

USO DE REDES SOCIALES Y MENSAJERÍA INSTANTÁNEA EN RELACIONES DE PAREJA EN LA JUVENTUD: UN ESTUDIO PRELIMINAR

SOCIAL MEDIA AND INSTANT MESSAGING USAGE IN RELATIONSHIP OF COUPLES DURING YOUTH: A PRELIMINARY STUDY

Natalia Vázquez¹ y Yolanda Pastor²

¹Máster en Psicología General Sanitaria

²Universidad Rey Juan Carlos, Madrid, España

students aged between 18 to 25 years (60% women) through the questionnaire of an online-app, and, on the other hand, to analyze the relationship between the frequency of use, emotional abuse and the satisfaction in the relationship. Descriptive statistics and non-parametric tests have been used to analyze the data. Our results show that both resources are widely used by couples, constituting in many occasions the origins of many conflicts and tensions among its members. Likewise, it has been observed that the excessive use of instant messaging in couple relationships is positively linked to emotional abuse, but the relationship between the excessive use and the satisfaction in the relationship has not been significant. These results show that use in excess of instant messaging can lead to exercise or suffer emotional abuse.

Keywords: emotional abuse, social networks, couple relationship, satisfaction.

El uso de las redes sociales y la mensajería instantánea es habitual entre los jóvenes, y se extiende a todo tipo de relaciones, incluyendo las relaciones de pareja. El objetivo de este estudio ha sido doble, por un lado, describir el uso y la percepción de estos medios en las relaciones de pareja en una muestra de 207 universitarios españoles entre 18 y 25 años (60% mujeres) a través de la aplicación de un cuestionario online, y por otro, analizar la relación entre la frecuencia de uso, el abuso emocional y la satisfacción en pareja. Se han utilizado estadísticos descriptivos y pruebas no paramétricas para el análisis de los datos. Nuestros resultados muestran que ambos medios son ampliamente utilizados en las relaciones de pareja, constituyendo en muchas ocasiones el origen de muchos conflictos y tensiones entre sus miembros. Asimismo se observó que el uso excesivo de la mensajería instantánea en la relación de pareja se relaciona positivamente con el abuso emocional, pero no fue significativa la relación entre el uso excesivo y la satisfacción en la relación de pareja. Estos resultados sugieren que el uso en exceso de la mensajería instantánea puede conducir a ejercer o sufrir abuso emocional.

Palabras clave: abuso emocional, redes sociales, relación de pareja, satisfacción.

Actualmente el uso de Internet es una práctica mayoritaria entre los jóvenes españoles de 16 a 24 años, de estos el 90% participa en redes sociales online (Instituto Nacional de Estadística, 2017). El uso de la mensajería instantánea sobrepasa incluso este porcentaje; en un estudio del Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS), se observa que el 100% de los jóvenes españoles de entre 18 y 24 años han utilizado la aplicación *WhatsApp* (CIS, 2016). Las nuevas tecnologías de comunicación, con sus ventajas e inconvenientes, se han introducido en nuestras relaciones produciendo cambios importantes tanto positivos como negativos. De hecho, también se han introducido en las relaciones de pareja (Rodríguez & Rodríguez, 2016), siendo una de las más significativas en la vida, por lo que es esencial que contribuyan al bienestar emocional (Ruiz, 2001, cit. en Latorre & Yáñez, 2015). Aunque las redes sociales y la mensajería instantánea forman parte del día a día, existen todavía pocos estudios sobre la influencia de estos fenómenos tecnológicos en los diferentes ámbitos que conforman nuestras vidas.

Internet y los móviles ocupan un espacio importante en el proceso de socialización de género de los jóvenes, influyendo en sus comportamientos y actitudes (Levis, 2002, cit. en Martín, Pazos, Montilla, & Romero, 2016); y las relaciones de pareja *online* pasan a ser un reflejo de la sociedad en la que la adolescencia se socializa (Muñiz, Cuesta, Monreal & Povedano, 2015). Por ejemplo, un estudio reciente obtuvo que el 95.4% de las mujeres creía que las redes sociales podían ser un medio a través del cual se propagase la violencia de género, frente a un 20% de los hombres (Menéndez & García, 2017).

Conviene destacar que el noviazgo es una etapa donde se pueden detectar indicios de violencia que pueden aumentar en frecuencia e intensidad con el paso del tiempo (Del Castillo, Hernández, Romero, & Iglesias, 2015). Los malos tratos psicológicos son los más frecuentes, seguidos por los físicos y los sexuales. Cabe indicar que los hombres afirman agredir físicamente y sexualmente a sus parejas un mayor número de veces que ellas a ellos, pero las mujeres declaran haber ejercido abuso psicológico en más ocasiones que haberlo recibido (Corral, 2009). También señalan que los malos tratos se presentarían desde las primeras relaciones (Rey, 2013), observando que cuanto mayor es el tiempo de relación, mayor es la frecuencia de los malos tratos, tanto físicos como psicológicos (Rey, 2009).

El abuso digital, uso de las tecnologías para intimidar, acosar o amenazar a la pareja, es un tipo de abuso emocional. En un estudio reciente con adolescentes, una cuarta parte reportaron comportamientos abusivos en la pareja a través de medios electrónicos (Jaén, Rivera, Reidl & García, 2017). Estudios previos han encontrado que muchos jóvenes reconocen ejercer estas conductas sobre sus parejas pero, en la mayoría de las ocasiones, no las interpretan como abusivas (Martín et al., 2016; Muñoz, Graña, & González, 2011). Por consiguiente, como posible consecuencia de la normalización de las agresiones *online* éstas pasan a formar parte de la dinámica relacional de la pareja (Borrajo & Gámez, 2015).

Tanto chicos como chicas ejercen acoso hacia sus parejas a través de Internet (Piquer, Castro, & Giménez, 2017). Las principales víctimas son jóvenes entre 16 y 29 años, y los principales acosadores resultan ser pareja de la víctima (Díaz & Herrera, 2015); a mayor edad y a mayor estabilidad de la relación estos comportamientos disminuyen (Rodríguez & Rodríguez, 2016). Los adolescentes usan la tecnología para monitorizar a la pareja, así como comenzar y terminar las relaciones (Baker & Carreño, 2016). Estudios previos informan que la comunicación a través de las tecnologías se ve afectada, incitando a suposiciones y problemas con la pareja (Alvarado, Gutiérrez, Vírseda, & Toledo, 2013) y que la mayor causa de desentendidos en las parejas por estos medios son los mensajes (Hernández, Andrade, Aguilar, Sorto, & Banegas, 2015). En otro estudio sobre el uso de *Facebook*, las chicas informaron en mayor medida que les molestaba que su pareja compartiera fotos, actividades o usara los "me gusta" (García & Enciso, 2014).

Los comportamientos de control de la pareja parecen ser los más frecuentes con el uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) (Gámez, Borrajo, & Calvete, 2018; Piquer et al., 2017). No solo eso sino que además los jóvenes toleran muchos actos de control por estos medios (Rodríguez & Rodríguez, 2016). La principal causa que les lleva a ejercer un control sobre la vida *online* de su pareja parecen ser los celos (Blanco, 2014). Esta violencia puede considerarse, en muchos casos, un precursor de violencia física y en otros, un reflejo de un tipo de violencia que trasciende a las pantallas (Muñiz et al., 2015). El hecho de estar conectado continuamente hace que se trasladen a

la red los mismos conflictos que puedan ocurrir *offline* (Blanco, 2014). El que la pareja controle, por ejemplo, con quién sale o dónde estuvo, es tan fácil como meterse en la página de la red social que utilice (Blanco, 2014). Estamos ante una violencia emergente posibilitada por las TIC en el colectivo de jóvenes en su relación de noviazgo (Lucio & Prieto, 2014).

Las redes sociales constituyen además una fuente de conflictos (Martín et al., 2016). En un estudio en el que se medía el grado de amor en la pareja, se observó que éste disminuía cuando aumentaba la frecuencia de uso de redes sociales y viceversa (Latorre et al., 2015). Cabe destacar que en las relaciones a distancia, se utilizaban más las redes sociales para vigilar a la pareja (Billedo, Kerkhof, & Finkenauer, 2015). Sin embargo no todo es negativo, algunos estudios también informaron que los jóvenes se reconciliaban mediante las redes sociales (Hernández et al., 2015). El intercambio de ideas, sentimientos y confianza reafirman la investigación en la influencia positiva de la red en la pareja (Beer & Burrows, 2007, cit. en Malagon, Cuestas, & Reyes, 2014). Se ha descubierto que los problemas por el uso de las redes sociales se pueden evitar, cuando la pareja tiene acceso a las actividades que en ellas se realizan (Hernández et al., 2015). También cabe destacar que la intimidad experimentada en una relación amortigua el efecto del uso de las redes sociales sobre la satisfacción global de la relación (Hand, Thomas, Buboltz, Deemer, & Buyanjargal, 2013). Por lo que, el uso de redes sociales puede favorecer o perjudicar la relación de pareja. Esto no depende del tiempo, sino de cómo se use (Reyes & Ramírez, 2015). Concretamente, se ha encontrado que *Facebook* afecta negativamente a la relación de pareja (Cravens & Whiting, 2016), obstaculizando poner fin a las relaciones abusivas (Halligan, Knox, & Brinkley, 2013) y genera un ambiente para el uso de tácticas de retención de pareja (Brem, Spiller, & Vandehey, 2015). Generalmente, las parejas que perciben altos niveles de amor, utilizan menos *Facebook* (Northrup & Smith, 2016).

Uso y percepción de las redes sociales y la mensajería en la relación de pareja. Se administró un cuestionario online de 39 ítems de elaboración propia para conocer estas variables. Ante la carencia en la literatura de cuestionarios al respecto y tras una revisión en profundidad de la literatura se elaboró un cuestionario ad hoc para evaluar y describir estos usos y percepciones. En el Anexo se pueden consultar las variables incluidas.

Abuso emocional. Para evaluar esta variable se llevó a cabo una retrotraducción con expertos del *Multidimensional Measure of Emotional Abuse* (MMEA, Murphy y Hoover, 2001). Este instrumento contiene 27 ítems e incluye cuatro subescalas (control restrictivo, privación hostil, denigración y dominancia/intimidación). Permite medir tanto el abuso perpetrado como el sufrido. Las opciones de respuesta oscilan entre 0 y 7 (0 = nunca, 1 = una vez, 2 = dos veces; 3 = 3-5 veces, 4 = 6-10 veces; 5 = 11-20 veces, 6 = más de 20 veces; 7 = no en los últimos 6 meses, pero si antes). La consistencia interna en nuestro estudio de las ocho subescalas de este instrumento oscilaba entre 0.66 a 0.90, la mayoría de éstas poseían una Alpha de Cronbach por encima de .80 (Escala acosador: Control Alpha=0.82; Denigración, Alpha=0.72; Privación, Alpha=0.73; Privación hostil, Alpha=0.83; Dominancia/intimidación, Alpha=0.73; Control restrictivo, Alpha=0.73; Abuso sufrido: Control Alpha=0.73; Denigración, Alpha=0.73; Privación, Alpha=0.73; Privación hostil, Alpha=0.73; Dominancia/intimidación, Alpha=0.73).

mensajería instantánea (tanto en general como con la pareja), el abuso emocional y la satisfacción de pareja.

El 98.1% de los universitarios encuestados utilizaban alguna red social, y de esos el 14.8% conoció a su pareja a través de las redes sociales (el 7.9% de mujeres y el 6.9% de los hombres). Las actividades que más realizaban a través de las redes sociales fueron publicar fotos (75.9%), cotillear (70%), obtener información (61.1%) y compartir ideas (49.8%), seguidas de compartir hobbies (35.5%), conocer a personas (32%) y jugar (24.1%). Respecto a la pareja, el 50.2% de los encuestados no utilizaba o utilizaba poco las redes sociales con su pareja, y los que sí las utilizaban lo hicieron a través de *Facebook* (40.5%) e *Instagram* (38.5%). El grado de satisfacción respecto a esta forma de uso fue negativo; el 64% de los encuestados se mostraron insatisfechos y el 53.2% tuvo algún conflicto a causa de ellas (al 9.4% le molestaba que su pareja visitase su perfil). Las causas reflejadas de los problemas surgidos con la pareja a través del uso de las redes sociales fueron: el 32.9% por publicar fotos, el 42.8% por agregar amigos, el 44.7% por darle a "me gusta" en fotos de otras personas, el 38.8% por comentar publicaciones de otras personas, el 43.4% por escribir mensajes privados a otras personas, el 21.1% por bloquear a su pareja y el 44.7% debido a que su pareja cotillease sus redes sociales cuando estaban juntos. Otras fuentes de conflicto añadidas por los sujetos en los ítems de respuesta abierta fueron los malentendidos, la desatención, hablar con amigos a través de las redes sociales y que otras personas comentasen sus publicaciones.

De las personas encuestadas, al 68.5% les gustaba que su pareja publicase una foto de los dos juntos, al 63.2% les gustaba que su pareja tenga detalles románticos con ellos a través de las redes sociales, al 19% les disgustaba que su pareja no le dé a "me gusta" a sus publicaciones o fotos y al 77.6% les gustaba que su pareja publique comentarios de eventos que comparten los dos (su aniversario, una boda, una graduación...); en cambio al 22.4% de los sujetos, esto último les disgustaba y el 59.7% de los sujetos opinó que no era buen medio para compartir su intimidad.

El 69.1% de los universitarios de este estudio pensaban que su pareja pasaba demasiado tiempo conectada a las redes sociales. De estos, el 13.2% lo pensaba la mayoría de las veces. El 67.8% creían que la interacción de su pareja con otras personas a través de las redes sociales podía influir en alguna medida en su relación: el 46.5% creía que influía en la confianza hacia su pareja (el 18.7% de manera negativa frente al 81.3% que afirmaba que influía de manera positiva), el 27.6% sentía que su pareja le había faltado al respeto alguna vez a través de las redes sociales; al 30.3% les hubiese gustado conocer las contraseñas de su pareja y al 54.6% le hubiese importado que su pareja conociese sus contraseñas; el 49.3% le había ocultado algo (fotos, amigos, mensajes...) a su pareja a través de las redes sociales y el 61.8% había descubierto algo (fotos, amigos, mensajes...) que le había molestado de su pareja a través de las redes sociales. El 23% opinó que las redes sociales eran un buen medio para obtener información de su pareja y el 22.4% había accedido alguna vez a las redes sociales de su pareja sin su consentimiento. Algunos sujetos añadieron que el uso de las redes sociales en pareja era una forma de control y que provocaba celos.

El 32.9% de los sujetos opinó que el uso de las redes sociales en pareja recortaban la libertad, el 19.7% que provocaban dependencia, el 59.9% opinó que facilitaba la comunicación frente al 20.4% que opinó que no. El 27% no hubiese podido pasar mucho tiempo sin utilizar las redes sociales para comunicarse con su pareja.

En general, el 23.5% creía que las redes sociales influían en su relación desfavorablemente frente al 14% que creía que la influencia era positiva y añadieron motivos para explicarlo. Aquí cabe destacar que las aportaciones de los motivos fueron voluntarias y que los sujetos que contestaron fueron el 64.7% del total de participantes. Los aspectos positivos nombrados del uso de las redes sociales en pareja fueron: aumentar la comunicación (10.4%) y la confianza (4.4%), mostrar la relación (5.2%) y compartir cosas (3%). Entre los aspectos negativos se encontraron: conocer a terceras personas (5.9%), falta de atención hacia la pareja (2.9%), malentendidos (6.7%), desconfianza y celos (9.7%).

Se obtuvo que alguna de las variables sobre redes sociales eran dependientes del sexo: escribir comentarios en las publicaciones de otras personas como fuente de conflicto en la relación ($\chi^2(4,$

$N=152$)=9.641; $p=.047$), las redes sociales provocan dependencia de la pareja ($\chi^2(4, N=152)=11.780$; $p=.019$), el uso de redes sociales como medio para compartir la intimidad ($\chi^2(4, N=152)=20.130$; $p=.000$) y el grado de influencia de las redes sociales en la relación ($\chi^2(4, N=200)=12.651$; $p=.013$). Este resultado parece indicar que los chicos consideran más conflictivo el hecho de escribir comentarios en las publicaciones de otras personas, creen que el uso de las redes sociales genera dependencia en la pareja en mayor medida, lo perciben también en mayor grado como un medio de compartir la intimidad y valoran más negativamente su influencia en la relación que las chicas. Respecto al uso de redes

sociales fueron dependientes de la edad: darle a “me gusta” en las fotos de otras personas como fuente de un conflicto en la pareja ($\chi^2(12, N=152)=21.061$; $p=.049$) y uso de las mismas para comunicarse en pareja ($\chi^2(12, N=203)=30.944$; $p=.002$). De tal modo que, el grupo de 22-23 años parecen haber experimentado mayores conflictos en la pareja por el hecho de darle a “me gusta” en las fotos de otras personas y además los grupos más jóvenes parecen usar en mayor medida las redes sociales para comunicarse en pareja (ver Tabla 1).

Tabla 1. Uso y percepción de las redes sociales en la pareja

	χ				χ				
Problema escribir comentarios [M(dt)]	1.63(.93)	1.51(.86)	1.81(1.01)	9.641(4)*	1.90(.94)	1.75(1.03)	1.75(1.22)	1.71(.90)	12.854(12)
Opinión RS en pareja: provoca dependencia [M(dt)]	3.26(1.16)	3.24(1.24)	3.27(1.04)	11.780(4)**	3.44(1-11)	3.24(1.21)	3.57(1.17)	2.85(1.08)	16.524(12)
Opinión RS en pareja: compartir intimidad [M(dt)]	2.30(1.09)	1.99(.95)	2.76(1.12)	20.130(4)***	2.25(1.01)	2.29(1.19)	2.43(1.09)	2.24(1.06)	5.765(12)
Grado influencia RS en la relación [M(dt)]	2.88(.74)	2.75(.72)	3.06(.74)	12.651(4)**	2.69(.89)	2.87(.68)	2.88(.76)	2.97(.71)	9.463(12)
Frec. uso RS en pareja [M(dt)]	2.54(1.21)	2.45(1.19)	2.68(1.22)	4.447(4)	3.37(.87)	2.56(1.34)	2.38(1.10)	2.23(1.12)	30.944(12)***
Problema darle a “Me gusta” [M(dt)]	1.90 (1.17)	1.82(1.11)	2.02(1.27)	3.23 (4)	1.75(.91)	1.74(1.12)	2.41(1.44)	1.73(1.04)	21.061(12)*

Nota: M=Media; dt=Desviación típica; RS=Redes Sociales

*** $p<.001$; ** $p<.01$; * $p<.05$

Todos los encuestados utilizaban la mensajería instantánea como medio de comunicación, sobre todo el *WhatsApp* (100%), y en menor medida *Telegram* (7.7%) y *Line* (1.4%). La media de la frecuencia de uso de estas aplicaciones fue de 300 minutos al día (casi 5 horas). El 81.8% utilizaba mucho la mensajería instantánea para hablar con su pareja. El 93.3% de los encuestados consideró útil este medio de comunicación con la pareja, aunque el 65.7% opinó que la comunicación era mucho

mejor en persona. La media de la frecuencia del uso de este medio para hablar con la pareja fue de 198 minutos diarios, es decir, tres horas y 20 minutos aproximadamente. El 87.9% la utilizaba para comunicarse en el día a día, el 86.5% la utilizaba para halagarla, el 77.3% la había utilizado alguna vez para resolver un conflicto, el 98% para hablar cuando estaban lejos (conviene destacar que algunos de los encuestados aportaron que utilizaban la mensajería instantánea para hablar con sus parejas que vivían en otras Comunidades Autónomas). El 73.4% opinó que la actitud de su pareja a

través de la mensajería instantánea era buena, frente al 4.4% opinó que su actitud era mala.

Las actividades reflejadas que habían provocado algún conflicto en la pareja por el uso de este medio fueron: el 38.2% por hablar con personas que acababan de conocer, el 67.6% por escribir mensajes cuando estaban juntos y el 42.5% debido a que su pareja cotillease lo que estaba escribiendo cuando hablaba con otras personas. Algunos sujetos añadieron que otra fuente de conflicto debido a la mensajería instantánea en la relación de pareja eran los malentendidos y recibir mensajes de otras personas del sexo opuesto.

El 73.9% de estos estudiantes consideraron que la interacción de su pareja con otras personas a través de la mensajería instantánea podía influir en su relación en alguna medida. El 64.7% creía que influía en la confianza que tienen hacia su pareja y, de estos, el 74.3% creía que influía de manera negativa en su confianza. El 46.9% sentía que su pareja le había faltado al respeto alguna vez mediante la mensajería instantánea y el 38.2% había insultado alguna vez a su pareja a través de este medio.

El 67.6% de los encuestados había pensado alguna vez que su pareja le dedicaba demasiado tiempo a la mensajería instantánea y el 11.6% lo pensaba habitualmente. El 53.6% no hubiese podido pasar mucho tiempo sin utilizar este medio para comunicarse con su pareja (el 8.2% no hubiese podido pasar nada de tiempo). El 55.6% le había ocultado algo a su pareja a través de la mensajería instantánea y el 26.6% había accedido alguna vez a los mensajes de su pareja sin su consentimiento.

En general, el 42.3% creía que la mensajería instantánea influía favorablemente en su relación de pareja frente al 20.1% que creía que la influencia era negativa, y los motivos que añadieron para explicar esto fueron tanto negativos como positivos. Aquí cabe destacar que las aportaciones de los motivos fueron voluntarias y que los sujetos que contestaron fueron el 63.7% del total de participantes. Los motivos positivos nombrados fueron: aumenta el contacto (sobre todo cuando se está lejos; un 24.2%) y la comunicación (28.7%). Entre los motivos negativos se encontraron: malentendidos (12.1%), celos y desconfianza (6.8%), discusiones (3%) y que en directo era mejor la comunicación (8.3%).

Las variables relacionadas con la mensajería instantánea dependientes del sexo fueron: comunicarme con mi pareja cuando está lejos (χ^2 (4, $N=207$)=12.127; $p = .016$), e insultar a mi pareja (χ^2 (2, $N=207$)=12.018; $p = .002$). En ambos casos las chicas puntuaban más alto.

Las variables dependientes de la edad fueron: 1) hablar con personas que acabo de conocer a través de este medio como causa de un problema en la relación (χ^2 (12, $N=207$)=26,145; $p = .010$) -siendo el grupo mayor (24-25) el que consideraba esto como menos problemático que el resto; 2) considerar que la interacción de tu pareja con otras personas a través de la mensajería podía influir sobre la relación de pareja (χ^2 (12, $N=207$)=22.447; $p = .033$) -mostrando una disminución progresiva de esta idea a medida que avanza la edad; y 3) el tiempo que estarías sin comunicarte con tu pareja a través de la mensajería instantánea (χ^2 (12, $N=207$)=21.685; $p = .041$), siendo el grupo 3 (22-23 años) el que puntúa más bajo que el resto en esta variable.

Respecto al tiempo diario dedicado a la mensajería instantánea, en la prueba U de Mann-Whitney para muestras independientes, se obtuvieron diferencias significativas entre el tiempo diario dedicado a la mensajería instantánea y la variable sexo ($z=-2.267$, $p < .05$). Las mujeres ($Md=5$) dedicaban más tiempo a la mensajería instantánea que los hombres ($Md=4$). En la prueba Kruskal-Wallis para muestras independientes, se obtuvo que existen diferencias significativas entre los grupos de edad (χ^2 (3)=14.578; $p = .002$). El test de Tukey mostró que en el grupo de mayor edad (24-25 años) dedicaban menos tiempo que los grupos de menor edad (18-19 y 20-21). Asimismo, se encontraron diferencias por edad en el tiempo diario dedicado a hablar con la pareja mediante la mensajería instantánea (χ^2 (3)=18.122; $p = .000$). Aplicando el test de Tukey, se obtuvo que las personas de 18 a 19 años usaban más la mensajería instantánea para hablar con su pareja en comparación con el resto de grupos (ver Tabla 2).

En la Tabla 3 se recoge la correlación no paramétrica (Spearman) entre el tiempo diario dedicado a la mensajería instantánea en general y a la mensajería instantánea para hablar con la pareja con las variables de

abuso emocional (como acosador y como víctima) y de satisfacción en la relación de pareja.

Tabla 2. Uso y percepción de la mensajería instantánea en la pareja

	χ				χ				
Comunicarnos cuando estamos lejos [M(dt)]	4.55 (.76)	4.66 (.58)	4.39 (.94)	12.127 (4)**	4.59 (.719)	4.53 (.89)	4.70 (.61)	4.43(.75)	18.862 (12)
Frec. Insultar pareja [M(dt)]	1.56 (.77)	1.70 (.84)	1.35 (.62)	12.018 (2)**	1.66 (.85)	1.53 (.77)	1.65 (.83)	1.46(.67)	6.099 (6)
Problema hablar con otros que acabo de conocer [M(dt)]	1.65 (.96)	1.54 (.92)	1.81 (1.01)	8.440 (4)	1.78 (.83)	1.71 (1.03)	1.91 (1.22)	1.30(.55)	26.145 (12)**
La interacción con otros en la MI influye en la relación [M(dt)]	2.32 (1.04)	2.43 (1.07)	2.15 (.98)	7.875 (4)	2.66 (1.03)	2.44 (1.07)	2.32 (1.17)	2.03(1.04)	22.447 (12)*
Podrías no usar MI en pareja [M(dt)]	3.17 (1.19)	3.07 (1.18)	3.32 (1.19)	5.564 (4)	3.31 (1.03)	3.21 (1.26)	2.87 (1.31)	3.34(1.06)	21.685 (12)*

Nota: M=Media; dt=Desviación típica; MI=Mensajería Instantánea

*** $p < .001$; ** $p < .01$; * $p < .05$

Tabla 3. Correlaciones entre uso de mensajería instantánea con abuso emocional y satisfacción

Abuso emocional (sufrido)	.160*	.148*
Abuso emocional (ejercido)	.188**	.211**
Satisfacción con la relación	.121	.078
Control (ejercido)	.186**	.122
Denigración (ejercida)	.145*	.094
Deprivación hostil (ejercida)	.157*	.234***
Dominación/intimidación (ejercida)	.158*	.188**
Control (sufrido)	.142*	.174*
Denigración (sufrida)	.096	.084
Deprivación hostil (sufrida)	.142*	.088
Dominación/intimidación (sufrida)	.180**	.056

Nota: TUMI=Tiempo diario de Uso de la Mensajería Instantánea; TUIIMP=Tiempo diario de Uso de la Mensajería Instantánea en la Pareja.

*** $p < .001$; ** $p < .01$; * $p < .05$

A partir de los resultados obtenidos con el coeficiente de correlación de Spearman, se puede interpretar que tanto el tiempo diario dedicado a hablar a través de mensajería instantánea como el tiempo diario dedicado a hablar con la pareja en la mensajería correlacionaron positiva y significativamente con el abuso emocional tanto ejercido como sufrido, mientras

que no mantenían una relación significativa con la satisfacción con la relación de pareja. Atendiendo a las distintas subescalas del abuso emocional, el tiempo diario dedicado a hablar a través de la mensajería instantánea correlacionaba positiva y significativamente con las cuatro subescalas de abuso emocional ejercido, sobre todo con la subescala de control restrictivo; y el tiempo diario dedicado a hablar con la pareja a través de la mensajería instantánea correlacionaba positiva y significativamente con dos subescalas del abuso emocional ejercido: deprivación hostil y dominación/intimidación. El tiempo diario dedicado a hablar a través de la mensajería instantánea correlacionaba positiva y significativamente con tres subescalas del abuso emocional sufrido: control restrictivo, deprivación hostil y dominación/intimidación; y el tiempo diario dedicado a hablar con la pareja a través de la mensajería instantánea correlaciona positiva y significativamente con la subescala de control restrictivo sufrido.

Según los datos obtenidos en nuestra investigación, el uso de las nuevas tecnologías de la comunicación está inmerso en las relaciones de pareja en los jóvenes universitarios en nuestro país. Los usos y percepciones de las redes sociales y de la mensajería instantánea han mostrado ser bastante uniformes en los y las jóvenes universitarios, sin apenas aparecer diferencias por sexo y edad. Cabe resaltar que la frecuencia de uso de la mensajería instantánea en la relación de pareja es sensiblemente mayor al uso de las redes sociales, constituyendo por tanto esta tecnología una herramienta básica de comunicación en la pareja.

Respecto a la redes sociales, los resultados de este estudio muestran que las mujeres las utilizaban sobre todo para hablar cuando su pareja estaba lejos, creían en menor medida en la dependencia que puedan provocar, las consideraban menos adecuadas para compartir la intimidad por lo que su uso podía influir más desfavorablemente en la relación de pareja. Esto va en la misma dirección de otros estudios que encontraron que las mujeres informaban en mayor medida que les molestaba que su pareja utilizase *Facebook* (García & Enciso, 2014). Con respecto a la edad, cabe resaltar la disminución progresiva que se produce en el uso de las redes sociales en la relación de pareja entre los 18 y 25 años, en consonancia con el estudio de Rodríguez & Rodríguez (2016). Esto puede deberse a la madurez adquirida con la edad y a la mayor estabilidad que adquieren sus relaciones de pareja.

La mensajería instantánea parece usarse en mayor medida cuando los miembros de la pareja se encontraban alejados, siendo las chicas las que mostraban un uso mayor. Del mismo modo, las chicas informaban insultar a su pareja en mayor medida que los chicos a través de la mensajería instantánea, aunque cabe señalar que en ambos sexos este comportamiento es poco frecuente, prevaleciendo una visión más bien positiva de estas aplicaciones como herramienta para la comunicación en la pareja. A medida que avanza la edad, los sujetos de la muestra perciben la mensajería instantánea como menos influyente en la relación y ven menos problemático que su pareja hable con otras personas que acaba de conocer, en consonancia con una

mejor percepción y uso de la aplicación con la edad (Rodríguez & Rodríguez, 2016).

Los datos obtenidos en este estudio parecen avalar la relación positiva entre el tiempo diario dedicado a hablar mediante mensajería instantánea con la pareja y el abuso emocional, tanto ejercido como sufrido. Este resultado parece confirmar la tendencia observada en investigaciones previas que informaban que las TIC podían convertirse en un instrumento de control de la pareja (Gámez et al., 2018; Piquer et al., 2017), y aquellos que más la utilizan caen con mayor frecuencia en este tipo de prácticas (Blanco, 2014; Muñiz et al., 2015).

Por otro lado, no se obtuvieron correlaciones entre el nivel de satisfacción en la relación de pareja y el tiempo dedicado a la comunicación mediante mensajería instantánea, en contraposición a lo encontrado en estudios previos (Latorre et al., 2015; Northrup y Smith, 2016). Cabe resaltar que el estudio de Latorre et al. (2015) estudiaba la relación entre las redes sociales y el grado de amor reportando que a mayor uso menos grado de amor. No obstante, la mensajería instantánea puede ser un instrumento en el que el sobreuso también esté vinculado a los inicios de una relación romántica, en los que el enamoramiento o fascinación mutua es máximo, y esto produzca un uso excesivo de la misma, siendo este el motivo de la ausencia de relación con la satisfacción, tratándose esto de una mera hipótesis interpretativa que convendría contrastar empíricamente en futuras investigaciones.

Entre las principales limitaciones de este trabajo conviene destacar el bajo tamaño muestral que ha influido en el posterior análisis de datos, limitando el uso de las pruebas a utilizar, así como los problemas de uso derivados del cuestionario *online*. Este tamaño muestral genera que nuestras conclusiones no sean ampliamente generalizables, sino meramente indicadoras de una tendencia observada, siendo necesario llevar a cabo un estudio con muestras más representativas. Por otro lado, se ha observado cierta confusión en los participantes para diferenciar entre el concepto de redes sociales y el de mensajería instantánea. Al aplicarse el cuestionario *online* los participantes no han podido consultar sus dudas por lo que la comprensión de los ítems se ha podido ver afectada. Asimismo cabe señalar como limitación el propio cuestionario, de elaboración propia, que a pesar de su utilidad para valorar aspectos que han

sido poco estudiados en la literatura, conviene valorar en profundidad para mejorar su validez y fiabilidad.

Debido a la escasez de estudios sobre este tema, serían convenientes futuras investigaciones dirigidas a estudiar la influencia tanto positiva como negativa del uso de las redes sociales y la mensajería instantánea en las relaciones de pareja, sobre todo de los más jóvenes que son los usuarios habituales.

Estos resultados confirman la necesidad de desarrollar una intervención psicoeducativa orientada a que los jóvenes y los adolescentes hagan un mejor uso de las redes sociales y de la mensajería instantánea, sin que estas intervengan negativamente en su vida cotidiana y en particular en sus relaciones de pareja, controlando el tiempo dedicado, restringiendo su uso para comunicarse con la pareja y teniendo en cuenta las limitaciones de la comunicación por estos medios a la hora de interpretar los mensajes.

-
- Alvarado, B. G., Gutiérrez, S., Vírveda, J. A., & Toledo, J. E. (2013). *Repercusiones de la tecnología en las relaciones de pareja*. Trabajo presentado en el Tercer Congreso Internacional de Psicología en la Universidad autónoma del Estado de México.
- Baker, C. K., & Carreño, P. K. (2016). Understanding the role of technology in adolescent dating and dating violence. *Journal of child and family studies*, 25, 308-320. doi:10.1007/s10826-015-0196-5.
- Blanco, M. (2015). Implicaciones del uso de las redes sociales en el aumento de la violencia de género en adolescentes. *Comunicación y medios* 30, 124 -141. doi:10.5354/0719-1529.2015.32375.
- Borrajó, E., & Gámez, M. (2015). Comportamientos, motivos y reacciones asociadas a la victimización del abuso online en el noviazgo: un análisis cualitativo. *Revista de victimología*, 2, 73-95.
- Brem, M., Spiller, L. C., & Vandehey, M. A. (2015). Online mate-retention tactics on Facebook are associated with relationship aggression. *Journal of interpersonal violence*, 30, 2831- 2850. doi:10.1177/0886260514554286.
- Centro de Investigaciones Sociológicas (2016). *Barómetro Febrero. Distribuciones marginales (Estudio nº3128)*. Recuperado el día 11 de noviembre de 2018 desde http://www.cis.es/cis/export/sites/default/-Archivos/Marginales/3120_3139/3128/es3128mar.pdf
- Corral, S. (2009). Estudio de la violencia en el noviazgo en jóvenes universitarios/as: cronicidad, severidad y mutualidad de las conductas violentas. *Psicopatología clínica legal y forense*, 9, 29-48.
- Cravens, J. D., & Whiting, J. B. (2016). Fooling around on Facebook: the perceptions on infidelity behavior on social networking sites. *Journal of couple & relationship therapy*, 15, 213-231. doi:10.1080/15332691.2014.1003670.
- Del Castillo, A., Hernández, M. E., Romero, A., & Iglesias, S. (2015). Violencia en el noviazgo y su relación con la dependencia emocional pasiva en estudiantes universitarios. *Psicumex*, 5(1), 4 -18.
- Díaz, P., & Herrera, J. M. (2015). *El ciber-acoso entre parejas adolescentes*. Trabajo de Fin de Grado. Universidad de La Laguna.
- Gámez-Guadix, M., Borrajó, E., & Calvete, E. (2018). Abuso, control y violencia en la pareja a través de Internet y los smartphones: características, evaluación y prevención. *Papeles del Psicólogo*, 39(3), 218-227. doi:10.23923/pap.psicol2018.2874.
- García, L. A., & Enciso, R. (2014). Influencia del Facebook en la relación de pareja. *Educatconciencia*, 4, 181-191.
- Halligan, C., Knox, D., & Brinkley, J. (2013). Trapped: technology as a barrier to leaving an abusive relationship. *College student journal*, 47, 644-648.
- Hand, M. M., Thomas, D., Buboltz, W.C., Deemer, E. D., y Buyanjargal, M. (2013). Facebook and romantic relationships: intimacy and couple satisfaction associated with online social network use. *Cyberpsychology, behavior, and social networking*, 16, 8-13. doi:10.1089/cyber.2012.0038.
- Hernández, R., Andrade, F. R., Aguilar, M.D., Sorto, L. M., & Banegas, Y.T. (2015). *Ventajas y desventajas de las redes sociales en relaciones de pareja*. Universidad Pedagógica Nacional Francisco Morazán.
- Instituto Nacional de Estadística (2017). *Encuesta sobre equipamiento y uso de las Tecnologías de la Información y Comunicación en los hogares*. Recuperado el 11 de noviembre de 2018 desde https://www.ine.es/prensa/tich_2017.pdf
- Jaen, C., Rivera, S., Reidl, L., & García, M. (2017). Violencia de pareja a través de medios electrónicos en adolescentes mexicanos. *Acta de Investigación Psicológica* 7, 2593-2605. doi: 0.1016/j.aiiprr.2017.01.001.
- Latorre, F., Yáñez, F., & Espina, N. (2015). *Estudio descriptivo sobre redes sociales virtuales y relaciones de pareja*. Universidad de las Américas. doi:10.13140/RG.2.1.4379.2084
- Lucio, L. A., & Prieto, M. T. (2014). Violencia en el ciberespacio en las relaciones de noviazgo adolescente. Un estudio exploratorio en estudiantes mexicanos de escuelas preparatorias. *Revista de educación y desarrollo*, 31, 61-72.
- Malagon, L. P., Cuestas, J. S., & Reyes, I. P. (2014). *Influencia del Facebook en el mantenimiento de las relaciones de pareja en estudiantes de la Universidad Piloto de Colombia*. Universidad Piloto de Colombia.
- Martín, A., Pazos, M., Montilla, M., & Romero, C. (2016). Una modalidad actual de violencia de género en parejas de jóvenes: las redes sociales. *Educación XX1*, 19(2), 405-429. doi:10.5944/educXX1.13934.
- Menéndez, L., & García, J. (2017). *Estudio sobre la violencia de género presente en las redes sociales dirigido a adolescentes*. Trabajo Fin de Máster. Universidad Internacional de la Rioja. Recuperado el día 11

de noviembre de 2018 desde
<https://reunir.unir.net/handle/123456789/6600>

Muñiz, M., Cuesta, P., Monreal, M.C. & Povedano, A. (2015). Violencia de pareja online y offline en la adolescencia: el rol de la soledad y del género. *Revista sobre la infancia y la adolescencia*, 9, 85-97. doi:10.4995/reinad.2015.3898

Muñoz, M. J., Graña, J. L., & González, M. P. (2011). Abuso psicológico en:

ANEXO 1. Variables evaluadas por el cuestionario de uso de las redes sociales y la mensajería instantánea en la relación de pareja

Sociodemográficas	Edad, sexo, estudios, Comunidad Autónoma	Indicar y/o elección de alternativas	
Relación de pareja	¿Tienes pareja actualmente?	Si/No	
	Duración en meses	Indicar	
	¿Has tenido pareja en el pasado?	Si/no	
	Duración en meses	Indicar	
Uso de las redes sociales	Usas RS	Si/No	
	¿Qué RS utilizas?	Indicar	
	¿Para qué utilizas las RS?	Listado de usos	
Uso y percepciones de las redes sociales en pareja	¿Usas las RS para comunicarte en pareja?	Si/No	
	¿Qué RS utilizas con tu pareja?	Indicar	
	¿Conociste a tu pareja a través de las RS?	Si/No	
	¿Utilizas las RS para comunicarte en pareja?	1=nada a 5=mucho	
	¿Qué RS utilizas en pareja?	Indicar	
	Grado de satisfacción de su uso en pareja	1=nada a 5=mucho	
	Frec. conflictos en pareja por las RS	1=nunca a 5=siempre	
	¿Te molesta que tu pareja visite tu perfil?	1=nunca a 5=siempre	
	Usos RS que han generado conflicto en pareja (listado)	1=nunca a 5=siempre	
	Opiniones sobre el uso de las RS en pareja (listado de usos)	1=me gusta mucho a 5=me disgusta mucho	
	¿Crees que la interacción con otros en RS influye en tu relación?	1=nada a 5=mucho	
	¿Crees que el uso de las RS influye en la confianza?	1=nada a 5=mucho	
	¿De qué manera influye?	Positivamente/negativamente	
	¿Has sentido que tu pareja te falta al respeto en las RS?	1=Nunca a 5=Siempre	
	Frec. de pensar que tu pareja pasa demasiado tiempo en las RS	1=nunca a 5=siempre	
	¿Te gustaría conocer su contraseña?	1=nada a 5=mucho	
	¿Te importa que tu pareja conozca tu contraseña?	1=nada a 5=mucho	
	Frec. de ocultarle contenidos de las RS a tu pareja	1=nunca a 5=siempre	
	Frec. descubrir algo de tu pareja en las RS que te molesta	1=nunca a 5=siempre	
	Opinión del uso de las redes sociales en pareja (listado de opiniones)	1=totalmente en desacuerdo a 5=totalmente de acuerdo	
	¿Podrías estar sin las RS en pareja?	1=nada a 5=mucho	
	¿Has accedido a alguna RS de tu pareja sin su consentimiento?	1=nunca a 5=siempre	
	¿Piensas que las RS influyen en tu relación de pareja?	1=muy favorablemente a 5=muy desfavorablemente	
	¿Por qué?	Indicar	
	Uso de la mensajería instantánea	Utilizas la Mensajería	Si/NO
		¿Qué aplicaciones?	Listado de alternativas
		¿Cuánto tiempo inviertes?	Especificar horas y/o minutos
Usos y percepciones de la mensajería instantánea en la relación de pareja	Grado de uso de la MI en pareja	1=nada a 5=mucho	
	Tiempo diario en pareja (minutos)	Indicar	
	Usos de la MI en pareja (listados de usos)	1=nunca a 5=siempre	
	Grado de utilidad de la MI en pareja	1=nada a 5=mucho	
	Valora comunicación en pareja con la MI	Mejor/igual/peor que en directo	
	Actitud de tu pareja en la MI	1=muy buena a 5=muy mala	
	Frec. problemas con tu pareja en la MI (listado de problemas)	1=nunca a 5=siempre	
	¿Crees que la interacción con otros en la MI influye en tu relación?	1=nada a 5=mucho	
	¿Crees que el uso de la MI influye en la confianza?	1=nada a 5=mucho	
	¿Cómo influye?	Positivamente/negativamente	
	Frec. en que sientes que te falta al respeto tu pareja en la MI	1=nunca a 5=siempre	
	Frec. insultar a tu pareja en la MI	1=nunca a 5=siempre	
	Frec. piensas que tu pareja dedica demasiado tiempo a la MI	1=nunca a 5=siempre	
	Frec. ocultas algo a tu pareja en la MI	1=nunca a 5=siempre	
	¿Podrías pasar sin utilizar la MI en pareja?	1=nada a 5=mucho	
	¿Has accedido alguna vez a la MI de tu pareja sin consentimiento?	1=nunca a 5=siempre	
	¿Piensas que la MI influye en tu relación?	1=muy favorablemente a 5=muy desfavorablemente	
	¿Por qué?	Indicar	