

El rol de la flexibilidad, tolerancia y adaptabilidad en la predicción del estrés, el bienestar y la satisfacción relacional*

The Role of Flexibility, Tolerance, and Adaptability in Predicting Stress, Well-Being, and Relationship Satisfaction

Recibido: 11 junio 2025 | Aceptado: 17 septiembre 2025

ANDREA BRAVO-DODDOLI^a

Universidad Nacional Rosario Castellanos, México

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0855-672X>

RESUMEN

Este estudio analiza cómo el estrés relacional, derivado de diferencias en normas y valores entre miembros de la pareja, afecta el bienestar subjetivo, los conflictos y la satisfacción con la relación. Se evaluaron tres recursos psicológicos —flexibilidad, tolerancia y adaptabilidad— como factores protectores, en personas en las etapas de inicio y mantenimiento de la relación, mediante modelos de sendero. Los resultados indican que el estrés tiene un efecto negativo sobre el bienestar y aumenta los conflictos, especialmente en la fase de mantenimiento. En cambio, la tolerancia y la adaptabilidad ayudan a reducir emociones negativas, mejorar la convivencia y aumentar la satisfacción relacional, al facilitar el ajuste y la comprensión mutua. Estas habilidades permiten enfrentar mejor los retos de la vida en pareja. En la etapa inicial, el impacto del estrés es menor debido a la intensidad emocional positiva propia del comienzo de la relación.

Palabras clave

ajuste diádico; conflicto de pareja; relaciones de pareja; inicio de la relación; mantenimiento de la relación.

ABSTRACT

This study analyzes how relational stress, derived from differences in norms and values between partners, affects subjective well-being, conflict, and relationship satisfaction. Three psychological resources —flexibility, tolerance, and adaptability— were evaluated as protective factors in individuals at different stages of the relationship cycle (beginning and maintenance) using path models. Results show that stress negatively impacts well-being and increases conflict, especially during the maintenance phase. In contrast, tolerance and adaptability help reduce negative emotions, improve coexistence, and enhance satisfaction by facilitating adjustment and mutual understanding. These skills allow couples to better navigate the challenges of shared life. In the early stage of the relationship, stress has a lesser impact due to the heightened positive emotional intensity typical of this phase.

Keywords

dyadic adjustment; couple conflict; romantic relationships; relationship onset; relationship maintenance.

^a Autor de correspondencia. Correo Electrónico: andrea.bravo69@rcastellanos.cdmx.gob.mx

Para citar este artículo: Bravo-Doddoli, A. (2025) El rol de la flexibilidad, tolerancia y adaptabilidad en la predicción del estrés, el bienestar y la satisfacción relacional. *Universitas Psychologica*, 24, 1-16. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy24.rfta>

En el marco de las relaciones de pareja, cada individuo construye, a partir de su historia personal y del contexto sociocultural en el que se desarrolla, un sistema particular de creencias, normas y valores sobre lo que considera ideal en una relación amorosa (Díaz-Loving, 2019). Estas configuraciones subjetivas actúan como marcos de referencia que orientan el comportamiento en la interacción íntima, al establecer expectativas respecto al propio actuar y al del otro (Rage-Atala, 1996). Sin embargo, al tratarse de construcciones individuales, estas representaciones pueden diferir o incluso entrar en conflicto entre los miembros de la pareja, generando desacuerdos que demandan procesos de negociación orientados a la reconfiguración o ajuste de dichos sistemas (Candel, 2023).

Cuando las creencias y expectativas de quienes conforman el vínculo afectivo se distancian, se produce una confrontación de significados que puede desencadenar disonancia cognoscitiva (Barak & Loewenstein, 2025), entendida como el desequilibrio psicológico que emerge al percibir incongruencias entre lo que se cree, se espera y se experimenta. En el contexto de la relación amorosa, este desequilibrio puede traducirse en una experiencia de estrés, al exigir la modificación de esquemas personales para lograr una interacción más armónica con el otro. Desde esta perspectiva, el estrés relacional se concibe como el resultado de tensiones emocionales y cognitivas derivadas del intento de compatibilizar sistemas normativos y valorativos distintos, lo cual puede generar sensaciones de amenaza, presión o conflicto interno (Feeney & Karantzas, 2017).

Aunque el estrés es inherente a la experiencia humana (Cooper & Quick, 2017), su aparición en el ámbito de la pareja posee implicaciones particulares, pues afecta tanto el bienestar psicológico individual como la calidad de la interacción entre los miembros. Este tipo de estrés puede tener efectos bifásicos: por un lado, puede promover la reflexión y el fortalecimiento de la relación mediante la resolución constructiva de conflictos; por otro, puede propiciar un deterioro en la comunicación,

una mayor insatisfacción relacional y un aumento en la conflictividad (Falconier et al., 2016; Hill et al., 2017; Rusu et al., 2020). En este sentido, el presente estudio analiza el estrés relacional como una variable emergente del desequilibrio cognitivo-afectivo producido por las discrepancias en normas y creencias, evaluando su incidencia en tres indicadores centrales del vínculo: el bienestar subjetivo, el conflicto relacional y la satisfacción con la relación.

Frente a los desafíos derivados del desencuentro normativo, emergen ciertos recursos psicológicos que facilitan el ajuste interpersonal. Entre estos, la flexibilidad, la tolerancia y la adaptabilidad se presentan como dimensiones clave para la comprensión del afrontamiento relacional. La flexibilidad puede concebirse tanto como una habilidad social como un rasgo de personalidad relativamente estable, que se manifiesta en la disposición a modificar esquemas cognitivos y conductuales en respuesta a contextos cambiantes (Perez & Karney, 2025). En el ámbito de las relaciones amorosas, este rasgo permite al individuo adoptar nuevas normas y significados co-construidos con la pareja (Lau, 2013).

La flexibilidad interpersonal ha sido descrita como la capacidad de ajustar el comportamiento de manera eficaz ante exigencias sociales dinámicas, implicando el uso de estrategias múltiples, la apertura al aprendizaje y la modificación de patrones disfuncionales (Ardila et al., 2015). La flexibilidad se asocia con menor conflicto percibido, mayor creatividad para resolver diferencias y niveles superiores de bienestar psicológico (Daks & Rogge, 2020; Eşiyok & Esen, 2017). Por lo que se propone que la flexibilidad actúa como un factor protector ante el estrés relacional, incidiendo de manera positiva sobre la calidad del vínculo.

Por su parte, la tolerancia se conceptualiza como una actitud orientada a aceptar activamente las diferencias del otro, aun cuando estas resulten incongruentes con el propio sistema normativo (Bandura & Walters, 1974). En la relación de pareja, este rasgo facilita el respeto hacia las ideas, comportamientos

y estilos de vida del otro, constituyéndose en una estrategia de mantenimiento relacional (Granillo-Velasco & Sánchez-Aragón, 2019), la cual promueve vínculos más positivos y cercanos, tanto en contextos familiares como comunitarios (Lino & Hashim, 2020), y ha sido reconocida como un componente esencial del amor diádico (Swensen & Trahaug, 1985).

No obstante, los niveles de tolerancia no son constantes: tienden a fluctuar a lo largo del ciclo vital de la relación y disminuyen ante contextos de insatisfacción o crisis (Flores-Galaz, 2011). Mientras algunos estudios postulan que la tolerancia puede decaer con el tiempo, otros la identifican como un atributo que puede desarrollarse y fortalecerse (Sirvent-Ruiz, 2011). En este trabajo, se examina la tolerancia como una actitud de aceptación activa frente a los defectos y diferencias del otro, orientada a preservar la armonía relacional en situaciones de disonancia.

Finalmente, la adaptabilidad se define como la capacidad de modificar esquemas normativos y valorativos ante situaciones que exigen ajustes conductuales o cognitivos, como sucede en la interacción con la pareja (Ponce-Rosas et al., 2002). Este proceso implica una negociación interna entre lo aprendido previamente y las nuevas demandas del vínculo, en la que se sopesan beneficios y costos, y se establecen acuerdos para la convivencia (Bécotte et al., 2023). En este sentido, la adaptabilidad favorece la capacidad de ajuste recíproco ante discrepancias normativas o culturales (Miranda et al., 2010), y puede estar condicionada por dinámicas de poder dentro de la relación (Bécotte et al., 2023). Así, para los fines del presente estudio, la adaptabilidad será entendida como la disposición a modificar creencias y valores con el propósito de ajustarse a los significados que la pareja aporta a la relación, o bien a aquellos que se generan conjuntamente.

Dentro del análisis de las dinámicas relacionales, resulta indispensable considerar cómo las tensiones normativas, el estrés interpersonal y la presencia (o ausencia) de recursos psicológicos como la flexibilidad y la tolerancia, se articulan con indicadores centrales

de la calidad relacional, tales como el conflicto, la satisfacción y el bienestar subjetivo (Neff & Karney, 2017). Estos tres constructos permiten evaluar la experiencia vivida dentro de la relación, tanto en su dimensión emocional como en su impacto funcional en la vida cotidiana (Shrout, 2021).

En este sentido, el objetivo general de este trabajo es analizar el papel modulador de la flexibilidad, la tolerancia y la adaptabilidad en la relación entre estrés y tres indicadores centrales de la calidad de la pareja: el bienestar subjetivo, el conflicto y la satisfacción. De manera específica, se busca: (1) identificar la incidencia del estrés en cada indicador; (2) examinar el efecto protector de la flexibilidad, la tolerancia y la adaptabilidad frente al estrés relacional; y (3) comparar estos efectos en las etapas de inicio y mantenimiento de la relación.

Método

Participantes

Se trabajó con dos muestras independientes, una por cada etapa de la relación de pareja, seleccionadas mediante un muestreo no probabilístico accidental por cuotas (Hernández-Sampieri et al., 2014). Las cuotas se definieron con base en la etapa relacional (inicio y mantenimiento) y el sexo de los participantes, a fin de garantizar la inclusión equilibrada de hombres y mujeres en ambos grupos. Cada grupo presentó características sociodemográficas diferenciadas en función de la etapa relacional evaluada. Para determinar el tamaño de la muestra se utilizó la fórmula para estimar el tamaño de muestra para población infinita, con un nivel de confianza del 92 % y un margen de error del 5 %: $n = \frac{Z^2 \cdot p \cdot q}{e^2}$

El primer grupo, correspondiente a la fase de inicio de la relación, estuvo conformado por 317 personas (45 % hombres y 55 % mujeres), con edades entre 18 y 62 años ($M = 30.09$, $DE = 8.54$). La mayoría (72 %) vivía en unión libre, y el resto estaba casado. El tiempo de convivencia oscilaba entre 1 y 12 meses ($M = 8.44$, $DE = 4$).

El segundo grupo, correspondiente a la etapa de mantenimiento de la relación, también incluyó a 317 participantes (48 % hombres y 52 % mujeres), con edades entre 22 y 65 años ($M = 33.81$, $DE = 8.11$). Del total, el 49 % vivía en unión libre y el 51 % estaba casado. El tiempo de convivencia fluctuaba entre 13 meses y 38 años ($M = 85.63$ meses, $DE = 80.58$).

Instrumentos

Escala Flexibilidad en el contexto de la Pareja (Bravo-Doddoli & Sánchez-Aragón, 2024): está compuesta por 12 ítems distribuidos en dos factores, que explican el 59.98 % de la varianza. Tiene un Alpha de Cronbach de 0.924 y un Omega de McDonald de 0.95. Utiliza un formato de respuesta tipo Diferencial Semántico con cinco líneas intermedias. Los factores son: 1) *Flexibilidad Accesible* ($\alpha = 0.922$, $\Omega = 0.909$) con 5 ítems, incluyendo ejemplos como “Adaptable”, “Tolerante” y “Accesible”; y 2) *Flexibilidad Complaciente* ($\alpha = 0.835$, $\Omega = 0.819$) con 4 ítems, como “Complaciente”, “Condescendiente” y “Permisivo”.

Escala de adaptabilidad hacia la pareja: (Bravo-Doddoli & Sánchez-Aragón, 2024) Mide la disposición del individuo para modificar sus creencias, normas y valores con el fin de ajustarse tanto a su pareja como a la relación. Utiliza una escala Likert de cinco puntos (1 = nada capaz de adaptarme, 5 = muy capaz de adaptarme). Consta de 14 ítems organizados en dos factores, que explican el 55.17 % de la varianza total, y presenta altos índices de confiabilidad ($\alpha = 0.932$; $\Omega = 0.944$). Los factores identificados son: *Adaptación a la pareja* (8 ítems; $\alpha = 0.896$; $\Omega = 0.877$), centrado en la capacidad de adecuarse a las ideas y valores personales de la pareja; y *Adaptación a la relación* (6 ítems; $\alpha = 0.911$; $\Omega = 0.920$), que aborda la flexibilidad para acoplarse a los acuerdos y valores construidos en conjunto.

Escala de Tolerancia hacia la pareja (Bravo-Doddoli & Sánchez-Aragón, 2024). Sigue un formato de respuesta tipo Likert con cinco opciones que indican grados de acuerdo (1 = totalmente en desacuerdo a 5 = totalmente de

acuerdo). Está formada por 11 ítems distribuidos en tres factores que explican el 41.131 % de la varianza, con un Alpha de Cronbach de 0.891 y un Omega de McDonald de 0.887. Los factores son: 1) *Intolerancia* ($\alpha = 0.839$, $\Omega = 0.8$) con 4 ítems, incluyendo “Siento tensión ante las costumbres de mi pareja” y “Siento que voy a explotar cuando mi pareja y yo diferimos en lo permitido en la relación”; 2) *Evitación* ($\alpha = 0.657$, $\Omega = 0.610$) con 3 ítems, como “Evito hablar con mi pareja de temas en los que sé que no estará de acuerdo conmigo”; y 3) *Aprendizaje* ($\alpha = 0.635$, $\Omega = 0.6$) con 4 ítems, incluyendo “Aprendo de las diferencias que tengo con mi pareja” y “Comprendo que mi pareja es diferente a mí”.

Escala de Estrés en el contexto de la pareja (Bravo-Doddoli & Sánchez-Aragón, 2022): Emplea un formato tipo Likert con cinco opciones de respuesta que miden el grado de estrés (1 = no me causa estrés en absoluto a 5 = me causa mucho estrés). Está constituida por 13 ítems en dos factores que explican el 54.93 % de la varianza, con un Alpha de Cronbach de 0.928 y un Omega de McDonald de 0.920. Los factores son: 1) *Desacuerdos* ($\alpha = 0.890$, $\Omega = 0.859$) con 7 ítems, como “Cuando mi pareja y yo no coincidimos en algo fundamental de la relación” y “Cuando mi pareja y yo actuamos de diferente forma en algo que nos concierne a ambos”; y 2) *Ajuste* ($\alpha = 0.869$, $\Omega = 0.847$) con 6 ítems, como “Empatar mis creencias con las de mi pareja” y “Las diferencias de creencias que tenemos sobre cómo funcionan las relaciones de pareja”.

Escala de Bienestar Subjetivo (Diener, 2009; Granillo-Velasco et al., 2024) está formada por tres subescalas, cada una con ítems en formato de respuesta tipo Likert con 5 opciones (1 = Totalmente en desacuerdo a 5 = Totalmente de acuerdo): 1) La Escala de Experiencia Emocional Positiva y Negativa incluye 10 ítems que se dividen en dos factores que explican el 58.99 % de la varianza: Experiencia Positiva ($\alpha = 0.87$), con ejemplos de ítems como “Felicidad” o “Contento”, y Experiencia Negativa ($\alpha = 0.81$), con ítems como “Displacer” o “Negativo”. 2) La Escala de Prosperidad consta de 6 ítems que explican el 51.77 % de la varianza, con un Alpha total de 0.890. Ejemplos de ítems incluyen:

“Tengo una vida útil y significativa” y “Mis relaciones sociales son de apoyo y gratificantes”. 3) Escala de Satisfacción con la Vida está compuesta por 5 ítems que explican el 54.36 % de la varianza y tiene un Alpha total de 0.842. Algunos ejemplos de ítems son: “Hasta ahora he conseguido de la vida las cosas que considero importantes” y “Estoy satisfecho(a) con mi vida”.

Escala de Motivos de Conflicto en la Pareja (Arnaldo-Ocadiz, 2001), integrada por 70 ítems en formato Likert (1 = Nunca a 5 = Siempre), distribuidos en 13 factores que explican el 66.10 % de la varianza total ($\alpha = 0.86$). Incluye dimensiones como: Educación de los hijos, Indiferencia, Actividades de la pareja, Actividades propias, Desconfianza, Relaciones con la familia política, Religión, Personalidad, Sexualidad, Dinero/Irresponsabilidad, Celos, Adicciones y Familia de origen. Una vez realizado el análisis factorial de segundo orden se obtuvo tres factores: Indiferencias y desconfianza, Preferencias propias, y Familia y Dinero.

Indicadores de satisfacción con la relación (Sánchez-Aragón, 2013), esta medida se compone de siete ítems que evalúan el nivel general de agrado con la relación. A través de una escala tipo Likert, indaga sobre dimensiones como el afecto recibido, el respeto, la frecuencia e intensidad de las relaciones sexuales, las actividades compartidas y la calidad de la interacción cotidiana.

Procedimiento

La recolección de datos se llevó a cabo de manera virtual mediante la plataforma Survey Monkey (2022). La captación de participantes se realizó a través de dos estrategias principales: por un lado, mediante publicaciones en la red social Facebook, y por otro, con el apoyo de estudiantes de la licenciatura en Psicología, quienes fueron previamente capacitados para llevar a cabo el proceso de recolección a través de redes sociales, correo electrónico, entre otros medios digitales.

Se verificó que los participantes cumplieran con los criterios de inclusión establecidos: ser mayores de edad, contar con nacionalidad

mexicana y encontrarse en alguna de las fases del ciclo relacional (inicio, mantenimiento o disolución de la relación de pareja). A los participantes se les proporcionó información detallada sobre la naturaleza voluntaria, anónima y confidencial del estudio. Asimismo, se les explicó el propósito de la investigación y se les indicó que podían abandonar su participación en cualquier momento si alguna pregunta resultaba contraria a sus valores o afectaba su bienestar.

Se aclaró que los datos recabados serían utilizados exclusivamente para fines estadísticos, y que no se les solicitaría información personal que pudiera comprometer su identidad o privacidad. Toda la información fue tratada conforme a las disposiciones de la Ley Federal de Protección de Datos Personales en Posesión de los Particulares, su reglamento, y los Lineamientos del Aviso de Privacidad vigentes en los Estados Unidos Mexicanos.

Con el consentimiento informado de los participantes, se procedió a la aplicación individual del cuestionario, cuya duración aproximada fue de 20 minutos. Durante este proceso, se atendieron las dudas que surgieron y se informó que, en su debido momento, se les harían llegar los hallazgos derivados de la investigación.

Análisis de datos

Como paso preliminar, se utilizó un análisis factorial confirmatorio de segundo orden con el fin de validar la estructura latente de las escalas aplicadas, dado que los constructos evaluados (como flexibilidad, tolerancia, adaptabilidad, estrés, conflicto y satisfacción relacionales) comprenden factores interrelacionados que, teóricamente, responden a dimensiones superiores. Este tipo de análisis permite confirmar si los factores de primer orden se agrupan coherentemente bajo un constructo más general, optimizando la parsimonia del modelo y fortaleciendo su validez estructural (Kline, 2016).

Para atender el objetivo, se realizaron los modelos senderos para cada una de las variables

dependientes (BS, Conflicto en la pareja, Satisfacción relacional) en las dos etapas de la relación. El método de estimación fue el de máxima verosimilitud. Para determinar el ajuste del modelo, se analizaron los siguientes índices a partir de la prueba de bondad de ajuste χ^2 de lo propuesto por Hu y Bentler (1999): 1) ratio entre el valor de chi-cuadrado y los grados de libertad (χ^2/gl), cuyo valor < 3 indica un ajuste adecuado (Kline, 2016); 2) índices comparativos CFI (*Comparative Fit Index*), IFI (*Incremental Fit Index*) y NFI (*Normed Fit Index*), cuyos valores > 0.90 es considerado bueno; 3) proporción de varianza GFI (*Goodnessof Fit Index*) y AGFI (*Adjusted Goodness of Fit Index*), donde el valor debe ser > 0.90 para interpretarse como un ajuste adecuado; 4) error: SRMR (*Standardized Root Mean Square Residual*) y RMSEA (*Root Mean Square of Aproximation*), que muestran un ajuste adecuado si su valor es < 0.05 en el primer caso, y < 0.08 , para el segundo; 5) índices de modificación (*ModificationIndices*, MI) a fin de mejorar el ajuste del modelo.

El análisis se realizó mediante el programa estadístico IBM SPSS Statistics (IBM Corp., 2019a) y IBM SPSS AMOS (IBM Corp., 2019b) en su versión 24.

Resultados

Previo al análisis, se verificaron los supuestos básicos del modelo. La prueba de Mardia indicó ausencia de desviaciones severas de normalidad multivariante; los índices de tolerancia y los valores de VIF descartaron problemas de multicolinealidad; y la inspección de valores de Mahalanobis permitió identificar y excluir casos atípicos extremos.

El modelo de BS se puede observar en la Figura 1, donde los índices de ajuste fueron: $\chi^2(13) = 36.011$; $CMIN/DF = 2.770$; $TLI = 0.951$; $NFI = 0.982$; $IFI = 0.989$, $CFI = 0.988$; $AGFI = 0.902$, $SRMR = 0.0505$; $RMSEA = 0.075$. Aunque la prueba de chi cuadrada no indicó un ajuste óptimo, el resto de los índices muestran una adecuación aceptable del modelo.

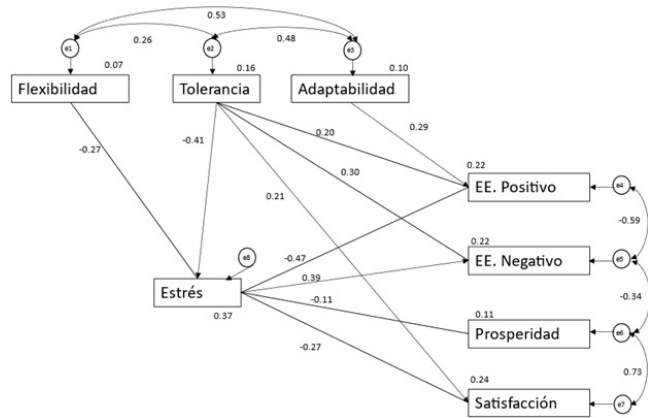


Figura 1. Modelo del efecto del estrés en el bienestar subjetivo en el inicio de la relación.

En el caso del modelo para Conflicto en la relación, se observa en la Figura 2, los índices de ajuste fueron: $\chi^2(11) = 32.335$; $CMIN/DF = 2.940$; $TLI = 0.946$; $NFI = 0.982$; $IFI = 0.987$, $CFI = 0.987$; $AGFI = 0.904$, $SRMR = 0.0377$; $RMSEA = 0.078$. Aunque la prueba de chi cuadrada no resultó significativa, el resto de los índices indicaron un ajuste adecuado, lo que respalda la pertinencia del modelo teórico propuesto.

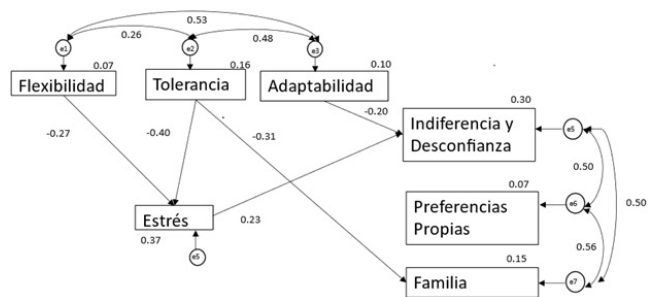


Figura 2. Modelo del efecto del estrés en el conflicto relacional en el inicio.

Para la satisfacción relacional, se volvió a modificar el modelo, el cual se observa en la Figura 3; los índices de ajuste fueron: $\chi^2(9) = 39.273$; $CMIN/DF = 4.364$; $TLI = 0.928$; $NFI = 0.971$; $IFI = 0.977$, $CFI = 0.977$; $AGFI = 0.987$, $SRMR = 0.0672$; $RMSEA = 0.103$.

Aunque la Chi cuadrada no obtuvieron un buen ajuste, los otros indicadores fueron son satisfactorios.

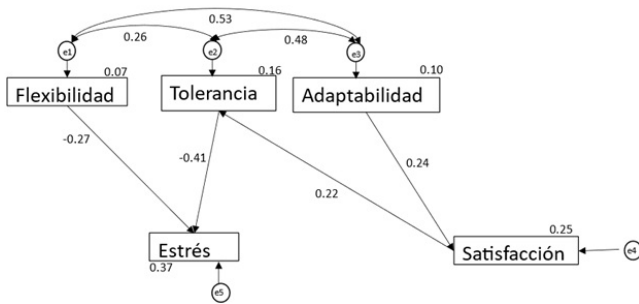


Figura 3. Modelo del efecto del estrés en la satisfacción relacional en el inicio.

En el caso de la etapa del mantenimiento, el modelo de BS (Figura 4) se puede observar que los índices de ajuste fueron: $\chi^2(18) = 48.731$; CMIN/DF = 2.707; TLI = 0.945; NFI = 0.973; IFI = 0.982, CFI = 0.982; AGFI = 0.906, SRMR = 0.0567; RMSEA = 0.074. En esta ocasión la Chi cuadrada, no obtuvo buen ajuste, no obstante, los otros indicadores fueron son satisfactorios.

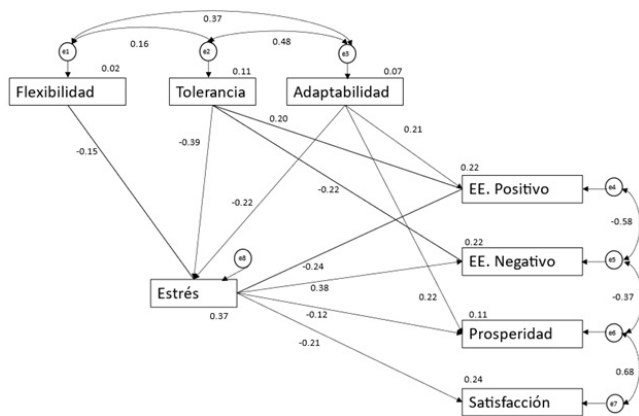


Figura 4. Modelo del efecto del estrés en el bienestar subjetivo en el mantenimiento de la relación.

En el caso del modelo para Conflicto en la relación (Figura 5), los índices de ajuste fueron: $\chi^2(15) = 44.266$; CMIN/DF = 2.951; TLI =

0.937; NFI = 0.969; IFI = 0.979, CFI = 0.979; AGFI = 0.906, SRMR = 0.0567; RMSEA = 0.079. La Chi cuadrada, no tuvo buen ajuste, sin embargo, los otros indicadores fueron son satisfactorios.

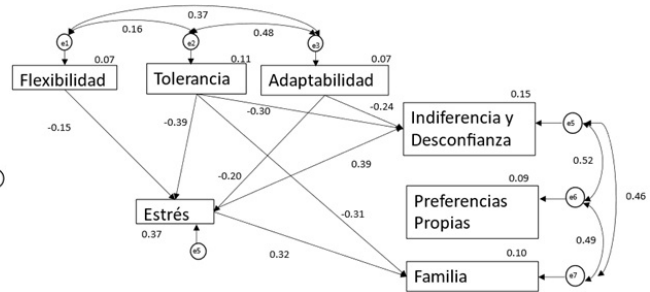


Figura 5. Modelo del efecto del estrés en el conflicto relacional en el mantenimiento.

El modelo de para la satisfacción relacional, se observa en la Figura 6, los índices de ajuste fueron: $\chi^2(9) = 39.273$; CMIN/DF = 2.963; TLI = 0.948; NFI = 0.976; IFI = 0.984, CFI = 0.983; AGFI = 0.921, SRMR = 0.0580; RMSEA = 0.079. La Chi cuadrada, no tuvo buen ajuste, sin embargo, los otros indicadores fueron son satisfactorios.

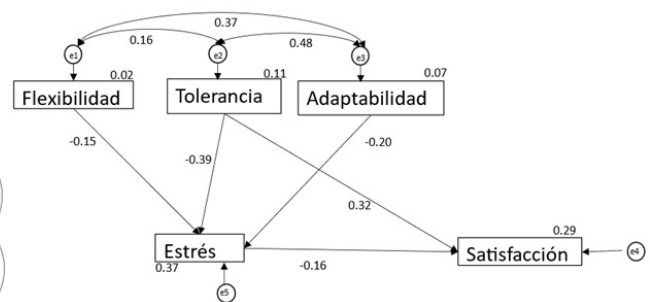


Figura 6. Modelo del efecto estrés, y este en la satisfacción relacional en el mantenimiento.

Discusión

El inicio de la relación se caracteriza por el comienzo de una vida junto a la pareja, es considerado como un proceso de la adaptación

diádico (Lemus- Hidalgo, 2001; Sánchez-Azcona, 2008), en el cual la pareja tiene por tareas lograr la compaginación de sus personalidades, hábitos, rituales, relaciones con amigos y familia política entre otros aspectos de la vida (Barragán, 1976; Duvall, 1977).

Cuando los individuos cuentan con un rasgo de personalidad flexible tienen habilidades para resolver las diferencias con su pareja de diferentes formas, así como también tienen métodos creativos para adaptarse y poder satisfacer sus propias necesidades (Ahn et al., 2008; Leikin, 2013), provocando que pueda disminuir el estrés ante las diferencias con su pareja. Asimismo, tener una actitud tolerante ante estas diferencias, también provoca experimentar una menor cantidad de estrés, esto se puede deber a que se tiene reacciones más positivas ante las adversidades y un mayor respeto por las diferentes costumbres, creencias, normas y valores, a su vez crea mayor cercanía en la pareja (Lino & Hashim, 2020; Verkuyten & Killen, 2021), ayudando a que no se desarrolle mayor estrés dentro de la diada durante la primera etapa de la relación.

Al inicio de la relación la pareja se va creando y desarrollando un vínculo cercano (Díaz-Loving & Sánchez-Aragón, 2020; Sánchez Aragón, 1995), donde sus interlocutores están empezando a descubrir sus gustos y preferencias propias (Andrade-Palos et al., 1988; Sánchez-Aragón, 1995), la cercanía va fomentando la intimidad, pero también al mismo tiempo, crea potencial para el conflicto (Simpson et al., 1996; Timmons et al., 2017). El estrés desarrollado por la falta de ajuste entre los miembros ocasiona conductas negativas hacia la pareja como impaciencia, enojo, críticas ante las conductas del otro y cambios de humor (Cooper et al., 2019; Linzán-Meza & Meza-Intriago, 2021), por lo que se puede decir que este desafío de empezar a vivir juntos, genera tensión.

Esto, tiene consecuencias en el B.S, conflicto con la pareja y la satisfacción relacional. en cuanto a la primera variable (Figura 1), el modelo mostró que a mayor estrés experimentan más emociones negativas y tienen una menor satisfacción con la vida, prosperidad, y menos emociones positivas. Lo cual concuerda con lo

encontrado con Bell et al. (2012) y Palomar-Lever (2017), quienes mencionan que el estrés es un predictor significativo del B.S, es decir, a mayor estrés menor bienestar. Asimismo, estos resultados se pueden deber a que el estrés que se vive cuando las personas se intentan adaptar nuevas normas, creencias y valores, tienden a incrementar los afectos negativos como son la ansiedad, depresión, tristeza, miedo e ira (Palomar-Lever, 2017; Paukert et al., 2006), provocando que se tenga una percepción de insatisfacción de vida (Ng et al., 2009; Patiño & Kirchner, 2009).

Asimismo, en modelo demuestra que la tolerancia disminuye las Experiencias Emocionales Negativas y promueve la Satisfacción con la vida, y esto puede ser porque la tolerancia ayuda a que las diferencias con la pareja no se vean como un evento negativo, si no como un momento de aprendizaje (Granillo-Velasco & Sánchez-Aragón, 2019; Satici et al., 2022), ayudando a disminuirlo, por lo que el individuo al aprender de las diferencias tiene mayor satisfacción en lo que realiza.

En cuanto a los efectos del estrés en los conflictos relacionales (Figural 2), el modelo demuestra que éste facilita que la pareja presente más conflictos por Indiferencia y desconfianza (*Indiferencia, Actividades de la pareja, Desconfianza, personalidad, Celos*). El estrés, así como las incompatibilidades vividas en los primeros meses cohabitando, tienen efectos importantes en el proceso de interacción y adaptación ya que se tiñe de mayor negatividad emocional y angustia, menor tolerancia hacia su pareja y la posible escalada de los conflictos diarios (Genç & Baptist, 2020; Genç & Su, 2022; Story & Bradbury, 2004). El estrés de un miembro de la pareja está asociado a una disminución en el apoyo percibido por el otro miembro de la pareja (Barrera-Herrera et al., 2019; Mitchell & Moos, 1984), ocasionando -además- una percepción de indiferencia y desconfianza, lo que abre la puerta hacia la posibilidad de conflicto (Quittner et al., 1998).

A su vez la adaptabilidad y tolerancia promueven la disminución de los conflictos en esta área, es decir, ambas variables provocan

que la pareja se ajuste a las diferencias con su pareja (Berkes et al., 2002; Mosmann & Wagner, 2008) y genere comprensión, el entendimiento y la aceptación a las acciones que no son satisfactorias del otro (González-Colín et al., 2015). Asimismo, provocan que exista menos desconfianza hacia su pareja al aceptar y entender tanto sus actividades, como personalidad. Por su parte, la tolerancia ayuda a disminuir los conflictos por la familia y dinero, debió a que facilitará que dos o más culturas distintas o personas con creencias y normas diferentes pueden resolver sus conflictos y adaptarse entre sí (Bellinger & Hillman, 2000).

Para modelo de Satisfacción relacional (Figura 3), los datos indicaron que el estrés no influye sobre la satisfacción de la pareja. Ello puede ser porque al inicio de la relación es la etapa donde se esta se vive con mayor intensidad, debido a que los miembros se dedican a ellos como pareja, por lo que el enriquecimiento es constante (Sánchez-Aragón, 1995, 2018), trabajando en su confianza por, teniendo expresiones de afecto y pasión lo que va facilitando el conocimiento del otro y el gusto de interactuar (Andrade-Palos et al., 1988; Sánchez-Aragón, 2007); por lo que el estrés percibido no es suficiente para bajar el nivel de satisfacción. Tanto la Tolerancia como la Adaptabilidad aportan a que la experiencia de mayor satisfacción con la relación, como se ha mencionado anteriormente ambas variables van ayudar a comprender mejor las diferencias que se tiene con la pareja (Etxeberria-Mauleón, 1997; Willi, 1993), y al mismo tiempo van a proponer formas creativas de responder a estas diferencias (Ahn et al., 2008), por otro lado ayudan a que la comunicación sea de forma más eficaz (González-Colín et al., 2015), por lo que se crea una mayor satisfacción.

Ya establecida la relación, la pareja llega al momento del mantenimiento (Díaz-Loving & Sánchez-Aragón, 2002, 2020), el cual se caracteriza por una dinámica oscilante entre estabilidad e inestabilidad ya que surgen diferentes problemas en la convivencia diaria (económicos, familiares, organización, salud, educación de los hijos y el envejecimiento) que permiten a la pareja enfrentar nuevos retos,

negociar y en consecuencia resolver dichos problemas (Díaz-Loving & Sánchez-Aragón, 2002, 2020).

En esta etapa especifica las personas que tienen el rasgo de personalidad de flexibilidad pueden enfocar un problema desde diferentes perspectivas, lo que le permite al individuo disminuir su estrés, al poder cubrir sus necesidades sin importar los acontecimientos (Ahn et al., 2008) dentro del mantenimiento de la relación como puede ser la llegada o partida de los hijos, cambio de trabajo o jubilación, etc. Por otro lado, cuando se es tolerante, las diferencias con su pareja respecto a las normas, creencias y valores que guían su vida ayudan a disminuir el Estrés. Esto se debe que, al aprender y aceptar las diferentes costumbres, creencias y normas del otro miembro de la pareja, en vez de rechazarlas la diada desarrolla mayor cercanía (Lino & Hashim, 2020; Verkuyten & Killen, 2021), creando más soluciones para enfrentar estas diferencias entre lo aprendido y lo acordado. Asimismo, en esta etapa de mantenimiento, también la Adaptabilidad ayuda a disminuir el Estrés que pudiera, pues las personas que cuenten con esta habilidad pueden aprender, combinar experiencias y conocimientos para ajustarse al otro y llegar a acuerdos (Berkes et al., 2002; Mosmann & Wagner, 2008), por lo cual cambia su estructura de poder, los roles y reglas de relación desarrollo (Olson et al., 1983).

El estrés al igual que en el caso del inicio de la relación, tiene consecuencias en el B.S, los Motivos de Conflicto y la Satisfacción con la relacional. Como era de esperarse, el modelo del B.S (Figura 4) muestra que a mayor estrés se experimentan menos emociones negativas, se tiene una menor satisfacción con la vida y prosperidad, y se viven más emociones negativas. Aunque en el mantenimiento la pareja ha logrado acoplarse al otro, los cambios en su relación son constantes dependiendo de las diferentes circunstancias que está viviendo la diada, al tener retos las personas intentan adaptarse a las nuevas normas, creencias y valores que deben ir desarrollando para superar dichos cambios lo cual ocasiona estrés e incrementa los sentimientos negativos (Paukert et al., 2006), desarrollando

una menor satisfacción por la vida (Ng et al., 2009; Patiño & Kirchner, 2009). A su vez el modelo mostró que la Adaptabilidad y en esta ocasión la Tolerancia promueven en el individuo mayores Experiencias Emocionales Positivas y esto sucede porque ambas variables ayudan a que la pareja pueda ajustarse y aprender de las circunstancias adversas (Berkes et al., 2002; Granillo-Velasco & Sánchez-Aragón, 2019), promoviendo así nuevas experiencias que los individuos toman de forma positiva.

En esta ocasión, únicamente la Tolerancia disminuye las Experiencias Emocionales Negativas, al respetar, adaptarse y aprender de las diferencias con la pareja el evento se ve como una nueva oportunidad de reconceptualizar aquello en cuestión (Granillo-Velasco & Sánchez-Aragón, 2019; Houseinzade et al., 2020) y no mantenerlo como algo negativo, lo cual provoca una disminución de emociones adversas. Mientras que la Adaptabilidad estimula que el individuo sienta que tiene una vida útil y significativa, así como tener relaciones sociales de apoyo y gratificantes (Prosperidad), debido que al ajustarse a las diferentes formas de pensar, así como dar su punto de vista de forma asertiva, le permite ambos miembros de la pareja flexibilizarse e interactuar más positivamente (Sirvent-Ruiz, 2011).

Asimismo, se encontró que el estrés también provoca un aumento en los Motivos Conflictos con su pareja (Figura 5) en las tres áreas: Indiferencia y desconfianza (Indiferencia, Actividades de la pareja, Desconfianza, personalidad, Celos), y por la Familia y dinero (Adicciones, Dinero, Familia política, Familia de origen). El estrés que se vive en la pareja por las demandas diarias que requiere la relación genera un ambiente de mayor desasosiego e intranquilidad, por lo cual la diada será propensa a estar en desacuerdo con su compañero creando conflictos diarios (Genc & Baptist, 2020; Geng & Su, 2022; Story & Bradbury, 2004). El estrés ocasiona una disminución del apoyo percibido por la pareja (Barrera-Herrera et al., 2019; Mitchell & Moos, 1984), provocando una percepción de indiferencia y poca empatía de la pareja, lo que

crea conflicto en la diada, al sentir que el otro miembro solo se procura por él(ella) mismo(a).

Asimismo, la crianza de los hijos que se da durante el mantenimiento se ve influenciada por ambas familias de manera constante abriendo la posibilidad al conflicto, si los miembros sienten que la familia extendida rebasó los límites de la propia pareja. Y, tanto la Adaptabilidad como la Tolerancia ayudan a que la pareja tenga menos conflictos por Indiferencias y desconfianza, pues las personas son más comprensivas y aceptantes de las diferencias con el otro miembro lo que provoca una menor cantidad de desconfianza y se aceptan y entienden su modo de vida (Fatima et al., 2019; González-Colín et al., 2015). Por su parte, la Tolerancia es un factor clave para promover la disminución de los conflictos por la familia, debido a que ella facilita la comunicación, el habla, la escucha y el transmitir las ideas entre la pareja, motivando a que exista la mediación (Okur et al., 2025), por lo que dos familias con creencias y normas diferentes pueden resolver sus conflictos y adaptarse entre sí (Bellinger & Hillman, 2000).

El modelo de Satisfacción con la relación (Figura 6) mostró que en la etapa de mantenimiento el estrés influye sobre la satisfacción con la pareja (en comparación del inicio de la relación el cual no aportó al modelo) lo cual se puede deber a como se ha mencionado con anterioridad el estrés perjudica la relación (Falconier et al., 2016; Heavey et al., 1995; Quiroz-Soto, 2016), provoca una interacción negativa entre los miembros (Krokoff et al., 1988), favoreciendo la insatisfacción en su relación (Wood et al., 1990), además, la diferencia con el inicio de la relación puede deberse a que el inicio de la relación es cuando la pareja tiene mayor satisfacción pues se encuentra en su “luna de miel” (Flórez-Rodríguez & Sánchez-Aragón, 2021; Sánchez-Aragón, 1995, 2018) no viéndose afectada por el estrés, mientras que en el mantenimiento la satisfacción con la relación depende de otros factores tanto internos como externos de la relación como la confianza, la intimidad, la unión, y el respeto (Armenta-Hurtarte & Díaz-Loving, 2008), así como los requerimientos y

demanda de los hijos (Sánchez-Azcona, 2008). Sin embargo, la Tolerancia aporta que los individuos tengan una mejor Satisfacción con la relación, como se ha mencionado tanto en el inicio como en el mantenimiento, pues promueve que los individuos comprendan las diferencias con su pareja (Etxeberria-Mauleón, 1997; Willi, 1993), y a su vez favorece la comunicación positiva y asertiva (González-Colín et al., 2015), por lo que se crea una mayor satisfacción con la relación.

Aunque los resultados coinciden con investigaciones previas que señalan que el estrés predice menores niveles de bienestar subjetivo y satisfacción (Bell et al., 2012; Palomar-Lever, 2017), otros estudios muestran que este efecto depende del contexto: es más fuerte en entornos con pocos recursos sociales, mientras que en culturas colectivistas la red familiar puede amortiguarlo (Falconier et al., 2016). En cuanto a la Tolerancia y Adaptabilidad, si bien actúan como factores protectores (Mosmann & Wagner, 2008), se ha señalado que la tolerancia excesiva puede favorecer la evitación del conflicto y perpetuar desigualdades (Overall & McNulty, 2017). Respecto a la satisfacción relacional, nuestros resultados son consistentes con los que destacan el rol de la flexibilidad (Díaz-Loving & Sánchez-Aragón, 2020). Sin embargo, esta protección no es indefinida: en etapas avanzadas la acumulación de estrés y demandas externas puede reducir la satisfacción, aun en parejas con recursos psicológicos elevados (Umberson et al., 2015).

Este estudio evidenció que la flexibilidad, la adaptabilidad y la tolerancia son variables clave para mantener relaciones de pareja saludables, ya que favorecen el afrontamiento del estrés, la resolución de conflictos y el aumento de la satisfacción relacional y el bienestar subjetivo. La tolerancia destaca como facilitadora de la aceptación de diferencias, mientras que la flexibilidad y la adaptabilidad permiten sostener el vínculo ante cambios cotidianos. Estos hallazgos tienen implicaciones prácticas para el diseño de intervenciones terapéuticas y educativas orientadas a fortalecer vínculos afectivos, recomendándose el desarrollo

de habilidades como negociación, regulación emocional y tolerancia. No obstante, el diseño transversal impide establecer relaciones causales entre las variables analizadas; el uso de medidas de autoinforme puede conllevar sesgos de deseabilidad social y recuerdo; y la utilización de una muestra no probabilística y mayoritariamente urbana restringe la posibilidad de generalizar los hallazgos a otras poblaciones. Futuras investigaciones podrían beneficiarse de estudios longitudinales, diseños diádicos y muestras más heterogéneas que permitan profundizar en el papel de estas variables en distintos contextos y etapas relacionales.

Referencias

- Ahn, A. J., Kim, B. S. K., & Park, Y. S. (2008). Asian cultural values gap, cognitive flexibility, coping strategies, and parent-child conflicts among Korean Americans. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology, 14*(4), 353-363. <https://doi.org/10.1037/1099-9809.14.4.353>
- Andrade-Palos, P., Pick de Weiss, S., & Díaz-Loving, R. (1988). Indicadores de la satisfacción marital. En AMEPSO (Eds.), *La Psicología Social en México* (pp. 167-171). Asociación Mexicana de Psicología.
- Ardila, A., Arocho-Llantín, J. L., Labos, E., & Rodríguez-Irizarry, W. (2015). *Diccionario de neuropsicología*. <https://aalfredoardila.files.wordpress.com/2013/07/diccionario-de-neuropsicologc3ada-1ra-ed.pdf>
- Armenta-Hurtarte, C., & Díaz-Loving, R. (2008). Comunicación y satisfacción: Analizando la interacción de pareja. *Psicología Iberoamericana, 16*(1), 23-27.
- Arnaldo-Ocadiz, O. Y. (2001). *Construcción y validación de un instrumento de conflicto para parejas mexicanas* [Tesis inédita de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México]. TESIUNAM. <https://hdl.handle.net/20.500.14330/TES01000298686>

- Bandura, A., & Walters, R. H. (1974). *Aprendizaje social y desarrollo de la personalidad*. Alianza Editorial.
- Barak, T., & Loewenstein, Y. (2025). Two pathways to resolve relational inconsistencies. *Scientific Reports*, 15(1), 30738. <https://doi.org/10.1038/s41598-025-16135-w>
- Barragán, M. (1976). Interacciones entre desarrollo individual y desarrollo familiar. *Revista Mexicana de Psiquiatría Infantil*, 1, 174-206.
- Barrera-Herrera, A., Neira-Cofré, M., Raipán-Gómez, P., Riquelme-Lobos, P., & Escobar-Alaniz, B. (2019). Apoyo social percibido y factores sociodemográficos en relación con los síntomas de ansiedad, depresión y estrés en universitarios chilenos. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 24(2), 105-115. <https://doi.org/10.5944/rppc.23676>
- Bécotte, K., Brassard, A., Brault-Labbé, A., Gagné, A.-L., & Péloquin, K. (2023). Positive relationship adaptation of couples transitioning to parenthood: An interpretative phenomenological analysis. *Family Relations*, 72(4), 2251-2269. <https://doi.org/10.1111/fare.12792>
- Bell, A. S., Rajendran, D., & Theiler, S. (2012). Job stress, wellbeing, work-life balance and work-life conflict among Australian academics. *E-Journal of Applied Psychology*, 8(1), 25-37. <https://doi.org/10.7790/ejap.v8i1.320>
- Bellinger, L., & Hillman, A. J. (2000). Does tolerance lead to better partnering?: The relationship between diversity management and M&A success. *Business & Society*, 39(3), 323-337. <https://doi.org/10.1177/000765030003900305>
- Berkes, F., Colding, J., & Folke, C. (Eds.). (2002). *Navigating social-ecological systems: Building resilience for complexity and change*. Cambridge University Press.
- Bravo-Doddoli, A., & Sánchez-Aragón, R. (2022). El estrés en el contexto de la pareja: Diseño y validación de una escala para mexicanos. *Psicología Iberoamericana*, 30(1), e301429. <https://doi.org/10.48102/pi.v30i1.429>
- Bravo-Doddoli, A., & Sánchez-Aragón, R. (2024). Flexibilidad, tolerancia y adaptabilidad a la pareja: Creación y validación de sus medidas. *Revista del Centro de Investigación de la Universidad la Salle*, 16(61), 19-56. <https://doi.org/10.26457/recein.v16i61.3261>
- Candel, O.-S. (2023). Sense of relational entitlement and couple outcomes: The mediating role of couple negotiation tactics. *Behavioral Sciences*, 13(6), 467. <https://doi.org/10.3390/bs13060467>
- Cooper, A. N., May, R. W., & Fincham, F. D. (2019). Stress spillover and crossover in couple relationships: Integrating religious beliefs and prayer. *Journal of Family Theory & Review*, 11(2), 289-314. <https://doi.org/10.1111/jftr.12330>
- Cooper, C. L., & Quick, J. C. (2017). *The handbook of stress and health: A guide to research and practice*. John Wiley & Sons. <https://doi.org/10.1002/9781118993811>
- Daks, J. S., & Rogge, R. D. (2020). Examining the correlates of psychological flexibility in romantic relationship and family dynamics: A meta-analysis. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 18, 214-238. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2020.09.010>
- Díaz-Loving, R., & Sánchez-Aragón, R. (2002). *Psicología del amor: Una visión integral de la relación de pareja*. Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Psicología.
- Díaz-Loving, R., & Sánchez-Aragón, R. (2020). *Psicología del amor: Una visión integral de pareja*. Universidad Nacional Autónoma de México; Grupo editorial Miguel Ángel Porrúa.
- Díaz-Loving, R. (2019). *Ethnopsychology: Pieces from the Mexican Research Gallery*. Springer International Publishing. <https://doi.org/10.1007/978-3-030-26604-2>
- Diener, E. (2009). *The science of well-being: The collected works of Ed Diener*. Springer Science + Business Media. <https://doi.org/10.1007/978-90-481-2350-6>

- Duvall, E. M. (1977). *Marriage and family development*. Lippincott.
- Etxeberria-Mauleón, X. (1997). *Perspectivas de la tolerancia*. Universidad de Deusto.
- Eşiyok, V. S., & Esen, B. K. (2017). The investigation of the university students according to gender and cognitive flexibility of level romantic relationship beliefs. *European Journal of Education Studies*, 3(3), 37-46. <https://doi.org/10.5281/zenodo.268649>
- Falconier, M. K., Randall, A. K., & Bodenmann, G. (Eds.). (2016). *Couples coping with stress: A cross-cultural perspective* (1st ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315644394>
- Fatima, N., Masood, D. S., Ahmad, M., & Bukhari, S. (2019). Translation and adaptation of tolerance for disagreement scale among Pakistani married couples. *Foundation University Journal of Psychology*, 3(1), 56–79. <https://doi.org/10.33897/fujp.v3i1.29>
- Feeney, J. A., & Karantzas, G. C. (2017). Couple conflict: Insights from an attachment perspective. *Current Opinion in Psychology*, 13, 60-64. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2016.04.017>
- Flores-Galaz, M. M. (2011). Comunicación y conflicto: ¿Qué tanto impactan en la satisfacción marital? *Acta de investigación psicológica*, 1(2), 216-232. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-48322011000200003&lng=es&tlng=es
- Flórez-Rodríguez, Y. N., & Sánchez-Aragón, R. (2021). Satisfacción con la relación: Contribuciones del humor, optimismo y resiliencia. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 24(2), 698-718. <http://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/rep/rep/article/view/79788>
- Genç, E., & Baptist, J. (2020). Muslim couples: The effects of perceived religion-based discrimination on relationship satisfaction. *Journal of Muslim Mental Health*, 14(2), 87-107. <https://doi.org/10.3998/jmmh.10381607.0014.204>
- Genç, E., & Su, Y. (2022). Black and white couples: Exploring the role of religiosity on perceived racial discrimination and relationship satisfaction. *The American Journal of Family Therapy*, 50(5), 533-553. <https://doi.org/10.1080/01926187.2021.1958269>
- González-Colín, B., Valdez-Medina, J. L., González, N. I., López-Fuentes, A., & González-Escobar, S. (2015). Estrategias de conservación de la pareja: Un análisis por sexo. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 17(1), 1-24. <https://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/rep/article/view/46870>
- Granillo-Velasco, A. D., Zepeda-Goncén, G. D., & Sánchez-Aragón, R. (2024). Evaluación de las propiedades psicométricas de las escalas de satisfacción con la vida, experiencia positiva y negativa, y prosperidad en población mexicana. *Acta Colombiana de Psicología*, 27(2), 35–56. <https://doi.org/10.14718/ACP.2024.27.2.3>
- Granillo-Velasco, L., & Sánchez-Aragón, R. (2019). Tolerancia hacia la pareja: Creación de una prueba. En *Memorias del 3er Congreso Internacional de Psicología* (pp. 49-51). Facultad de Estudios Superiores de Zaragoza, UNAM.
- Heavey, C. L., Christensen, A., & Malamuth, N. M. (1995). The longitudinal impact of demand and withdrawal during marital conflict. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 63(5), 797-801. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.63.5.797>
- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C., & Baptista-Lucio, P. (2018). *Metodología de la investigación* (6th ed.). Mc Graw Hill Education.
- Hill, E. J., Allsop, D. B., LeBaron, A. B., & Bean, R. A. (2017). How do money, sex, and stress influence marital instability? *Journal of Financial Therapy*, 8(1), 3. <https://doi.org/10.4148/1944-9771.1135>
- Houseinzade, Z., Ghorban-Shirodi, S., Khalatbari, J., & Rahmani, M. A. (2020). The effectiveness of emotionally focused couple therapy on couple's functional flexibility and distress tolerance. *Journal of*

- Applied Family Therapy*, 1(3), 23-38. <https://doi.org/10.61838/kman.aftj.1.3.3>
- Hu, L., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6(1), 1-55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- IBM Corp. (2019a). IBM SPSS Statistics for Windows (Version 26.0) [Computer software]. IBM Corp. <https://www.ibm.com/products/spss-statistics>
- IBM Corp. (2019b). IBM SPSS Amos (Version 26.0) [Computer software]. IBM Corp. <https://www.ibm.com/products/structural-equation-modeling-sem>
- Kline, R. B. (2016). *Principles and practice of structural equation modeling* (4th ed). The Guilford Press.
- Krokoff, L. J., Gottman, J. M., & Roy, A. K. (1988). Blue-collar and white-collar marital interaction and communication orientation. *Journal of Social and Personal Relationships*, 5(2), 201-221. <https://doi.org/10.1177/026540758800500205>
- Lau, K. (2013). *The role of cognitive flexibility in acculturation and bicultural stress among Chinese American adults* (Publication no. 3517364) [Doctoral dissertation, Alliant International University]. ProQuest Information & Learning. <https://www.proquest.com/dissertations-theses/role-cognitive-flexibility-acculturation/docview/1032561781/se-2?accountid=13250>
- Leikin, R. (2013). Evaluating mathematical creativity: The interplay between multiplicity and insight. *Psychological Test and Assessment Modeling*, 55(4), 385-400. https://www.psychologie-aktuell.com/fileadmin/download/ptam/4-2013_20131217/04_Leikin.pdf
- Lemus-Hidalgo, R. (2001). *Concepto de matrimonio, intimidación y características de masculinidad-feminidad a través del ciclo vital de la pareja* (Publicación no. 297820) [Tesis inédita de maestría, Universidad Nacional Autónoma de México]. TESIUNAM. <https://tesiunamdocumentos.dgb.unam.mx/pd2001/297820/Index.html>
- Lino, M., & Hashim, I. H. M. (2020). Cultural tolerance, positive relationships and well-being in Malaysian multicultural communities. *Geografia-Malaysian Journal of Society and Space*, 16(4), 235-249. <https://doi.org/10.17576/geo-2020-1604-17>
- Linzán-Meza, E. P., & Meza-Intriago, H. A. (2021). Estrés laboral: Afectaciones en las familias del personal sanitario del Centro de Salud Santa Ana. *MIKARIMIN Revista Multidisciplinaria*, 7, 135-146. <https://revista.uniandes.edu.ec/ojs/index.php/mikarimin/article/view/2585>
- Miranda, A. O., Estrada, D., & Firpo-Jiménez, M. (2010). Differences in family cohesion, adaptability, and environment among latino families in dissimilar stages of acculturation. *The Family Journal*, 8(4), 341-350. <https://doi.org/10.1177/1066480700084003>
- Mitchell, R. E., & Moos, R. H. (1984). Deficiencies in social support among depressed patients: Antecedents or consequences of stress? *Journal of Health and Social Behavior*, 25(4), 438-452. <https://doi.org/10.2307/2136381>
- Mosmann, C., & Wagner, A. (2008). Dimensiones de la conyugalidad y de la parentalidad: Un modelo correlacional. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 10(2), 79-103.
- Neff, L. A., & Karney, B. R. (2017). Acknowledging the elephant in the room: How stressful environmental contexts shape relationship dynamics. *Current Opinion in Psychology*, 13, 107-110. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2016.05.013>
- Ng, W., Diener, E., Aurora, R., & Harter, J. (2009). Affluence, feelings of stress, and well-being. *Social Indicators Research*, 94, 257-271. <https://doi.org/10.1007/s11205-008-9422-5>
- Okur, S., Ümmet, D., Satici, S. A., & Kütük, H. (2025). Relations among family communication, cognitive flexibility, and happiness in Turkish adults: A longitudinal

- mediation model. *Current Psychology*, 44, 1467–1477. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-07224-6>
- Olson, D. H., Russell, C. S., & Sprenkle, D. H. (1983). Circumplex model of marital and family systems: VI. theoretical update. *Family Process*, 22(1), 69-83. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1983.00069.x>
- Overall, N. C., & McNulty, J. K. (2017). What type of communication during conflict is beneficial for intimate relationships? *Current Opinion in Psychology*, 13, 1-5. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2016.03.002>
- Palomar-Lever, J. (2017). Factores protectores y de riesgo que influyen en el bienestar subjetivo y económico de migrantes latinos en Boston, Estados Unidos. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 22(1), 86-102.
- Patiño, C., & Kirchner, T. (2009). Stress and psychopathology in latin-american immigrants: The role of coping strategies. *Psychopathology*, 43(1), 17-24. <https://doi.org/10.1159/000255959>
- Paukert, A. L., Pettit, J. W., Perez, M., & Walker, R. L. (2006). Affective and attributional features of acculturative stress among ethnic minority college students. *The Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*, 140(5), 405-419. <https://doi.org/10.3200/JRLP.140.5.405-419>
- Perez, J. C., & Karney, B. R. (2025). Chapter 20: Financial strain and couple relationships: Acknowledging the material challenges of couples living with low socioeconomic status. En Nickola Overall, J. Simpson, & J. Lavner (Eds.), *Research Handbook on Couple and Family Relationships* (pp. 298-313). Edward Elgar Publishing Ltd. <https://doi.org/10.4337/9781035309269.00030>
- Ponce-Rosas, E. R., Gómez-Clavelina, F. J., Terán-Trillo, M., Irigoyen-Coria, A. E., & Landgrave-Ibáñez, S. (2002). Validez de constructo del cuestionario FACES III en español (México). *Atención primaria*, 30(10), 624-630. [https://doi.org/10.1016/S0212-6567\(02\)79124-5](https://doi.org/10.1016/S0212-6567(02)79124-5)
- Quiroz-Soto, R. E. (2016). Relación de satisfacción marital con inteligencia emocional en cónyuges adventistas del séptimo día del “Distrito Misionero de Lurin”. *Revista Muro de la Investigación*, 1(1), 15-26. <https://doi.org/10.17162/rmi.v1i1.774>
- Quittner, A. L., Espelage, D. L., Opiari, L. C., Carter, B., Eid, N., & Eigen, H. (1998). Role strain in couples with and without a child with a chronic illness: Associations with marital satisfaction, intimacy, and daily mood. *Health Psychology*, 17(2), 112-124. <https://doi.org/10.1037/0278-6133.17.2.112>
- Rage-Atala, E. (1996). *La pareja: Elección, problemática y desarrollo*. Universidad Iberoamericana.
- Rusu, P. P., Nussbeck, F. W., Leuchtmann, L., & Bodenmann, G. (2020). Stress, dyadic coping, and relationship satisfaction: A longitudinal study disentangling timely stable from yearly fluctuations. *PLOS ONE*, 15(4), e0231133. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0231133>
- Sánchez-Aragón, R. (1995). *El amor y la cercanía en la satisfacción de pareja a través del ciclo de vida* (Publicación no. 0196629) [Tesis inédita de maestría, Universidad Nacional Autónoma de México]. TESIUNAM. https://tesiunam.dgb.unam.mx:443/F/6CK8H7NIG9GJ54QJEV3AMCHYAIXPU3LYH5CV2L9C8JT36S2EGI-39432?func=service&doc_library=TES01&doc_number=000230150&line_number=0001&func_code=WEB-FULL&service_type=MEDIA%22
- Sánchez-Aragón, R. (2007). *Pasión romántica: Más allá de la intuición, una ciencia del amor*. Miguel Ángel Porrúa.
- Sánchez-Aragón, R. (2013). Comunicación emocional, cercanía y satisfacción en las relaciones amorosas. En A. García, J. Wilson & F. Nogueira (Eds.), *Relacionamento Interpessoal, Temas contemporâneos* (pp. 33-43). CIPRI/UFES.
- Sánchez-Aragón, R. (2018). Afectividad y co-regulación en la pareja: Validación de un inventario y cambios a través del ciclo vital. *Revista Psicologia e Educação On-Line*, 1(1), 58-69.

- Sánchez-Azcona, J. (2008). *Familia y sociedad*. Editorial Porrúa.
- Satici, B., Saricali, M., Satici, S. A., & Griffiths, M. D. (2022). Intolerance of uncertainty and mental wellbeing: Serial mediation by rumination and fear of COVID-19. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 20, 2731-2742. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00305-0>
- Shrout, M. R. (2021). The health consequences of stress in couples: A review and new integrated Dyadic Biobehavioral Stress Model. *Brain, Behavior, & Immunity - Health*, 16, 100328. <https://doi.org/10.1016/j.bbih.2021.100328>
- Simpson, J. A., Rholes, W. S., & Phillips, D. (1996). Conflict in close relationships: An attachment perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(5), 899-914. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.71.5.899>
- Sirvent-Ruiz, C. (2011). Fidelidad y compromiso en la relación de pareja: El trinomio fidelidad, compromiso y monogamia. *Norte de Salud Mental*, 9(40), 57-71. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4830504>
- Story, L. B., & Bradbury, T. N. (2004). Understanding marriage and stress: Essential questions and challenges. *Clinical Psychology Review*, 23(8), 1139-1162. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2003.10.002>
- SurveyMonkey. (2022). *SurveyMonkey [Computer software]*. Momentive Inc. <https://www.surveymonkey.com>
- Swensen, C. H., & Trahaug, G. (1985). Commitment and the long-term marriage relationship. *Journal of Marriage and the Family*, 47(4), 939-945. <https://doi.org/10.2307/352337>
- Timmons, A. C., Arbel, R., & Margolin, G. (2017). Daily patterns of stress and conflict in couples: Associations with marital aggression and family-of-origin aggression. *Journal of Family Psychology*, 31(1), 93-104. <https://doi.org/10.1037/fam0000227>
- Umberson, D., Thomeer, M. B., Kroeger, R. A., Lodge, A. C., & Xu, M. (2015). Challenges and opportunities for research on same-sex relationships. *Journal of Marriage and the Family*, 77(1), 96-111. <https://doi.org/10.1111/jomf.12155>
- Verkuyten, M., & Killen, M. (2021). Tolerance, dissenting beliefs, and cultural diversity. *Child Development Perspectives*, 15(1), 51-56. <https://doi.org/10.1111/cdep.12399>
- Willi, J. (1993). *La pareja humana: Relación y conflicto*. Ediciones Morata.
- Wood, J. V., Saltzberg, J. A., & Goldsamt, L. A. (1990). Does affect induce self-focused attention? *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(5), 899-908. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.58.5.899>

Notas

* Artículo de investigación

Financiamiento Proyecto desarrollado con el apoyo de la beca (CVU. 464222) del Consejo de Ciencia, Humanidades, Tecnología e Innovación (SECIHTI) y a la Universidad Nacional Autónoma de México.