

La inclusión de la pareja en el yo y su asociación con la calidad relacional y vital: Un análisis basado en el modelo de interdependencia actor-pareja

Título Abreviado: Inclusión de la pareja en el yo y calidad relacional y vital

María Alonso-Ferres
Universidad Complutense de Madrid

Gemma Sáez
Universidad de Extremadura

Marta Garrido-Macías
Universidad de Alicante

Ginés Navarro-Carrillo
Universidad de Jaén

Celia Serrano-Montilla
UNED

Inmaculada Valor-Segura
Universidad de Granada
Centro de Investigación Cerebro, Mente y Comportamiento (CIMCYC)

Autor de correspondencia: Marta Garrido-Macías, Departamento de Comunicación y Psicología social, Edificio de Ciencias Sociales, Universidad de Alicante, Calle San Vicente del Raspeig s/nº, San Vicente del Raspeig, 03690, Alicante, España. Email: marta.garrido@ua.es

La inclusión de la pareja en el yo y su asociación con la calidad relacional y vital: Un análisis basado en el modelo de interdependencia actor-pareja

Título Abreviado: Inclusión de la pareja en el yo y calidad relacional y vital

Resumen

Al formar una relación, las personas pueden incluir en cierta medida los recursos, perspectivas e identidades de su pareja en su propia identidad (i.e., inclusión del otro en el yo; IOS, por sus siglas en inglés). En esta investigación, realizada con 169 parejas, examinamos la asociación de tres fuentes de IOS: (a) la IOS de un miembro de la relación, (b) la IOS de su pareja, (c) la similitud en IOS entre ambos miembros de la relación con indicadores de calidad relacional (conflictos de pareja, satisfacción con la relación y satisfacción sexual) y vital (satisfacción con la vida y estrés). Siguiendo una aproximación multinivel, los resultados mostraron que una mayor IOS se relacionó, por un lado, con mayores niveles de calidad relacional en la propia persona y en su pareja y, por otro, con mayores niveles de calidad vital en la propia persona, pero no en su pareja. Asimismo, las parejas mostraron una alta similitud en IOS, la cual fue indicativa de una mayor calidad tanto relacional como vital. Estos resultados subrayan la importancia de analizar los mecanismos (inter)personales y sus consecuencias a diferentes niveles (i.e., individual y pareja).

Palabras clave: IOS, calidad relacional, calidad vital, interdependencia, pareja.

Las relaciones interpersonales cercanas o íntimas brindan a las personas beneficios materiales, físicos y psicológicos. Además, satisfacen las necesidades fundamentales de pertenencia y seguridad (Li et al., 2021; Strelan et al., 2017). Dichas relaciones son, además, un ingrediente fundamental para la satisfacción y el bienestar personal (p.ej., Valor-Segura y Guzmán-González, 2022). De hecho, estudios transculturales han comprobado que las personas otorgan una gran importancia al hecho de tener una relación de pareja e informan de altos niveles de satisfacción con éstas (Eurostat, 2018). Sin embargo, a pesar de todo lo positivo, las investigaciones han demostrado que las relaciones de pareja, cuando son conflictivas o violentas, también constituyen una de las mayores fuentes de estrés, llegando incluso a poner en riesgo la relación y el bienestar personal (Overall y McNulty, 2017). La cuestión que nos planteamos es la siguiente: *¿por qué son tan importantes las relaciones de pareja?* Proponemos que las relaciones de pareja son fundamentales para el bienestar de la relación e individual porque se convierten, en cierto grado, en parte del “yo”, es decir, de la propia identidad de las personas—la cual es el núcleo de la experiencia y el comportamiento humano (Aron et al., 1992; Aron et al., 2022). De hecho, una de las variables relacionales que está recibiendo más atención en la actualidad en lo relativo a su influencia tanto positiva como negativa en la calidad de la relación y vital es la inclusión de la pareja en el yo (*Inclusion of the Other in the Self*; en adelante IOS; Agnew & Harmann, 2019; Benavidez et al., 2016). Teniendo en consideración la alta interdependencia existente entre los miembros de una relación, esta investigación extiende la literatura previa al objeto de analizar de manera diádica cómo los niveles de IOS de un miembro de la relación, los de su pareja y la similitud entre ambas podrían afectar a la calidad relacional y vital.

Inclusión de la pareja en el yo (IOS)

La IOS puede definirse como la superposición percibida entre uno mismo y la otra persona (Aron et al., 1992). Desarrollada en el marco del modelo de autoexpansión (Aron y

Aron, 1986), propone que las personas tienen una motivación universal de explorar, ampliar sus perspectivas, conocimiento, habilidades, capacidades y recursos, es decir, de autoexpandirse. Una forma en que las personas buscan expandir el yo es a través de las relaciones cercanas, ya que éstas permiten a las personas experimentar las perspectivas (i.e., visión del mundo o prejuicios), los recursos (i.e., conocimientos) e identidades (i.e., recuerdos) de la otra persona como si fuesen propios, incluyendo a la otra persona en cierta manera en el yo (Aron et al., 1992; Aron et al., 2022).¹

Según este modelo, a medida que las personas van desarrollando una relación más íntima con su pareja pueden percibir una mayor superposición entre la identidad personal y la de la pareja (Agnew y Harman, 2019). En otras palabras, las personas tienden a verse en menor medida como entidades separadas y comienzan a desarrollar en mayor medida una identidad de pareja o, dicho de otra forma, una comprensión de sí mismas dentro de la relación, resultado de combinar su propia identidad y la de su pareja (Acitelli et al., 1999). La investigación ha demostrado que las personas con mayor IOS se sienten más cercanas a su pareja, están más preocupadas por la relación y más dispuestas a dejar de lado sus propios intereses y llevar a cabo acciones que permitan fortalecerla (Swann et al., 2009, ver revisión de Aron et al., 2022). Por ejemplo, se ha comprobado que las personas con mayor IOS suelen estar más comprometidas con la relación y tienden a sacrificarse más por la pareja con el fin de superar los desafíos y conflictos que acontecen en el día a día (Le et al., 2010; Joo y Park, 2017) y así poder mantener su relación (Ledbetter, 2013). Por el contrario, las personas con una baja IOS suelen activar en mayor medida su identidad personal y, por tanto, actuar con arreglo a sus propios intereses y objetivos. Estas personas suelen realizar menos

¹ Un concepto relacionado con la IOS es la fusión de la identidad, que es definida como “un sentimiento visceral de unidad con el grupo” (Swann y Burhmester, 2015, p. 52). La diferencia entre ambos conceptos radica en que mientras que la IOS se refiere al grado en el que se superponen las identidades de los dos miembros de la pareja, la fusión de la identidad tiene en cuenta “cómo” ambas identidades se fusionan (ver revisión de Joo y Park, 2017).

comportamientos encaminados a proteger la relación (Keltner et al., 2003), llegando incluso a responder de manera más destructiva o desadaptativa ante la aparición de conflictos en el día a día (Walsh y Neff, 2018).

Relación entre IOS, calidad relacional y vital

La inclusión de la pareja en el yo puede tener implicaciones para la calidad de la relación. En concreto, puede afectar a la frecuencia de conflictos que tienen lugar dentro de la relación y a la forma en la que ambas personas los resuelven. De manera general, se ha revelado que una alta inclusión de la pareja en el yo se asocia a la presencia de un menor número de conflictos en la relación (Kang et al., 2010). Además, la IOS se asocia positivamente al uso de estrategias constructivas de resolución de conflictos y negativamente al de estrategias destructivas (Alonso-Ferres et al., 2021; Gesell et al., 2020). Las investigaciones de Scholl et al. (2018) y Walsh y Neff (2018) también han demostrado que las personas con niveles altos de IOS presentan una mayor motivación para dar respuestas de afrontamiento constructivas ante los conflictos de pareja, favoreciendo las necesidades de la otra persona y dejando de lado las suyas propias. Asimismo, existe evidencia de que mayores niveles de IOS se vinculan a una mayor satisfacción con la relación (Aron et al., 1992; Tsapelas et al., 2009), manteniéndose dichos niveles de satisfacción a lo largo del tiempo (Muise et al., 2019). Incluso se ha demostrado que hay una relación positiva entre la IOS y la sincronización en la respuesta electrodermal de las parejas durante conflictos, reflejando los efectos positivos del vínculo fisiológico de los miembros de la pareja sobre la satisfacción marital (Bogacz et al., 2020). Por último, la IOS también parece tener beneficios en la calidad de las relaciones sexuales dentro de la pareja (Pietras y Briken, 2021; Pietras et al., 2022), estando relacionada con un incremento de la frecuencia de actividad sexual (Muise et al., 2019) y una mayor satisfacción sexual (Pietras et al., 2022; Træen & Kvaalem, 2022).

La inclusión de la pareja en el yo no solo podría afectar a la calidad de la relación, también a la calidad de vida de las personas. A pesar de la escasa literatura existente, estudios previos sugieren que tener un mayor sentido del “nosotros” se asocia a mayores niveles de satisfacción con la vida (Agnew et al., 1998). En esta línea, Leary et al. (2008) indicaron que las personas con mayor sentido de conexión personal con otros (identidad alto-inclusiva) presentan menores niveles de depresión y mayor satisfacción con la vida. Por su parte, los estudios que analizan los niveles de cortisol (hormona liberada en respuesta al estrés) en las relaciones interpersonales han comprobado que dichos niveles disminuyen en aquellas personas que experimentan mayor cercanía con los demás (Ketay et al., 2017). Así, un mayor sentido de inclusión se asociaría a menores niveles de estrés percibido (Jensen y Cross, 2021).

La investigación actual: una extensión metodológica

La revisión de la literatura sugiere que la IOS tiene una influencia crucial en las personas y sus relaciones íntimas. Sin embargo, la mayor parte de las investigaciones anteriores se han centrado en analizar el efecto que la propia IOS de una persona tiene en su calidad relacional y vital (e.g., Alonso-Ferres et al., 2021; Ketay et al., 2017; Leary et al., 2008; Muise et al., 2019; Pietras et al., 2021) —*actor effect*, lo que limita nuestra comprensión de cómo la IOS puede influir en el curso de la vida cotidiana de ambos miembros de la relación.

Por una parte, a pesar de la naturaleza diádica de las relaciones, las investigaciones empíricas no han prestado apenas atención a cómo la IOS de una persona influye en la calidad relacional de su pareja —lo que se conoce como *partner effect*— y, hasta donde sabemos, ninguna investigación ha relacionado la IOS con la calidad vital de la pareja. La autoexpansión de uno de los miembros de la relación al incorporar perspectivas, recursos o identidades de la pareja en su autoconcepto puede ser una vía para promover la calidad

relacional y vital en el otro miembro de la relación al favorecer actitudes y comportamientos que promueven las necesidades en común (Aron y Aron, 1986). Algunos trabajos apoyan la idea de que la IOS de un miembro de la pareja se relaciona con resultados positivos para el otro. Por ejemplo, Gordon y Baucom (2009) mostraron que la IOS de la pareja promovió tanto el propio afecto positivo de la persona como un mayor afecto positivo en su pareja. Asimismo, dos estudios han corroborado que la IOS no sólo se asocia positivamente a la propia satisfacción sexual y con la relación de la persona, sino que también con la de su pareja (Muise et al., 2019; Walsh y Neff, 2018). Esto sugiere que la IOS de uno de los miembros de la pareja —junto a su propia IOS— puede tener una influencia positiva en los sentimientos sobre la relación y la vida del otro.

Por otra parte, las características a nivel de pareja—en este caso la combinación de la IOS de ambos miembros de la relación— también podrían influir en la calidad relacional y vital. Según la Teoría de la Interdependencia (Thibaut y Kelley, 1959), las personas en una relación de pareja son interdependientes a fin de alcanzar sus objetivos, de modo que las acciones, sentimientos y pensamientos de un miembro de la relación se encuentran en cierto modo vinculados a las acciones, sentimientos y pensamientos de su pareja (Kashy et al., 2018). Sin embargo, es importante tener en cuenta que ambos miembros de la pareja pueden diferir en sus características y, por ende, en el nivel de interdependencia generado. Esto va a determinar la forma en la que los miembros de la pareja se comportan cuando surge un conflicto, además de su nivel de bienestar y satisfacción con la relación (VanderDrift et al., 2019). Así, la literatura ha mostrado que la mayor similitud entre ambos miembros de la relación en algunas áreas importantes (p.ej., la personalidad) promueve que las personas perciban mayores niveles de satisfacción relacional y vital (Zhou et al., 2017). Esto se debe a que las parejas que son más similares no sólo tienen una misma visión del mundo y del yo, sino que también reducen el riesgo de conflicto, favorecen la comunicación y promueven la

Inclusión de la pareja en el yo y calidad relacional y vital

comprensión mutua (Morry, 2005). Sin embargo, y a pesar del creciente interés por conocer las consecuencias de la similitud entre ambos miembros de la relación, aún se desconoce el impacto que ésta tiene en un aspecto tan fundamental para el comportamiento humano como es la identidad personal y el grado en el que incluir a su pareja en ésta (i.e., IOS) podría conectarse tanto con la calidad relacional como vital.

Dada la necesidad de avanzar en la comprensión del efecto de la IOS, ya sea desde el punto de vista del actor o de la pareja o considerando la similitud entre ambos, este trabajo tiene como objetivo examinar los efectos que la IOS de ambos miembros de la pareja (actor y pareja) y la combinación de ambas (similitud) podrían tener sobre la calidad de la relación y de la vida utilizando el modelo de interdependencia actor-pareja. Teniendo en consideración este objetivo y los resultados de la literatura previa, se espera encontrar que una mayor IOS de un miembro de la relación, la IOS de su pareja y la similitud entre la combinación de ambas se asocien a mayores niveles de calidad de la relación (i.e., mayor satisfacción con la relación, satisfacción sexual y menor frecuencia de conflictos relacionales) y calidad vital (i.e., mayor satisfacción con la vida y menor estrés percibido).

Método

Participantes

La muestra estuvo constituida por 169 parejas heterosexuales. La Tabla 1 muestra la información sociodemográfica. Para estimar la potencia de los modelos multinivel, aplicamos análisis de sensibilidad siguiendo el enfoque de Lane y Hennes (2018). Realizamos simulaciones para estimar el tamaño de efecto más pequeño que podría detectarse de manera fiable con una potencia del 80% en un estudio que replicase el mismo tamaño de muestra y parámetros que los del presente trabajo. Los resultados revelaron que una réplica del estudio proporcionaría suficiente potencia estadística (>80%) para detectar una asociación de al

Inclusión de la pareja en el yo y calidad relacional y vital

menos 0.10 ($SE = 0.04$) entre la similitud en IOS entre ambos miembros de la pareja y los indicadores de calidad relacional y vital.

<Tabla 1>

Procedimiento

Se utilizó un procedimiento de muestreo no probabilístico por bola de nieve. Los/as evaluadores (estudiantes universitarios/as formados en métodos de muestreo) administraron los cuestionarios en formato papel y lápiz y recibieron una compensación académica por su participación. Antes de la cumplimentación de los cuestionarios en sus propios hogares o espacios públicos, se proporcionó a las personas encuestadas el consentimiento informado y recibieron información acerca del objetivo general del estudio (i.e., conocer las características de las relaciones de pareja felices) y de la duración estimada de la cumplimentación (i.e., 20-30 minutos). Se les garantizó el carácter voluntario de la participación, la confidencialidad y anonimato. Se les informó que podían dejar de completar la encuesta en cualquier momento si lo deseaban. Una vez rellenados los cuestionarios, se introducían y entregaban en un sobre cerrado. Esta investigación se enmarca en un proyecto más amplio cuyos estándares éticos fueron aceptados por la institución científica responsable. Se trata de un estudio no experimental transversal de corte asociativo.

Instrumentos

Inclusión de la pareja en el yo. El grado de inclusión de la pareja fue evaluado a través de la *Inclusion of the Other in the Self (IOS) scale* (Aron et al., 1992). Esta medida permite captar el nivel de cercanía experimentado por la persona encuestada respecto a su pareja a través de una representación gráfica que comprende dos círculos que presentan 7 grados de superposición (1 = *completamente separados*, 7 = *prácticamente superpuestos*). Se pidió a los/las participantes que indicaran la representación gráfica del par de círculos que

mejor reflejara su relación con su pareja en términos de cercanía. La medida captó adecuadamente los diferentes niveles de inclusión en la muestra ($M = 5.29$; $DT = 1.46$).

Satisfacción con la relación. Evaluada a través de los 7 ítems de la *Relationship Assessment Scale* (p.ej., “¿Cómo de bien satisface su pareja sus necesidades?”; RAS; Hendrick, 1988). Los/as participantes respondieron empleando un formato de respuesta tipo Likert (1 = *Como las 5 parejas menos felices*; 7 = *Como las 5 parejas más felices*; $\alpha = .90$). El modelo original de una dimensión se ajustó a los datos explicando el 55.4% de la varianza de la satisfacción sexual. Los ítems mostraron un adecuado poder discriminativo ($r_{\text{ítem-test}} > .41$). Sus puntuaciones se promediaron para calcular la puntuación total.

Satisfacción sexual. Utilizamos una escala elaborada *ad hoc* a fin de evaluar el grado de satisfacción con la vida sexual en el ámbito de la relación de pareja. Se utilizaron 3 ítems (p.ej., “Estoy satisfecho/a con la frecuencia del contacto íntimo con mi pareja”; $\alpha = .86$) con un formato de respuesta tipo Likert (1 = *No estoy de acuerdo*; 5 = *Estoy de acuerdo*). El modelo de una dimensión explicó el 67.8% de la varianza de la satisfacción sexual. Asimismo, todos los ítems mostraron un adecuado poder discriminativo ($r_{\text{ítem-test}} > .67$). La puntuación total fue calculada con el promedio.

Conflictos relacionales. Con base en la lista de problemas relacionales de Hahlweg et al. (1990), presentamos 10 temáticas que podrían desencadenar conflictos o disputas en el ámbito de la relación de pareja (p.ej., “El trato con los parientes”) a fin de que los/as encuestados/as señalaran la frecuencia con la que discuten sobre las mismas. Empleamos un formato de respuesta tipo Likert (1 = *Nunca*; 5 = *A menudo*; $\alpha = .86$). La unidimensionalidad de la medida fue confirmada, encontrando que los ítems explicaron el 39.3% de la varianza de los conflictos relacionales. Además, los ítems discriminaron adecuadamente entre los/as participantes con diferentes niveles de conflictos relacionales ($r_{\text{ítem-test}} > .35$). La puntuación total fue calculada con el promedio.

Satisfacción vital. Evaluada a través de la administración de la *Satisfaction with Life Scale* (SWLS; Diener et al., 1985). Consta de 5 ítems (p.ej., “Estoy satisfecho/a con mi vida”) que sirven de evaluación global de la satisfacción vital de la persona. Utilizamos un formato de respuesta tipo Likert (1 = *No estoy de acuerdo*; 5 = *Estoy de acuerdo*; $\alpha = .88$). Los ítems cargaban en una única dimensión, discriminando ($r_{item-test} > .68$) y explicando el 61.5% de la varianza de la satisfacción vital. La puntuación total fue calculada con el sumatorio de las puntuaciones a cada ítem.

Estrés percibido. Tomando como referencia la escala de estrés desarrollada por Holmes y Rahe (1967), presentamos a los/as participantes 10 situaciones vitales potencialmente estresantes (p.ej., “Problemas graves en el trabajo o en el hogar”). Los/as participantes debían indicar si sufrieron o no durante el último año algunas de las situaciones vitales descritas y, en caso de haberlas experimentado, señalar el nivel de estrés auto-percibido a través de una escala tipo Likert (1 = *Nada estresante*; 5 = *Muy estresante*; $\alpha = .85$). Los ítems explicaron el 32.8% de la varianza del estrés percibido, siendo todos ellos discriminativos ($r_{item-test} > .33$). La puntuación total fue calculada con el sumatorio.

Análisis estadísticos

En primer lugar, calculamos el porcentaje de valores perdidos, los estadísticos descriptivos y fiabilidad de las medidas administradas. [Dada la pequeña proporción de valores perdidos \(rango de 0 a 1.8%\) y el hecho de que el porcentaje de datos perdidos fuese completamente al azar \(Little MCAR test, \$\chi^2 = 30.90, p = 0.098\$ \), no fue necesaria utilizar ninguna estrategia para recuperarlos siguiendo las recomendaciones de trabajos previos \(Bennett, 2001; Schafer, 1999\).](#) En segundo lugar, obtuvimos el coeficiente de similitud en IOS entre ambos miembros de la relación (Kenny et al., 2006). Más específicamente, la similitud en IOS se representó mediante la discrepancia entre las puntuaciones en IOS de ambos miembros de la relación. Esta discrepancia se calculó tomando el valor absoluto de la

diferencia entre las puntuaciones en IOS entre ambos miembros de la pareja. En tercer lugar, realizamos correlaciones de Pearson para comprobar las relaciones entre la IOS y los indicadores de calidad relacional y vital. Finalmente, siguiendo las estrategias de análisis propuestas por Dyrenforth et al. (2010), examinamos si la IOS de cada miembro de la relación y el coeficiente de similitud en IOS se asociaban a los indicadores de calidad relacional y vital. Dado que los datos proporcionados por los dos miembros de la pareja en una relación no son independientes, se utilizaron modelos multinivel para estimar el Modelo de interdependencia actor-pareja (APIM; Kenny et al., 2006). Estos análisis APIM predicen la satisfacción con la relación, la satisfacción sexual, la frecuencia de conflictos, la satisfacción con la vida y el estrés percibido de una persona en función de la propia posición de la persona en IOS, la posición de su pareja en IOS y el valor absoluto de la discrepancia entre la puntuación de la persona en IOS y la puntuación de su pareja. Más específicamente, los efectos del actor (*“actor effect”*) captan las asociaciones entre la IOS de un participante y su propio nivel de calidad relacional y vital. Los efectos de pareja (*“partner effect”*) captan la asociación entre la IOS de un participante y el nivel de calidad relacional y vital de su pareja. Por último, los efectos de similitud (*“similarity effect”*) reflejan la contribución única de la discrepancia en IOS entre ambos miembros de la relación. Este enfoque, por tanto, incluye un modelo cruzado de dos niveles para tener en cuenta la anidación de los participantes dentro de las díadas. Para poner a prueba este enfoque se llevaron a cabo tres modelos de análisis multinivel APIM por cada variable criterio. Para garantizar que los hallazgos del estudio actual no puedan atribuirse a otras variables conocidas, el primer modelo incluía el efecto principal del género, edad y duración de la relación que se han asociado previamente a indicadores de calidad relacional y vital (e.g., Aron et al., 1992; Alonso-Ferres et al., 2020; Joo y Park, 2007; Træen, y Kvalem, 2022); el segundo modelo incluía los efectos de la IOS del actor y pareja; y el tercer modelo incluía el índice de similitud. En cada uno de los

modelos introdujimos por separado los diferentes indicadores de calidad relacional y vital como variables criterio. Los modelos estimados fueron de pendientes fijas e interceptos aleatorios (Kenny et al., 2006). En ellos, un IC que no incluya 0 indica una asociación estadísticamente significativa. El análisis de los datos se realizó utilizando el paquete lme4 en el software R (R Core Team, 2017).

Resultados

Estadísticos descriptivos y correlaciones

La Tabla 2 muestra los estadísticos descriptivos y correlaciones de Pearson entre la IOS de cada miembro de la relación, su discrepancia en IOS, indicadores de satisfacción relacional y vital.

<Tabla 2>

La IOS de un miembro de la relación “*actor*” se asoció de manera positiva y significativa a la IOS de su pareja “*partner*” ($r = .33, p < .001$). No obstante, este coeficiente es inferior a .70, lo que, por una parte, descarta los problemas de multicolinealidad y, por otra, parece indicar que, aunque la IOS de cada miembro de la relación comparten componentes, también existirían ciertas diferencias. Esto apoya los resultados proporcionados por el coeficiente de similitud sobre la base de la discrepancia existente entre ambos miembros de la relación en IOS. Además, la IOS de ambos miembros de la relación se relacionó de manera positiva y significativa con la satisfacción con la relación, la satisfacción sexual y la satisfacción con la vida (con coeficientes r que oscilan entre 0.20 y 0.55, $p < .001$). Asimismo, tanto la IOS actor como IOS pareja se asociaron de manera significativa y negativa a la frecuencia de conflictos en la relación ($r = -.37$ y $-.21$, respectivamente, $p < .001$). No obstante, la conexión entre IOS y estrés no fue significativa para ninguno de los miembros de la pareja ($p > .05$).

Respecto al coeficiente de similitud, encontramos que la discrepancia en IOS entre ambos miembros de la relación se relacionó negativa y significativamente con la satisfacción con la relación, la satisfacción sexual y la satisfacción con la vida (con coeficientes r que oscilan entre -0.14 y -0.18, $p < .05$). Mostró, además, relaciones positivas y significativas con la frecuencia de conflictos y el estrés percibido ($r = .14$ y $.17$, respectivamente, $p < .05$).

Efectos de la IOS en la calidad relacional y vital

La Tabla 3 refleja tres resultados generales: (a) el efecto de la IOS de una persona (“*actor effect*”) (b) el efecto de la IOS de la pareja (“*partner effect*”) y (c) el efecto de la discrepancia en IOS (“*similarity effect*”) sobre los indicadores de calidad relacional y vital.

<Tabla 3>

Considerando primero el efecto de la IOS de una persona (“*actor effect*”), en la Tabla 3 observamos que la IOS actor se relacionó de manera significativa con todos los indicadores de calidad relacional y vital (con coeficientes que oscilan entre 0.25 y -1.59). Específicamente, las personas que incluían en mayor medida a su pareja en el yo se encontraban más satisfechas con su relación de pareja, a nivel sexual y con su vida y, además, tenían menos conflictos en su relación y un menor estrés. La propia IOS de una persona representaba entre un 2-21% de la varianza en dichas variables.

En relación con su pareja (“*partner effect*”), los resultados mostraron que la mayor IOS en un miembro de la relación se asociaba a una mayor calidad relacional (i.e., mayor satisfacción con la relación y a nivel sexual y menor frecuencia de conflictos) en el otro miembro de la pareja (con coeficientes r que oscilan entre 0.13 y -0.46). Sin embargo, ésta no tuvo ningún efecto significativo sobre la calidad vital, es decir, la satisfacción con la vida y el nivel de estrés de su pareja ($b = 0.02$ y $b = 0.34$, respectivamente). La presencia de efectos de pareja estadísticamente significativos revela que la calidad relacional de una persona también está relacionada con la IOS de su pareja, aunque el tamaño de estos efectos de pareja tiende a

ser menor que el tamaño de los efectos de actor. Además, se observa que la IOS de la pareja representa un 3-4% adicional de la varianza de dichas variables.

Finalmente, respecto al coeficiente de similitud ("*similarity effect*"), los resultados mostraron que la discrepancia en IOS entre ambos miembros de la relación tiene efectos consistentes en los indicadores de calidad relacional y vital (con coeficientes que oscilan entre -0.10 y 1.18). En concreto, la discrepancia en IOS es indicativa de una menor satisfacción con la relación, satisfacción sexual y vital, así como de una mayor frecuencia de conflictos relacionales y estrés percibido. Aunque el tamaño de dichos efectos tiende a ser menor que los efectos de actor, es decir, de la IOS de la propia persona (a excepción del estrés percibido), los resultados mostraron que la similitud en el grado en el que cada miembro de la relación incluye a su pareja en su identidad tiene efectos positivos para la persona y su relación, representando entre 2-7% de su varianza.²

Discusión

Los resultados de este estudio demuestran que una mayor IOS por parte de la persona y/o de su pareja aumentan los índices de calidad relacional (i.e., mayor satisfacción con la relación y sexual y menos conflictos relacionales). Asimismo, las parejas mostraron una alta similitud en IOS, la cual fue indicativa de una mayor calidad tanto relacional como vital (i.e., mayor satisfacción con la vida y menor estrés). Por lo tanto, los resultados apoyan la idea de que la inclusión de la pareja en el yo y su equilibrio entre ambos miembros de la relación es

² El género no moderó la asociación entre IOS actor y la satisfacción con la relación (95%CI[-0.15, 0.18]), sexual (95%CI[-0.25, 0.05]), vital (95%CI[-0.11, 0.15]), frecuencia de conflictos (95%CI[-0.62, 1.62]), y estrés percibido (95%CI[-2.23, 1.19]). Tampoco moderó la asociación entre IOS pareja y la satisfacción con la relación (95%CI[-0.18, 0.13]), sexual (95%CI[-0.16, 0.13]), vital (95%CI[-0.17, 0.08]), frecuencia de conflictos (95%CI[-1.36, 1.04]), y estrés percibido (95%CI[-2.26, 0.98]). Asimismo, el género no moderó la asociación entre la similitud en IOS y la satisfacción con la relación (95%CI[-0.04, 0.30]), sexual (95%CI[-0.13, 0.15]), vital (95%CI[-0.04, 0.19]), frecuencia de conflictos (95%CI[-1.87, 0.58]), y estrés percibido (95%CI[-2.27, 0.98]).

relevante a la hora de predecir bienestar, estabilidad en la relación y salud mental en parejas (Frost y Forrester, 2013).

En relación con la IOS del *actor*, los hallazgos de este estudio avalan resultados previos que demuestran que las relaciones íntimas son un aspecto muy importante para el bienestar de los individuos (Valor-Segura y Guzmán-González, 2022). Específicamente, nuestros resultados muestran que la IOS se asocia a una mayor calidad relacional y vital, lo que va en consonancia con un metaanálisis que demuestra el efecto protector de la IOS en la probabilidad de disolución de la relación (Le et al., 2010). Pese a que el estudio presentado no analiza los mecanismos explicativos del efecto positivo de la IOS en la satisfacción en la relación, dicho efecto podría obedecer a que una mayor IOS se relaciona con un mayor compromiso en la relación (Le et al., 2010) y con una mayor percepción de cercanía (Swann et al., 2009). Además, y en relación con la satisfacción en la pareja, los resultados muestran que una mayor IOS se relaciona con un menor número de conflictos relacionales y menores niveles de estrés. Este resultado es consistente con estudios previos que demuestran que la IOS conlleva una menor vigilancia de las potenciales amenazas y una mayor tendencia a resolver de manera más constructiva los conflictos (Gesell et al., 2020; Walsh y Nef, 2018), estando las personas más dispuestas a realizar sacrificios para resolver los conflictos diarios (Joo y Park, 2007). En cuanto a la satisfacción sexual, los resultados apoyan las conclusiones extraídas por estudios previos en relación con la influencia positiva de la inclusión de la pareja en el yo en la satisfacción sexual (Pietras et al., 2022; Pietras y Briken, 2021; Træen y Kvaalem, 2022). Dicha asociación podría deberse a que aumentan los niveles de conexión durante las relaciones sexuales (Kashdan et al., 2011) y tienen más orgasmos (Denes et al., 2019), así como emociones más positivas tras las relaciones sexuales (Denes, 2012). Además, los resultados presentados en este estudio demuestran que el hecho de considerar a la pareja integrada en el propio autoconcepto se relaciona con mayores niveles de satisfacción vital, y

pese a que este es el primer estudio en analizar dicho efecto, esto se puede deber a las estrechas conexiones existentes entre la satisfacción con la relación, la satisfacción sexual y la satisfacción vital (Dyrenforth et al., 2010; Stephenson y Meston, 2015).

Por otra parte, los hallazgos centrados en analizar el efecto de la IOS en la *pareja* muestran que la IOS de un miembro de la relación afecta positivamente a la calidad relacional del otro miembro de la pareja. Esto se debe a que si una persona incluye en gran medida a su pareja en su propia identidad va a realizar conductas a favor de la relación susceptibles de repercutir en el menor número de conflictos, relaciones sexuales más frecuentes y, por ende, mayor grado de satisfacción tanto sexual como con la relación que muestra el otro miembro de la pareja (Aron y Aron, 1986; Muise et al., 2019). Esta explicación, a su vez, justifica el hecho de que se obtenga “partner effects” en las medidas concernientes a la satisfacción con la propia pareja, pero no afecte a las escalas que evalúan bienestar de manera más global (p.ej., satisfacción con la vida o estrés) ya que la IOS de la pareja puede promover la consecución de necesidades en común, pero no tener ningún impacto en objetivos individuales.

Finalmente, dado que en el contexto de las relaciones románticas ambos miembros de la relación son muy interdependientes (Thibaut y Kelley, 1959), comprobamos, por primera vez, como la IOS de una persona y su pareja se *combinan* para predecir la calidad relacional y vital. Los resultados muestran que niveles altos de IOS de un miembro de la relación se asocian a niveles altos de IOS del otro miembro. Esta similitud de los miembros de la pareja en IOS se ha visto asociada a una mayor satisfacción con la relación, satisfacción sexual, satisfacción con la vida y menor frecuencia de conflictos y menor niveles de estrés. Estos resultados, por un lado, van en consonancia con un estudio cualitativo realizado por Ben-Ari et al. (2007) en el que se afirma que los dos miembros de la pareja pueden tener maneras similares de entender la cercanía en la relación, ya que han invertido tiempo en poner en

común qué significa la cercanía en la misma y en qué dirección la pareja quiere abordarla (p.363). Por otro, van en la línea de investigaciones que han demostrado que la similitud en los rasgos de personalidad (Zhou et al., 2017) y en la necesidad de buscar emociones (Donaldson, 1989) o incluso en la respuesta electrodermal de las parejas durante conflictos (Bogacz et al., 2020) se relaciona con una mayor satisfacción en la relación y satisfacción sexual. Nuestro trabajo revela el efecto protector del equilibrio en IOS: las parejas con alta similitud en el grado en que incluyen a sus parejas en su identidad tienen menor riesgo de conflicto, favorecen la comunicación y promueven la comprensión mutua (Morry, 2005).

Limitaciones y estudios futuros

Los resultados mostrados en este estudio se basan en su mayoría en relaciones de parejas que estaban casadas (91,7%). La IOS puede aumentar a medida que la relación se consolida (Branand et al., 2019), por lo que la alta media de este constructo puede estar influenciada por el alto compromiso de los miembros de la pareja en la relación. Estudios futuros deben replicar los resultados obtenidos incluyendo a parejas con mayor variabilidad en su estatus, así como controlando los compromisos adquiridos en dicha relación (matrimonio, hijos...). Por otro lado, la totalidad de los participantes mantenía relaciones heterosexuales. Aunque esto permite controlar el efecto de la orientación sexual en la relación entre la IOS y la calidad relacional y vital, y la literatura no ha mostrado diferencias en los niveles de IOS entre parejas heterosexuales y homosexuales (Carroll y Turner, 1999), es necesario que futuros estudios examinen el efecto de la orientación sexual en las consecuencias de la IOS. Asimismo, es necesario considerar que en este estudio no hemos evaluado los niveles de IOS ideales o deseados por cada miembro de la pareja. Por ello, futuros estudios deberían atender esta cuestión (Frost y Forrester, 2013). Por último, y dado que ambos miembros de la pareja poseen unas ideas preestablecidas sobre cómo son y cómo deberían ser las relaciones de pareja, futuros estudios deben valorar el papel de las creencias

erróneas sobre las relaciones de pareja en los niveles de IOS de cada miembro de la pareja. Por ejemplo, relativas a las diferencias de género dentro de la relación de pareja (Topkaya et al., 2021). Distintos niveles de adherencia a estas creencias erróneas por parte de cada miembro de la pareja podrían explicar una menor similitud en IOS entre ellos. Para obtener conclusiones válidas, todas las nuevas ideas propuestas deberán prestar una mayor atención al sesgo de respuesta. Nuestro estudio focaliza a las personas participantes en las “relaciones de pareja felices”, pudiendo esto conducir a sesgo de respuesta (p.ej., deseabilidad social). Por tanto, futuras investigaciones deberían prestar especial atención a las instrucciones e incluir indicadores que permitan detectar sesgo en la respuesta.

Conclusiones e implicaciones prácticas

El presente estudio se ha centrado en analizar de manera diádica cómo la inclusión del otro en el autoconcepto y la similitud entre las puntuaciones de ambos miembros de la pareja pueden afectar a la calidad relacional y vital. Podemos concluir que las puntuaciones altas en IOS se relacionan con mayores niveles de calidad en la relación (general y sexual), menor número de conflictos y mayor satisfacción vital (satisfacción con la vida y menor estrés). Además, considerando la naturaleza diádica de las relaciones, observamos que una mayor puntuación en IOS se asocia con mayores niveles de satisfacción en la pareja y sexual y menor frecuencia de conflictos en la pareja. Estos hallazgos indican que, para analizar cómo la IOS puede influir en el curso de la vida cotidiana de ambos miembros de la relación y, en concreto, su calidad relacional, es importante considerar tanto los niveles de inclusión del otro en el propio autoconcepto como los de la pareja. Por último, y de manera muy interesante, los análisis de similitud en las puntuaciones en IOS entre ambos miembros de la pareja muestran su efecto positivo en los diferentes indicadores de calidad relacional y vital. Este último resultado puede ser de especial interés en terapia de pareja ya que considerar la similitud en IOS podría contribuir a determinar, por ejemplo, el éxito de continuidad de la

Inclusión de la pareja en el yo y calidad relacional y vital

pareja, de la resolución de conflictos dentro de la relación y la satisfacción con la misma. La reinterpretación de qué significado tiene la inclusión de pareja en el yo puede ser una tarea interesante para trabajar durante la intervención psicológica a fin de propiciar niveles diádicos similares entre ambos miembros de la pareja.

Referencias

- Acitelli, L. K., Rogers, S., & Knee, C. R. (1999). The role of identity in the link between relationship thinking and relationship satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships, 16*(5), 591–618. doi:10.1177/0265407599165003
- Agnew, C. R., Van Lange, P. A., Rusbult, C. E., & Langston, C. A. (1998). Cognitive interdependence: Commitment and the mental representation of close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*, 939–954. doi: 10.1037/0022-3514.74.4.939
- Agnew, C. & Harman, J. (2019). *Power in close relationships*. Cambridge University Press.
- Alonso-Ferres, M., Imami, L., & Slatcher, R. B. (2020). Untangling the effects of partner responsiveness on health and well-being: The role of perceived control. *Journal of Social and Personal Relationships, 37*(4), 1150–1171. doi: 10.1177/0265407519884726
- Alonso-Ferres, M., Valor-Segura, I., & Expósito, F. (2021). Elucidating the effect of perceived power on destructive responses during romantic conflicts. *The Spanish Journal of Psychology, 24*(e21), 1–16. doi:10.1017/SJP.2021.15
- Aron, A., & Aron, E. N. (1986). *Love and the expansion of self: Understanding attraction and satisfaction*. Hemisphere.
- Aron, A., Aron, E. N., & Smollan, D. (1992). Inclusion of other in the self scale and the structure of interpersonal closeness. *Journal of Personality and Social Psychology, 63*(4), 596–612. doi:10.1037/0022-3514.63.4.596
- Aron, A., Lewandowski, G., Branand, B., Mashek, D., & Aron, E. (2022). Self-expansion motivation and inclusion of others in self: An updated review. *Journal of Social and Personal Relationships, 39*(12), 3821–3852. doi: 10.1177/02654075221110630

- Ben-Ari, A., & Lavee, Y. (2007). Dyadic closeness in marriage: From the inside story to a conceptual model. *Journal of Social and Personal Relationships*, *24*(5), 627–644. doi: 10.1177/026540750708145
- Benavidez, T. M., Neria, A. L., & Jones, D. N. (2016). The bond that breaks: Closeness and honor predict morality-related aggression. *Evolutionary Psychological Science*, *2*(2), 140–148. doi: 10.1007/s40806-016-0044-x
- Bennett, D.A. (2001). How can I deal with missing data in my study? *Australian and New Zealand Journal of Public*, *25*, 464–469. <https://doi.org/10.1111/j.1467-842X.2001.tb00294.x>
- Branand, B., Mashek, D., & Aron, A. (2019). Pair-Bonding as Inclusion of Other in the Self: A Literature Review. *Frontiers in Psychology*, *10*, 2399. doi: 10.3389/fpsyg.2019.02399
- Bogacz, F., Pun, T. & Klimecki, O. M. (2020) Improved conflict resolution in romantic couples in mediation compared to negotiation. *Humanities and Social Sciences Communications*, *7*(1), 1–14. doi: 10.1057/s41599-020-00622-8
- Carroll, L., & Turner, J. A. (1999). A Comparative Study of Relational Interconnectedness, Merger, and Ego Development in Lesbian, Gay Male, and Heterosexual Couples. *Journal of Gay & Lesbian Social Services*, *9*(1), 51–67. doi:10.1300/j041v09n01_03
- Denes, A. (2012). Pillow talk: Exploring disclosures after sexual activity. *Western Journal of Communication*, *76*(2), 91–108. doi: 10.1080/10570314.2011.
- Denes, A., Horan, S. M., & Bennett, M. (2019). “Faking it” and affectionate communication: Exploring the authenticity of orgasm and relational quality indicators. *Personality and Individual Differences*, *151*(1), 109470. doi:10.1016/j.paid.2019.06.013
- Diener, E., Emmons, R.A., Larsen, R.J. & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, *49*(1), 71–75. doi:10.1207/s15327752jpa4901_13

- Donaldson, S. (1989). Similarity in Sensation-Seeking, Sexual Satisfaction and Contentment in Relationship in Heterosexual Couples. *Psychological Reports*, 64(2), 405–406. doi: 10.2466/pr0.1989.64.2.405
- Dyrenforth, P. S., Kashy, D. A., Donnellan, M. B., & Lucas, R. E. (2010). Predicting relationship and life satisfaction from personality in nationally representative samples from three countries: the relative importance of actor, partner, and similarity effects. *Journal of Personality and Social Psychology*, 99(4), 690–702. doi:10.1037/a0020385
- Eurostat. (2018). *Are you satisfied with your personal relationships?* Retrieved from <https://ec.europa.eu/eurostat/web/products-eurostat-news/-/edn-20200730-1>
- Frost, D. M., & Forrester, C. (2013). Closeness Discrepancies in Romantic Relationships: implications for Relational Well-Being, Stability, and Mental Health. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 39(4), 456–469. doi:10.1177/0146167213476896
- Gesell, N., Niklas, F., Schmiedeler, S., & Segerer, R. (2020). Mindfulness and romantic relationship outcomes: The mediating role of conflict resolution styles and closeness. *Mindfulness*, 11, 2314–2324. doi: 10.1007/s12671-020-01449-9
- Gordon, C. L., & Baucom, D. H. (2009). Examining the individual within marriage: Personal strengths and relationship satisfaction. *Personal Relationships*, 16(3), 421–435. doi:10.1111/j.1475-6811.2009.01231.x
- Hahlweg, K., Schindler, L., & Revenstorff, D. (1990). PL - Problemliste. In G. Hank, K. Hahlweg & N. Klann (Hrsg.), *Diagnostische Verfahren für Berater - Materialien zur Diagnostik und Therapie in Ehe-, Familien- und Lebensberatung* (S. 93-115). Weinheim: Beltz Test.
- Hendrick, S.S. (1988). A generic measure of relationship satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 50(1), 93–98. doi:10.2307/352430

- Holmes, T.H. & Rahe, R.H. (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11(2), 213–218. doi:10.1016/0022-3999(67)90010-4
- Jensen, K. J., & Cross, K. J. (2021). Engineering stress culture: Relationships among mental health, engineering identity, and sense of inclusion. *Journal of Engineering Education*, 110(2), 371–392. doi: 10.1002/jee.20391
- Joo, M., & Park, S. W. (2017). Effect of identity fusion on decision to make extreme sacrifices in romantic relationships: The moderating role of impulsiveness. *British Journal of Social Psychology*, 56(4), 1–9. doi:10.1111/bjso.12218
- Kashdan, T. B., Adams, L., Savostyanova, A., Ferssizidis, P., McKnight, P. E., & Nezlek, J. B. (2011). Effects of social anxiety and depressive symptoms on the frequency and quality of sexual activity: A daily process approach. *Behaviour research and therapy*, 49(5), 352–360. doi:10.1016/j.brat.2011.03.004
- Kang, S. K., Hirsh, J. B., & Chasteen, A. L. (2010). Your mistakes are mine: Self-other overlap predicts neural response to observed errors. *Journal of Experimental Social Psychology*, 46(1), 229–232. doi:10.1016/j.jesp.2009.09.01
- Kashy, D. A., Ackerman, R. A., & Donnellan, M. B. (2018). Analyzing crosssectional and longitudinal data in close relationships. In A. L. Vangelisti & D. Perlman (Eds.), *The Cambridge handbook of personal relationships* (p. 49–64). Cambridge University Press. doi: 10.1017/9781316417867.006
- Kenny, D. A., Kashy, D. A., & Cook, W. L. (2006). *Dyadic data analysis*. Guilford Press
- Keltner, D., Gruenfeld, D.H., & Anderson, C. (2003). Power, approach, and inhibition. *Psychological Review*, 110(2), 265–284. doi:10.1037/0033-295X.110.2.265
- Ketay, S., Welker, K. M., & Slatcher, R. B. (2017). The roles of testosterone and cortisol in friendship formation. *Psychoneuroendocrinology*, 76, 88–96. doi:10.1016/j.psyneuen.2016.11.022

- Lane, S. P., & Hennes, E. P. (2018). Power struggles: Estimating sample size for multilevel relationships research. *Journal of Social and Personal Relationships*, *35*(1), 7–31. doi:10.1177/0265407517710342
- Le, B., Dove, N. L., Agnew, C. R., Korn, M. S., & Mutso, A. A. (2010). Predicting nonmarital romantic relationship dissolution: A meta-analytic synthesis. *Personal Relationships*, *17*(3), 377–390. doi:10.1111/j.1475-6811.2010.01285.x
- Leary, M. R., Tipsord, J. M., & Tate, E. B. (2008). Allo-inclusive identity: Incorporating the social and natural worlds into one's sense of self. In H. A. Wayment & J. J. Bauer (Eds.), *Transcending self-interest: Psychological explorations of the quiet ego* (p. 137–147). American Psychological Association. doi:10.1037/11771-013
- Ledbetter, A. M. (2013). Relational maintenance and inclusion of other in the self: Measure development and dyadic test of a self-expansion theory approach. *Southern Communication Journal*, *78*(4), 289–310. doi:10.1080/1041794X.2013.815265
- Li, S., Zhang, L., Sangguan, C., Wang, X., Li, X., & Lu, J. (2021). The influence of relationships closeness and desire for forgiveness on interpersonal forgiveness. *International Journal of Psychophysiology*, *167*, 38–46. doi:10.1016/j.ijpsycho.2021.06.009
- Morry, M. M. (2005). Relationship satisfaction as a predictor of similarity ratings: a test of the attraction-similarity hypothesis. *Journal of Social and Personal Relationships*, *22*, 561–584. doi: 10.1177/0265407505054524
- Muise, A., Harasymchuk, C., Day, L. C., Bacev-Giles, C., Gere, J., & Impett, E. A. (2019). Broadening your horizons: Self-expanding activities promote desire and satisfaction in established romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, *116*(2), 237–258. doi:10.1037/pspi0000148

- 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. doi: 10.1016/j.copsyc.2016.03.002
- Pietras, L., Wiessner, C., & Briken, P. (2022). How Inclusion of Other in the Self relates to couple's sexuality and functioning—Results from the German Health and Sexuality Survey (GeSiD). *The Journal of Sex Research*, *59*(4), 493–503. doi:10. 1080/00224499.2021.1998307
- Pietras, L., & Briken, P. (2021). Inclusion of Other in the Self and Couple's Sexuality: A Scoping Review. *Journal of Sex & Marital Therapy*, *47*(3), 285–304. doi: 10.1080/0092623X.2020.1865494
- R Core Team (2017) R: A Language and Environment for Statistical Computing. <https://www.R-project.org/>.
- Schafer, J.L. (1999). Multiple imputation: A primer. *Statistical Methods in Medical Research*, *8*, 3–15. <https://doi.org/10.1177/096228029900800102>
- Scholl, A., Sassenberg, K., Ellemers, N., Scheepers, D., & de Wit, F. (2018). Highly identified power-holders feel responsible: The interplay between social identification and social power within groups. *British Journal of Social Psychology*, *57*(1), 112–129. doi:10.1111/bjso.12225
- Stephenson, K. R., & Meston, C. M. (2015). The conditional importance of sex: Exploring the association between sexual well-being and life satisfaction. *Journal of sex & marital therapy*, *41*(1), 25–38. doi:10.1080/0092623X.2013.811450
- Strelan, P., Karrenmas, J., & Krieg, J. (2017). What determines forgiveness in close relationships? The role of post-transgression trust. *British Journal of Social Psychology*, *56*(1), 161–180. doi: 10.1111/bjso.12173

- Swann, W. B., Jr., Gómez, Á., Seyle, D. C., Morales, J., & Huici, C. (2009). Identity fusion: The interplay of personal and social identities in extreme group behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, *96*(5), 995–1011. doi: 10.1037/a0013668
- Swann, W. B., & Buhrmester, M. D. (2015). Identity Fusion. *Current Directions in Psychological Science*, *24*(1), 52–57. doi: 10.1177/0963721414551363
- Thibaut, J. W., & Kelley, H. H. (1959). *The social psychology of groups*. Wiley.
- Topkaya, N., Şahin, E., Mehel, M. (2021). Relationship-specific irrational beliefs and relationship satisfaction in intimate relationships. *Current Psychology*, doi:10.1007/s12144-021-01426-y
- Træen, B., & Kvalem, I. L. (2022). The longer it is, the closer one feels: Perception of emotional closeness to the partner, relationship duration, sexual activity, and satisfaction in married and cohabiting persons in Norway. *Sexuality & Culture*. doi: 10.1007/s12119-022-10037-z
- Tsapelas, I., Aron, A., & Orbuch, T. (2009). Marital boredom now predicts less satisfaction 9 years later. *Psychological Science*, *20*(5), 543–545. doi:10.1111/j.1467-9280.2009.02332.x
- Valor-Segura, I., & Guzmán-González, M. (2022). Relaciones de pareja: una mirada psicosocial. In M. C. Moya, I. Valor-Segura, & A. P. Buunk (Eds.), *Psicología social: aplicación a los problemas sociales* (p. 93–108). Editorial Médica Panamericana.
- VanderDrift, L., Ioerger, M., & Arriaga, X. (2019). Interdependence perspectives on power in relationships. In C. Agnew & J. Harman (Eds.), *Power in close relationships* (Advances in personal relationships, p. 55–71). Cambridge University Press.
- Walsh, C. M., & Neff, L. A. (2018). We're better when we blend: the benefits of couple identity fusion. *Self Identity* *17*(5), 587–603. doi:10.1080/15298868.2018.1430062

Zhou, Y., Wang, K., Chen, S., Zhang, J., & Zhou, M. (2017). The Actor, Partner, Similarity Effects of Personality, and Interactions with Gender and Relationship Duration among Chinese Emerging Adults. *Frontiers in Psychology, 8*, 1698.

doi:10.3389/fpsyg.2017.01698

Tabla 1. Características sociodemográficas de los y las participantes (N = 338)

	<i>n</i>	%
Sexo		
Hombre	169	50
Mujer	169	50
Tipo de relación		
Casados/as	310	91.7
No casados/as	28	8.3
Ingresos		
< 1000 €	39	11.5
1001 -1500 €	65	19.2
1501 - 2000 €	57	16.9
2001 - 2500 €	55	16.3
2501 - 3000 €	44	13.0
> 3001 €	72	21.3
Nivel educativo		
Sin estudios	5	1.5

Inclusión de la pareja en el yo y calidad relacional y vital

Educación primaria	63	18.6
Educación secundaria	35	10.4
Formación profesional	45	13.3
Educación terciaria (bachillerato)	71	21.0
Educación universitaria	115	34.0
Situación laboral		
Trabajo a tiempo completo	200	59.2
Trabajo a tiempo parcial	44	13.0
Desempleado/a	68	20.1
Jubilado/a	23	6.8
	<i>M</i>	<i>DT</i>
Edad	48.09	8.72
Duración de la relación de pareja	22.19	8.23

Nota. Para algunas de las variables sociodemográficas el porcentaje no llega al 100% debido a los datos perdidos.

Tabla 2. Estadísticos descriptivos y correlaciones entre las variables del estudio.

	<i>M</i>	<i>DT</i>	1	2	3	4	5	6	7	8
1. IOS Actor	5.11	1.47	-							
2. IOS Pareja	5.47	1.43	.33***	-						
3. IOS Discrepancia	1.22	1.16	-.21***	-.21***	-					
4. Satisfacción Relación	3.72	0.83	.55***	.33***	-.17*	-				
5. Satisfacción Sexual	5.36	1.08	.50***	.33***	-.18**	.96***	-			
6. Conflictos	3.88	0.97	-.37***	-.21***	.14***	-.56***	-.51***	-		
7. Satisfacción Vida	19.98	7.16	.48***	.20***	-.14*	.62***	.56***	-.47***	-	
8. Estrés Percibido	11.57	8.65	-.11	.02	.17**	-.21***	-.17***	.28***	.31***	-

Nota. IOS = Inclusion of the Other in the Self; * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$. El rango para la media en cada variable fue: IOS actor (1-5), IOS pareja (1-5), IOS discrepancia (1-5), Satisfacción relación (1-5), Satisfacción sexual (1-5), Conflictos (1-5), Satisfacción vida (5-25) y Estrés percibido (10 -50).

Tabla 3. La IOS de cada miembro de la relación y la similitud en IOS como predictores de la calidad relacional y vital.

Efectos	Calidad relacional								Calidad Vital												
	Satisfacción relación				Satisfacción sexual				Conflictos				Satisfacción vital				Estrés percibido				
	<i>b</i>	<i>SE</i>	95% IC	<i>RW</i>	<i>b</i>	<i>SE</i>	95% IC	<i>R</i> <i>W</i>	<i>b</i>	<i>SE</i>	95% IC	<i>R</i> <i>W</i>	<i>b</i>	<i>SE</i>	95% IC	<i>RW</i>	<i>b</i>	<i>SE</i>	95% IC	<i>RW</i>	
Modelo 1:																					
Género	-0.13	0.10	[-0.31, 0.08]	.01	0.08	0.08	[-0.08, 0.25]	.001	0.90	0.72	[-0.45, 2.38]	.003	-0.05	0.07	[-0.21, 0.10]	.003	1.62	0.92	[-0.08, 3.48]	.004	
Edad	-0.02	0.01	[-0.06, 0.00]	.00	-0.01	0.01	[-0.03, 0.02]	.00	0.09	0.11	[-0.11, 0.31]	.001	-0.01	0.01	[-0.03, 0.02]	.000	-0.24	0.14	[-0.53, 0.03]	.004	
Duración relación	0.02	0.01	[-0.00, 0.05]	.00	0.01	0.01	[-0.01, 0.03]	.00	-0.09	0.10	[-0.29, 0.09]	.001	0.01	0.01	[-0.01, 0.04]	.000	0.13	0.13	[-0.12, 0.38]	.001	
Modelo 2:																					
IOS Actor	0.32	0.04	[0.25, 0.39]	.21	0.28	0.03	[0.22, 0.34]	.19	-1.59	0.25	[-2.08, -1.09]	.11	0.25	0.03	[0.21, 0.31]	.20	-0.77	0.36	[-1.49, -0.01]	.02	
IOS Pareja	0.13	0.04	[0.06, 0.20]	.04	0.13	0.03	[0.06, 0.19]	.04	-0.46	0.25	[-0.98, -0.04]	.03	0.02	0.03	[-0.03, 0.08]	.003	0.34	0.36	[-0.38, 1.10]	.01	
Modelo 3:																					
IOS Discrepancia	-0.16	0.05	[-0.27, -0.04]	.04	-0.16	0.05	[-0.28, -0.07]	.05	0.80	0.36	[0.13, 1.56]	.07	-0.10	0.04	[-0.19, -0.00]	.02	1.18	0.49	[0.26, 2.19]	.03	

Nota. IOS = Inclusion of the Other in the Self; IC = Intervalo de Confianza; RW= Peso relativo reescalado; Género (1=mujer, 2=hombre). En estos modelos, un IC que no incluya 0 indica una asociación estadísticamente significativa.