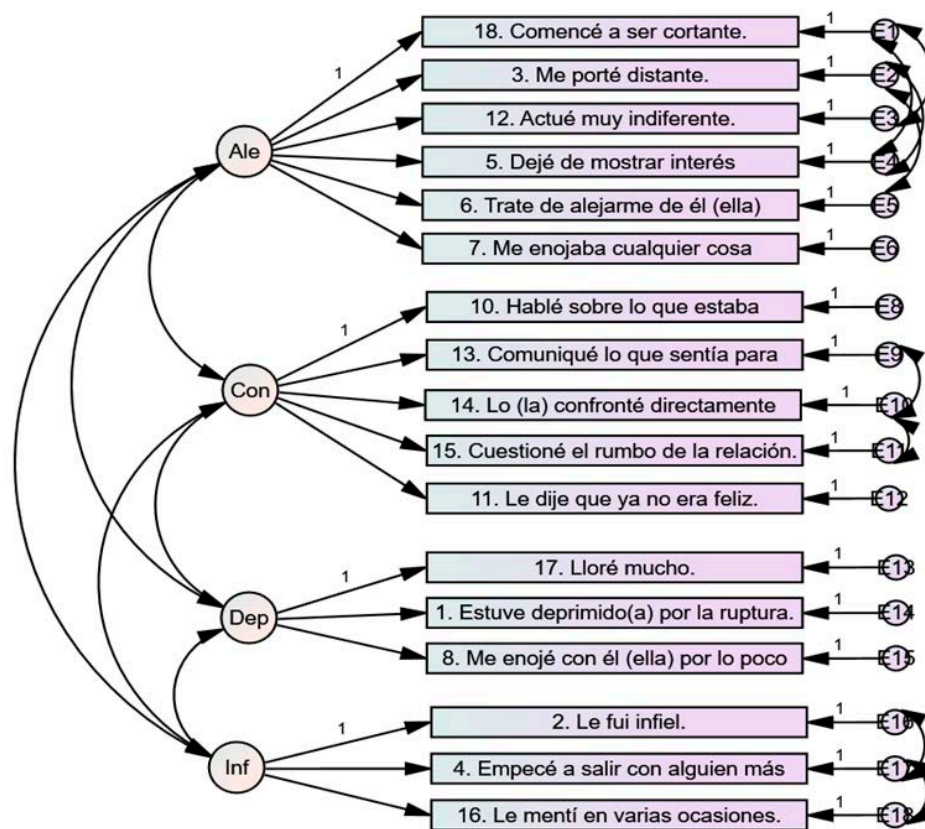


Figura 1. Análisis Factorial Confirmatorio de la Escala de Conductas de Separación

caracterizada por comportamientos diversos, determinados por la cantidad de inversiones, alternativas y motivaciones de la disolución de la relación (Rusbult, 1979 en Martínez-Íñigo, 2000).

Se encontraron cuatro dimensiones para la escala de Conductas de Separación, el primer factor, el factor Alejamiento refiere a una condición de buscar

distancia emocional y/o física con la expareja, al respecto, investigaciones como la de Harvey y Karpinski (2016) han probado que aquellos elementos de distanciamiento facilitan el duelo de las personas y la adaptación a la ruptura. Por otro lado, en el estudio de Medeiros y Webb (2019) mencionan que aquellas personas que continuaban en comunicación

y amistad con la expareja (relación post-disolución) experimentaban más estrés y ansiedad a diferencia de aquellas que consideraban alejarse y mantener distancia. Baxter (1982) dentro de sus cuatro estrategias de desvinculación de la relación considera la estrategia de retirada/evitación dentro de su escala, e incluía aquellas personas que decidían mantenerse lo más alejados posible de su pareja anterior.

El segundo factor Confrontación que se refiere a encarar directamente el nuevo estatus de la relación con el fin de comunicar que ya no hay el propósito de continuar, no ver un futuro en la relación o comunicar las inconformidades. Es coincidente con otra de las cuatro estrategias de la escala de Baxter (1982) nombrada confrontación abierta, esta implicaba la revelación directa a la pareja sobre los motivos de la desvinculación (“Explicar verbalmente a la persona mis motivos para desear la ruptura”).

Baxter (1982) repitió estas cuatro estrategias en un estudio de seguimiento, llegó a la conclusión de que puede haber dos dimensiones fundamentales que subyacen a estas estrategias: franqueza-indirecta para manipular el rompimiento o darle otras razones y la confrontación abierta que refiere a ser claro con los motivos para terminar (e. g. “expliqué completamente por qué me sentía insatisfecho con la relación, que no ha crecido y que creo que ambos seríamos más felices si no salimos más”). El estudio de Cody (1982) puso en evidencia que había otras estrategias similares que nombró gestión de la identidad negativa. incluía el rechazo directo y duro (e. g. “Le dije que iba a salir con otras personas”). La estrategia de desescalada que implicaba solicitar un periodo de enfriamiento o un tiempo muerto para la relación. Estas dos estrategias muy similares a los reactivos “Le dije que ya no me gustaba” y “Le dije que ya no era feliz” de la escala, que refieren a ser directos y confrontativos de manera cruel.

El tercer factor Depresión por separación, identificado ampliamente en la literatura con algunos estudios que han arrojado síntomas depresivos en personas que concluyeron una relación de pareja (e. g. Dailey, Zhong, Pett & Varga, 2020; LeBel & Campbell, 2009; LeFebvre, & Fan, 2020; Washburn-Busk, Vennum, McAllister & Busk, 2020). Los

reactivos de este factor también incluyen uno que menciona enojo por no salvar la relación, de acuerdo con Rhoades, Kamp, Atkins, Stanley y Markman (2011) esto implica la negación dentro de un proceso de pérdida.

Por último, el factor cuatro llamado Infidelidad hace referencia a tener una pareja nueva antes de salir de su relación anterior, también incluye mentiras dentro de sus reactivos. Al respecto el estudio de Reimer y Estrada (2020) mencionan la importancia de reponerse rápido de una ruptura y continuar con otras relaciones es una de las formas socialmente aceptadas. Particularmente para la infidelidad no es un factor muy recurrente como estrategia, sin embargo, como lo menciona Rusbult en su teoría incluye el factor alternativas que hace referencia a la posibilidad de otras parejas (percibidas como mejores para los individuos), lo cual facilita la transición a otra relación.

Asimismo, se tomó como referencia el modelo de inversión de Rusbult (1979), preguntando sobre los costos y los beneficios que tenía terminar una relación de pareja. Al analizar los costos y beneficios que las personas percibieron de haberse separado, se encontraron coincidencias con la literatura respecto a las categorías relacionadas con desordenes afectivos tales como la ansiedad, la depresión y la tristeza duradera (Verhallen, Renken, Marsman & ter Horst, 2019).

De acuerdo con Rusbult (1979) al aumentar las inversiones y el tiempo en la relación también aumentan los costos en el momento de la separación, de forma que entre mayor intimidad y compromiso exista en la relación, las barreras y los costos para salir de ella serán correspondientes, esto podría sustentar que en este estudio se encontrarán categorías relacionadas a un alto afecto negativo o experiencias altamente estresantes como costos económicos y de paternidad. Que, a su vez, también están relacionados a condiciones de mayor compromiso e intimidad en una relación. De manera similar, al observar los hallazgos y los datos descriptivos, se sugiere que las personas percibirán mayores efectos emocionales y estresantes después de haber cohabitado, o bien, en un noviazgo cuando este incluía planes a futuro (Rhoades, Kamp, Atkins, Stanley & Markman, 2011).

Sobre las conductas de separación que realizaron las personas para terminar su relación, se encontró que alejarse, mostrar desinterés o indiferencia, fueron algunas de las acciones negativas que se solían repetir para lograr la separación. Los comportamientos reportados por los participantes parecen estar relacionados con comportamientos desadaptativos en la ruptura (García, 2013), los cuales se caracterizan por tener consecuencias negativas tales como estrés o la evocación de emociones negativas tras la ruptura.

Así, se espera que las personas que tienden a alejarse, o ser indiferentes ante la separación, puedan desarrollar posteriormente repercusiones como altos niveles de rumia o un bajo nivel de ajuste ante la ruptura (Barutçu & Demir, 2015). Cuando las personas no fueron quienes terminaron su relación, sino sus exparejas, se encontró también una prevalencia de conductas desadaptativas, como la violencia, la infidelidad y no comunicarse. Lo cual, puede explicar la razón por la que la experiencia de la separación suele estar siempre descrita como un evento altamente disruptivo y difícil (Rhoades et al., 2011).

Por otro lado, dentro de las conductas de separación, existieron categorías adaptativas, ya que se encontró la existencia de comportamientos como la comunicación efectiva para expresar la intención de concluir con la relación. Aunque la asertividad al terminar una relación de pareja no suele ser reportada en la literatura, la existencia de estos comportamientos puede sugerir que la separación de pareja no siempre se vive de manera disruptiva, también puede ser llevada a cabo a través de comportamientos que permitan ajustes adecuados a los cambios que conlleva, y aunque sigue siendo emocionalmente compleja, puede ser una experiencia menos impactante en la vida de las personas.

Ahora bien, al preguntar sobre la interacción con la expareja, las personas que respondieron que si seguían en interacción reportaron que la mantenían debido a tener una amistad y una buena relación con la expareja, o bien relaciones que no podían evitar por la convivencia en contextos escolares o de trabajo. Spielmann, Joel, MacDonald y Kogan (2012), explican que en ocasiones es probable que los vínculos afectivos con la expareja se mantengan ya que el

tiempo de convivencia con el otro, así como las experiencias vividas mutuamente, crean lazos más allá de la relación romántica. O bien, el paso del tiempo y los contextos que abarca la relación, generan que el simple continuar con la vida lleve a la interacción de las exparejas ya que mantienen los mismos espacios de convivencia o conocidos en común. Esto abre la posibilidad a que algunas personas consideren que la relación romántica pueda retomarse en un futuro, lo cual también estuvo presente en este estudio en la categoría de aprensión.

Por otro lado, las personas que no seguían interactuando con sus exparejas era debido a distanciamiento físico, falta de interés, querer cuidar su salud mental y el bienestar al no interactuar de nuevo con la expareja, así como la creación de nuevos vínculos de pareja que pudieran verse afectados por la comunicación con la pareja anterior. Existe evidencia que sugiere que las personas rara vez tienen en mente continuar una cercanía romántica con su expareja una vez consumada la separación (que puede ser en términos de amistad o con fines desconocidos), ya que se considera que el seguir en interacción puede afectar lo que suceda en sus relaciones presentes y futuras (Brewer & Abell, 2016).

Así pues, los resultados encontrados en este estudio, sugieren que al definir las conductas y contextos en los que ocurre la separación de pareja, es importante considerar la existencia de conductas desadaptativas y adaptativas que permiten a las personas ajustarse a sus separaciones y los cambios que involucran, de este modo, existirán comportamientos ante la separación que reporten beneficios personales y ayuden a las personas en su desarrollo individual, mientras que otras, afectarán directamente el proceso de su separación y su estabilidad emocional a corto, mediano y posiblemente, largo plazo.

Finalmente, la decisión de continuar en interacción con la expareja parece estar relacionada con el vínculo que se creó previamente con la persona con la que se tuvo una relación o con los contextos de convivencia que se tenían previos a la separación. Por lo que, al evaluar estos comportamientos, cada una de estas variaciones será necesaria para reflejar el fenómeno con mayor precisión.

Referencias

- Arias Martínez, B. (2008). *Metodología en la investigación, sobre discapacidad. Introducción al uso de las ecuaciones estructurales*. Capítulo 4. Desarrollo de un ejemplo de análisis factorial confirmatorio con Lisrel, AMOS y SAS. Seminario científico, SAID. Publicaciones INICO. Salamanca.
- Barutçu, F. & Demir, A. (2015) Breakup adjusment in young adulthood. *Journal of Counseling & Development*, 93(1), 38-44. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.2015.00179.x>
- Baxter, L. A. (1982). Strategies for ending relationships: Two studies. *Western Journal of Speech Communication*, 46, 223-241. <https://doi.org/10.1080/10570318209374082>
- Brewer, G. & Abell, L. (2016). Machiavellianism and romantic relationship dissolution. *Personality and Individual Differences*, 106, 226 -230. <https://doi.org/10.5964/ejop.v13i3.1217>
- Brown, T. (2015). *Confirmatory Factor Analysis for Applied Research*. The Guilford Press.
- Brunson, A. J., Overup, S. C. & Acitelli, K. L. (2018). Lover and learner: Exploring relational schema change following relationship dissolution. *The Journal of Social Psychology*, 159(3), 1-14. <https://doi.org/10.1080/00224545.2018.1458019>
- Carter, R. K., Knox, D. & Scott, S. H. (2019). Romantic Breakup: Difficult Loss for Some but Not for Others. *Journal of Loss and Trauma*, 23(8), 1-17. <https://doi.org/10.1080/15325024.2018.1502523>
- Civilotti, C., Dennis, J.L, Acquadro Maran, D. & Margola, D. (2021). Cuando el amor acaba: una investigación de la relación entre comportamientos disfuncionales, estilos de apego, género y educación poco después de la disolución de una relación. *Fronteras en Psicología*, 12 (662237). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.662237>
- Cody, M. J. (1982). A typology of disengagement strategies and an examination of the role intimacy, reactions to inequity and relational problems play in strategy selection. *Communication Monographs*, 49, 148-170. <https://doi.org/10.1080/03637758209376079>.
- Connolly, Je., & McIsaac, C. (2009). Adolescents' explanations for romantic dissolutions: A developmental perspective. *Journal of Adolescence*, 32, 1209-1223. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2009.01.006>
- Dailey, R. M., Zhong, L., Pett, R., & Varga, S. (2020). Post-dissolution ambivalence, breakup adjustment, and relationship reconciliation. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(5), 1604-1625. <https://doi.org/10.1177/0265407520906014>.
- DeVellis R. F. (2013). *Scale development. Theory and applications*. SAGE Publications.
- Edwards, J. N., & Saunders, J. M. (1981). Coming Apart: A model of the marital dissolution decision. *Journal of Marriage and Family*, 43(2), 379-389. <https://doi.org/10.2307/351389>
- Espinosa Sierra, V., Salinas Rodríguez, J. L., & Santillán Torres-Torija, C. (2017). Incidencia del duelo en la ruptura amorosa en estudiantes universitarios en un Centro de Crisis, Emergencias y Atención al Suicidio (CREAS). *Journal of Behavior, Health & Social Issues*, 9(2), 27-35. <https://doi.org/10.1016/j.jbhsi.2018.01.001>
- García, F. E. (2013). Ruptura de pareja, afrontamiento y bienestar psicológico en adultos jóvenes. *Ajayu*, 11(2), 2077-2161. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-21612013000200003
- Harvey, B. A. & Karpinski, A. (2016). The impact of social constrains on adjustment following a romantic breakup. *Personal Relationships*, 23(3), 396-408. <https://doi.org/10.1111/per.12132>
- Kerlinger, N. F. & Lee, B. H. (2002). *Investigación del comportamiento: técnicas y metodología*. Cuarta edición. McGraw-Hill. Interamericana de México.
- Kincaid, S. B., & Caldwell, R. A. (1995). Marital separation: Causes, coping, and consequences. *Journal of Divorce & Remarriage*, 22(3-4), 109-128. https://doi.org/10.1300/J087v22n03_07
- LeBel, E. P., & Campbell, L. (2009). Implicit partner affect, relationship satisfaction, and the prediction of romantic breakup. *Journal of Experimental Social Psychology*, 45(2009), 1291-1294. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2009.07.003>
- LeFebvre, E. L. & Fan, X. (2020). Ghosted? Navigating strategies for reducing uncertainty and implications surrounding ambiguous loss. *Personal Relationships*, 27(2), 433-459. <https://doi.org/10.1111/per.12322>
- Lloret-Segura, S., Ferreres-Traver, A., Hernández-Baeza, A. & Tomás-Marco, I. (2014). El análisis factorial exploratorio de los ítems: una guía práctica, revisada y actualizada. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 30(3), 1151-1169. <https://dx.doi.org/10.6018/analesps.30.3.199361>
- Márquez, O. X. (2005). Ni contigo, ni sin ti: La pareja irrompible. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 7(2), 27-42. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80270203>
- Martínez-Íñigo, D. (2000). Contrastación del modelo de inversión de Rusbult en una muestra de casados y divorciados. *Psicothema*, 12(1), 65-69. <https://www.psicothema.com/pi?pii=254>
- McKiernan, A., Ryan, P., McMahan, E., Bradley, S., & Butler, E. (2018). Understanding Young People's

- Relationship Breakups Using the Dual Processing Model of Coping and Bereavement. *Journal of Loss and Trauma*, 23(3), 192-210. <https://dx.doi.org/10.1080/15325024.2018.1426979>.
- Medeiros, T. D. & Webb, M. L. (2019). Remaining facebook versus face-to-face friends after a romantic breakup: Factors that distinguish those who do from those who do not. *International Journal of Interactive Communication Systems and Technologies*, 9(1), 1-16. <https://dx.doi.org/10.4018/IJICST.2019010101>
- O'Connor, V. & Canevello, A. (2019). Recovery and moving on after breakups caused by infidelity. *Journal of Loss and Trauma*, 24(7), 1-14. <https://doi.org/10.1080/15325024.2019.1603005>
- Osborne, Jason W. (2015) "What is Rotating in Exploratory Factor Analysis?" *Practical Assessment, Research, and Evaluation*, 20(2), 1-7. <https://doi.org/10.7275/hb2g-m060>
- Osborne, Jason W. and Costello, Anna B. (2019) Sample size and subject to item ratio in principal components analysis, *Practical Assessment, Research, and Evaluation*: 9(11). <https://doi.org/10.7275/ktzq-jq66>
- Reimer, E. J. & Estrada, R. A. (2020). College students' grief over a breakup. *Journal of Loss and Trauma*, 1-13. <https://doi.org/10.1080/15325024.2020.1757992>
- Rhoades, G. K., Kamp, C. M., Atkins, D. C., Stanley, S. M., & Markman, H. J. (2011). Breaking up is hard to do: the impact of unmarried relationship dissolution on mental health and life satisfaction. *Journal of family psychology*, 25(3), 366-374. <https://dx.doi.org/10.1037/a0023627>
- Rusbult, E. C. (1979). Commitment and satisfaction in romantic associations: A test of the investment model. *Journal of Experimental Social Psychology*, 16, 172-186. [http://dx.doi.org/10.1016/0022-1031\(80\)90007-4](http://dx.doi.org/10.1016/0022-1031(80)90007-4)
- Saffrey, C. & Ehrenberg, M. (2007). When thinking hurts: Attachment, rumination, and postrelationship adjustment. *Personal Relationships*, 14, 351-368. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2007.00160.x>
- Sánchez-Aragón, R., & Retana-Franco, B. (2013). Evaluación tridimensional del duelo amoroso en México. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 36(2), 49-69. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=459645436004>
- Spielmann, S., Joel, S., MacDonald, G., & Kogan, A. (2012). Ex Appeal: Current Relationship Quality and Emotional Attachment to Ex-Partners. *Social Psychological and Personality Science*, 42(2), 175-180. <https://doi.org/10.1177/1948550612448198>
- Verhallen, M. A., Renken, J. R., Marsman, C. J.- B. & ter Horst, J. G. (2019). Romantic relationship breakup: An experimental model to study effects of stress on depression (-like) symptoms. *PLoS ONE*, 14(5), 1-13. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0217320>
- Washburn-Busk, M., Vennum, A., McAllister, P. & Busk, P. (2020). Navigating "breakup remorse": Implications for disrupting the on-again/off-again cycles in young adult dating relationships. *Journal of Marital and Family Therapy*, 46(3). <https://doi.org/10.1111/jmft.12425>