



Nombre del Alumno: Maritza Yocelin Roblero  
Bravo

Parcial: 1

Nombre de la Materia: Terapia de familia y pareja

Nombre de la Licenciatura: psicología general

Cuatrimestre: 9

# FORMACIÓN DE LA PAREJA Y PROCESOS DE ATRACCIÓN

## ¿Cómo se forma una pareja?

1.

La formación de la pareja es un proceso psicológico, social y emocional que implica la elección de una persona con quien establecer un vínculo afectivo, íntimo y duradero. Este proceso no es casual: responde a una combinación de factores biológicos, sociales, culturales y personales.



## Etapas en la Formación de la Pareja

3.

- **Atracción inicial:**  
Basada en el interés físico o emocional.
- **Conocimiento mutuo:**  
Conversaciones, experiencias compartidas, exploración de intereses y valores.
- **Afiliación afectiva:**  
Se crea un vínculo emocional, surge el cariño, la empatía y la confianza.
- **Compromiso:**  
La pareja toma decisiones conjuntas, define acuerdos y metas comunes.
- **Consolidación:**  
Se establece una relación más estable y profunda, con convivencia, proyectos o familia.

## Procesos de Atracción que Influyen en la Formación de la Pareja

2.

1. **Atracción Física**
  - Basado en la química corporal, la simetría facial, el estado de salud y el cuidado personal.
2. **Proximidad o Cercanía**
  - La exposición repetida puede aumentar el gusto y la familiaridad.
  - Se basa en el principio de contacto frecuente genera confianza.
3. **Semejanza**
  - Nos sentimos más cómodos con personas que comparten gustos, valores, intereses o estilos de vida.
  - Refuerza la compatibilidad
4. **Reciprocidad**
  - Sentirnos valorados mejora la autoestima y fortalece el vínculo.
  - Genera mayor apertura emocional.

## Factores que también influyen:

4.

- **Modelos familiares:** lo que aprendemos de nuestras figuras parentales.
- **Normas culturales:** creencias sociales sobre lo que debe ser una pareja.
- **Experiencias previas:** relaciones pasadas moldean nuestras expectativas.

La formación de la pareja es un proceso complejo donde intervienen emociones, atracción física, compatibilidad, reciprocidad y conexión emocional. Entender estos factores ayuda a construir relaciones más sanas, conscientes y duraderas.

5.

