



Mi Universidad

SuperNota

Nombre de las integrantes: Yoselin Mendoza Moreno

Nombre del tema: Formación de la Pareja y Procesos de Atracción

Unidad: 2°

Nombre de la Materia: Terapia de familia y de pareja

Nombre de la Licenciatura: Psicología

Cuatrimestre: 9°A

Comitán de Domínguez, Chiapas a 13 de junio del 2025

FORMACIÓN DE LA PAREJA

Y PROCESOS DE ATRACCIÓN



¿CÓMO SE FORMA UNA PAREJA?

La formación de la pareja es un proceso progresivo que se da en etapas:

- **Atracción inicial:** Se da por factores físicos, emocionales o sociales.
- **Conocimiento mutuo:** Intercambio de información, gustos, valores, metas.

- **Vínculo afectivo:** Surge el apego emocional y la intimidad.
- **Compromiso:** Se establecen acuerdos, reglas y expectativas.
- **Proyecto de vida compartido:** La pareja planea metas y decisiones conjuntas.



FACTORES QUE INFLUYEN EN LA ATRACCIÓN

- **Físicos:** Belleza, estilo, apariencia.
- **Psicológicos:** Personalidad, sentido del humor, inteligencia emocional.



- **Sociales:** Estatus, nivel educativo, intereses comunes.
- **Proximidad:** Frecuencia de contacto o cercanía geográfica.
- **Reciprocidad:** Nos atraen quienes muestran interés en nosotros.



TEORÍAS DEL PROCESO DE ATRACCIÓN

- **Teoría del Intercambio Social:** Evaluamos beneficios y costos en la relación.
- **Teoría del Apego:** Buscamos relaciones que reflejen nuestros patrones de apego (seguro, ansioso, evitativo).





- Teoría de la Similitud: Nos atraen personas con valores, actitudes o intereses similares.
- Teoría Evolutiva: Elegimos pareja con base en la reproducción y la supervivencia.

IMPORTANCIA PARA LA TERAPIA DE PAREJA

- Comprender cómo se formó la relación ayuda a identificar fortalezas y conflictos.



- El análisis de la atracción permite entender dinámicas de dependencia, frustración o idealización.
- Los terapeutas exploran estos elementos para reconstruir el vínculo emocional.

ASPECTOS EMOCIONALES CLAVE

- **Idealización:** Al inicio tendemos a resaltar las virtudes del otro.
- **Proyección:** Podemos transferir deseos o heridas no resueltas a la pareja.



- **Comunicación:** Desde el inicio es fundamental para construir confianza.
- **Resolución de conflictos:** Las primeras discusiones pueden definir la estabilidad futura.