



Universidad Nacional Autónoma  
de México

Facultad de Psicología

División de Estudios Profesionales

## **Autoestima y Estilos de Amor en la Elección de Pareja**

TESIS  
QUE PARA OBTENER EL GRADO DE  
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA  
PRESENTA:

Marisol Fabiola Zacarías Guerra

Directora: Dra. Tania Esmeralda Rocha Sánchez  
Revisor: Dr. Rolando Díaz-Loving  
Sinodales: Lic. María Asunción Valenzuela Cota  
Dr. Samuel Jurado Cárdenas  
Lic. Lidia Aurora Ferreira Nuño



México D.F Ciudad Universitaria Abril 2009



Universidad Nacional  
Autónoma de México



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

## *Agradecimientos*

*A todas y cada una de las personas que participaron, estuvieron conmigo y me apoyaron en cada momento para realizar este trabajo.*

*Con mucho amor y cariño dedicado a ustedes.*

*Gracias a todos los profesores que participaron en mi formación académica, especialmente al Dr. Rolando Díaz Loving con quien tuve oportunidad de colaborar y crecer académicamente, a la Dra. Tania Rocha que me brindó su tiempo para constantemente apoyarme en la realización de este trabajo y a mis sinodales, el Dr. Samuel Jurado, a quien le agradezco la confianza que siempre ha depositado en mí, a la Lic. Lidia Ferreira por sus valiosas aportaciones a mi tesis y a la Lic. Asunción Valenzuela con quien tuve oportunidad de tomar clases, le agradezco haber revisado mi trabajo.*

*Gracias a mi familia, que siempre ha estado apoyándome. Y sobre todo gracias a todas las personas que formaron parte de mi muestra, amigos y desconocidos jeje.. Gracias a mis amigos que se dejaron tomar las fotos, jaja..a los que me ayudaron a aplicar y a los que participaron en mi estudio. Gracias Yareli, Diego, Frine, Leonardo Lara, a quien sí le dare una copia de esto, el mano Ángel, Ana, Iraís, Brenda, Ingrid, Manuel, Laura, Joselo, Eduardo por darme la idea del tema, a mi primo Israel, Rodrigo, Jimena, Jose Antonio, Pepe, Omar, Javier, Mario y a todos mis amigos de ciencias Ivan, Josafat, Guillermo y Abraham.*



*Thanks por ayudarme a hacer este proyecto*

## ÍNDICE

<b>Resumen</b>	6
<b>Introducción</b>	7
<b>Capítulo 1 Autoestima</b>	10
<i>Definición</i>	10
<i>Modelos teóricos</i>	13
<i>William James: una perspectiva histórica</i>	13
<i>Robert White: el enfoque psicodinámico</i>	14
<i>Morris Rosenberg: el enfoque sociocultural</i>	15
<i>Stanley Coopersmith: perspectiva conductual</i>	17
<i>Nathaniel Branden: la visión humanista</i>	18
<i>Seymour Epstein: la perspectiva cognitivo- experiencial</i>	18
<i>Chris Mruk: teoría fenomenológica de la autoestima</i>	20
<b>¿Cómo se desarrolla la autoestima?</b>	22
<i>Tipos de autoestima</i>	28
<i>Investigaciones relacionadas</i>	35
<b>Capítulo 2 Atracción Interpersonal</b>	39
<i>Definición</i>	39
<i>Teorías Explicativas</i>	41
<i>Teorías del Reforzamiento</i>	41
<i>Teorías Cognitivas</i>	41
<i>Teorías del Intercambio Social</i>	42
<b>¿Qué atrae a las personas entre sí?</b>	43
<i>Activación fisiológica</i>	43
<i>Recompensas que se nos dan</i>	43
<i>Reciprocidad</i>	45
<i>Adulación</i>	45
<i>Conductas seductoras</i>	45
<i>Proximidad</i>	46
<i>Simple exposición</i>	46
<i>Atractivo físico</i>	46
<i>¿Qué es atractivo?</i>	48
<i>Características de las personas atractivas</i>	51
<i>Similitud</i>	51
<i>Similitud de Actitudes</i>	52
<i>Similitud de Atractivo Físico</i>	52
<i>Similitud de Personalidad</i>	53
<i>Complementariedad ¿Los opuestos se atraen?</i>	53
<i>Posesión de Características deseables</i>	54
<i>Competencia</i>	54
<i>Lo difícil de conseguir</i>	55
<i>Investigaciones Relacionadas</i>	55
<b>Capítulo 3 Elección de Pareja</b>	61
<i>Antecedentes históricos de la relación de pareja</i>	62
<i>Funciones evolutivas del fenómeno amoroso</i>	62
<i>Culturas antiguas</i>	63

<i>Edad Media</i>	67
<i>Edad Moderna</i>	69
<i>Edad Contemporánea</i>	70
<b>Definición</b>	72
<b>Teorías explicativas</b>	74
<i>Condiciones Individuales</i>	74
<i>Condiciones socioculturales</i>	76
<b>¿Qué determina la manera en que forman pareja las personas?</b>	77
<i>Criterios Personales de Elección</i>	77
<i>Factores sociales</i>	80
<b>Investigaciones Relacionadas</b>	83
<b>Capítulo 4 Amor</b>	85
<b>Definición</b>	85
<b>Modelos teóricos</b>	88
<i>Teorías centradas en el origen de la relación</i>	88
<i>Teorías centradas en la evolución de la relación</i>	90
<i>Teorías sobre el mantenimiento de la relación</i>	91
<i>El ciclo vital de la Relación de Pareja</i>	91
<b>Tipologías amorosas</b>	94
<i>Amor pasional y Amor de compañía</i>	94
<i>Amor-d y Amor-b</i>	94
<i>Amor adictivo y Amor maduro</i>	94
<i>Estilos de Amor</i>	95
<i>El triángulo del amor</i>	99
<i>Amor en la cultura occidental</i>	101
<b>Investigaciones relacionadas</b>	101
<b>Capítulo 5 Método</b>	106
<b>Justificación</b>	106
<i>Pregunta de Investigación</i>	107
<i>Definición de variables</i>	107
<i>Objetivo General</i>	108
<i>Objetivos Específicos</i>	109
<i>Hipótesis</i>	109
<i>Diseño de investigación</i>	109
<i>Muestreo</i>	109
<i>Descripción de instrumentos</i>	111
<i>Procedimiento</i>	117
<b>Capítulo 6 Resultados</b>	120
<i>Diferencias en las variables de Autoestima, Estilos de Amor y Número de relaciones que se han tenido en función del sexo</i>	120
<i>Relación entre la Autoestima, los Estilos de Amor y el número de relaciones previas que han tenido los participantes.</i>	121
<i>Elección de pareja en función al atractivo físico: relaciones y diferencias entre variables</i>	124
<i>Elección de pareja en base al estilo de amor del otro: relaciones y diferencias entre variables</i>	130

<b>Capítulo 7 Discusión</b>	139
<i>Diferencias en las variables de Autoestima, Estilos de Amor y Número de relaciones que se han tenido en función del sexo</i>	139
<i>Relación entre la Autoestima, los Estilos de Amor y el número de relaciones previas que han tenido los participantes.</i>	141
<i>Elección de pareja en función al atractivo físico: relaciones y diferencias entre variables</i>	143
<i>Elección de pareja en base al estilo de amor del otro: relaciones y diferencias entre variables.</i>	149
<b>Capítulo 8 Conclusión</b>	153
<b>Referencias</b>	155
<b>Anexos</b>	160
<i>Anexo I</i>	160
<i>Anexo II</i>	170

## Resumen

La autoestima es la evaluación, actitud, pensamiento y sentimiento de valoración que efectúa y mantiene comúnmente el individuo en referencia a sí mismo (Demo, 1985 en Kimble et al. 2002; Kimble et al. 2002; Ochoa, 1987 y Grinberg, 1991 en Trejo, 2005; Rosenberg, 1965 en Mruk, 1999). Los estilos de amor son una ideología de expresión personal y única de amor, cuyo énfasis teórico da importancia a las características y a la historia de vida que se han experimentado individualmente al paso del tiempo (Lee, 1977). En la actualidad en la cultura occidental, se tiene libertad en la elección de una pareja amorosa (Rage, 1996), considerando características de la potencial pareja (García y Reyes, 2008), el amor y el atractivo físico (Bush, Schackelford, Kiirkpatrick y Larsen, 2001 en García y Reyes, 2008). Tomando en cuenta esto, el objetivo de este trabajo fue evaluar en qué medida se relacionan la autoestima, los estilos de amor y el número de relaciones previas que han tenido hombres y mujeres y explorar si estas variables se relacionan con la elección de pareja en términos de la historia de amor y atractivo físico. La muestra estuvo constituida por 200 jóvenes mexicanos solteros de 18 a 25 años. Se aplicó la Escala de Valoración de la Autoestima de William R. Nugent y Janita W. Thomas (1993) (traducción y validación de esta escala), el Inventario de los Estilos de Amor de Ojeda (1998) y 2 tareas para evaluar la elección de pareja: 1) seleccionar 1 de 12 fotografías de personas previamente ordenadas por atractivo físico como posible pareja y 2) decisión de aceptar iniciar una relación de pareja romántica con una persona descrita en 1 historia de 6 referidas a los estilos de amor de Lee. Se encontró que los hombres tuvieron un estilo de amor más amistoso, agápico, erótico y pragmático que las mujeres. Los estilos de amor ágape, ludus y manía correlacionaron con baja autoestima. Las personas con mayor autoestima reportan más relaciones de pareja. El estilo storge se relacionó con mayor número de relaciones de pareja. Se encontró que las personas con mayor autoestima, los hombres eróticos y las mujeres lúdicas que han tenido más parejas prefirieron elegir las fotos de individuos atractivos. Las personas con un estilo de amor ágape o alto en compromiso estuvieron más interesadas en iniciar una relación. En general, fueron elegidas las fotografías de las personas bien parecidas y las personas descritas en las historias con un estilo storge y pragma. Resultaron poco seleccionadas las historias ludus y eros.

La elección de pareja ha existido a lo largo de toda la historia del hombre desde el momento en que la especie humana subsiste. Desde una postura netamente evolutiva, ya Schopenhauer, en el siglo XVIII (en Valdez, González, Arce y López, 2007), consideraba que la elección y las relaciones de pareja se establecían con el único fin de cumplir con la voluntad de la vida, que era la de aparearse para reproducirse y preservar la especie.

Por otra parte, existe literatura que constata otros factores relacionados a la elección de una pareja. Así se postula que en un inicio las personas no tenían la posibilidad de hacer una elección de pareja, ni de tener una relación totalmente libre, ya que esta elección se daba de manera arreglada por los padres con base en sus propios intereses, constituyendo un acuerdo económico, por conveniencia (Antaki, 2000 en Valdez, et al. 2007, Rage, 1996, Yela, 2000).

No obstante al paso del tiempo lo que comenzó como uniones arregladas por terceros empezó a ganar un poder de decisión individual. Por ejemplo, vemos que hasta principios del siglo XIX, todavía se veía al matrimonio como un negocio donde las familias de los contrayentes se tenían que beneficiar de dicho compromiso. Sin embargo durante este siglo empieza a surgir lentamente un tipo de noviazgo que comienza, aunque tímidamente, a desvincularse de la imposición paterna (Iglesias, 1987 en Yela, 2000).

Así durante el siglo XX van a producirse grandes cambios sociales, que repercutirán de forma notable en las relaciones amorosas y sexuales, pues en este periodo se da la incursión de una nueva manera de ver las relaciones de pareja, dándose mayor libertad a la selección de la persona que se tomará por compañera (Rage, 1996). En esta época se vinculan los conceptos de amor romántico, matrimonio y sexualidad, apareciendo así el matrimonio por elección libre, basado en el enamoramiento (Hendrick y Hendrick; 1992 en Yela, 2000).

Por tanto, el fenómeno amoroso actual en Occidente, adquiere sólo muy recientemente las características actuales de amor sexual, voluntario, igualitario y base fundamental para el matrimonio (Solomon, 1988 en Yela, 2000). Ya que una de las características más destacadas del fenómeno es que en su origen existía una separación de los conceptos de amor, sexualidad y matrimonio, donde los dos primeros se buscaba muchas veces fuera del matrimonio por ejemplo en la Antigua Grecia, Roma, Edad Media, etc. (Rage, 1996).

Existen indicios de que el desarrollo económico industrial, promueve el cambio de la base del matrimonio del acuerdo paterno a los sentimientos amorosos. Las razones de ese cambio estribarían fundamentalmente en la independencia económica con respecto a la unidad familiar, la movilidad geográfica, la movilidad social y el ritmo vertiginoso de los cambios que supone el desarrollo económico industrial, con lo que se espera un menor apoyo personal de las relaciones familiares y un mayor apoyo personal en las relaciones amorosas (Theodorson, 1979 en Yela, 2000; Williams et al, 1979 en Yela, 2000).

Por tanto se ha postulado que en la actualidad lo más importante de la elección de las parejas es que esta involucra características de la potencial pareja y se aleja cada vez más de los convencionalismos y atavismos sociales (García y Reyes, 2008). Así tanto



hombres como mujeres han incrementado el valor que le dan a características como el amor y el atractivo físico (Bush, Schackelford, Kiirkpatrick y Larsen, 2001 en García y Reyes, 2008).

Partiendo de la premisa de que en la actualidad, en la cultura occidental la elección de pareja se da, de una manera relativamente libre e involucra características de la potencial pareja, se considero importante estudiar algunos de los factores que rodean esta elección. Pues si conocemos algunos de sus correlatos, quizá podamos mejorar nuestras relaciones, nuestra satisfacción con ellas y nuestra vida en general, puesto que el conocimiento puede facilitar la solución de aquellos problemas que sean fruto de la ignorancia (Yela, 2000).

Esta investigación tuvo como objetivo conocer si se relacionan la autoestima, los estilos de amor y el número de relaciones que se han tenido y explorar de qué manera estas variables se relacionan con la elección de pareja que realizan jóvenes solteros mexicanos de 18 a 25 años en base a la atracción que sienten por el físico o el estilo de amor de alguien. Entre la literatura que sugiere esta posibilidad se encuentra la siguiente:

Braden (1995) en relación a la autoestima señala que no hay un obstáculo mayor en una relación romántica que el miedo a no sentirse merecedor del amor y el pensar que estamos destinados a sufrir. Pero, si disfruto de un sentimiento fundamental de eficacia y valía y me considero a mí mismo digno de ser querido, entonces tendré fundamento para apreciar y querer a los demás. La relación amorosa parece algo natural, tengo algo para dar, no estoy atrapado en sentimientos de carencia tengo un “excedente” emocional que puedo canalizar en el amor. Y la felicidad no me hace ansioso, tengo confianza en mi capacidad, en mi valía y en tu habilidad para verla y apreciarla.

También menciona que si por el contrario me falta respeto a mí mismo y no disfruto cómo soy, me queda muy poco para dar excepto mis necesidades insatisfechas. Mi capacidad para amar permanecerá sin desarrollar y esta es una de las razones por las que mis intentos de relacionarme con los demás, a menudo, fracasan y no es debido a que la concepción de un amor apasionado o romántico sea intrínsecamente irracional sino a que me falta la autoestima necesaria para sobrellevarlo.

Por otra parte, el amor ha sido un tema ampliamente estudiado en las relaciones de pareja, en este constructo tenemos diversas definiciones y tipologías. En este estudio se trabajó con los estilos de amor propuestos por Lee (1976a), eros, storge, ludus, manía, ágape y pragma. Para este autor, un estilo de amor es una ideología aprendida por el grupo al que se pertenece, que marca las pautas acerca de lo que se debe o no hacer, guía las actitudes y conductas que se expresan en torno al amor (Lee, 1977). Finalmente se consideró a la atracción como un factor relacionado con la elección de pareja, pues comprende una serie de sentimientos y cogniciones que determinan una predisposición hacia otras personas (Huston 1974 en Rivera, 1992).

Uno de los primeros pasos que puede determinar muchos aspectos de una relación (un encuentro casual, noviazgo, matrimonio, etc.) es la elección que hacemos en un primer momento de una pareja y pensando en las ocasiones en que esta elección nos lleva a una relación duradera como el matrimonio considero relevante su estudio pues el

matrimonio es considerado la base de la estructura social básica “la familia” en general en la actual cultura occidental (Yela, 2000).

Para alcanzar los objetivos propuestos se aplicó el Inventario de los Estilos de Amor de Ojeda (1998), la Escala de Valoración de la Autoestima de William R. Nugent y Janita W. Thomas (traducida y validada) y se realizaron 2 tareas para evaluar la elección de pareja. En la primera los participantes respondieron si les gustaría iniciar una relación con la persona descrita en una historia que se les entregó (se elaboraron seis historias referidas a los estilos de amor de Lee (1976a) y de manera aleatoria se les entregó una a cada participante). En la segunda tarea se eligió una de doce fotografías presentadas como posible pareja, las cuales iban de muy atractiva a nada atractiva.

Se observaron diferencias en los estilos de amor de hombres y mujeres. Y relaciones entre la autoestima, los estilos de amor y el número de relaciones previas de los participantes así como una relación de estas variables con la elección de pareja. Por último no se observaron diferencias en hombres y mujeres en la autoestima ni el número de relaciones que han tenido. En los datos para la validación de la Escala de Autoestima se encontró alta confiabilidad (Ver anexo II).

Los resultados encontrados en este estudio aportan conocimiento a la temática de la pareja, además de confirmar algunos de los hallazgos reportados en estudios previos.

## Capítulo 1

### *AUTOESTIMA*

Hay realidades que no podemos evitar. Una de ellas es la importancia de la autoestima ya que lo admitamos o no, no podemos permanecer indiferentes a nuestra autoevaluación. La autoestima es una necesidad humana fundamental, somos libres de intentar comprender la dinámica de la autoestima o de desconocerla, pero si optamos por esto último seremos un enigma para nosotros mismos y pagaremos las consecuencias; son las sabias palabras que nos dice Branden (1995) en un intento por animarnos a examinar el papel que desempeña la autoestima en nuestras vidas.

Kimble, et al. (2002) mencionan que el yo consta por lo menos de dos elementos: una parte evaluativa o reflexiva que juzga y evalúa como somos y una parte activa que muestra un estilo particular de reaccionar frente a los estímulos ambientales. Por tanto el concepto del yo significa que hay cohesión y continuidad en la forma de comportarnos ante el ambiente y de valor ante nuestra propia persona. Psicólogos como Berkowitz, (1988 en Kimble, et al, 2002); Schlenker, (1985 en Kimble, et al, 2002) y Vallacher, (1980 en Kimble, et al, 2002) piensan que obtenemos un sentido coherente del yo el cual influye en nuestra conducta y reacción en situaciones sociales.

No existe ningún aspecto significativo de nuestro pensamiento, motivación, sentimientos o comportamiento que no se ve afectado por la autoevaluación. Somos humanos no solo conscientes, sino inconscientes de nosotros mismos. Los psicólogos sociales aluden a las percepciones del yo distinguiendo dos aspectos, por un lado el autoconcepto o la idea de sí mismo, que incluye una identificación de las características del individuo, así como a la evaluación de las mismas y por otro lado la autoestima que se refiere a los sentimientos de estima de sí mismo que hace más hincapié en el aspecto de la evaluación de las características (Oñate, 1989).

La autoestima es la habilidad psicológica más importante que podemos desarrollar para desenvolvemos con destreza en la sociedad y algo muy importante que debemos saber es que no nacemos con autoestima, sino que la aprendemos, lo cual significa que puede ser enseñada. Sin autoestima las personas dudan de sí mismas, ceden frente a las presiones de los demás, se sienten inútiles o inferiores, en cambio cuando una persona tiene autoestima, se siente segura de sí misma, está más dispuesta a tomar riesgos y a ser responsable de sus actos, puede enfrentar los cambios y desafíos de la vida y tiene la flexibilidad necesaria para enfrentarse al rechazo, la decepción, el fracaso y la derrota (Espeland, Kaufman y Raphael, 2005).

#### **1.1 Definición**

Existen muchas definiciones de autoestima realizadas a lo largo del tiempo por varios autores, a continuación se exponen algunas que se consideraron relevantes.

Para Maslow (1958 en Trejo, 2005) la autoestima es la base y el centro del desarrollo humano, es el respeto a uno mismo; es el conocimiento, la concientización y práctica de todo el potencial de cada individuo. Es así que menciona "Solo se podrá respetar a los demás, cuando se respeta a uno mismo; solo podemos dar cuando nos hemos dado a nosotros mismos; solo podremos amar cuando nos amemos a nosotros mismos". Rogers (1961 en Trejo, 2005), Maslow (1972 en Trejo, 2005) y Branden, (1981 en Trejo, 2005)

afirman que la autoestima es una parte fundamental para que el ser humano alcance la plenitud y autorrealización en el plano físico y mental, en la productividad y creatividad. La autoestima es un concepto inherente a una sensación de eficacia y de mérito a la idoneidad y a la dignidad en principio.

Robert White (1963 en Mruk, 1999) nos dice que la autoestima tiene sus raíces en la experiencia de eficacia. No se construye meramente sobre lo que hacen los otros o lo que proporciona el entorno. Desde un principio se basa en lo que uno consigue obtener del medio, incluso el infante, aunque solo sea mediante succiones más vigorosas o llantos más altamente sostenidos.

De acuerdo con Cattell (1965 en Sánchez y Díaz Loving, 2002), la autoestima se refiere a la predisposición adquirida del ser humano a responder hacia sí mismo, lo que repercute en la satisfacción de la mayoría de los intereses del ser en la vida.

Según Fitts (1965 en Trejo, 2005), autoconcepto y autoestima constituyen un mismo concepto puesto que se refieren a los juicios que una persona emite sobre sí misma.

Rosenberg (1965 en Mruk, 1999) entiende por autoestima la evaluación que efectúa y mantiene comúnmente el individuo en referencia a sí mismo: expresa una actitud de aprobación o desaprobación. También menciona que la autoestima es el componente evolutivo del autoconcepto influenciado por la discrepancia entre el self deseado y por el self real. Considera que la autoestima es el valor de las descripciones del autoconcepto (Rosenberg; 1965 en Trejo, 2005).

Coopersmith (1967 en Mruk, 1999) define la autoestima como la evaluación que efectúa y comúnmente mantiene el individuo en referencia a sí mismo. Expresa una actitud de aprobación o desaprobación e indica la media en la que el individuo se cree capaz, significativo, con éxito y merecedor. En síntesis la autoestima es el juicio de la persona sobre el merecimiento que se expresa en la actitud que mantiene ésta hacia sí misma. Es una experiencia subjetiva que el individuo transmite a otros mediante informes verbales o mediante la conducta abierta.

Para Braden (1969 en Mruk, 1999; 1994, 1995) la autoestima cuenta con dos aspectos interrelacionados: vincula un sentido de eficacia personal y un sentido de merecimiento personal. Constituye la suma integrada de autoconfianza y auto-respeto. Es la disposición a considerarse competente para hacerle frente a los desafíos básicos de la vida y sentirse merecedor de la felicidad. El tener confianza en nuestras capacidades de pensar y confiar en nuestro derecho a ser felices, el sentimiento de ser dignos, de merecer, de tener derecho a afirmar nuestras necesidades y a gozar de los frutos de nuestros esfuerzos. Es una fuerza motivadora que inspira algún tipo de comportamiento. A su vez influye directamente en nuestros actos. Es una causalidad recíproca. El nivel de nuestra autoestima influye en nuestra forma de actuar y nuestra forma de actuar influye en el nivel de nuestra autoestima. Es una necesidad muy importante para el ser humano, es básica y efectúa una contribución esencial al proceso de la vida ya que es indispensable para el desarrollo normal y sano. En resumen Branden (1994) dice que es un juicio personal de dignidad, que se expresa en las actitudes del individuo hacia sí mismo.

William James (1980 en Branden; 1994) nos dice que lo que sentimos con respecto a nosotros mismos depende enteramente de lo que apostamos ser y hacer por nosotros mismos. Está determinado por la proporción entre nuestra realidad (nuestras cualidades) y nuestras supuestas potencialidades; una fracción en la cual el denominador son nuestras pretensiones y el numerador, nuestro éxito, por lo tanto:

$$\text{Autoestima} = \frac{\text{Éxito}}{\text{Pretensiones}}$$

Dicha fracción puede aumentarse tanto disminuyendo el denominador como aumentando el numerador.

Snyder y Fromkin (1980 en Kimble et al., 2002) afirman que la autoestima se relaciona con la singularidad o unicidad. Sostienen que apreciamos ser distintos a los demás en algunos aspectos. Y para confirmarlo citan un estudio de Ganster, McCuddy y Fromkin (1977 en Kimble et al., 2002) en el que se observó que la autoestima de una persona disminuía cuando se le demostraba que una mayoría 80% coincidía con ella en muchas actitudes. Por su parte McGuire, McGuire, Child y Fujioka (1978 en Kimble, et al., 2002) descubrieron que los niños mencionan sus características distintivas y no las comunes, cuando se les pide describirse. Los resultados anteriores caracterizan más a las culturas individualistas que a las colectivistas.

Según Demo (1985 en Kimble et al., 2002) consiste en sentirse bien, agradarse a uno mismo, ser simpático para la gente y recibir buen trato, pensar que se tiene éxito y considerarse capaz de dirigir e influir en los demás sin que esto nos preocupe.

Seymour Epstein (1985 en Mruk, 1999) nos dice que la necesidad de autoestima en su nivel más básico surge a partir de la internalización de la necesidad del niño de ser querido por sus padres. Así pues en su sentido más básico la autoestima se corresponde con una evaluación extensa del merecimiento de amor y constituye uno de los postulados más fundamentales en la teoría del self de un individuo.

Para Greenward y Breckler (1985 en Kimble et al., 2002) la autoestima es la expectativa de éxito en actividades importantes para uno.

Allport (1986 en Ramos, 2004), en su definición de autoestima expresa que ésta no consiste en un engrimiento ruidoso; es un silencio respetuoso de cada quien por sus propios valores; es uno de los principales factores que deciden el éxito o fracaso de la realización de una persona como ser humano.

De acuerdo a Ochoa (1987 en Trejo, 2005), la autoestima es una actitud positiva o negativa hacia un objeto en particular: el sí mismo. La alta autoestima implica que el individuo se respeta y se estima sin considerarse peor que los otros y sin creerse perfecto, por el contrario reconoce sus limitaciones y espera mejorar. En cambio la baja autoestima se refiere a la insatisfacción, el rechazo y el desprecio de sí mismo.

Pope, McHale y Craighead (1988 en Mruk, 1999) describen la autoestima como una evaluación de la información contenida en el autoconcepto y se deriva de los sentimientos que tiene el niño sobre todas las cosas que él es. Surge de las discrepancias entre el self percibido o autonconcepto (una visión objetiva de sí mismo) y el self ideal

(lo que la persona valora o le gustaría ser. Este tipo de medición se produce en muchas áreas de la vida, dependiendo del tipo de tareas e intereses a que se dedique la persona.

Bednar et al., (1989 en Mruk, 1999) definen este concepto como un sentido subjetivo y duradero de auto aprobación realista. Refleja cómo percibe y valora el individuo el self en sus niveles más fundamentales de experiencia psicológica. La autoestima es un sentido duradero y afectivo del valor personal basado en auto percepciones exactas.

Pilar (1989 en Trejo, 2005), percibe la autoestima como la satisfacción personal del individuo consigo mismo, la eficiencia de su propio funcionamiento y la actitud evaluativa de aprobación que él siente hacia sí mismo.

Grinberg (1991 en Trejo, 2005), describe a la autoestima como los pensamientos y sentimientos del individuo sobre su conducta consciente y su aspecto físico.

Mruk (1999) cita que la autoestima es el estatus vital de la competencia y merecimiento de un individuo al manejar los retos de la vida a lo largo del tiempo.

Kimble, et al. (2002) señalan que la autoestima es el concepto que tenemos de nosotros mismos, la forma en que nos evaluamos. Por lo regular una persona tendrá gran autoestima cuando destaca en algunas actividades que otros le han enseñado a apreciar (progenitores, compañeros, hermanos, etc.).

De acuerdo con Ramos (2002 en Ramos, 2004) “La autoestima es una actitud hacia uno mismo y como actitud, es la manera habitual de pensar, amar, sentir y comportarse. Es una disposición adquirida y se genera como resultado de la historia de cada persona”.

Espeland, et al. (2005) nos dicen que tener autoestima significa estar orgullosos de nosotros y experimentar este orgullo desde nuestro interior.

Podemos concluir que la autoestima es una evaluación, actitud, pensamiento o sentimiento de valoración que efectúa una persona en referencia a sí misma (Demo, 1985 en Kimble et al., 2002; Kimble et al., 2002; Ochoa, 1987 y Grinberg, 1991 en Trejo, 2005; Rosenberg, 1965 en Mruk, 1999). Además, el nivel de autoestima que presente cada individuo estará en función de que tan competente y merecedor se sienta para manejar los retos que se le presenten en la vida (Mruk, 1999). La valoración que uno haga de sí mismo, tiene una enorme importancia ya que puede condicionar nuestro crecimiento personal y social, por tanto se debe prestar especial atención a su estudio.

Un concepto muy relacionado con la autoestima es el autoconcepto sin embargo es importante señalar que la autoestima es considerada por muchos autores como el valor de las descripciones del autoconcepto (Pope, McHale y Craighead, 1988 en Mruk, 1999; Rosenberg, 1965 en Mruk, 1999).

## **1.2 Modelos teóricos**

### ***1.2.1 William James: una perspectiva histórica***

James (1980 en Mruk, 1999) nos dice que la autoestima está determinada por un ratio de nuestras cualidades y nuestras supuestas potencialidades. Una fracción de la cual

nuestras pretensiones configuran el denominador y nuestros éxitos el numerador: así  $\text{Autoestima} = \frac{\text{Éxitos}}{\text{Pretensiones}}$ . James (1980 en Branden; 1994) también menciona que basa su autoestima en cómo se compara con los demás en cualquier tema que elige. Si nadie más puede estar a la par de su pericia, su autoestima queda satisfecha. Si alguien lo supera se destruye.

Este autor señala que la autoestima se puede proteger aumentando el propio éxito o bajando las propias pretensiones. Esto significa que una persona que no aspira a nada ni en el trabajo ni en su carácter y lo logra y una persona triunfadora y con carácter son iguales en autoestima. Branden (1994) dice que no cree que alguien que preste atención al mundo real llegue a esta conclusión. Las personas que tienen tan escasas aspiraciones que las satisfacen en forma impensada y sin esfuerzo no sobresalen por su bienestar psicológico. Lo bien que vivamos de acuerdo con nuestros estándares y valores personales (que James denomina pretensiones) tiene un claro peso para nuestra autoestima.

Mruk (1999) menciona que el primer aspecto a señalar en esta definición es que la autoestima se concibe como un fenómeno afectivo. Es decir este autor sugiere que se vive como un sentimiento o una emoción. Esto significa que como cualquier estado afectivo la autoestima es algo que experimentamos en nosotros mismos, a menudo tanto si lo deseamos como si no.

La autoestima se establece con carácter de ratio ya que según James (1980 en Mruk, 1999) una de las cosas que requiere un ratio es una muestra de componentes identificables que se relacionan unos con otros. La conducta es uno de ellos, porque, según este autor, la autoestima implica un acto (de afirmación). Actuamos de un modo que confirma o apuesta por eso hacia lo que aspiramos. La otra variable, por supuesto, es el resultado o consecuencia de esta conducta, especialmente en términos de categorías de éxito o fracaso. Otra dimensión de la autoestima captada en la definición como ratio es que los ratios fluctúan. Si, como dice James, la autoestima puede cambiar modificando el nivel de aspiraciones individuales (el numerador) o aumentando o reduciendo la frecuencia de los éxitos (el denominador), entonces la autoestima debe ser concebida como fenómeno dinámico.

Así pues, al sintetizar la contribución de James en la definición de autoestima, podemos decir que es algo afectivo (cierto tipo de sentimiento), conductual (dependiente de los valores propios y la acción) y dinámico (abierto al cambio). Es decir la descripción de autoestima en términos de fracción significa que aunque la autoestima puede ser bastante constante, también está abierta y es vulnerable. El cambio puede producirse tanto en lo que se valora, las aspiraciones como en la frecuencia con que se afirma, los éxitos; dependiendo ambos del individuo. También sugiere un modo de fortalecer la autoestima. Como es verdad que los éxitos aumentan la autoestima, entonces aumentando los éxitos en áreas valoradas debería aumentar también la autoestima (Mruk, 1999).

### ***1.2.2 Robert White: el enfoque psicodinámico***

Aunque Freud nunca usó realmente el término de autoestima, su perspectiva deja sitio para tal posibilidad. La referencia más cercana que encontramos en Freud sobre la autoestima, que se expresa en términos de auto conciencia y actitud de autoconciencia,

se encuentra en *Introducción al Narcisismo* (1914 en Mruk, 1999). Robert White (1963 en Mruk, 1999) concibe a la autoestima como derivada de un complejo marco evolutivo caracterizado por los impulsos primitivos que son modificados y convertidos en funciones superiores del self con el paso del tiempo. Nos dice que la autoestima, tiene sus raíces en la experiencia de eficacia. No se construye meramente sobre lo que hacen los otros o lo que proporciona el entorno. Sintetiza la postura psicoanalítica diciendo que “presuponen que el ideal del ego y el súper ego son instituciones de la mente como mínimo, parcialmente separadas. El ideal del ego se convierte en el depositario de la omnipotencia narcisista original y el ego disfruta de la autoestima en la medida en que coincide realmente con su ideal. Los impulsos instintivos crean impulsos en la psique y motivan la conducta para reducir la presión mediante la descarga.

Desde un principio se basa en lo que uno consigue obtener del medio, incluso aunque sólo sea mediante succiones más vigorosas o llantos más altamente sostenidos. En la actualidad del infante, el sentimiento de eficacia se regula mediante el éxito o fracaso de sus esfuerzos, porque carece del conocimiento de las cosas restantes que pueden afectar sobre la respuesta ambiental. A partir de este punto, la autoestima se enlaza estrechamente con los sentimientos de eficacia y según evoluciona, con un sentido más acumulativo de experiencia.

Por ejemplo, observamos que la competencia puede entenderse como un componente central de la autoestima. Los esfuerzos iniciales por influir sobre el medio son especialmente importantes. Como James, White también manifiesta que la autoestima es un fenómeno de orientación afectiva. Se siente, tanto como se vive, como una acción o habilidad. El poder de la competencia se deriva de su carácter de impulso ininterrumpido una presión constante para manejar los retos vitales y que dura toda una vida. Así mismo, satisfacer esta necesidad no conduce a un sentimiento de saciedad claramente identificable pero produce un "sentimiento de eficacia" que es placentero de modo más sutil. Debería manifestarse que la satisfacción de la necesidad también tiene un gran valor en su función de supervivencia: motiva al organismo a dominar las destrezas necesarias para manejar el entorno (vida) con efectividad.

### ***1.2.3 Morris Rosenberg: el enfoque sociocultural***

Morris Rosenberg (1965 en Mruk, 1999) realizó estudios para especificar la relación de ciertos factores sociales sobre la autoestima e investigar la influencia de la autoestima en actitudes y conductas socialmente significativas. Nos da la siguiente definición "Por autoestima entendemos la evaluación que efectúa y mantiene comúnmente el individuo en referencia a sí mismo: una actitud positiva o negativa (de aprobación o desaprobación) hacia un objeto particular, a saber, el self". El primer aspecto a señalar sobre esta idea de autoestima como actitud es que se deben considerar tanto las dimensiones cognitivas como las afectivas. Este cambio de foco nos permite ver que la autoestima no es sólo un sentimiento: implica todos los factores perceptuales y cognitivos involucrados en la formación de actitudes. Por ejemplo, las actitudes implican una cosa que percibimos o sobre la que tenemos una actitud, los patrones mediante los cuales la evaluamos y los procesos mediante los cuales formamos una opinión, etc. Evidentemente, la formación y mantenimiento de actitudes sobre el self es más complejo que sobre cualquier otra cosa, en gran medida porque el perceptor es también el objeto de la percepción.



Rosenberg, añade que las actitudes hacia nosotros mismos recuerdan de muchas formas nuestras actitudes hacia otros objetos. Las similitudes se producen en términos de contenido (a qué se refiere la actitud), de dirección (valor positivo o negativo de la actitud), de intensidad (su fuerza afectiva o con qué fuerza se mantiene la actitud) y de estabilidad (qué durabilidad tiene), etc. Todos éstos son aspectos de actitudes que nosotros podemos tener hacia cualquier cosa, incluidos nosotros mismos.

Además, Rosenberg señala que como en muchos modos de percepción (especialmente aquellos actitudinales), hay implicado algún tipo de dimensión evaluadora. Considerar este aspecto de la autoestima es importante porque nos muestra otra faceta del fenómeno que podríamos manejar: la autoestima implica el desarrollo de patrones, el establecimiento de comparaciones con ellos y la comprensión de quién es uno como persona basada en el resultado. Por otra parte, como actúan de patrones comparativos, Rosenberg introduce el rol de los valores en la autoestima. Adicionalmente, cuando tenemos en cuenta que la mayoría, si no todos los valores se adquieren muy temprano y que todos los valores se viven en el contexto de la cultura, Rosenberg, abre la puerta a otra dimensión muy compleja de la autoestima además de tratarse de un fenómeno personal y psicológico, también es siempre un fenómeno social.

Por una parte, existe una tremenda variación en las actitudes que mantenemos hacia fenómenos relacionados con el self que no se encuentran en aquellas que mantenemos hacia objetos externos porque dos entes nunca son idénticos (Mruk, 1999). Esto implica que es difícil establecer comparaciones entre individuos porque los objetos comparados son diferentes. Por otra parte, Rosenberg señala que las auto actitudes cuentan con cierta calidad motivacional que otras actitudes no siempre poseen: nos inclinamos a tener una actitud positiva hacia nosotros mismos.

Rosenberg analiza también la génesis de la autoestima (o su falta): es el resultado de un proceso de comparación entre valores y discrepancias. Según este punto de vista, un individuo tiene autoestima en la medida que se perciba a sí mismo como poseedor de una muestra de autovalores centrales. Estos valores nucleares se refieren a lo aprendido como merecedor de ser emulado y obtenido durante el proceso de socialización (Rosenberg y Simmons, 1971 en Mruk, 1999). La relación entre ideales, percepciones, evaluación y grados de autoestima se desarrolla en las direcciones esperadas. Cuanto más pequeño sea el intervalo entre el denominado "self ideal" y el self real, mayor será la autoestima. Por el contrario, cuanto mayor sea este intervalo, más baja será la autoestima, incluso aunque uno sea visto por los otros de forma positiva.

Por último, debe entenderse que la teoría de la autoestima de Rosenberg es profundamente social. Por ejemplo, sus ideas sobre el self se asientan en la postura de Cooley-Mead, según la cual el self es un fenómeno social. Su investigación persigue factores sociales que influyen sobre la autoestima, como aquellos relativos al rol de las influencias subculturales. Rosenberg también se centra en el merecimiento y sabemos que esta dimensión de la autoestima es más social que la competencia, porque los valores que definen el merecimiento emergen en primer lugar del contexto de la cultura (Mruk, 1999).

#### ***1.2.4 Stanley Coopersmith: perspectiva conductual***

Stanley Coopersmith (1967 en Mruk, 1999) trató de estudiar las condiciones y experiencias concretas que fortalecen o debilitan la autoestima empleando para ello métodos psicológicos tradicionales, particularmente mediante la observación controlada. Nos dice que por autoestima, entendemos la evaluación que efectúa y mantiene comúnmente el individuo en referencia a sí mismo: expresa una actitud de aprobación o desaprobación e indica la medida en que el individuo se cree capaz, significativo, con éxito y merecedor. En síntesis, la autoestima es un juicio de la persona sobre el merecimiento que se expresa en la actitud que mantiene ésta hacia sí misma. Es una experiencia subjetiva que el individuo transmite a otros mediante informes verbales o la conducta abierta.

Mruk (1999) señala que tanto Coopersmith como Rosenberg ven la autoestima como una actitud y una expresión de merecimiento. Sin embargo la idea de self para Rosenberg se basa en la noción de entidad social hallada en la tradición de Cooley-Mead mientras Coopersmith concibe el self como constructo. Todavía más importante, el trabajo de Coopersmith está tan arraigado a los bien establecidos principios de aprendizaje que debemos considerarlo como representativo de la perspectiva conductual o del aprendizaje

Por ejemplo, Coopersmith (1967 en Mruk, 1999) indica que la conexión entre los tres principales antecedentes de la autoestima (aceptación parental, límites claramente establecidos y tratamiento respetuoso) se entienden en términos de mecanismos de aprendizaje. En este sentido, los niños aprenden que son merecedores porque sus progenitores les tratan con afecto. Desarrollan estándares más altos porque estos valores son sistemáticamente reforzados (clásica y operativamente) sobre otros. Y estos niños se tratan a sí mismos con respeto porque observan cómo actúan sus progenitores hacia las personas y ellos reproducen esas conductas. Opuestamente, si la autoestima puede aprenderse, la carencia de la misma también se aprende. La indiferencia parental, el exceso o carencia de límites y los modelos indiferentes o degradantes provocan diferentes tipos de autoconstructos y conductas. Igualmente, aprendemos sobre nuestra competencia (o incompetencia) a través de los diversos éxitos o fracasos que experimentamos en el tiempo.

Este autor también señala que las personas se evalúan a sí mismas según su grado de pericia en la ejecución de tareas, su grado de satisfacción con los patrones éticos o religiosos, el grado en que otros las aman o aceptan y el grado de poder que ejercen. La clave de la definición de este autor es el término merecimiento, que es doblemente importante para la autoestima. En primer lugar, el proceso evaluador repetidamente mencionado en las definiciones de autoestima, evalúa una cualidad o característica particular. La autoestima implica un diagnóstico del propio merecimiento o valor como ser humano. Tal evaluación no puede ser simplemente cognitiva o actitudinal, sino que también debe ser muy personal y poderosa: es "subjetiva" (vinculada a, o del mismo sujeto) en el sentido más profundo. Es como si la evaluación se refiriera a este nivel de subjetividad. En segundo lugar, proporciona insight sobre el modo en que su definición vincula la autoestima y la conducta. Además de percibir y experimentar la autoestima, también la expresamos en y mediante nuestra conducta. Esto significa que es posible medir la autoestima y que otros pueden observarla en sus manifestaciones (Mruk, 1999).

### ***1.2.5 Nathaniel Branden: la visión humanista***

Branden (1983 en Trejo, 2005) cita "Díganme cómo juzga una persona su autoestima y les diré cómo actúa esa persona en el trabajo, en el amor, en el sexo, como padre, en cada aspecto importante de su existencia y hasta donde pueda ascender en la vida. La reputación que nos forjamos ante nosotros mismos, nuestra autoestima es el único factor fundamental para alcanzar la plenitud"

Branden (1969 en Mruk, 1999) con orientación humanista nos dice que la autoestima cuenta con dos aspectos interrelacionados: vincula un sentido de eficacia personal y un sentido de merecimiento personal. Constituye la suma integrada de auto-confianza y auto-respeto. Es el convencimiento de que uno es competente para vivir y merece vivir. Su definición es la primera que incluye claramente los dos componentes básicos de la autoestima: competencia y merecimiento. Además, esta definición añade una dimensión nueva y absolutamente crucial de la autoestima: la relación en sí misma debe ser considerada importante.

Este autor también parece ir más allá de la mera distinción entre los aspectos evaluadores afectivos y cognitivos que hemos estado viendo en las previas definiciones. La auto-confianza y el auto-respeto son actitudes que podemos mantener sobre nuestro self basados en un diagnóstico de nuestra competencia y merecimiento en una situación determinada. También pueden considerarse como predisposiciones generales más estables. Pero en vez de limitarse a este nivel abstracto, Branden también se refiere a la autoestima como a una convicción, un término que implica dedicación y acción al mismo tiempo que sentimiento o creencia. Esto sugiere que existe una importante dimensión motivacional en la autoestima que debemos considerar, además de las características afectivas y cognitivas que ya se han visto.

Branden (1969 en Mruk, 1999) fue el primero en definir la autoestima en términos de merecimiento y competencia. También ve la autoestima como una necesidad humana básica, pero en este caso es existencial e influye sobre la mayor parte de nuestra conducta. Esta necesidad es central en la vida humana por dos características. En primer lugar, no nacemos sabiendo satisfacer esta necesidad, así que debemos descubrirlo. "La necesidad de autoestima del hombre es inherente a su naturaleza pero no nace con el conocimiento de lo que satisface tal necesidad, o las normas mediante las que se juzga la autoestima; debe descubrirlas". En otras palabras, la autoestima es una necesidad que debemos aprender a satisfacer mediante el ejercicio de nuestras facultades más humanas: la razón, la elección y la responsabilidad. Para Branden, esto significa que deberíamos vivir racionalmente, lo que equivale a ejercitar las propias habilidades conscientes para evaluar situaciones con realismo y para responder (actuar) de un modo que sea coherente con los valores fundamentales humanistas.

### ***1.2.6 Seymour Epstein: la perspectiva cognitivo- experiencial***

Seymour Epstein (1985 en Mruk, 1999) subraya el merecimiento de la autoestima al igual que otras definiciones y postula que la necesidad de autoestima, en su nivel más básico, surge a partir de la internalización de la necesidad del niño de ser querido por sus padres. Así pues, en su nivel más básico, la autoestima se corresponde con

evaluación extensa del merecimiento de amor y constituye uno de los postulados más fundamentales en la teoría del self de un individuo.

Esta teoría se centra en el enfoque del procesamiento de la información o la perspectiva cognitiva. La teoría cognitivo-experiencial del self de Seymour Epstein (1985 en Mruk, 1999) define la autoestima como una necesidad humana básica de ser merecedor de amor. Como la autoestima se percibe a modo de necesidad (de merecimiento), ocupa un rol central en nuestras vidas como fuerza motivacional, tanto consciente como de otra forma. Porque, si nuestro nivel de autoestima se altera, dice Epstein (1980 en Mruk, 1999), "sus efectos se extienden a todo el sistema del self".

El enfoque de Epstein se basa en las ideas cognitivas sobre información (experiencia), organización (formación de conceptos), representación (un sistema jerárquico) y el proceso evolutivo. Epstein los emplea para decir que los seres humanos organizan la información y la experiencia del mundo, del sí mismo y de los otros en teorías personales de realidad. Un presupuesto fundamental de la teoría es que la mente humana está constituida de tal forma que tiende a organizar la experiencia en sistemas conceptuales. El cerebro humano establece conexiones entre sucesos y una vez establecidas las conexiones, relaciona las conexiones y así sucesivamente hasta construir un sistema organizado de orden superior e inferior que es diferenciado e integrado.

Este autor señala que tanto si nos gusta como si no, cada uno de nosotros, como tenemos un cerebro humano, forma una teoría de la realidad que ordena lo que de otro modo sería un mundo caótico de experiencia. Necesitamos una teoría para dar sentido al mundo, del mismo modo que un científico necesita una teoría para dar sentido a una función limitada de información que desee entender.

En otras palabras Epstein (1985 en Mruk, 1999) nos dice que los individuos con el tiempo llegan a desarrollar un mapa cognitivo sofisticado. Estas "teorías personales de realidad", tal y como él las llama, incluyen tanto un modo de entender el mundo y a los otros (una teoría del mundo) y un modo de entender quiénes somos en relación a ellos (una teoría del self). Como toda teoría, obtienen su significado de los datos de la vida que recibimos a través de nuestras capacidades, experiencia, familia, cultura, etc. Como cualquier teoría, extraemos generalizaciones a partir de esta muestra de ideas y creencias: nos proporcionan un marco de comprensión a través del cual percibimos y entendemos los hechos pasados, presentes y futuros. Por último, estas teorías personales cuentan con un valor práctico: son prescriptivas, lo que en opinión de Epstein es equivalente a decir que nos ayudan a sobrevivir y crecer influyendo en nuestra motivación y conducta.

Por una parte, la función básica de esta teoría del self es crear estabilidad a partir del caos de la vida. Por lo tanto, una vez establecidas, las teorías del self y del mundo deben tratar de mantenerse a sí mismas (realmente es el individuo quien trata de hacerlo). Hay resistencia al cambio porque puede ser desestabilizador. Alterar una parte del sistema afecta a las partes restantes, lo cual puede provocar el desbaratamiento de nuestra capacidad de funcionamiento. Las emociones constituyen un poderoso mecanismo de feedback que ayuda a minimizar tal desbaratamiento advirtiéndonos de ese peligro. Así, la ansiedad que acompaña a una amenaza ante la autoestima nos motiva a mantener la estabilidad.

Por otra parte, existen fuerzas opuestas que empujan al individuo en la dirección del cambio o crecimiento. Una buena teoría debe ampliarse con el tiempo para acomodar la nueva información. Tal crecimiento aumenta la autoestima y es, por lo tanto, agradable. Como tal, la autoestima nos impulsa a buscar el cambio. El resultado de estas dos fuerzas naturales pero opuestas es un conflicto o paradoja básica de autoestima que todos nosotros debemos manejar.

Como postulado preconsciente fundamental, la autoestima tiene profundos efectos sobre las conductas y las emociones. Por consiguiente, la regulación de la autoestima es de importancia crítica para el individuo. Sin embargo, las reacciones de una persona ante hechos que potencialmente puedan influir sobre la autoestima están determinadas no sólo por la necesidad de fortalecimiento de la persona sino también por la necesidad que tiene ésta de mantener la estabilidad de su sistema conceptual.

### ***1.2.7 Chris Mruk: teoría fenomenológica de la autoestima***

Mruk (1999) elabora esta teoría en base a las definiciones de autoestima descritas antes que implican merecimiento y competencia. Sintetiza las posturas anteriores diciendo que una fenomenología de la autoestima muestra que ésta es el estatus vital de la competencia y merecimiento de un individuo al manejar los retos de la vida a lo largo del tiempo. Esta teoría trata varios hechos y los integra en un marco más comprensivo que otras perspectivas.

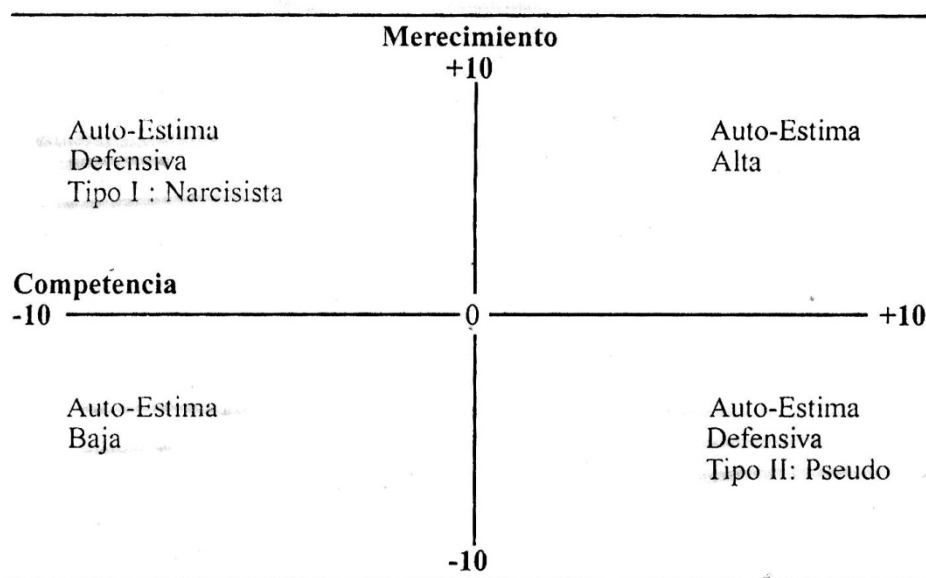
James considera que la competencia está en relación con las aspiraciones y el éxito. White se refiere a ella en términos de dominio del mundo que nos rodea. Branden amplía el dominio para incluir cómo vivimos la vida en sí misma. Sin embargo, los tres casos aluden a la competencia como la acción o componente conductual de la autoestima, lo que implica que será el componente más inmediatamente observable de la vida cotidiana.

El merecimiento, por otra parte, se basa en valores. No se refiere sólo a lo bien (o mal) que hacemos las cosas y determina o refleja nuestra autoestima. El valor, calidad o significado de lo que es eso que hacemos bien (o mal) también desempeña un rol vital en la creación de la autoestima. Aquí, la autoestima debe considerarse como integrada por patrones y percepciones en relación a lo que es meritorio, merecedor o "bueno".

Mruk considera la relación entre competencia y merecimiento. La competencia sin merecimiento no necesariamente produce autoestima. (Se pregunta cuántas personalidades antisociales fueron alabadas por todo lo que hicieron en la infancia, tanto si satisfacían un patrón razonable como si no). Del mismo modo, el merecimiento sin la competencia es posible, por ejemplo cuando un padre dice a su hijo que merece ser querido y es querido. Pero incluso hacerlo sistemáticamente no garantiza que un niño vaya bien en sus estudios porque aquí el éxito requiere una ejecución, lo cual implica cierto grado de competencia. La cuestión es que la autoestima se produce cuando se combinan competencia y merecimiento.

Este autor entiende la autoestima en términos de matriz, una matriz de significado basada en la competencia y el merecimiento, tal y como se representa en la Figura 1.

**Figura 1**  
**Tipos básicos de auto-estima**



Este diagrama muestra cómo se crea la autoestima mediante la interacción del merecimiento y la competencia. Pueden ser entendidos como "ejes" o estructuras de autoestima que están en relación dinámica recíproca. La competencia es más conductual y puede evaluarse más fácilmente en términos de eficacia e ineficacia según los resultados obtenidos. Por lo tanto, puede disponerse en el eje horizontal, que transcurre desde lo negativo (inefectivo) hasta lo positivo (efectivo). Esto es útil para representar el grado en que una persona ejecuta algo, como resolver problemas, responder a un reto, etc. Tales conductas pueden medirse o valorarse en una escala. La ejecución pobre en una tarea, destreza o actividad puede recibir un valor negativo entre menos 10 y 1 y los valores de una ejecución positiva pueden oscilar entre 1 y más 10. El resultado es un continuo de competencia o conducta efectiva que varía entre baja, media o alta.

Sabemos que la dimensión de merecimiento es mucho más difícil de evaluar cuantitativamente, sobre todo porque es más experiencial y hace referencia a fenómenos más subjetivos de los valores personales, familiares, del subgrupo y de la sociedad en general. Pero los valores son juicios de relativo mérito o valía, y algunos valores son mejores (preferibles) que otros. Por lo tanto, el indicador usado para describir o medir cómo es uno en este sentido debe ser capaz de transmitir algo en relación a las connotaciones evaluativas de bueno o malo, así como más o menos. Podemos captar fenomenológicamente esta dimensión de merecimiento mediante el eje vertical, porque puede representar diferencias cualitativas que oscilan desde "más alto" hasta "más bajo". Los individuos que viven con arreglo a valores vinculados a su autoestima en los niveles más altos, pueden ser valorados desde un punto neutro hasta uno muy positivo en una escala de 1 a 10. Opuestamente, los individuos que rara vez lo hacen pueden ser catalogados en el otro extremo del continuo, o desde menos 1 a menos 10.

La matriz también nos permite considerar varias combinaciones de competencia y merecimiento. Mruk postula que existen cuatro tipos de autoestima. Una autoestima alta, que refiere a una historia de competencia alta y mucho merecimiento. Una autoestima baja, que implica deficiencias tanto en la competencia como en el merecimiento. Y encuentra una autoestima defensiva que divide en dos, autoestima

defensiva tipo I: narcisista en la que las personas pueden experimentarse como merecedoras, incluso pueden sentirse competentes aunque esta percepción no está confirmada por sus logros ya que carece de las habilidades para ser genuinamente competente. La autoestima defensiva tipo II: pseudo autoestima en la que los individuos son competentes en lo que hacen pero tienen una deficiencia en el merecimiento que distorsiona su percepción y creen carecer de competencia y merecimiento. En el apartado tipos de autoestima se explican más a detalle estos tipos de autoestima.

### **1.3 ¿Cómo se desarrolla la autoestima?**

En la adquisición de la autoestima influyen muchos aspectos como son las diferencias de experiencia atribuibles a nuestro aspecto, al lugar donde crecimos, a la constelación familiar, al sexo, etc. (Kimble et al., 2002).

White (1963 en Mruk, 1999) menciona que la autoestima además de ser responsiva a éxitos y fracasos particulares, es acumulativa como producto del desarrollo y como una fuerza activa en la evolución esto significa que la autoestima se desarrolla gradualmente en conjunción con un largo historial de interacciones entre el self y el mundo a lo largo del tiempo. White sugiere que el proceso se inicia muy temprano y se mantiene como mínimo hasta la latencia, por lo tanto convierte a la autoestima en un tema evolutivo importante. También nos muestra que, además de estar afectado por la experiencia y la conducta, en algún punto, la autoestima también se convierte en un factor determinante de éstas.

White atribuye directamente a la autoestima los conceptos de competencia y efectividad. Empieza reconociendo que la autoestima dispone de dos fuentes. Una fuente interna o los propios logros del niño y una fuente externa que implica la afirmación de los otros, particularmente satisfaciéndolos. Por lo tanto, la autoestima se adquiere como resultado de un proceso evolutivo. El niño empieza por ser incapaz y por depender del entorno y de los otros, particularmente de la madre, para satisfacer las necesidades. Y casi entonces, el niño empieza también a manipular su medio y a aquellos otros significativos en su intento de dominio.

Se produce un crecimiento constante desde la incapacidad hasta la capacidad de influir sobre el medio de las formas deseadas. Con respecto a otra parte del medio, especialmente la madre en sus actividades de crianza, el niño alcanza rápidamente el apogeo de su capacidad para exigir servicios. Esta forma de eficacia pasará después a una fase contractiva cuando la madre presente menos voluntad para hacer todo y entonces se requiere la renuncia del poder. Pero las dos líneas de desarrollo se convierten en complementarias. Según el niño sacrifica progresivamente sus privilegios de exigencia en la casa, necesita cada vez menos dichos privilegios porque adquiere una competencia creciente para resolver sus asuntos mediante sus propios esfuerzos.

Según White, la autoestima tiene su raíz central en la eficacia, si se trata de algo, tan sencillo como recibir la respuesta materna ante el llanto y algo tan magnífico como colocar un bloque sobre otro para construir algo nuevo. Tal es el inicio de la autoestima. Cada pequeña victoria se acumula con el transcurso del tiempo y eventualmente conduce a una sensación general de competencia en el sentido de ser capaz de impactar con efectividad sobre la vida. La aparición de la autoestima también está sujeta a todos

los restantes procesos y fuerzas evolutivas. Este creciente sentido de la eficacia, por ejemplo, se corresponde con los estadios evolutivos.

Cada uno de ellos presenta una oportunidad para explorar, tener éxito (o fracaso) y dominar las destrezas y todo esto facilita y al mismo tiempo requiere, autoestima. Igualmente, entendiendo el proceso de lucha por la competencia como algo que siempre se produce en el contexto social, White y Erikson (1983 en Mruk, 1999), relacionan valores o estándares con competencia. Por ejemplo, la adquisición del lenguaje, llegar a ser alguien que habla, dominar las destrezas y ser aplicado dentro de una cultura determinada implica responder a los valores y expectativas de las otras personas así como llegar a ser más competente.

Por último, White explora las conexiones entre competencia y ego. La fuerza del ego, o la habilidad del individuo para manejar la ansiedad y superar con efectividad las demandas de la realidad, se vincula de dos formas a la autoestima. En primer lugar, Mruk (1999) señala que la investigación experimental está dividida en una dualidad con respecto a la autoestima en relación a su carácter *situacional* o *global*. Por una parte, la autoestima puede concebirse como un fenómeno global. Después de todo, independientemente de que la autoestima sea considerada como producto o proceso, antes o después el individuo llega a adquirir cierto nivel general o medio de autoestima que es relativamente constante. Esta es la razón que nos permite decir, "Fulano de tal tiene una autoestima alta (o baja)". Además, no podemos negar que este tipo de autoestima general influye sobre las futuras percepciones, ejecuciones, etc. En este sentido, la autoestima se muestra como algo estable o relativamente consistente a lo largo del tiempo, una cualidad que la mayoría de los tests de autoestima tratan de evaluar.

Sin embargo, también es verdad que la autoestima tiene un carácter situacional. Diferentes situaciones pueden afectar sobre la autoestima de forma positiva o negativa. La investigación experimental de la autoestima, por ejemplo, implica a menudo el establecimiento de situaciones controladas que manipulan la autoestima (Wells y Marwell, 1976 en Mruk, 1999). En este sentido, la literatura sobre evaluación reconoce el hecho de que la autoestima pueda variar. Por ejemplo, los tests presentan dificultades diferenciando la proporción de puntuación que refleja sucesos recientes, como un fracaso o éxito importante y la proporción que refleja autoestima global.

Por otra parte, William James (1980 Kimble et al. 2002) dijo que la autoestima depende de los éxitos obtenidos sobre nuestras pretensiones. En su descripción se centra en los sentimientos de competencia en áreas importantes para nosotros. Sin duda en nuestras pretensiones o en lo que aspiramos influyen los progenitores, otros miembros de la familia y los compañeros pues aprendemos de ellos que aspectos en la vida son importantes (Hart, 1993 en Kimble et al.2002).

Dentro del marco de las relaciones padres hijos Mussen, Conger y Kagan (1982 en Sánchez, 2000) señalan que el trato que se recibe en el seno familiar tiene importancia capital con respecto a la formación de la autoimagen, autoconcepto y autoestima, aunado que en la familia se le proporcionan al niño las primeras señales de ser aceptado o no y posiblemente no sea hasta que ingresa al sistema escolar donde amplía su campo de experiencia y contexto de aprendizaje.



A continuación encontramos que Epstein (1985 en Mruk, 1999) considera la autoestima como una estructura jerárquica. Hay tres niveles interactuantes de autoestima a considerar en este modelo. El primero es el más poderoso en términos de la influencia que ejerce sobre la conducta porque, una vez establecida, esta autoestima global está siempre presente de uno u otro modo. Puede concebirse como el grado de autoestima que uno tiene en cualquiera de los ocho componentes fundamentales de autoestima que O'Brien y Epstein (1983 en Mruk, 1999) identificaron en su enfoque para evaluar la autoestima. Aquí, la autoestima es "más específica para los dominios particulares de autoexperiencia incluyendo la competencia, la disposición a ser amado, a ser apreciado, el autocontrol, el poder personal, la aprobación moral, el aspecto físico y el funcionamiento corporal". Además, aunque cada uno de nosotros esté interesado en todos estos dominios de autoestima, el grado de interés o preocupación concedido a cada uno de ellos varía de un individuo a otro.

El tercer nivel de la jerarquía es el nivel más visible de la autoestima porque es específico para cada situación. Así es como nuestra autoestima se presenta activa en cada entorno o actividad particular. Estas manifestaciones cotidianas de autoestima son más fáciles de medir. Por ejemplo, este nivel de autoestima es el que permite la manipulación experimental y la evaluación psicológica. Aun así es relativamente débil en su capacidad para influir o modificar los otros dos niveles, mientras que aquellos otros dos influyen sobre éste.

Por su parte Harter (1990; 1993 en Kimble et al.2002) demostró que la discrepancia entre las evaluaciones de la competencia de una persona y las evaluaciones de su importancia en esferas como la competencia académica y atlética están estrechamente relacionadas con la autoestima global. Por tanto, cuanto más bajas puntuaciones obtenga en áreas importantes, más baja será su autoestima. Este resultado significa que si alguien considera irrelevante o sin importancia para su autoevaluación aquello en lo que no es bueno, su autoestima será mayor. Renick y Harter, (1989 en Kimble et al. 2002); Zumpf y Harter, (1991 en Kimble et al. 2002) descubrieron que en la niñez intermedia nos comparamos mucho con los compañeros y queremos ser los primeros varias áreas.

Bonet (1994 en Sánchez, 2000) enfatiza que los padres son para sus hijos espejos psicológicos a partir de los cuales van construyendo su propia imagen. Desde que nace el niño se mira en sus padres y va aprendiendo lo que vale por lo que siente que ellos le valoran.

Mruk (1999) menciona que la mayoría de los autores entienden la autoestima como un fenómeno evolutivo que emerge o entra en juego con el transcurso del tiempo. Del mismo modo, la autoestima se considera importante porque está vinculada al comportamiento de una persona en su espacio vital (el mundo de la experiencia y conducta cotidiana). En este sentido, la autoestima es dinámica porque desempeña un papel en el modelado de las percepciones, de la experiencia y de la conducta de la persona. Y sobre todo, vemos una y otra vez que la autoestima es dinámica porque es relativamente estable y también abierta al cambio.

Podemos decir que la primera etapa del desarrollo de la autoestima se da en la *infancia* (*pre estima según Mruk, 1999*): donde la persona construye la autoestima a partir de sus experiencias personales, de los juicios que otros hacen de ellos y de la identidad con su

familia, dentro de la cual los factores determinantes que se han identificado son la aceptación del niño con sus cualidades y defectos, el respeto hacia el niño y sus intereses, la presencia de límites claros y consistentes en la familia y el apoyo hacia las decisiones del niño para que llegue a conseguir sus metas (Coopersmith, 1967 en Verduzco, Lara, Acevedo y Cortés, 1994). El niño tiene un aprendizaje social y de sí mismo que se ve enriquecido con el desarrollo físico, cognitivo, etc. que da una mayor conciencia de sí mismo.

Mruk (1999) señala que en este periodo se observan las interacciones del infante con sus progenitores y las personas que lo rodean, una ejecución competente es muy importante desde etapas muy tempranas ya que puede indicar un sentido de dominio, poder, eficacia, etc. o todo lo contrario. El niño responde al modo en que los otros significativos estiman su misma presencia y sus conductas y logros particulares. La competencia depende del modo en que el niño responda al mundo y a los otros y el merecimiento depende del modo en que los otros o el mundo respondan ante el niño.

Según Corkille (1987 en Ramos, 2004), los niños nacen sin sentido del yo y cada uno debe aprender a ser humano, ya que la personalidad consciente no es instintiva, sino una realización social que aprendemos de la vida en contacto con los demás. Después de haber formado un todo con la madre durante nueve meses, el niño llega al mundo sin entender qué le ha pasado. Sin lenguaje, sin defensas, sin saber que es una persona distinta de los demás, pero con quienes debe convivir y relacionarse. Luego comienza a recibir sensaciones que excitan su curiosidad, tocar, ser tocado, oír, ver objetos y personas, sentir hambre, sed, frío, calor, dolor, alegrías y aunque cuenta con medios muy rudimentarios y primitivos, comienza con ellos a explorar un mundo nuevo, extraño a él y hostil. Lentamente va notando diferencias entre él y el resto de los que le rodean; va tomando conciencia de las cosas, las observa y cuando el cerebro termina de formarse y desarrollarse, aprende poco a poco a hablar y así, imitando va descubriendo cómo símbolos o palabras le permiten pensar en sí mismo, separado de los otros y adquiere conciencia de ello. Aprende su propio nombre y desde este momento tiene pleno conocimiento de su persona.

Según este autor, paso a paso se va construyendo la imagen de sí mismo, primero mediante los sentidos y luego, por medio del lenguaje. Antes de entender el significado de las palabras, habrá reunido impresiones generales de su persona y de lo que le rodea, a través de la forma en que lo tratan. El tacto, los movimientos corporales, las tensiones musculares, tonos de voz y las expresiones faciales y emocionales de sus más allegados, quienes darán mensajes de distinta calidad al niño.

La autoestima según Corkille, es un factor determinante en la felicidad del adulto que se está formando, es un lento proceso educativo de la imagen propia y responde, a dos principios fundamentales que parten de las necesidades básicas: “Soy digno de que me amen” o “Importo y tengo valor porque existo” y “Soy valioso” “Puedo manejarme a mí mismo, tengo algo que ofrecer a los demás”. Estas dos necesidades primordiales no desaparecen con la infancia, nos acompañan hasta la muerte; su satisfacción es esencial para el bienestar emocional.

Se puede decir que en este periodo el niño desarrolla un preconcepto de sí y conforme va creciendo comienzan a aparecer otras figuras significativas además de la madre, las cuales contribuyen también a la configuración de la imagen personal (Newman;

Newman, 1987 en Mruk, 1999; Zegers, 1981 en Montt y Ulloa; 1996). Incluyendo profesores, cuidadores y pares. Entran en juego nuevos valores y normas, por ejemplo los grupos subculturales como el barrio o la cultura en general. También aparecen nuevas expectativas y normas de merecimiento que deben ser demostradas por ejemplo superar cursos en la escuela o ser diestro en los juegos. Los niños empiezan a evaluar sus propias acciones y atributos en relación a las normas o valores sociales. Las diferencias individuales en destrezas físicas, emocionales, cognitivas o sociales son factores que pueden afectar la autoestima, especialmente porque la competencia está implicada. La autoestima brota como tal durante los 6 a 12 años, cuando el niño es capaz de iniciar conductas con destreza lo que requiere competencia, de evaluar sus logros, en términos de normas sociales como válidos o no válidos (merecimiento) y después experimentar una relación entre procesos. Al final de este estadio el individuo llega a adquirir su nivel básico o global de autoestima (Mruk, 1999).

Así podemos decir que la aceptación socio afectiva de las características del niño, una autoridad consistente y cálida, con exigencias a corde a las capacidades del niño propiciará una buena o mala autoestima. La primera prepara al individuo a confiar en sí mismo, en su integridad, honestidad, importancia es sus recursos, en su valor, el valor de los demás, etc. que lo preparan para enfrentar las adversidades. En la segunda el individuo no confía en lo que hacen, en las personas, tiene miedo de lo que lo rodea reaccionando de forma agresiva (Gómez y Palacios, 1995 en Moyano, 2001; Lara, 1991 en Moyano, 2001; Monroy y Orosco, 1994 en Moyano, 2001).

Con el desarrollo del pensamiento lógico concreto, se permite que el niño evalúe sus habilidades y las compare con las de otros y con las expectativas de los padres. En esta etapa se internalizan las exigencias de las figuras significativas lo que opera como un autoconcepto ideal, con el cual el niño estará permanentemente constatándose. En la medida que el niño se ajuste a este ideal, su autoestima se favorece. El concepto que tiene de sí el escolar es el concepto que piensa que tienen los otros de él (Montt y Ulloa, 1996). Los escolares con una buena imagen personal se muestran motivados para aprender, se acercan a las tareas con expectativas de éxito, confiados en que el logro depende de sus propios esfuerzos, tienen confianza en sí mismos, en sus percepciones y los problemas personales no interfieren en ellos (Gould, 1988 y Kemp, 1996 en Moyano, 2001).

La segunda etapa del desarrollo de la autoestima se da en *la adolescencia*, donde ya no pueden tomarse en cuenta la uniformidad y la continuidad de las que el niño ha dependido desde su aprendizaje en las primeras etapas. En esta búsqueda el adolescente revive los conflictos de años anteriores y utiliza a otras personas como adversarias a medida que vuelve a librar las antiguas batallas. Durante esta etapa aumenta la exigencia social, esperándose que el joven defina una vocación, aprenda a relacionarse con el sexo opuesto, defina una identidad personal, adquiera autonomía, etc. Todas estas exigencias asociadas al desarrollo del pensamiento hipotético deductivo, tienden a generar un yo ideal muy alto, el que muchos jóvenes sienten que no pueden alcanzar (Erickson, 1988 en Horrocks, 1987). Este yo ideal puede constituir una fuente potencial de amenaza hacia la autoestima de la persona, que puede tener una imagen del hombre o mujer perfecta a la que quiere llegar y al no alcanzarla se ve disminuida su autoestima (Horrocks, 1987).

Por último el tercer estadio es la autoestima *en la edad adulta*: aquí se integran todas las etapas, la autoestima puede ganarse o perderse. En esta etapa también se necesitan nuevas competencias como las necesarias para una carrera profesional. Las situaciones de éxito aumentan la autoestima y las de fracaso la disminuyen. También la aceptación-rechazo en las relaciones interpersonales (en las que se incluyen relaciones románticas, con compañeros y con los familiares) son situaciones en las que aumenta la autoestima ante la aceptación y disminuye frente al rechazo. En la edad adulta se han alcanzado ciertos éxitos y fracasos en términos de competencia y merecimiento, esto puede afectar el nivel global de autoestima del individuo. En esta etapa la vida presenta situaciones que desafían con demandas particulares a la situación o movilizándolo un tema problemático no resuelto. Cuando sucede esto se cuestiona la autoestima. La destreza que tenga el individuo para el manejo del reto particular impactará de manera directa su autoestima (Mruk, 1999). Aquí las personas reflexionan sobre su vida pasada y la juzgan dándole un significado y valor. Así podemos ver que en cada una de estas etapas puede presentarse en forma positiva o negativa la autoestima. (Erickson, 1975, 1985, 1988 en Moyano, 2001).

Purkey (1970 en Oñate, 1989) expone seis factores fundamentales para el desarrollo de la autoestima:

1. Competencia: se ha demostrado que las expectativas personales elevadas y un alto grado de competencia por parte de los padres y educadores produce efectos positivos sobre el niño.
2. Libertad: se debe proporcionar ambientes de suficiente libertad de elección lo que conlleva a la toma de decisiones significativas para sí mismo.
3. Respeto: al niño se le debe considerar como alguien importante, valioso, capaz de rendir en las tareas personales.
4. Afecto: un desarrollo emocional pertinente permite al individuo rendir más y desarrollar sentimientos de dignidad personal.
5. Control: la orientación personal y académica definidas producen una mejor imagen.
6. Éxito: se debe proporcionar un ambiente de éxito más que de fracaso. Los continuos fracasos reducen las experiencias y no favorecen el aprendizaje ni el desarrollo.

Ramos (2004) enfatiza que la autoestima como se ha dicho, es fruto de un proceso de crecimiento y cultivo. No se nace determinadamente con o sin autoestima, en esto tiene un gran papel la educación en la familia, en la escuela o en el medio social. Allport (1986 en Ramos, 2004), considera que la autoestima es la que determina la felicidad de cada persona por ser en gran parte un concepto que abarca sentimientos tales como: la integridad, honestidad, compasión, respeto, amor, seguridad y equilibrio que el individuo siente por sí mismo y de sí mismo. El sí mismo, viene a representar el núcleo del propio ser.

Para concluir podemos decir que desde el primer momento del nacimiento del ser humano, éste comienza a acumular información sobre sí mismo y sobre el mundo que le rodea. Pronto aprende qué cosas sirven y qué cosas no le sirven, qué cosas le son permitidas y qué cosas le son negadas. Gradualmente el ser humano se va formando una serie de impresiones y actitudes sobre sí mismo y sobre las personas que le rodean. A medida que crece, los padres, maestros y otros adultos gradualmente enseñan y dan

ejemplo de los valores, normas y reglas de comportamiento de nuestra cultura y que ellos están esperando que el niño cumpla. De esta manera las normas dicen cuáles comportamientos se consideran apropiados y cuáles se consideran no apropiados. De acuerdo con esto, se puede afirmar que la autoestima no es algo heredado, sino que es fruto del aprendizaje social (Ramos, 2004).

#### 1.4 Tipos de autoestima

White (1963 en Mruk, 1999) señala que la relación entre ansiedad y competencia (autoestima) es recíproca. "Un ego fuerte, pongamos por caso, es aquél que, sin este desarrollo, ha tenido que hacer uso de medidas defensivas del tipo anticatótico, sacrificando así cualquier aprendizaje posterior". Entonces, el ego puede responder a las inevitables ansiedades de la vida de dos modos opuestos: el dominio (competencia) o la defensividad. Cómo llega un individuo a adoptar característicamente una alternativa frente a la otra, es sin embargo, difícil de saber porque las personas empleamos ambas. Por ejemplo, la competencia y la *fuerza del ego* tienden a favorecerse entre sí y conducen al aprendizaje o desarrollo continuo, mientras que la ansiedad y defensividad tienden a ir mano con mano en la dirección opuesta. Los patrones que reflejan la influencia acumulativa de las propias capacidades, de los factores ambientales favorables o desfavorables y del grado de ansiedad presente en la propia vida, se superponen con el transcurso del tiempo. Eventualmente, los procesos evolutivos alcanzan el punto en el cual el individuo responde característicamente de un modo que nosotros asociamos con *autoestima alta o baja*.

Rosenberg (1965 en Mruk, 1999) cita que la *autoestima alta*, expresa el sentimiento de "ser bueno". El individuo siente simplemente que es una persona de valor; se respeta a sí mismo por lo que es, pero no tiene un temor reverencial a sí mismo ni tampoco espera que los otros lo tengan. No necesariamente se considera superior a los otros. La *autoestima baja*, por el contrario, implica auto-rechazo, auto-insatisfacción, auto-desprecio. El individuo carece de respeto hacia el self que observa. La representación es desagradable y desea que fuera de otro modo.

Coopersmith (1967 en Mruk, 1999) observa la relación entre defensividad y autoestima y señala que en general, las personas con *autoestima baja* son más vulnerables al estrés. Por lo tanto, son más proclives a defenderse de los retos que a manejarlos, y esta defensividad genera sentimientos de ansiedad, inadecuación e indefensión muchas veces asociados con la *autoestima baja*.

Epsten (1979 en Mruk, 1999) postula que cuando la autoestima sube se manifiestan niveles altos de felicidad, seguridad, afecto, disponibilidad energética, alerta, calma, claridad mental, sencillez del propósito, falta de limitaciones y espontaneidad. Cuando baja la autoestima por el contrario se manifiestan niveles altos de infelicidad, ira, sentimientos de amenaza, abatimiento, renuncia, nerviosismo, desorganización, conflicto, sentimientos de constricción y autoconciencia.

Según Rodríguez, Pelicer y Domínguez (1988 en Moyano, 2001) una persona con *alta autoestima* vive, comparte e invita a la integridad, honestidad, responsabilidad, comprensión y amor, siente que es importante, tiene confianza en sus habilidades para actuar en la vida diaria, tiene fe en sus propias decisiones y que éstas significan su mejor recurso. Al apreciar debidamente su propio valor está dispuesto a aquilatar y

respetar el valor de los demás; por lo que las personas que lo rodean solicitan su ayuda, irradia confianza y esperanza y se acepta totalmente a sí mismo como ser humano.

La *autoestima alta* en una persona no significa tener éxito total y constantemente, si no la capacidad de reconocer sus limitaciones y debilidades. Sentirse orgulloso por sus habilidades y capacidades y tener confianza en su naturaleza interna para tomar decisiones (Mendoza, 1995 en Moyano, 2001; Peña, 1990 en Moyano, 2001; Rodríguez, et al. 1988 en Moyano, 2001). Durante la evolución hacia una alta autoestima se desea y se espera que las demás personas se den cuenta del propio valor. Se quiere que las personas lo vean como es en realidad y no fantaseen con ésta (Mendoza, 1995 en Moyano, 2001).

Las personas con *baja autoestima* creen que valen muy poco, esperan ser engañadas, pisoteadas, menospreciadas por las demás persona, con estos pensamientos atraen lo peor. Como defensa se ocultan tras un muro de desconfianza y se hunden en la soledad y el aislamiento. Así aislado se vuelve apático, indiferente hacia su persona y hacia los demás. Le resulta difícil, ver, oír, pensar con claridad, lo que lo predispone a pisotear y despreciar a otros (Chubb, Fertam y Ross, 1997 en Moyano, 2001; Rodríguez, et al. 1988 en Moyano, 2001).

Los sentimientos de inseguridad e inferioridad que sufren las personas con autoestima baja, las llevan a sentir envidia y celos de lo que otros poseen, lo que difícilmente aceptan, manifestándose con actitudes de tristeza, depresión, renuncia y aparente abnegación o bien con actitudes de ansiedad, miedo, agresión y rencor, sembrando así sufrimiento (Rodríguez, et al. 1988 en Moyano, 2001).

Peña, (1990 en Moyano, 2001) por su parte señala que las personas que presentan una *baja autoestima* muestran una falta de confianza en sí mismas que las hace no expresar ideas poco comunes. Optan por no llamar la atención son pasivas, en los grupos a los que pertenecen, escuchan más de lo que participan, presentan una gran preocupación en los problemas internos que suelen darse, lo que no les permite relacionarse en relaciones amistosas y de apoyo.

Braden (1995) menciona que con una *autoestima alta* es más probable que me esfuerce ante las dificultades. Mientras que con una *autoestima baja* lo más probable es que renuncie a enfrentarme a las dificultades; o bien que lo intente pero sin dar lo mejor de mí mismo. Las investigaciones muestran que las personas con una *autoestima alta* persisten en una tarea considerablemente más que las personas con una *autoestima baja* (Sandelands, Brockner y Glynn, 1988 en Braden 1995). Si persevero es más probable que obtenga éxitos que fracasos. Si no lo más probable es que tenga más fracasos que éxitos. En cualquier caso el concepto de uno mismo saldrá reforzado.

Este mismo autor cita que si me respeto y exijo a los demás que me traten con respeto, me mostraré y comportaré de manera que aumente la probabilidad de que los demás respondan de forma apropiada. Cuando lo hagan, mi creencia inicial saldrá reforzada y confirmada. Por otro lado si no me respeto a mí mismo y acepto la falta de respeto, el abuso o acepto que los demás me exploten de forma natural, transmitiré inconscientemente ese trato y algunas personas me tratarán de la misma forma. El valor de la autoestima radica no solamente en el hecho de que permite sentir mejor, sino que

nos permite vivir mejor, responder a los desafíos y a las oportunidades con mayor ingenio de forma más apropiada.

Para Braden las personas con *baja autoestima* tienden a estar más influenciados por el deseo de evitar el dolor que por el de experimentar la alegría. Además llega a la conclusión de que la *autoestima positiva* es como el sistema inmunitario de la conciencia que proporciona resistencia, fuerza y capacidad para la regeneración. Una autoestima saludable no nos garantiza que no vallamos a sufrir ansiedad y depresiones ante las dificultades de la vida, pero nos hace menos susceptibles y nos prepara mejor para afrontarlas, rechazarlas y superarlas. Así la gente con un *alto grado de autoestima* seguramente puede derrumbarse por algunos problemas, pero tendrá capacidad para sobreponerse con mayor rapidez.

También indica que algunas formas sencillas mediante las cuales se percibe la autoestima en las personas es que éstas suelen dar y recibir cumplidos, son congruentes entre lo que dicen y hacen, expresan afecto, aceptación y superan los sentimientos de ansiedad o inseguridad que experimentan en sus actividades cotidianas, son abiertas a las críticas. En su apariencia corporal su apariencia es erguida, su voz modulada adecuada a la situación y su pronunciación, así como su rostro relajado.

En cuanto a las personas con baja autoestima por lo común se siente inapropiados para su vida, equivocados como persona. Por lo común son sensibles a la opinión ajena y vulnerables a los juicios negativos de los demás. Manifiestan un alto nivel de ansiedad, se apartan, se aíslan se sienten indeseables, presentan conductas de evitación y pasividad, así como miedo al fracaso. Esta concepción de una baja autoestima se asocia con pensamientos irracionales como la excesiva necesidad de aprobación, el perfeccionamiento y la evitación de los problemas, así como una preocupación excesiva.

Además menciona que las correlaciones positivas entre una autoestima saludable y otros varios rasgos, están relacionados directamente con nuestra capacidad para conseguir lo que nos proponemos y conseguir la felicidad. Una *autoestima saludable* se correlaciona con la racionalidad, con el realismo y con la intuición; con la creatividad, la independencia, la flexibilidad y la capacidad para aceptar los cambios; con el deseo de admitir y de corregir los errores; con la benevolencia y la disposición a cooperar. Una *autoestima baja* se correlaciona con la irracionalidad y la ceguera ante la realidad, con la rigidez, el miedo a lo nuevo y a lo desconocido, con la conformidad inadecuada o con una rebeldía poco apropiada; con estar a la defensiva, con la sumisión o con el comportamiento reprimido en forma excesiva y el miedo a la hostilidad de los demás.

Considera que una *autoestima alta* busca el desafío y el estímulo de unas metas dignas y exigentes. El alcanzar dichas metas nutre la autoestima positiva. Una *autoestima baja* busca la seguridad de lo conocido y la falta de exigencia. El limitarse a lo familiar y a lo fácil contribuye a debilitar la autoestima. Cita que mientras más sólida es nuestra autoestima, mejor preparados estamos para hacerle frente a los problemas que se presenten en nuestra vida privada y nuestra profesión. Cuanto mayor sea nuestra autoestima, más ambiciosos tenderemos a ser, aunque no exclusivamente en nuestra profesión o hablando en términos financieros, sino en el sentido de lo que deseamos experimentar en la vida en un plano emocional e intelectual, de forma creativa y

espiritual. Por el contrario mientras más baja sea nuestra autoestima menor será lo que esperemos y menor será lo que probablemente aspiremos a conseguir.

Además sugiere que mientras mayor sea nuestra autoestima probablemente nuestras comunicaciones serán más abiertas, honradas y apropiadas porque creemos que nuestros pensamientos tienen valor. Cuanto menor sea nuestra autoestima, más probable será que nuestra comunicación sea más opaca, evasiva e inapropiada debido a la incertidumbre sobre nuestros pensamientos y sentimientos personales y/o la ansiedad a cerca de la actitud del que nos escucha. También cuanto mayor sea nuestra autoestima estaremos más dispuestos a tener relaciones que sean más gratificantes que perjudiciales.

Según Braden el nivel de nuestra autoestima tiene profundas consecuencias en cada aspecto de nuestra existencia: en la forma de actuar en el puesto de trabajo, en el trato con la gente, en el nivel a que probablemente lleguemos, en lo que podemos conseguir y en un plano personal, en la persona de la que probablemente nos enamoremos, en la forma de relacionarnos con nuestro cónyuge, con nuestros hijos y con nuestros amigos y en el nivel de felicidad personal que alcancemos.

Un concepto importante a considerar es el de relaciones cercanas. Aron (2003 en Kernis, 2006) las define como los patrones de interacción que involucran fuertes vínculos afectivos y considerable interdependencia entre individuos, tal como las relaciones románticas, la amistad y las relaciones padres-hijos. Estas son importantes relaciones en nuestras vidas ya que en ellas típicamente nos exponemos ante los otros, frecuentemente involucrando muchas de nuestras características personales, pensamientos, emociones, etc. Y es posible que el nivel de nuestra autoestima determine de cierta manera la forma en que se desarrollen o no nuestras relaciones cercanas.

Por ejemplo, Braden (1995) señala que no hay un obstáculo mayor en una relación romántica que el miedo a no sentirse merecedor del amor y el pensar que estamos destinados a sufrir. Tales temores dan pie a profecías que se cumplen por sí mismas. Pero si disfruto de un sentimiento fundamental de eficacia y valía y me considero a mí mismo digno de ser querido, entonces tendré fundamento para apreciar y querer a los demás. La relación amorosa parece algo natural, tengo algo para dar, no estoy atrapado en sentimientos de carencia tengo un “excedente” emocional que puedo canalizar en el amor. Y la felicidad no me hace ansioso, la confianza en mi capacidad, en mi valía y en tu habilidad para verla y apreciarla también dará lugar a profecías que se cumplan por sí mismas.

También menciona que si por el contrario me falta el respeto a mí mismo y no disfruto cómo soy, me queda muy poco para dar excepto mis necesidades insatisfechas. En mi empobrecimiento emocional tiendo a ver a los demás esencialmente como fuentes de aprobación o desaprobación. No los aprecio por ser quienes son ni como les corresponde, lo único que aprecio es lo que ellos pueden o no pueden hacer por mí. No busco gente con quien pueda admirar y con quien pueda compartir la emoción y la aventura de la vida, busco a gente que no me condene y quizás que se impresione por mi modo de ser por la faz que presente exteriormente. Mi capacidad para amar permanecerá sin desarrollar y esta es una de las razones por las que mis intentos de relacionarme con los demás, a menudo, fracasan y no es debido a que la concepción de



un amor apasionado o romántico sea intrínsecamente irracional sino a que me falta la autoestima necesaria para sobrellevarlo.

Una persona con baja autoestima intenta amar pero no tiene los cimientos de una seguridad interna, en su lugar está el temor interior de que sólo estoy destinado al dolor. Por lo tanto elegiré a alguien que inevitablemente me rechazará o me abandonará. O bien si eligiera a alguien con quien la felicidad pudiera ser posible, sabotearé la relación por solicitar muestras de una seguridad excesiva, manifestando un sentido posesivo irracional, considerando una catástrofe las fricciones pequeñas, buscando el control a través de la subordinación y la dominación; encontrando maneras de rechazar a mi pareja antes de que mi pareja me pueda rechazar a mí.

Desde el momento en que sabemos que estamos condenados, nos comportamos de una manera que hace que la realidad se amolde a nuestro conocimiento. Y sentimos ansiedad cuando hay una disonancia entre nuestro conocimiento y los hechos que percibimos. Dado que no se puede dudar o cuestionar nuestro conocimiento, son los hechos los que tienen que alterarse; de ahí el sabotaje a uno mismo. Quienes tienen baja autoestima creen que si alguien los ama, esa persona no es lo suficientemente bueno para sí, solo alguien que los rechace será objeto de su devoción. Braden hace hincapié en que observemos en las personas con baja autoestima el modelo básico de la autodestrucción. Si conozco que estoy predestinado a la infelicidad, no debo permitir que la realidad me confunda con la felicidad; no debo ser yo el que se debe ajustar a la realidad, sino que la realidad debe ajustarse a mí conocimiento de cómo son las cosas y cómo deben ser.

Asimismo Braden reflexiona que una autoestima poco adecuada se puede revelar en una mala elección de pareja, en un matrimonio que solo presenta frustraciones, en una profesión que no te lleva a ninguna parte, en aspiraciones que de alguna forma son sabotajes a uno mismo, en una misteriosa incapacidad para disfrutar del éxito, en el comer y vivir destructivamente, en los sueños que nunca se cumplen, en la ansiedad o depresión crónicas, en tener de forma habitual una baja resistencia a las enfermedades, en depender de las drogas en demasía, en un hambre insaciable de amor y de obtener la aprobación de los demás. En resumen una vida similar a una larga carrera de fracasos, para la que el único consuelo quizás es aquel triste mantra: "En definitiva, ¿quién es feliz?".

Braden (1969 en Mruk, 1999) también menciona el concepto de *pseudo autoestima*: si a una persona se le eliminan o él mismo evita, las fuentes legítimas de autoestima, entonces busca alternativas. El hombre siente tan intensamente la necesidad de una perspectiva positiva de sí mismo que puede evadir, reprimir, distorsionar su juicio, desintegrar su mente con el fin de evitar afrontar los hechos que pudieran afectar adversamente a su auto-valoración. Si los hombres carecen de autoestima, y dependiendo del grado de tal carencia, se sienten impulsados a fingirla, para crear la ilusión de autoestima condenándoles al fraude psicológico movidos por la desesperada sensación de que afrontar el universo sin autoestima. Lo que es equivalente a estar desnudos, desarmados y entregados a la destrucción. Como dice Branden, "Una de las consecuencias más desastrosas de una autoestima incapacitada o deficiente es que tiende a impedir o a minar la eficiencia del proceso de pensamiento del hombre privándole de la fuerza plena y de los beneficios de su propia inteligencia" Aunque emplear un sustituto artificial (pseudo autoestima) puede satisfacer temporalmente una

necesidad inmediata de autoestima, hacerlo durante un largo período de tiempo genera un terrible coste psicológico.

Braden además nos dice que la pseudo autoestima de un hombre se mantiene por dos medios: mediante la evasión, la represión, la racionalización y la negación de ideas y sentimientos que pudieran afectar adversamente a su auto-valoración y buscando derivar su sentido de eficacia y merecimiento a alguna otra cosa diferente de la racionalidad, algún valor o virtud que él experimente como menos demandante o más fácilmente alcanzable, como "cumplir con el deber propio" o ser estoico o altruista o tener éxito económico o ser sexualmente atractivo. El resultado de estas dinámicas negativas de autoestima es un círculo vicioso. Ahora la persona se enfrenta a dos problemas: la falta de autoestima real y la falta de capacidad incluso para verlo claramente. Ésta es la situación perfecta para el desarrollo de una neurosis.

Mendoza (1995 en Moyano, 2001) refiere que una característica de la *carencia de autoestima* es la excesiva preocupación por la aprobación de los demás. Para conseguir autoafirmación algunas personas se enamoran, pero como su carencia es interna ninguna fuente externa puede llegar a satisfacer esta necesidad, salvo momentáneamente.

Field (1996 en Sánchez, 2000) menciona que tener *alta autoestima* es sentirse confiado, apto para la vida o sea competente y merecedor, se dice que los individuos demuestran un alto grado de aceptación de sí mismos y hacia los demás. Reconocen sus cualidades y sus habilidades así como las de los otros; se sienten y desarrollan de manera segura en sus ambientes y en sus relaciones sociales. Tienden a tener sentido de pertenencia con otros, cuando se enfrentan a retos o problemas responden con confianza y logran un mejor éxito, se enorgullecen de ellos. Tienden a tener sentido de pertenencia con otros, cuando se enfrentan a retos o problemas responden con confianza y logran un mejor éxito, se sienten responsables de sus propias acciones y están orientados hacia sus metas. Este autor concretiza en la tabla 1 las características de una persona con alta y baja autoestima.

**Tabla 1 Características de una persona con alta y baja autoestima**  
**Field (1996 en Sánchez, 2000)**

PENSAMIENTOS Yo:	
- Creo en mí mismo	- No creo en mí mismo
- Confío en mi intuición	- No merezco nada
- Merezco lo mejor	- No me respeto a mí
- Soy digno	- Soy una víctima
- Me respeto a mí mismo	- Soy ineficaz
- Respeto a los demás	- Soy un fracaso
- Puedo hacer que ocurran cosas	- No valgo nada
- Puedo cambiar	- No puedo cambiar
- Tengo éxito	- Soy demasiado joven
SENTIMIENTOS Yo soy:	
- Espontáneo	- Nervioso
- Libre	- Inseguro
- Afectuoso	- Antisocial
- Optimista	- Depresivo
- Agradecido	- Culpable
- Equilibrado	- Inquieto

- Consciente de mis emociones	- Temeroso
<b>COMPORTAMIENTOS</b>	
Yo actúo: - Decididamente - Efectivamente - Con confianza - Abiertamente - Positivamente	Yo actúo: - Sin decisión - Con temor - Críticamente - A la defensiva - Pasivamente
Yo puedo: - Correr riesgos - Decir NO	Yo no puedo: - Correr riesgos - Decir NO
Yo poseo: - Una buena capacidad de comunicación	Yo poseo: - Poca capacidad de comunicación

Mruk (1999) presenta la existencia de cuatro tipos de autoestima basado en la combinación de una matriz entre merecimiento y competencia: <sup>1</sup>

**Autoestima alta:** la produce una historia de competencia alta y mucho merecimiento. Es más duro retroceder a posiciones más defensivas porque una sensación permanente de valía y capacidad positiva protege a las personas de las pruebas y tribulaciones de la vida mejor que otras localizaciones del mapa de la autoestima. Esto explica algunos de los hallazgos como que las personas con autoestima alta son menos críticas consigo mismas, más capaces de resistir la presión social, más capaces de actuar en base a sus propios criterios y valores y menos constreñidas por la ansiedad etc. En general, los individuos con autoestima alta están mejor preparados para afrontar los retos de la vida porque han adquirido cierto momento evolutivo asociado a éxitos pasados y un perdurable sentido del merecimiento. Otro factor es que la autoestima alta nos aísla mejor de los altibajos de la vida, aunque sigamos experimentándolos, los sucesos negativos no tienen tanta fuerza como la tendrían en otras circunstancias. Por último, la denominada cualidad hedónica de la autoestima a la que hacen referencia algunos investigadores, también es significativa. La experiencia afectiva positiva asociada con la autoestima alta nos refuerza para mantener esta dirección porque es más efectiva y más agradable que las otras alternativas.

**Autoestima baja:** implica deficiencias tanto en la competencia como en el merecimiento. Tal vulnerabilidad de doble filo es especialmente sensible a ser victimizada por el self, por los otros y por el mundo. Sentirse inmerecedor por ejemplo, nos ayuda en primer lugar, a entender por qué un individuo se implica en relaciones que son incluso perjudiciales. Además de reforzar lo experimentado, tal tratamiento también dificulta la búsqueda de fuentes de merecimiento, como la valoración ajena o la defensa de los propios derechos (indefensión aprendida). Además, ser visto como merecedor o competente haría tambalear los patrones existentes, requiere cambio, lo cual es más fácil de evitar que de afrontar. Todas juntas, estas fuerzas interactuantes crean un círculo vicioso que casi garantiza una confirmación permanente de los sentimientos de falta de merecimiento de la persona. Del mismo modo, las deficiencias en la competencia o en la percepción de tal carencia pueden actuar de muchos modos para predisponer a la persona al fracaso. La competencia baja nos lleva a centrar

<sup>1</sup> La matriz se puede observar en el capítulo Autoestima: Perspectivas Teóricas

selectivamente nuestra atención más en los problemas que en las posibles soluciones. Nos hace más incapaces de tolerar los fracasos y frustraciones derivados del aprendizaje de destrezas que son necesarios para el éxito.

Por último, la autoestima baja perpetúa los autodiálogos negativos relacionados con la no adopción de riesgos ante los retos de la vida. El grado de dificultad de cada componente varía con cada individuo particular, pero, en general, cuanto mayores son las deficiencias, más tendente es la persona a los factores asociados con la autoestima baja: infelicidad crónica con el self, una tendencia hacia la ineffectividad conductual, grados variables de depresión, niveles bajos de energía, algunas formas de alejamiento, ser victimizado por las relaciones pobres, ansiedad crónica, atribución del fracaso a causas internas, etc.

**Autoestima defensiva:** las personas tienen una visión distorsionada de sí mismos y también deben ser capaces de filtrar la información o el feedback de los otros y del mundo que entra en conflicto con su perspectiva. Mruk postula dos formas de vivir la autoestima defensiva.

*Autoestima defensiva tipo I Narcisita:* pueden experimentarse como merecedoras y sentir o actuar como si lo fueran. Pero también pueden verse a sí mismas como competentes aunque esta percepción no esté confirmada por la evidencia de sus logros o éxitos. La condición implica que una persona debe negar el hecho de carecer de los talentos o las habilidades necesarias para ser genuinamente competente en la vida o debe exagerar cualquier destreza y logro como forma de sobrecompensación, o ambos a la vez. La evitación del dolor es otro factor que motiva la continuación de tal autoengaño porque enfrentarse a la realidad de esta deficiencia significa reconocer una verdad dolorosa. Aquí la competencia es problemática, pero el merecimiento puede ser posible. Términos cotidianos para describir los niveles bajos de esta condición son consentido, engréido y centrado en sí mismo.

*Autoestima defensiva tipo II Pseudo autoestima:* basada en la combinación de competencia sin el correspondiente sentido del merecimiento. Aquí las personas pueden ser muy diestras de formas diferentes. Pueden ser física, social o intelectualmente competentes. Tales individuos pueden tener una historia decente, respetable o incluso de grandes logros. Pero el sistema de autoestima subyacente implica una deficiencia en el merecimiento que distorsiona la percepción, la experiencia y la conducta. De ahí que estos individuos se preocupen de su ejecución y fracaso porque creen carecer de competencia y merecimiento o pueden ser incapaces de experimentar satisfacción con sus logros y por el contrario deben demostrar constantemente su valía, lo que requiere una cadena sin fin de éxitos.

## **1.5 Investigaciones relacionadas**

La autoestima es posiblemente el rasgo de personalidad más estudiado, en lo que a su vinculación con el comportamiento amoroso se refiere. Varios marcos conceptuales nos dicen que la alta autoestima debería facilitar el experimentar atracción romántica. Autores como Fromm (1939 en Dion y Dion, 1975), Maslow (1970 en Dion y Dion, 1975) y Rogers (1959 en Dion y Dion; 1975) sostienen que los individuos que se aceptan y no son defensivos son más capaces de amar a otros y experimentar relaciones interpersonales satisfactorias. Jones (1973 en Dion y Dion, 1975) menciona que los

individuos con alta autoestima responden más favorablemente a una pareja romántica brindándole afecto que quienes tienen baja autoestima.

Rogers (1951 en Berscheid y Hatfield, 1969) también menciona que las personas que se aceptan a sí mismas tendrán mejores relaciones interpersonales con otros. Adler (1926) agrega que quienes se sienten inferiores deprecian a los otros. Por su parte, Horney (1939 en Berscheid y Hatfield, 1969) y Fromm (1939 en Berscheid y Hatfield, 1969) ven al amor como una capacidad y ven el amor de sí mismo y el amor de otros como positivamente relacionado.

Dittes (1959 en Berscheid y Hatfield, 1969) hipotetiza que la aprobación de otros debería ser especialmente recompensante para los individuos con baja autoestima. Asume que mientras menor sea el nivel de autoestima, más grande es la necesidad de mantener la autoestima, por ejemplo con la aceptación en el grupo. Por tanto cuando una persona es aceptada, esto satisface mayormente las necesidades de las personas con baja autoestima que las de las personas con alta autoestima.

Walster (1965 en Berscheid y Hatfield, 1969) propone que una persona debería sentir más afecto por alguien cuando su propia autoestima ha sido recientemente disminuida que cuando ha sido momentáneamente elevada. Da dos razones para esta predicción: Primero una persona con alta autoestima suele creer que tiene mucho que ofrecer a los otros y por tanto merece un amigo más atractivo y agradable a diferencia de lo que cree una persona con menor autoestima que se considera con menos que ofrecer a los demás. Goffman (1952 en Berscheid y Hatfield, 1969) sugiere que mientras más alta sea la evaluación que un hombre tiene de sí y de sus propios atributos sociales, más perfección creará que una mujer debe poseer para merecerlo. Si lo propuesto por Walster es verdad entonces una mujer debe parecer más aceptable y deseable para un hombre cuando la autoestima y requerimientos de este sean menores que cuando su autoestima y requerimientos sean altos. Segundo, la disminución del concepto de sí mismo produce un incremento en la necesidad de afecto y estima de otros, por tanto una persona cariñosa debe ser más atractiva para alguien cuando su auto confianza ha sido destrozada que cuando ha sido aumentada.

Walster (1969 en Berscheid y Hatfield, 1969) hizo un experimento para probar el efecto de los cambios en la autoestima sobre la receptividad para un gusto romántico, realizó lo siguiente: Las mujeres del colegio fueron invitadas a participar en un proyecto de investigación sobre procesos de personalidad. Como parte de este proyecto, se les aplicó el Inventario de Personalidad de California durante una sesión inicial. Poco tiempo después en la sesión subsecuente de prueba las mujeres encontraban un hombre, aparentemente por accidente, que indicaba que estaba muy interesado en ellas, lo cual sucedía de la siguiente manera. Se encontraban en la entrada donde ambos presumiblemente estaban buscando al experimentador. El hombre comenzaba a especular de una manera amigable con la chica a cerca de que las entrevistas eran parecidas y que el experimentador tardaba. Luego le decía algo de sí mismo. Por 15 minutos conversaba con la mujer con la intención de dejarle ver que estaba interesado en ella y preguntarle si podían comer y concertar una cita posterior.

Tan pronto como la cita se hacía, el experimentador aparecía y los llevaba a otra habitación. Allí la autoestima de algunas mujeres fue aumentada dándoles información autoritaria positiva a cerca de sí mismas y la autoestima de otras chicas fue disminuida

dándoles información autoritaria negativa a cerca de sí mismas. Después de esto se les pidió a las mujeres que valorar a los hombres bajo condiciones en las que deberían ser honestas y francas. Se encontró que las mujeres a las que se les había elevado temporalmente la autoestima fueron más receptivas al afecto de los confederados que las mujeres cuyas autoestimas habían sido temporalmente disminuidas.

Walster (1970) realiza otro estudio para conocer si la deseabilidad propia percibida influye sobre la deseabilidad de la pareja que elegimos, suponiendo que las personas con alta autoestima preferirán a alguien de mayor deseabilidad social que los individuos con baja autoestima quienes preferirán a alguien con menor deseabilidad social. Encontraron que las personas con alta y baja autoestima, no difieren en la preferencia por una cita, todos prefieren la persona más socialmente deseable (en atractivo físico y conociendo una autobiografía del otro).

Dion y Dion (1975) encontraron que los individuos altos en autoestima y bajos en defensividad reportaron más experiencias de amor romántico, frente a las personas con baja autoestima, pero manifestaban una menor intensidad en los sentimientos amorosos. Posiblemente, debido entre otras cosas a que presentan mayores habilidades sociales para entablar relaciones y conseguir la pareja deseada, no son tan dependientes como las personas con baja autoestima de la intensidad de sus lazos emocionales. (Dion y Dion, 1988 en Yela, 2000).

También las investigaciones revelan que la autoestima alta pronostica una gran felicidad personal como lo indica Meyers en su obra *The pursuit of happiness* (Braden, 1995). Lógicamente, una baja autoestima se correlaciona con la infelicidad. Lester et al. (1984 en Yela, 2000) hallaron que una alta autoestima estaba asociada con lo que los propios autores definen como “una actitud amorosa saludable”. En ese mismo sentido, Helm y Zenthoefler (1985 en Yela, 2000) han obtenido una relación positiva entre autoestima y satisfacción amorosa.

En relación a los estilos amorosos, diversos autores han estudiado la relación entre éstos y la autoestima obteniendo correlaciones positivas tanto con Eros (Mallanain y Daves, 1994 en Yela, 2000) como con Ludus (Hendrick y Hendrick, 1986 en Yela, 2000) y una correlación negativa con el estilo maníaco (Hendrick et al, 1988 en Yela, 2000; Mallanain y Davies, 1994 en Yela, 2000). Los sujetos con alta autoestima pueden permitirse el lujo de tantear distinta, relaciones con distintas parejas (Ludus), mientras que las personas con baja autoestima tratan de aferrarse a una relación a toda costa (Manía). La relación entre autoestima y Eros quizá no se deba tanto a que las personas con alta autoestima tiendan a enamorarse con mayor intensidad (Eros) como al hecho de que el estado de enamoramiento intenso (Eros) provoca un aumento de la propia autoestima, como comprueban Hendrick y Hendrick (1988 en Yela, 2000). Por su parte Ojeda (1998) encuentra que las personas con estilo Lúdico al parecer, en el fondo les angustia el solo hecho de pensar que pueden quedarse solas y por consiguiente no se estabilizan y mantienen sentimientos muy inestables con respecto a la persona que en determinado momento forma su pareja.

También hay estudios que demuestran que cuando la gente es hábil para satisfacer sus necesidades de autoestima juntos, la dinámica de la relación puede ser armoniosa y satisfactoria, pero si las tendencias en la regulación de la autoestima no van bien, esto puede ser fuente de conflicto (MacDonald, Zanna y Holmes, 2000 en Kernis, 2006).

Una relación de la autoestima con la pareja la encontró Rudich y Vallacher, (1999 en Kernis, 2006) quienes vieron que las personas frecuentemente tienden a asociarse con aquellos que les ayudan a satisfacer sus necesidades específicas con respecto a la autoestima. Varios estudios han mostrado que los individuos con baja autoestima tienden a buscar a otros que los acepten por ser “agradables”. Mientras que las personas con alta autoestima parecen buscar alguien que los respete y les refuerce sus opiniones.

Otras investigaciones encuentran una correlación moderada y significativa entre la autoestima de las personas y la calidad, naturaleza y estabilidad de sus relaciones, sea con la familia, con los amigos (Voss, Markiewicz y Doyle, 1999 en Kernis, 2006), con los padres (Harter, 1999 en Kernis, 2006) o con parejas románticas (Hendrick y Hendrick; Adler, 1988 en Kernis, 2006).

## Capítulo 2

### *ATRACCIÓN INTERPERSONAL*

“Dios los cría y ellos se juntan” “La familiaridad produce el menosprecio” “Los opuestos se atraen” “La ausencia hace crecer el cariño”. El interés en lo que atrae a las personas ha generado una gama de frases sobre los factores que son importantes y esto es comprensible porque la atracción interpersonal es la base para casi todas las relaciones sociales voluntarias (Coon, 2001). Así, se escribió este capítulo ya que la atracción es un determinante central en la elección que se realiza de una pareja en la actualidad.

Rage (1996) nos dice que se da una *relación interpersonal* cuando una persona se relaciona con otra, en cuanto participa de algún modo en aquello que como persona lo constituye. Es cuando se vuelve en sí y por sí mismo un yo íntimo y personal o lo que es igual un “tu”.

La atracción involucra entre otras cosas, las características percibidas en la persona que nos parece atractiva pero también depende de las necesidades, preferencias y deseos de la persona que se siente atraída y de la situación en la que se encuentren las personas. Nuestras propias necesidades y personalidades pueden afectar como percibimos a los otros y las reacciones que tenemos ante las situaciones. También es importante señalar que no todos los sentimientos de atracción son lo mismo que el amor y no necesariamente conducen a él (Miller, Perlam y Behm, 2007).

El hecho de asociarnos con otros implica que nos sentimos atraídos hacia ellos o que deseamos atraerlos hacia nosotros. De ahí que la percepción de la persona culmine con la elaboración de la impresión y el establecimiento de un nexo entre el observador y el sujeto (Heider, 1958 y Newcomb, 1968 en Rivera, 1992).

Los aspectos situacionales tanto de atracción interpersonal como de su desarrollo tienen que ser entendidos dentro de algún contexto, una cultura, una situación, un momento histórico y una determinada relación (Kerckhff, 1974 en Rivera, 1992). Es así que las características que se perciben como atractivas variarán en relación con la historia de socialización y el tipo de relación que se sostenía. De ahí que el sentir atracción y la forma en cómo esta se expresa, puede depender de variables cognoscitivas y situacionales (Rivera, 1992).

#### **2.1 Definición**

Newcomb (1961, en Avelarde, Rivera y Díaz-Loving, 1997) concibe la atracción como cualquier orientación directa de parte de una persona hacia otra que se puede describir en términos de signos (+ ó -) e intensidades.

Para Lindzey y Birne (1969 en Rivera, 1992) el concepto de atracción se puede definir operacionalmente como el resultado de la manipulación experimental empleada para registrarla; se habla de atracción como la elección positiva en una prueba sociométrica; como la calificación positiva o alta que da un individuo a otro, como la manifestación de hacer algo con alguien o estar cerca de alguien.



Huston (1974 en Rivera, 1992) menciona que la atracción se puede entender como una actitud compleja ya que comprende una serie de sentimientos y cogniciones que determinan una predisposición hacia las otras personas.

Berscheid y Hatfiel (1981 en Sternberg; 1989; 1982 en Rivera, 1992) nos dicen que la atracción interpersonal es la tendencia o la predisposición a evaluar positivamente a otra persona o a una representación de esa persona. Es decir, una actitud negativa o positiva hacia otra persona. Una representación puede ser cualquier cosa que nos recuerde a la otra persona o que de algún modo la evoque en nuestra mente. También comentan que la atracción tiene 3 componentes: el cognitivo (pensamientos), el afectivo (sentimientos) y el conductual (acciones).

Hendrik y Hendrik (1983 en Kimble, et al. 2002) la definen como las actitudes positivas o negativas hacia otro. En la amistad y en el amor existe atracción sin embargo la amistad no incluye interés ni conducta sexual a diferencia del amor que sí los incluye. Otra forma de atracción es la que existe entre los miembros de una familia aparte del cónyuge por ejemplo entre hermanas o entre madre e hijo, que designaremos con el vínculo sanguíneo o familiar.

Rivera (1992) observa que la atracción interpersonal es un sentimiento de agrado o desagrado hacia una persona. Sin embargo este sentimiento puede ser dirigido a las características de la persona que nos atrae, a sus emociones, a su forma de ser, a su forma de amar, a la forma en que se relaciona, etc. Tomando en cuenta que la atracción puede ser medida a través de diferentes formas. Rivera define a la atracción interpersonal como la diferencia entre la percepción real (lo que me gusta) e ideal (lo que me gustaría) de las características que se observan en un sujeto, basada en un número de adjetivos positivos y negativos que se utilizan para describirlo.

R. Sánchez y Díaz-Loving, (2000) mencionan que la atracción es la cuarta etapa del “Ciclo de acercamiento- alejamiento”. Es la primera etapa del amor romántico. Durante su expresión hay interés exacerbado por la persona, pues esta gusta físicamente e intelectualmente. Se fijan los sentidos en alguien en quien se desea adentrar, se piensa continuamente en esa persona o en la relación y se busca coincidir o ser afín con la persona. Se le idealiza y admira, pero siempre incluyendo un fondo sexual. En esta fase despiertan emociones intensas como agrado al estar con la persona, necesidad de acercarse físicamente a ella, nerviosismo, pena, locura pasional y placer ante la presencia de la persona estímulo. Además surgen sentimientos más profundos como cariño o afecto, alegría y cercanía emocional. No obstante puede haber cierto miedo al rechazo. Durante la interacción se hace todo por llamar la atención de la persona, se usa la coquetería y seducción, se es respetuoso, atento, cordial y se cuida a la persona.

Yela (2000) señala que la atracción interpersonal es una actitud positiva hacia una persona, originada fundamentalmente porque tal persona posee características socialmente deseables (atractivo físico, habilidades sociales, inteligencia, simpatía, amabilidad, sentido del humor, generosidad, etc), características personalmente deseables para la persona que se siente atraída y por la similitud de intereses, gustos y opiniones en general con esa persona.

Feldman (2001) la define como los sentimientos positivos hacia otros; afecto y amor.

En base a estas definiciones podemos decir que la atracción es la tendencia u orientación que tiene una persona hacia otra para evaluarla positivamente (Berscheid y Hatfiel, 1981 en Sternberg, 1989; Berscheid y Hatfiel, 1982 en Rivera, 1992; Newcomb, 1961 en Rivera, 1992) lo cual puede ser una actitud negativa o positiva hacia esta persona (Berscheid y Hatfiel, 1981 en Sternberg, 1989; Berscheid y Hatfield, 1982 en Rivera, 1992; Hendrik y Hendrik, 1983 en Kimble, et al. 2002; Huston, 1974 en Rivera, 1992), originada porque tal persona posee (o no) características social o personalmente deseables para la persona que se siente atraída (Yela, 2000).

## **2.2 Teorías Explicativas**

Se han propuesto varias teorías para tratar de explicar el surgimiento de la atracción. A continuación se enumerarán unas de ellas, describiéndolas según la línea en que se apoyan.

### **2.2.1 Teorías del Reforzamiento:**

- Teorías de refuerzo positivo (Byrne, 1971 en Yela, 2000; Cloro, 1977 en Yela, 2000; Griffit, 1974 en Yela, 2000): nos atrae quien nos refuerza (gratifica).
- Anticipación de refuerzos (Lott y Lott, 1974 en Yela, 2000): nos atrae quien nos produce expectativas de refuerzo.
- Teoría Instrumental (Centers, 1975 en Yela, 2000): nos atrae quien satisface nuestras necesidades. Pepitone (1964 en Rivera, 1992) indicó que la atracción que se siente por otra persona está en función de la satisfacción de necesidades que esa persona proporciona.
- Reforzamiento negativo (Kenrick y Cialdini, 1977 en Yela, 2000): nos atrae quien reduce las preocupaciones diarias.

### **2.2.2 Teorías Cognitivas:**

- Disonancia (Aronson y Mills, 1959 en Yela, 2000; Festinger, 1957 en Yela, 2000): nos atrae quien elegimos «libremente» y con esfuerzo.
- Equilibrio (Heider, 1958 en Yela, 2000 y Newcomb, 1961 en Yela, 2000): nos atrae quien (creemos) tiene actitudes similares a nosotros. El modelo de Newcomb (1960 en Rivera, 1992) plantea que la atracción interpersonal aparece acompañada de la atribución de valor compensatorio a la otra persona. Toma como punto de partida su teoría relativa a la fuerza en dirección a la simetría. Para Newcomb el fenómeno de semejanza es fundamental como factor para el fenómeno de la atracción interpersonal.  
Esta situación se debe a que la co-orientación de A y B con relación a X conduce a un sentimiento positivo entre A y B; la existencia de atracción entre A y B conduce a ambos a distorsionar sus percepciones con objeto de mantener el equilibrio del sistema A-B-X. Este autor señala diversas variedades de atracción interpersonal como la admiración, el respeto, la aceptación, la valorización y otras; y reserva el término atracción general para designar a la atracción compuesta por todas esas formas. Este modelo supone una visión sistemática de la relación entre las personas y determinados objetos, que exige para su comprensión el reconocimiento de la interdependencia de dichas variables.
- Teoría de Reciprocidad (Backman y Seco, 1959 en Yela, 2000): nos atrae aquel a quien (percibimos que) atraemos.

- Teoría de la Reactancia (Brehm, 1966 en Yela, 2000): nos atrae quien percibimos nos es prescrito tácita o explícitamente por la sociedad, por el grupo de pares o por el propio sujeto atrayente.
- Teoría de Autopercepción (Bem, 1972 en Yela, 2000): nos atrae aquel a quien reforzarnos (gratificamos) y con quien nos comportamos como si nos, atrajera.
- Atribución de voluntariedad (Tedeschi, 1974 en Yela, 2000): nos atrae quien creemos que nos refuerza voluntariamente.
- Procesamiento de información (Ajzen, 1977 en Yela, 2000): nos atrae quien nos proporciona información positiva.

### 2.2.3 Teorías del Intercambio Social:

- Teoría «Económica» (Homans, 1950; 1961 en Yela, 2000): nos atrae quien nos proporciona más «beneficios» que «costos».
- Teoría del nivel de comparación (Thibaut-Kelley, 1959 en Yela, 2000) nos atrae quien nos proporciona una interacción cuyo balance «costos/recompensas» supera nuestro «nivel de comparación» (subjetivo y variable). Thibaut y Kelley (1959 en Berscheid y Hatfield, 1969) vieron la atracción de una persona hacia otra como una proporción costo- beneficio en exceso de algún nivel mínimo. Este nivel mínimo es definido como nivel de comparación (CL) *comparison level en inglés*. El CL acorde a estos autores es algún valor modal o promedio de todos los resultados conocidos de la persona (en experiencias personales o vicarias) cada resultado valorado por su importancia (o el grado en el que es provocado por la persona en el momento). El nivel de comparación de una persona depende no solo sobre los resultados que el haya experimentado o haya observado en otros, las experiencias pero también cuáles de éstas están activamente estimulándolo, son recordadas para que el haga una evaluación de las circunstancias.  
Acorde a estos teóricos el grado en el que una persona se sentirá atraída hacia otra dependerá de si los resultados que obtiene de la otra persona están por arriba o por debajo de su CL. Si los resultados en una relación están por encima del CL, esa relación será recompensante y satisfactoria pero si los resultados están por debajo del CL la persona se encuentra insatisfecha e infeliz con la relación. También nos dicen que una persona puede continuar con una relación con la que se sienta insatisfecha es decir que los resultados que obtiene están por debajo de su CL. Para explicar esto introducen el concepto de nivel de comparación por alternativas (CL alt.). El CL alt. actúa como un estándar contra el cual la persona evalúa si desea o no permanecer en una relación y es definido como el nivel mínimo de resultados que un miembro aceptará a la luz de otras oportunidades alternativas. Aunque un individuo no se sienta atraído hacia otro puede continuar en la relación porque no hay más posibilidades deseables alternativas (los resultados que el obtiene en la relación son sobre su CL alt).
- Poder y vulnerabilidad (Kelvin, 1977 en Yela, 2000): la atracción es un intercambio entre poder (el que atrae) y vulnerabilidad (el atraído); nos atrae quien nos suscita tolerancia a esa vulnerabilidad.
- Teoría de la Equidad (Walster et al, 1978 en Yela, 2000): nos atrae quien nos ofrece y pide algo similar (en términos de gratificaciones y esfuerzos) a lo que nosotros le ofrecemos y damos.

- Teoría de los Recursos (Foa y Foa, 1980 en Yela, 2000): nos atrae quien nos proporciona el tipo de recursos deseado (amor, servicios, sexo, bienes, dinero, información, estatus).

## **2.3 ¿Qué atrae a las personas entre sí?**

### **2.3.1 Activación fisiológica**

La activación fisiológica es un elemento fundamental dentro de la atracción física sentida hacia una persona aunque como casi que se habla de factores biológicos o fisiológicos no está del todo claro si son parte de las causas de esa atracción física, si son parte de sus efectos o si son el correlato conductual a nivel fisiológico del fenómeno global de la atracción. La activación fisiológica puede ser general (nerviosismo, euforia, sudoración de manos, aceleración cardiaca, etc) y/o específicamente sexual (excitación, erección o lubricación, etc). Sin embargo ambos tipos están relacionados con la atracción física y el enamoramiento (Aron et al., 1989 en Yela, 2000; Berscheid y Walster, 1969; Dutton y Aron, 1974 en Yela, 2000).

Este estrecho vínculo entre arousal y enamoramiento, nos remite a la importancia del contexto situacional en el surgimiento del enamoramiento (Averill y Boothroyd, 1977; Cook y McHenry, 1978; Kerckhoff, 1974; en Yela, 2000; Rubin, 1973). De hecho éste suele surgir en un contexto de alta activación, lugares ruidosos (discoteca, fiesta, concierto), novedosos (un viaje, una experiencia no vivida anteriormente), placenteros, y distintos de la rutina (un fin de semana «loco», unas vacaciones, una acampada, una tarde en el río, en un parque, una noche en la playa, etc.), y situaciones peligrosas o amenazantes (compartir experiencias emocionantes e intensas como enfrentarse a un meta difícil juntos, transgredir una norma paternal o social, enfrentarse juntos a un problema serio personal o social, o afrontar un peligro físico real o simulado puente colgante, montaña rusa, etc).

Farré (2000) define el enamoramiento como una atracción irresistible hacia una persona que nos llega a absorber casi por completo. Emoción, pasión y sentimiento se incardinan entre sí, provocando entusiasmos eróticos e interpersonales. Con el deseo y afinidad se asocia un estado de encantamiento por una persona concreta que es percibida como única e insustituible y se convierte en el eje de nuestra vida, promoviendo impulsos de unión, entrega, posesión y gozo con el otro. Los sentimientos de ternura y de reciprocidad se unen a las fantasías y los comportamientos de proximidad y compromiso.

### **2.3.2 Recompensas que se nos dan**

El principio psicológico de reforzamiento es muy frecuentemente utilizado para predecir la atracción interpersonal. Nos gustarán quienes nos recompensen y nos disgustarán quienes nos castiguen (Berscheid y Hatfield, 1969). La suposición fundamental es que nos sentiremos atraídos por aquellos cuya presencia es recompensante para nosotros (Clore y Birne, 1974 en Miller, et al. 2007; Lott y Lott, 1974 en Miller, et al. 2007).

Byrne y Clore (1970 en Kimble, et al. 2002) propusieron el modelo de reforzamiento-afecto para la atracción en el que postulan que un evento positivo (estímulo incondicionado) nos produce un sentimiento también positivo (respuesta

incondicionada). Asimismo un evento desagadable sirve de estímulo incondicionado en las reacciones negativas.

Dos tipos diferentes de recompensas influyen en la atracción: las recompensas directas que recibimos de nuestras interacciones con otros y las recompensas indirectas que son meramente asociadas con la presencia de otros. Las *recompensas directas* se refieren a todas las consecuencias positivas que obtenemos de estar con alguien, por ejemplo cuando una persona nos muestra atención, interés y aprobación nosotros disfrutamos esas conductas recompensantes. Cuando una persona es graciosa y bella, nosotros sentimos placer por esas características recompensantes y cuando una persona nos da acceso a metas deseables como dinero o estatus, sentimos placer con la oportunidad presentada. Mientras más de estas recompensas nos da una persona, más nos sentiremos atraídos hacia ella (Miller, et al. 2007).

Sin embargo también cuando estamos en compañía de alguien bajo circunstancias placenteras sentimos atracción hacia esa persona porque sentimos atracción por asociación (Miller, et al. 2007) como lo corroboran Lott y Lott (1961 en Berscheid y Hatfield, 1969) quienes han razonado que a una persona debería gustarle no solo aquellos que le dan recompensas sino también aquellos que están presentes físicamente cuando ellos reciben recompensas aunque no tengan nada que ver con las recompensas. Ellos postulan que la respuesta de agrado hacia una recompensa viene relacionada a todos los estímulos discriminables presentes en el momento del reforzamiento y otra persona obviamente puede ser un estímulo discriminable.

Para comprobar si en efecto uno tiende a sentir preferencia o gusto hacia quienes solo estaban presentes en el momento de recibir un reforzamiento, estos autores formaron grupos de niños de tres miembros, cada grupo jugó un juego en el cual algunos miembros del grupo fueron recompensados y otros no. También siguiendo la participación en el juego, fueron aplicadas pruebas sociométricas. Específicamente se les preguntó a los niños que escogieran cuales serían los dos miembros con los que les gustaría ir en sus siguientes vacaciones familiares. Los resultados indicaron que los niños que habían sido recompensados escogieron miembros de sus grupos de tres personas (que estuvieron presentes en el momento de la recompensa) significativamente con mayor frecuencia que los niños que no fueron recompensados escogieron miembros de sus grupos de tres personas.

Acorde a lo antes postulado una persona antes estímulo neutral se convertirá en estímulo condicionado de sentimientos positivos si la apareamos con un evento positivo (Kimble, et al. 2002). Por lo tanto Lott y Lott concluyen que la recompensa de éxito en el juego había sido condicionada a los otros miembros del grupo y esto condujo a un incremento en el agrado sentido hacia estos miembros. Los resultados de este estudio fueron corroborados subsecuentemente por James y Lott (1964 en Berscheid, Hatfield, 1969). Por tanto con el tiempo nos simpatizan los individuos que se asocian a eventos positivos y sentimos antipatía por los que se asocian a eventos negativos (Kimble, et al. 2002).

Por ejemplo Homans (1961 en Berscheid y Hatfield, 1969) nos dice que una condición necesaria para recibir la estima de otros, es nuestra capacidad de recompensarlos. Si alguien tiene capacidades por ejemplo habilidades, experiencia, inteligencia, etc., que los demás no tienen y usa esas capacidades para recompensar a otros, conseguirá estima

de ellos. En otras palabras alguien que de recompensas que escasean es más probable que evoque atracción que aquellos quienes dan recompensas que son relativamente comunes.

Homans también considera los costos y las recompensas que uno puede tener en una relación e introduce el término de ganancia que es definido como la cantidad de recompensa que una persona recibe de una interacción menos el costo que se tuvo en la interacción. La cantidad de aprobación social o la estima que uno tiene de otros es hipotetizado como una función de la ganancia que se obtiene de la interacción de uno con los demás.

### **2.3.3 Reciprocidad**

Las observaciones diarias nos dan gran evidencia de que valoramos mucho el que los otros nos estimen y trabajamos duro para conseguir este refuerzo. En la televisión y los comerciales por ejemplo se ofrecen muchos productos bajo la premisa de que conseguiremos la admiración y el afecto de otros. Por tanto si la estima de los otros es en sí una recompensa y si es verdad que nos gustan aquellos que nos recompensan, lo siguiente es que nos guste la gente a la que le agradamos (Berscheid yHatfield, 1969).

### **2.3.4 Adulación**

Jones y Wortman (1973 en Kimble, et al. 2002) encontraron que las conductas adulatoras tienen el objeto de hacer al emisor más atractivo a los ojos del receptor. La adulación suele consistir en elogiar a alguien diciéndole cosas positivas de él. Sin embargo indican que estos actos suelen ser menos convincentes si el otro descubre la falta de sinceridad del agente. En consecuencia se recomienda no abusar de estas técnicas.

### **2.3.5 Conductas seductoras**

También el ser objeto de conductas seductoras tenderá a generar atracción, aunque, como es lógico, dependerá de las características físicas y personales del seductor y de sus habilidades seductoras. Al mismo tiempo, cada uno establece sus propias aspiraciones amorosas en función de la autoevaluación del grado de deseabilidad social que se posee y de esa autoevaluación y de su comparación con la deseabilidad social del sujeto atrayente; depende, en buena parte, la disposición a iniciar o no la seducción (Rubin, 1973 en Yela, 2000).

Los principales factores que influyen sobre nuestra decisión de seducir a alguien que nos atrae físicamente son: que exista algo de incertidumbre sobre la reciprocidad de atracción (si es obvia no habrá seducción, sino interacción íntima directa y si es claramente inexistente ahorraremos esfuerzos y decepciones), que exista alguna sospecha positiva sobre dicha reciprocidad (ya sea por nuestra percepción de determinados signos en dicha persona, o por algún comentario de otras personas) y que exista confianza en nuestras propias habilidades de seducción (Huston y Levinger, 1978 en Yela, 2000).

### 2.3.6 Proximidad

Miller, et al. (2007) nos dicen que sentimos atracción hacia aquellos que se encuentran cerca físicamente, pues son más reforzantes las relaciones que involucran la presencia física de otros. Podemos conocer gente por el chat pero es más recompensante oír sus voces, ver sus sonrisas y tomar sus manos. Además es necesario encontrar a la gente para poder quererla, aunque no tengo que querer a toda la gente que encuentro. Por tanto se encuentra una clara conexión entre la proximidad física y la atracción interpersonal.

Una frecuente y común aceptación es torno a la atracción es que la proximidad, tiene una fuerte influencia sobre la elección de las amistades. Es más probable que se atraigan los individuos que están geográficamente cerca. (Berscheid yHatfield, 1969). En un estudio clásico de Festinger, Schachter y Back (1950 en Miller, et al. 2007) se examinó la amistad de estudiantes que vivían en el campus en el Instituto Tecnológico de Massachusetts. Aquellos que vivían cerca de otros fue más probable que se hicieran amigos que aquellos que vivían más alejados. Y era más probable que conocieran y sintieran afecto por las personas que vivían cerca que por las que residían más lejos.

Como se explicó arriba la proximidad es recompensante y si esto es así entonces la distancia es costosa, ya que es más fácil sentirnos recompensados por quienes están cerca que por quienes están lejos (Miller, et al. 2007), por ejemplo las relaciones amorosas distantes son menos recompensantes que las cercanas, una expresión de amor en un e-mail es menos placentera que un beso en la mejilla (Van Horn et al, 1997 en Miller, et al. 2007).

### 2.3.7 Simple exposición

La proximidad también involucra que exista *familiaridad* debido al contacto repetido. Este contacto repetido o la *simple exposición* de alguien usualmente incrementa nuestro gusto por él o ella e incluso puede hacerla más atractiva (Bornstein, 1989 en Miller, et al. 2007). Solemos sentir más cariño por ejemplo por un compañero de nuestro salón, aunque no sea nuestro amigo que por alguien de la escuela que no hemos visto y con quien no tenemos contacto por tanto podemos decir que la proximidad aumenta la atracción.

Sin embargo hay límites ya que la constante exposición a algo puede hacerlo aburrido cuando nos saturamos de él (Bornstein, 1989 en Miller, et al. 2007) por lo tanto la familiaridad incrementa la atracción pero la sobre exposición no lo hace y la cercanía de personas que nos desagradan no necesariamente conduce a que nos agraden (Ebbesen, Kjos y Konecni, 1976 en Miller, et al. 2007). La mejor conclusión es que la proximidad acentúa nuestros sentimientos hacia los otros por tanto si somos hábiles para llevarnos bien con los otros, nos agradarán aquellos que se encuentren cerca pero si ellos nos molestan, la proximidad puede solo empeorar las cosas.

### 2.3.8 Atractivo físico

Es importante señalar que fenómeno del atractivo físico tiene implicaciones favorables o desfavorables en la vida de las personas dependiendo del contexto social y cultural en el que se encuentren, por tanto es importante su estudio. El atractivo físico en muchas

ocasiones genera atracción física que según Yela (2000) es un tipo de atracción, basada fundamentalmente en el atractivo físico y en el deseo sexual, que suele ser corriente durante el enamoramiento y en las primeras fases del proceso amoroso, disminuyendo posteriormente su intensidad.

El atractivo físico es algo muy importante para la sociedad y debido a esto los científicos han estudiado el efecto de éste, descubriendo que tiene gran importancia en la interacción social. Coon (2001) señala que el *atractivo físico* se refiere al grado de belleza física de una persona, definido por su cultura. Lott y Lott (1972 en Rivera, 1992) indican que una persona atractiva evoca una amplia variedad de conductas abiertas y cubiertas clasificables como atracción. Una persona no atractiva evoca conductas de evitación. La gente se dirige a aquellos que les agradan. Este movimiento puede ser abierto (movimientos corporales), afirmaciones verbales de intención implícita, actos simbólicos o representacionales, etc.

El atractivo físico tiene una substancial influencia sobre la primera impresión que nos dan las personas y tal como se esperaría, a las personas bellas se les considera consistentemente más atractivas (más amables y mejores personas) que a las de apariencia promedio (Etcoff, 1999 en Miller, et al. 2007). Esto se debe en parte al *efecto de halo*, una tendencia a generalizar una impresión favorable a características personales que no están relacionadas; por ello suponemos que las personas atractivas también son agradables, inteligentes, afectuosas, graciosas, sanas mentalmente y hábiles socialmente (Feingold, 1992 en Coon, 2001). Lo que nos sucede con el efecto del halo es que la comprensión inicial de que una persona tiene rasgos positivos se usa para inferir otras características igualmente positivas dado que el atractivo físico es lo primero que se percibe de una persona, al ser lo más externo (Cook y McHenry, 1978 en Yela, 2000; Dion, Berscheid y Walster, 1972; Petzold, 1992 en Feldman, 2001; Wilson y Nias, 1976 en Feldman, 2001).

En buena medida, nuestras percepciones, evaluaciones y comportamientos con la gente están influenciados por los sentimientos y reacciones que nos provocan sus rasgos físicos (Griffitt, 1979 en Yela, 2000). Y por lo general actuamos usando el estereotipo de **“lo que es bello es bueno”** que (al igual que el efecto del halo) nos lleva a asumir que la gente atractiva posee rasgos deseables que complementan su apariencia deseable (Dion, Berscheid y Walster, 1972). Sin embargo hay límites en los rasgos que asociamos con la belleza. Por ejemplo no esperamos que las personas bellas sean más honestas o que se preocupen más por los demás (Johnson, 1991 en Coon, 2001). El estereotipo del atractivo nos lleva a asumir que las personas bellas son vivaces, con habilidades sociales, razonablemente inteligentes y bien ajustadas (Eagly, Ashmore, Makhijani y Longo, 1991 en Miller, et al. 2007). También hay un lado inconveniente de la belleza, pues se asume que la gente bien parecida es más probable que sea promiscua y vanidoso (Dermer y Theil, 1975 en Miller, et al. 2007).

En Korea por ejemplo la gente bien parecida es apreciada como más sociable, inteligente y con habilidades sociales, al igual que en USA. Sin embargo ya que en Korea tienen una cultura colectivista también se considera que la gente atractiva suele ver por el bienestar de los demás, un resultado que no es obtenido en el Occidente (Wheeler y Kim, 1997 en Miller, et al. 2007).



En realidad el atractivo físico casi no tiene conexión con la inteligencia, el talento o las capacidades (Feingold, 1992 en Coon, 2001). Aunque la sociedad pretenda conocer las características individuales en base a la información dada por la apariencia física, no tiene porque existir relación entre ésta y las habilidades o cualidades de una persona. Sin embargo lo que esto produce es una ventaja para las personas atractivas y una desventaja para las que no lo son tanto. Las personas bien parecidas son menos solitarias, menos ansiosas socialmente, más populares, con mayores habilidades sociales y más experiencia sexual que las personas que no son atractivas (Feingold, 1992 en Coon, 2001). En lo que se refiere al romance, el atractivo físico tiene más influencia en el destino de una mujer que en el de un hombre (Feingold, 1990 en Coon, 2001). Por ejemplo hay una fuerte relación entre la belleza física de una mujer y la frecuencia con que tiene citas, mientras que para los hombres la belleza no se relaciona con este factor (Coon, 2001).

En nuestras interacciones diarias con otras personas el aspecto físico es lo primero en lo que nos fijamos. Kimble, et al (2002) nos dicen que la existencia comprobada del estereotipo de “lo bello es bueno” (Dion et al, 1972) significa que si un agente parece atractivo para el receptor probablemente le cause una primera impresión positiva como hemos visto. Para el receptor *las conductas* del agente indican que es amistoso, inteligente o que reúne otras cualidades debido al estereotipo del atractivo. Como resultado las personas que poseen atractivo físico son más populares que aquellas que no lo tienen si todos los demás factores son iguales.

Esto parece ser cierto incluso durante la infancia, debido a que los niños que asisten a las guarderías determinan la popularidad en base al atractivo físico (Dion y Berscheid, 1974 en Feldman, 2001) criterio que se conserva hasta la vida adulta (Feldman, 2001). Sin embargo algunos estudios como los de Sigall y Aronson (1968 en Kimble, et al. 2002) y Sigall y Ostrove (1975 en Kimble, et al. 2002) revelan que el receptor no se hará una buena impresión, si alguien bello observa una conducta negativa con él o si parece que explota su aspecto físico para obtener una ventaja personal.

De hecho el atractivo físico puede ser el elemento de mayor importancia para generar el afecto inicial durante las citas entre universitarios, aunque su influencia disminuye finalmente cuando las personas se conocen mejor (Agnew y Thompson, 1994 en Feldman, 2001; Hatfield y Sprecher, 1986 en Feldman, 2001; Kowner y Ogawa, 1995 en Feldman, 2001; Zuckerman, Miyake y Elkin, 1995 en Feldman, 2001; Keller y Young, 1996 en Feldman, 2001). Pues como se ha venido revisando, la influencia de la belleza es mayor en el primer contacto (Keller y Young, 1996 en Coon, 2001). Después adquieren importancia cualidades personales más sustanciales (Berscheid, 1994 en Coon, 2001) ya que se necesita más que la apariencia para formar una relación duradera (Coon, 2001). Como hemos visto el atractivo físico en el primer encuentro es casi todo lo necesario para la satisfacción, la teoría triangular de Sternberg (1989) explica esto diciendo que el componente pasional del amor se manifiesta antes que los otros.

#### 2.3.8.1 ¿Qué es atractivo?

E. Fromm (1992) nos dice que “Atractivo” significa habitualmente un buen conjunto de cualidades que son populares y por las cuales hay demandas en el mercado de la personalidad. Las características específicas que hacen atractiva a una persona dependen de la moda de la época, tanto física como mentalmente.

### *Pautas presumiblemente universales*

A pesar de que existen diferencias de persona a persona en lo que se considera un aspecto atractivo, la gente normalmente comparte las nociones de que es hermoso y que no lo es (Marcus y Miller, 2000 en Miller, et al. 2007). Además estos consensos existen a través de los grupos étnicos (Cunningham, Roberts, Barbee, Druen y Wu, 1995 en Miller, et al. 2007). Rosembalt (1974 en Yela, 2000) encontró que entre las características que producirían universalmente atracción se han destacado la similitud (entre el atraído y el atrayente), las habilidades y la belleza física. Sin bien respecto a las dos últimas hay que puntualizar que cada cultura define unos criterios específicos sobre qué se considera atractivo y que destrezas son más valoradas.

No obstante parece haber ciertos rasgos físicos que producen atracción con carácter bastante universal (aunque siempre se encuentran excepciones). Wilson y Nias (1976 en Yela, 2000) han descubierto que los estímulos desencadenantes de la atracción física se centran principalmente en las características que bien de forma natural o bien por costumbres socioculturales diferencian a uno y otro sexo. Los hombres tienden a sentirse más atraídos por mujeres con escaso bello, pechos grandes, cinturas estrechas, cejas finas, caderas moderadamente anchas, piel suave y complexión sinuosa, piernas finas y esbeltas y nalgas moderadamente salientes (entre los rasgos definidos culturalmente que tienden a reforzar esas diferencias, están la depilación, el uso de escotes, el maquillaje, las uñas y pelo largos, el uso de tacones, la ropa ceñida y las faldas cortas).

Por su parte las mujeres se sienten atraídas generalmente por hombres con espaldas y pechos amplios, caderas no anchas, una mandíbula fuerte, manos grandes, piel dura, cejas pobladas, nalgas pequeñas, figura robusta (altura y fuerza), ausencia de tripa y rasgos faciales moderadamente grandes (ojos, labios, boca, nariz, pero no exagerados). Ambos géneros comparten atracción por los signos de salud y juventud y consecuentemente el rechazo a los signos de enfermedad o vejez. Existe otra larga serie de rasgos externos por ejemplo el vestuario cuya influencia sobre el atractivo dependerá estrechamente de los valores personales y grupales del perceptor.

Por lo que respecta específicamente a características faciales universales que producen atractivo físico, aunque la mayoría de los estudios concluyen que no existe ningún estándar universal de belleza, las tres preferencias más extendidas según Cook y McHenry, (1978 en Yela, 2000) serían las caras infantiles, los rostros conocidos (el efecto de la familiaridad) y los semblantes limpios (sin elementos como suciedad, heridas, surcos, granos, etc). Los rasgos expresivos (como sonrisa grande y pupila abierta (Cunningham, 1987 en Yela, 2000) y moderados (es decir rasgos y apéndices faciales no excesivamente grandes ni pequeños) (Wilson y Nias, 1976 en Yela, 2000).

También se considera que las mujeres son más atractivas si tienen características faciales infantiles (de bebe) como ojos grandes, nariz pequeña, mentón pequeño y labios llenos, la mujeres que presentan estas características se consideran atractivas en todo el mundo (Jones, 1995 en Miller, et al. 2007). El punto es parecer femenina y joven (Cunningham, Druen y Barbee, 1997 en Miller, et al. 2007).

Y para ambos sexos encontramos que los rostros simétricos son más atractivos (Grammer y Thornhill, 1994 en Miller, et al. 2007). Es importante considerar que la belleza también se puede asociar con la salud ya que puede ser ésta un signo de que alguien tiene buena salud y se hará un mejor emparejamiento con ella que con alguien de rostro imperfecto (Miller, et al. 2007). Aunque nada es certero ya que aunque esperemos que las personas con rostros atractivos sean especialmente saludables, no siempre es así (Kalick, Zebrowitz, Langlois y Johnson, 1998 en Miller, et al. 2007).

El atractivo físico de la pareja es más importante para el hombre, solo hay que observar que la mayoría de los cosméticos están hechos para la mujer (Kalb, 1999 en Miller, et al. 2007) que sabe que el hombre la está juzgando por como se ve. Sin embargo la mujer también se siente atraída por un hombre guapo y como se ha venido repitiendo el atractivo físico puede ser la influencia más importante en la atracción temprana de ambos sexos (Miller, et al. 2007).

Un dato interesante es que se ha visto que los bebés de tres meses tienden a ver más tiempo los rostros de las personas atractivas (Langlois, Ritter, Roggman y Vaughn, 1991 en Miller, et al. 2007). Lo cual puede ser un indicio que posiblemente incluso los bebés se sientan más atraídos hacia las personas atractivas.

#### *La sociedad y el atractivo*

Beach y Ford (1951 en Yela, 2000) señalan que se ha constatado la gran variabilidad transcultural en cuanto a las preferencias estéticas que subyacen por debajo de los rasgos universales comentados arriba. Yela (2000) nos dice que las características que nos atraen de una persona están en buena parte determinadas socioculturalmente y en una sociedad con cambios constantes. Cook y McHenry (1978 en Yela, 2000) por su parte señalan que tanto las pautas de seducción como las del noviazgo, se ajustan a los roles y normas sociales de cada cultura concreta, por lo que varían notablemente de una a otra.

Por tanto esto nos sugiere la posibilidad de que tanto la naturaleza humana como las condiciones medio ambientales trabajan juntas para formar un juicio colectivo sobre lo que es o no es bello (Miller, et al. 2007). A pesar de que la sociedad afirma que todos somos iguales, en muchas ocasiones se atribuyen rasgos diferenciales y se trata de manera diferente a las personas según su nivel de atractivo físico, desde la infancia hasta la adultez. El valor del atractivo físico crece constantemente en la sociedad, prueba de ello son los medios de comunicación como la televisión, el radio, las revistas, etc. que constantemente bombardean al consumidor con ideas relacionadas a alcanzar un estándar de atractivo físico pre especificado, las comidas sin calorías, los aparatos de ejercicio, ropa determinada “de marca”, los tintes, cirugías estéticas, los cosméticos, etc. son más ejemplos de la importancia que se le está dando a la apariencia observable.

Sangrador (1993 en Yela, 2000) por ejemplo incide en la asociación “bello-bueno” que se establece de forma muy sólida a través del proceso de socialización desde los cuentos infantiles, los dibujos animados, las películas del cine, las series de televisión etc. Así vemos que en las preferencias particulares de cada persona, de quien le parece atractivo tienen una fuerte influencia sus redes interpersonales y los criterios socioculturales (Yela, 2000).

### *2.3.8.2 Características de las personas atractivas*

Las mujeres bellas consiguen más citas (Reis, Wheeler y Nezlek, 1980 en Miller, et al. 2007) que las de menor grado de atractivo físico. Además las personas en general tienden a disfrutar más sus interacciones con mujeres atractivas, ellas hablan más y se involucran más, por lo que sienten que las interacciones son de mayor calidad (García, Stinson, Ickes, Bissonette y Briggs, 1991 en Miller, et al. 2007). Los hombres guapos la pasan bien también, reciben más sonrisas, conversación y sentimientos positivos de los otros que los hombres no atractivos (García et al., 1991 en Miller, et al. 2007; Stiles, Walz, Schroeder, Williams y Ickes, 1996 en Miller, et al. 2007).

No existe una correlación entre la belleza de la mujer y el tiempo que pasa en interacciones con hombres. Las mujeres bellas consiguen más citas pero las mujeres poco atractivas también pasan mucho tiempo interactuando con hombres en grupo. Por el contrario la apariencia de los hombres sí está correlacionada con el número y la longitud de las interacciones que tienen con mujeres. Los hombres poco atractivos tienen menos interacciones y de menor duración con mujeres; que las que tienen los hombres bien parecidos (Reis et al., 1982 en Miller, et al. 2007). También la gente atractiva tiende a ser más popular, con habilidades sociales, menos solitaria y un poco más feliz que el resto (Diener, Wolsic y Fujita, 1995 en Miller, et al. 2007; Feingold, 1992 en Miller, et al. 2007).

### *2.3.9 Similitud*

Byrne (1970 en Tapia, 2005) afirma que es reforzante estar con personas similares a nosotros, ya que recibimos recompensas de nuestras amistades al existir un acuerdo mutuo; por el contrario es aversivo tratar con personas que no están de acuerdo con nosotros. Por otro lado, Newcomb (1961 en Tapia, 2005) de acuerdo con la teoría de disonancia de Festinger, considera que al estar en una relación intentamos mantener un balance cognitivo, por lo que es disonante que no nos atraiga alguien que está de acuerdo con nosotros. Newcomb también establece que la similitud influye profundamente en la atracción personal.

La teoría de la integración de la información (Kaplan y Anderson, 1973 en Kimble, et al. 2002) nos dice que el acuerdo suministra información de valencia positiva y el desacuerdo información de valencia negativa para el juicio por tanto a un mayor acuerdo (que probablemente ocurrirá entre las personas similares) corresponde más atracción. Es importante señalar que casi todas las clases de similitud entre las personas causan atracción; demográficas, edad, sexo, raza, educación, religión, clase social, actitudes y valores (Warren, 1966 en Miller, et al. 2007).

Nahemow y Lawton (1975 en Tapia, 2005) revelan que en general hacemos amigos con personas que se parecen o que percibimos como parecidas a nosotros. Además está comprobado que tendemos a casarnos con alguien que es como nosotros casi en todo, en un patrón llamado homogamia (Caspi y Herbener, 1990 en Coon, 2001). Los estudios muestran que las personas casadas son muy similares en edad, educación, raza, religión y antecedentes étnicos. Además la correlación entre sus actitudes y opiniones es de 0.5, para las capacidades mentales es de 0.4 y para la posición socioeconómica, estatura, peso y color de ojos es de 0.3 (Coon, 2001).

Por tanto en los matrimonios más estables se observa que, los rasgos de personalidad tienden a corresponder muy estrechamente (Kim, Martin y Martin, 1989 en Coon, 2001). A la inversa el riesgo de divorcio es mayor entre parejas con diferencias considerables en edad y educación (Tzeng, 1992 en Coon, 2001). En el primer encuentro que tiene una pareja su atracción se basa primariamente en la información que involucra atributos como el sexo, la edad, y la apariencia física y más adelante la atracción se basa en la similitud de actitudes y creencias (Murnstein's, 1987 en Miller, et al. 2007).

#### *2.3.9.1 Similitud de Actitudes*

Nos atraen aquellos que poseen actitudes similares a las propias y también nos percibimos más similares a aquellos que nos agradan y menos similares a aquellos que nos desagradan (Berscheid y Hatfield, 1969).

#### *2.3.9.2 Similitud de Atractivo Físico*

Otro efecto constatado es que a pesar de desear que nuestra pareja tenga el mayor atractivo físico posible, tendemos a sentirnos atraídos o a enamorarnos de y emparejarnos con personas de similar atractivo, posiblemente en función de una evaluación previa, seguramente inconsciente de la probabilidad de reciprocidad. Es el fenómeno conocido como la **hipótesis del matching** o del acoplamiento del aspecto físico (Huston y Levinger, 1978 en Yela, 2000; Feingold, 1990 en Yela, 2000; Murstein, 1972 en Yela, 2000).

Esta postura nos dice que todos podemos desear una pareja atractiva físicamente pero es más probable que nos emparejemos con alguien de similar atractivo al nuestro (Feingold, 1988 en Miller, et al. 2007). Las parejas que se encuentran en relaciones estables tienden a tener similares niveles de atractivo físico. Las personas a veces comparten citas con otros que no son de su mismo nivel de atractivo, pero no muestran gusto por continuar una relación o comprometerse con alguien que está “fuera de su liga” (Withe, 1980 en Miller, et al. 2007). Lo que esto significa es que si todos queremos una pareja físicamente atractiva solo aquellos que también son bien parecidos tienen probabilidades de conseguirla (Miller, et al. 2007).

El fenómeno del acoplamiento nos dice que para que tengamos éxito en la relación debemos buscar parejas que probablemente también se interesen en nosotros. Cuando consideramos las posibilidades de parejas, valoramos nuestro interés en los otros y la posibilidad de que nos podamos acercar e intentar comenzar una relación usando una fórmula parecida a esta (Shanteau y Nagy, 1979 en Miller, et al. 2007):

$$\text{Deseabilidad} = \text{Atractivo físico} \times \text{Probabilidad de Aceptación}$$

Parecería que las personas atractivas siempre son las más deseables sin embargo esta fórmula nos sugiera que el atractivo físico es multiplicado por nuestro juicio de la probabilidad de que también le gustemos a la otra persona y el resultado sirve para determinar el atractivo global de la persona en cuestión. Es decir, si le gustamos a una persona pero ésta es más bien fea, no será nuestra primera elección para una cita. Si alguien más es atractivo pero no le gustamos, no perderemos nuestro tiempo con ella. Por tanto la pareja potencial más atractiva es aquella que es moderadamente atractiva y

parece ofrecernos oportunidades de que nos aceptará (por ejemplo porque él o ella no es atractivo) (Huston, 1973 en Miller, et al. 2007).

### 2.3.9.3 Similitud de Personalidad

También se dice que la similitud en personalidad atrae a las personas. Investigaciones reportan que los amigos se perciben como más similares que los que no son amigos (Beier, Rossi y Garfield, 1961 en Berscheid y Hatfield, 1969; Broxton, 1963 en Berscheid y Hatfield, 1969). Reader y English (1947 en Berscheid y Hatfield, 1969) administraron 5 test de personalidad a pares de amigos y pares de no amigos y encontraron correlaciones positivas significativamente más altas entre las personalidades de los amigos que entre los que no eran amigos. También Izard (1960 en Berscheid y Hatfield, 1969) ha encontrado correlaciones positivas entre los rasgos de personalidad de los amigos.

Además se ha sugerido que la similitud de personalidad permite a dos personas reforzarse más fácilmente en el matrimonio y por lo tanto esto conduce a una estabilidad y satisfacción marital. Dymond (1954 en Berscheid y Hatfield, 1969) por ejemplo ha encontrado con respecto a las respuestas del MMPI que en los ítems concernientes a la interacción con otros, que los cónyuges felizmente casados fueron más similares entre sí en sus respuestas que los cónyuges que no eran felices. También la gente se siente más atraída hacia aquellos con similares estilos de apego (Miller, et al. 2007).

### 2.3.10 Complementariedad ¿Los opuestos se atraen?

No solo existe la postura que dice que los similares se atraen, también existen la creencia de que las personas con características diferentes pero complementarias se atraerán entre sí. La teoría más conocida sobre la complementariedad es la de Robert Winch (1958 en Sternberg, 1989), que está basada en una rama específica de la teoría de la personalidad; la teoría de las necesidades de Henry Murray. Esta teoría nos dice que cada individuo elige la pareja que es más probable que le de la máxima gratificación de sus necesidades (Winch, 1952 en Berscheid y Hatfield, 1969), cada uno de nosotros tiene un conjunto de necesidades por ejemplo necesidad de atención, de ser cuidados y mimados, etc. así se desean un compañero que sea atento (Sternberg, 1989).

Winch (1958 en Ojeda, 1998) menciona en base a su *Teoría de Complementariedad*, que la elección del cónyuge se articula alrededor de ejes bipolares complementarios, mismos que pueden ser inconscientes o conscientes, donde la presencia de una de estas características en una persona, lo impulsan a buscar su característica antagónica en su futura pareja, sin que haya puntos de equilibrio o intermedio, sino cada característica que aporta cada miembro de la relación hacen el equilibrio de la relación. Los ejes bipolares complementarios que funcionan en el proceso de elección de un cónyuge, para este autor son los siguientes:

- Eje de afirmación y de receptividad.
- Eje de dominación y de dependencia.
- Eje de tendencia de proteger y necesidad de ser protegido.
- Eje de agresividad y de pasividad.
- Eje de autonomía y de sumisión.

Según Winch se busca en el otro lo que no se tiene, o sea, aquello que complementa. Por ejemplo si una persona es afirmativa, buscará a alguien que no lo sea y que se muestre receptiva, si una persona es dominante, buscará a alguien que sea dependiente, para poder manifestarse como tal, etc. de tal modo que el amor feliz y el equilibrio de la pareja está en función de la diferencia, misma que condiciona la eficacia de la diada.

En general las personas no se atraen si tienen pocas cosas en común sin embargo hay sus excepciones (Miller, et al. 2007). Existe una manera en la que las personas con características diferentes pueden sentirse atraídas y es justamente la complementariedad, por ejemplo cuando la gente se siente muy segura de sí quiere que su pareja preste atención a sus consejos y cuando las personas necesitan ayuda y consejo, quieren que su pareja se los de (Dryer y Horowitz, 1997 en Miller, et al. 2007). Buscamos como compañeras a personas que se destacan en algo en lo que nosotros no, así si no nos gusta lavar los platos probablemente busquemos alguien que realice estas tareas. (Sternberg, 1989).

A partir de los postulados anteriores Rivera (1992) concluye que la mayor parte de las investigaciones sobre atracción interpersonal apoyan el postulado que indica que los individuos se sienten atraídos por quienes son semejantes. Sin embargo las posiciones de similitud y complementariedad no necesariamente son contrastantes. En general los estudios de similitud representan situaciones de primeros encuentros o cuando la gente apenas se está conociendo. En estas etapas iniciales de la relación, la similitud parece ser fundamental, en etapas más avanzadas de la relación (como en el matrimonio) (Wich, 1958 en Rivera, 1992) la complementariedad puede resultar funcional para la relación de pareja y por tanto incrementar los sentimientos de atracción.

### ***2.3.11 Posesión de Características deseables***

No es de extrañar que la posesión de características social o personalmente deseables produzca atracción (Aron et al., 1989 en Yela, 2000; Centers, 1975 en Yela, 2000; Costa y Serrar, 1982 en Yela, 2000; Huston y Levinger, 1978 en Yela, 2000). Diversos autores han tratado de verificar empíricamente cuáles son las características comúnmente más atractivas. Destacaremos la obra de Wilson y Nias (1976 en Yela, 2000) quienes obtienen como características preferidas por los hombres en el sexo opuesto, por este orden: atractivo físico, erotismo, afectividad, y habilidades sociales. Y como características preferidas por las mujeres en el sexo opuesto: realización, liderazgo, competencia laboral y estatus socioeconómico-cultural. Por su parte obtienen como características preferidas por ambos sexos: inteligencia, sentido del humor, similaridad de actitudes y disponibilidad (que, la persona que nos atrae sea una opción realista puede incrementar la atracción surgida hacia esa persona poseedora de las características mencionadas u otras). En España, Carreño (1991 en Yela, 2000) ha obtenido como el rasgo fundamental valorado por ambos sexos la afectividad (afecto, cariño, sensibilidad), mientras que los hombres valoraban más el atractivo físico y la feminidad y las mujeres valoraban más la inteligencia y la bondad (entendida principalmente como generosidad).

### ***2.3.12 Competencia***

Coon (2001) define la competencia como el grado de habilidad o destreza que muestra una persona. Y nos dice que no es sorprendente que nos atraigan personas talentosas o

competentes, sin embargo hay un giro interesante en esto ya que al parecer nos agradan las personas competentes pero imperfectas, lo que las hace más humanas.

Esto se observó en un experimento sobre atracción realizado por Aronson (1969 en Coon, 2001); en él estudiantes universitarios escucharon una de cuatro cintas de un supuesto candidato para el “Campeonato Universitario de Preguntas”. En dos de las cintas se presentaba a la persona como muy inteligente, en las otras dos se le describía con una capacidad promedio. Una de las cintas de inteligente y una de las cintas de promedio incluían un incidente en el que el candidato derramaba café. Quienes escucharon las cintas estimaron más atractivo al candidato superior que cometía un error y menos atractivo al estudiante promedio y torpe. El estudiante superior pero torpe fue más atractivo que el estudiante que solo era superior. El resultado de este experimento es que al parecer como se menciono antes nos agradan más las personas competentes pero imperfectas.

### ***2.3.13 Lo difícil de conseguir***

En ocasiones uno se siente atraído por la persona que nos es difícil de conseguir. Por ejemplo Hatfield et al.(1973 en Sternberg, 1989) descubrieron que las personas tienden a sentirse atraídas no hacia aquellas que son difíciles de conseguir en general sino hacia las que son difíciles de conseguir para los demás pero relativamente fáciles de lograr para ellos mismos.

## **2.4 Investigaciones Relacionadas**

En relación al atractivo físico las investigaciones han encontrado que éste es más valorado en culturas donde prevalece un contexto social individualista como la occidental, que en aquellas donde predomina un contexto social colectivo o grupal como en general las culturas orientales (Dion et al, 1990 en Yela, 2000). Por su parte David Buss (1985 en Kimble, et al. 2002) encontró que los varones lo aprecian en la pareja más que las mujeres.

A continuación se presentan dos estudios referidos al nivel de deseabilidad propia percibida en relación a una aproximación amorosa hacia otros.

Varias investigaciones han especulado que los individuos suelen decidir con quién les gustaría tener una cita, estimando cuidadosamente su propia deseabilidad social y que la decisión de a quien quiero como pareja romántica está basada en lo que creo poder conseguir (Berscheid y Hatfield, 1969). Cabe en este apartado mencionar lo que argumenta Goffman (1952 en Berscheid y Hatfield, 1969) “una proposición de matrimonio en nuestra sociedad tiende a ser una forma en la cual un hombre suma sus atributos sociales y se acerca a una mujer que no es mucho mejor que él como para rehusarse a esa fusión o vida en común”. Lo anterior sugiere que los sentimientos románticos de uno o al menos sus elecciones románticas son afectadas por la deseabilidad objetiva del otro y por la percepción de la posibilidad de alcanzar el afecto del otro.

Varios experimentos han investigado esta suposición. Los datos sugieren que mientras puede existir una tendencia de los individuos para intentar salir con personas de su misma valía social, esta tendencia no es muy pronunciada. Algunos estudios no



encuentran evidencia de que los individuos tomen su propio atractivo en cuenta para decidir si se aproximan o no a alguien. Walster (Hatfield), Aronson, Abrahams y Rottmann (1966) realizaron un experimento de campo para probar la hipótesis de que las aspiraciones románticas propia son influenciadas por las mismas consideraciones realistas que afectan nuestro propio nivel de aspiración en otras áreas “experimento del baile por computadora”.

Para entender las predicciones de estos autores es necesario revisar *la teoría del nivel de aspiración* (Lewin, Dembo, Festinger y Sears, 1944 en Berscheid y Hatfield, 1969). En su discusión de elección ideal Lewin et al. plantean que las *metas ideales* de uno están basadas generalmente sobre la deseabilidad de la meta. Por otra parte un *nivel realista de aspiración* depende de la deseabilidad objetiva de la meta y de la posibilidad percibida de alcanzarla. Uno toma en cuenta las propias habilidades cuando se pone una meta. Los autores argumentan que desde que el atractivo de una meta y la probabilidad de alcanzarla se correlacionan negativamente, la meta que el individuo espera alcanzar es menos atractiva.

Walster et al (1966 en Berscheid y Hatfield, 1969) creen que la elección de una pareja romántica es paralela en muchas formas a la elección de cualquier meta. La elección de una pareja ideal, probablemente están basadas en la deseabilidad del objeto. Por otra parte la elección de una pareja romántica podría requerir la elección de una meta más realista. El atractivo de una pareja y su disponibilidad podrían parecer negativamente correlacionadas. En general al elegir una potencial pareja romántica deseable, habrá más competencia por el o por ella y es menos probable que se alcance su amistad. Por tanto una elección “realista” podría ser menos socialmente deseable que la elección de un ideal. Nuestro propio nivel de atractivo social puede afectar nuestro nivel romántico de aspiración.

Una vez determinado que la teoría del nivel de aspiración puede aplicarse a elecciones románticas los autores proponen las siguientes hipótesis:

Los individuos que son socialmente deseables (por atractivo físico, personal, poseen fama o cosas materiales) querrán que una pareja romántica posea más deseabilidad social que los individuos que tienen menos deseabilidad social. Si parejas que varían en deseabilidad social se encuentran en una situación de interacción, aquellos que son similares en deseabilidad social se emparejaran más frecuentemente entre sí. También proponen que un individuo no solo elegirá a una pareja de aproximadamente su mismo nivel de deseabilidad social sino que también mostrará más agrado hacia una pareja de su misma deseabilidad social.

Lewin et al (1944 en Berscheid y Hatfield, 1969) predice solo que un individuo escogerá una meta de intermedio atractivo y dificultad, pero no propone que se sentirá más agrado por metas de intermedia dificultad. Walster et al (1966 en Berscheid y Hatfield, 1969) nos dicen que los individuos que son deseables pero inalcanzables, pueden perder valor. Si un hombre elige una tarea extremadamente difícil y falla en ella, se sentirá derrotado. Puede pensar que esto se debe a que ha sido presuntuoso al elegir una meta mucho mayor a su nivel de habilidad. Por ejemplo un individuo que considera tener poca deseabilidad social puede creer que es tonto intentar ganar la amistad con alguien extremadamente deseable.

Estas hipótesis se probaron en un estudio con 752 estudiantes, 376 varones y 376 mujeres quienes fueron reclutados en la Universidad de Minnesota para participar en un baile por computadora. Cuando los jóvenes llegaban a comprar su ticket su nivel de atractivo era valorado por unos colegas (los autores escogieron el atractivo físico como un nivel de la deseabilidad social). Los estudiantes llenaron varios cuestionarios que aportaron mucha información de ellos, edad (todos cercanos a 18 años), peso, raza, religión. Se valoró su popularidad con un autorreporte, sus expectativas para el baile en atractivo físico, personal y como consideraban que serían sus citas y su autoestima. También se obtuvo información del Test de Aptitud Académica de Minnesota (MSAT), MMPI y del Inventario de Orientación de Minnesota (MCI). Se les dijo que el criterio para formar las parejas eran sus resultados en sus test de personalidad.

Después de que los estudiantes completaron sus cuestionarios fueron asignados aleatoriamente a la cita. Las parejas generalmente llegaban al baile a las 8:00 p.m y bailaron o hablaron hasta el intermedio de las 10:30 p.m. durante el intermedio las impresiones de los estudiantes de sus citas se valoraron. La primera hipótesis de los autores fue que los sujetos que fueran muy atractivos esperarían una cita con una persona más atractiva y con más encanto personal que las personas que no eran atractivas. Es decir los individuos atractivos esperan más de sus citas que los que no son atractivos. Los datos confirmaron la primera hipótesis.

Primero antes de que a los estudiantes les fueran asignadas las citas se les preguntó como consideraban que sería su pareja en atractivo físico y personal. Los estudiantes valoraron su gusto por su cita durante el intermedio del baile. Ya que los sujetos fueron asignados al azar las personas atractivas, con atractivo promedio y las no muy atractivas tuvieron parejas de todos los niveles de atractivo. Los estudiantes hombres y mujeres más atractivos juzgaron sus citas con más severidad que lo que lo hicieron los estudiantes menos atractivos.

La segunda hipótesis dice que un individuo escogerá a alguien de su mismo nivel de atractivo y la tercera hipótesis nos dice que si se encontraran en un lugar personas de diferente nivel de atractivo serían más probable que los individuos se sintieran mejor y tuvieran posteriores citas con personas similares a su nivel de atractivo. Los datos de este experimento no comprueban la hipótesis 2 y 3. Los jóvenes no valoraron más las parejas de aproximadamente su mismo nivel de deseabilidad social. Parece que todos se muestran interesados en la pareja más atractiva posible, a pesar de su propio nivel de deseabilidad social y de la posibilidad de ser rechazados por las personas más atractivas.

En este estudio se pudo corroborar la importancia que tiene el atractivo físico en el afecto que se siente por alguien en una primera cita, ya que de los diferentes test que se les aplicaron se observó que ni el nivel de inteligencia ni las características de personalidad afectaron significativamente el afecto sentido por otro como lo hizo el atractivo físico. Por supuesto es posible que la inteligencia y la personalidad sean más importantes cuando los individuos tengan más tiempo de conocerse ya que 2 horas y media es muy poco tiempo para descubrir cosas acerca de la inteligencia y personalidad de la pareja mientras que el atractivo físico fue obviamente por lo que se comenzó (Berscheid y Walster, 1969).

Por otra parte, un estudio que ha producido evidencia de que el nivel propio de deseabilidad social puede afectar la elección de una pareja romántica. Kiesler y Baral

(1970) propusieron que una conducta realista debería conllevar la elección de una persona que fuera similar en atractivo a uno mismo, ya que al elegir una persona similar uno puede maximizar el atractivo de esta pareja mientras minimiza el riesgo de rechazo. Encontraron soporte para esta hipótesis en el siguiente experimento que realizaron.

Hombres fueron pagados para participar en un estudio de una hora sobre una prueba de inteligencia. Hubo dos condiciones, en una a los participantes se les elevaba la autoestima, el experimentador les decía que su ejecución había sido extremadamente buena. En la otra condición a los participantes se les disminuía la autoestima, el investigador les decía que habían tenido una pobre ejecución. Después de esta parte el experimentador sugería un descanso y el experimentador y el participante iban por un café en el comedor. Ahí el experimentador le presenta al participante (aparentemente de forma casual) a una mujer confederada. El atractivo físico de la chica era variable. En una condición la mujer se presentaba físicamente atractiva y en otra muy poco atractiva. Después de que los presentaba el experimentador se retiraba un momento y la mujer comenzaba a hablar al chico en una manera amigable. Cuánto interés mostraba el chico por la mujer fue la variable dependiente, si le pedía una cita, ofrecía comprarle algo, etc. fue puntuado en un índice de conducta romántica.

Kiesler y Baral predijeron que la autoestima de los sujetos podía interactuar con el atractivo físico de las mujeres confederadas en las conductas románticas que tuvieran hacia ellas. Se esperaba que los hombres a los que se les elevó la autoestima realizaran más conductas románticas con las mujeres atractivas que con las que no eran atractivas. Y que los hombres a los que se les disminuyó la autoestima tuvieran más actitudes románticas con las chicas que parecía no atractivas que cuando ellas parecían muy atractivas. Estas suposiciones fueron corroboradas por lo que este estudio nos permite concluir que en algunas ocasiones los cambios en la autoestima propia pueden afectar, qué tan atractiva elijo a una pareja romántica. También señalan que en muchas situaciones se ha encontrado que los cambios en la autoestima tienen insignificantes efectos sobre la elección, por lo que obviamente lo que se necesita es más investigación para precisar cuáles factores hacen de la deseabilidad propia un determinante de las elecciones románticas.

Con respecto a la *hipótesis de acoplamiento del aspecto físico* según la cual buscamos la pareja amorosa en quienes se nos asemejan en el aspecto físico. Algunas investigaciones como las de Berscheid, Dion, Walster (Hatfield) y Walster (1971 en Kimble, et al. 2002) han producido resultados compatibles con esta teoría. Estos autores comprobaron que los sujetos no atractivos escogían novias un poco menos atractivas que los sujetos atractivos. Huston (1973 en Kimble, et al. 2002) no encontró diferencia alguna en estas decisiones de unos y otros, pero cuando estaba garantizada la aceptación de la pareja todos escogían a las más atractivas.

Shanteau y Nagy (1979 en Kimble, et al. 2002) observaron que las mujeres solían seleccionar a los posibles novios entre los más atractivos cuando estaba garantizada la aceptación del otro, pero cuando era poco probable no mostraban preferencia por los hombres guapos. En otros dos estudios donde a los sujetos solo se les mostraban fotografías y se les daba información sobre la probabilidad de aceptación, Shanteau y Nagy descubrieron que las mujeres en general estimaban que había menos probabilidades de que los hombres más atractivos aceptaran la invitación y casi todas escogían a los moderadamente atractivos. La probabilidad de la aceptación se

relacionaba con la elección de pareja, pues la persona más atractiva con mayores probabilidades de aceptar la invitación era la elegida más a menudo. En conclusión la tendencia a escoger a alguien de igual o casi igual atractivo puede depender de las estimaciones de la probabilidad de aceptación.

Los análisis correlacionales han apoyado la hipótesis del acoplamiento del aspecto físico. Murstein y Christy (1976 en Kimble, et al. 2002) encontraron una correlación de  $+0.60$  entre las evaluaciones del atractivo en las fotografías de matrimonios. Clavion y Boblett (1972 en Kimble, et al. 2002) hallaron una correlación de  $+0.72$  entre el atractivo evaluado de matrimonios frente a una de  $+0.19$  entre el atractivo de novios. White (1980 en Kimble, et al. 2002) relacionó el atractivo con el avance en el cortejo y descubrió que los novios serios, los novios comprometidos y los matrimonios se parecían más en el atractivo fotografiado que los novios informales y que las parejas que cohabitaban. Un dato interesante entre los novios formales y los informales fue que los que rompieron durante los nueve meses del experimento se parecían menos que los que no lo hicieron. Estos hallazgos parecen indicar que la diferencia en el atractivo físico influye de manera importante en una relación.

David Buss (1985 en Kimble, et al. 2002) revisó algunos patrones de la selección de pareja y observó que también buscamos a demás de la tendencia antes mencionada de escoger a alguien con aspecto similar, alguien por lo general de edad, escolaridad, raza, religión y origen étnico similar. Tendemos a preferir menos decisivamente factores como la semejanza de actitudes y opiniones (correlaciones típicas alrededor de  $+0.50$ ), de inteligencia (correlaciones de alrededor de  $+0.40$ ), nivel socioeconómico ( $r=0.30$ ), altura, peso y color de ojos ( $r=+0.25$  a  $0.30$ ) y variables de la personalidad ( $r=+0.20$  a  $0.25$ ). Esto da la impresión de que las personas tienden a contraer matrimonio con aquellos que se asemejan a ellos en muchas dimensiones.

En España Careño(1991 en Yela, 2000) obtiene una elevada correlación entre el atractivo físico percibido en la propia pareja y el atractivo personal que atribuimos a ésta, comprobando además que esta correlación era significativamente mayor en hombres, lo que sugiere que éstos atribuyen aún más importancia al aspecto físico de las mujeres que a la inversa. A. de Miguel (1992 en Yela, 2000) por su parte, constata en una muestra representativa de la población española que la creciente importancia concedida al atractivo físico. Observa que tiende a valorarse más el aspecto físico de la pareja que por ejemplo su inteligencia, especialmente entre los hombres quienes buscan en el atractivo físico de su pareja aumentar su prestigio social.

Algo tan en principio frívolo como la percepción, del atractivo físico propio también afecta de manera importante a nuestro comportamiento y sentimientos amorosos (Jimenez Burillo et al, 1995; Sangrador y Yela, 2000; Yela, 1995; Yela y Sangrador, en prensa en Yela, 2000). En una muestra de estudiantes estos autores comprobaron que cuanto mayor era el atractivo físico que uno creía poseer, mayores eran: su estilo amoroso Lúdico (promiscuo) y pasional, la variedad de su conducta sexual y algo tan revelador como su satisfacción general con la vida, lo cual es un índice más, de la gran importancia que otorgarnos al atractivo físico (Yela, 1995 en Yela, 2000).

Walsh (1993 en Yela, 2000) informó que esa mayor promiscuidad de los físicamente atractivos ocurría sólo entre los varones, mientras que en las mujeres acontecía lo contrario. En el estudio del que se habla de Yela con población española no se ha

verificado este último extremo, pero sí han encontrado ciertas relaciones diferentes entre hombres y mujeres. Y así, mientras que los hombres que se autopercebían como más atractivos creían más en el mito de la perdurabilidad de la pasión (lo que coincide con el carácter más pasional del estilo amoroso), las mujeres que se percibían como más atractivas conferían mayor importancia al atractivo físico de su pareja a la hora de emparejarse y se manifestaban como ligeramente más satisfechas en la relación.

## Capítulo 3

### *ELECCIÓN DE PAREJA*

La relación de pareja puede comenzar a entenderse a partir del encuentro que ocurre entre dos personas, hecho que dependerá en gran medida de lo amplio o restringido de su medio familiar y sociocultural (Ojeda, 1998). G. García (2001) señala que los encuentros que vive una persona en sus diferentes ámbitos delimitan las probabilidades que tiene para elegir a alguien como pareja. Este encuentro interpersonal que ocurre en un contexto espacio temporal que puede anhelarse, esperarse, buscarse o hasta forzarse, casi siempre resulta un hecho fortuito azaroso, espontáneo e imprevisible, pudiendo aparecer como explica Tordjman (1981 en García, 2001) de forma abrupta y fulminante, en forma de “flechazo” o bien desarrollarse lentamente en un ambiente de convivencia y familiaridad tomando la forma de complicidad.

G. García (2001) añade que cuando la persona pasa del desconocimiento total del otro hacia la valoración de su existencia como ser humano tienen la posibilidad de acceder a un involucramiento con el otro en una relación. Sin embargo los procesos y mecanismos conscientes e inconscientes que actúan en el hombre, hacen que éste sea selectivo y oriente su atención y comportamiento hacia algunas personas y no hacia todas. Así el encuentro con cualquier otro genera una gama de emociones, pensamientos, sentimientos y conductas que pueden ir desde la indiferencia hasta el enamoramiento, pasando por distintos niveles de atracción y rechazo. Cuando además de coincidir en un encuentro dos personas logran descubrir rasgos que captan su atención entre sí, surge una fuerza que los impulsa a interesarse el uno en el otro, solo después de esta sintonía mutua se hace viable el inicio del proceso de hacerse pareja, que implica cierta atracción, frecuencia, cortejo, enamoramiento y elección entre las personas implicadas.

Partiendo de esto podemos decir que el primer paso hacia una relación es siempre la atracción interpersonal, es decir el deseo de aproximarse a alguien, por lo que este juega un papel muy importante en todos los tipos de relaciones sociales (Brehm, 1997 en García, 2001), ejerciendo gran influencia sobre el comportamiento humano. G. García (2001) también menciona que el encuentro y la atracción inicial posibilita que las personas se adentren en el proceso de la elección de pareja, la cual puede decirse es producto de una compleja interacción entre diversos factores individuales y socioculturales.

La forma en que las personas eligen a sus parejas varía a través de las culturas (Goodwin, 2000 en García, 2001). Algunas personas pasan a través de varias relaciones antes de encontrar a la persona con quien desearían compartir su vida, mientras que otras se comprometen con la primera pareja que forman (Hendrick, 1995 en García, 2001). Y quizá también existan quienes nunca encuentran una pareja con la que quieran compartir toda su vida o nunca están interesados en encontrarla. Ojeda (1988) ha observado que este proceso generalmente ocurre durante la juventud. La importancia del estudio de la pareja reside en que se le considera tradicionalmente como el origen de la familia desde el punto de vista evolutivo y convencional (Bedolla, Bustos, Delgado, García y Parada, 1993; Reyes, Castillo y Anguas, 1996).

### **3.1 Antecedentes históricos de la relación de pareja**

#### **3.1.1 Funciones evolutivas del fenómeno amoroso**

Al hablar de funciones evolutivas del comportamiento amoroso nos estamos refiriendo al papel que puede estar desempeñando el fenómeno amoroso para el individuo como miembro de una especie (Yela, 2000). El objetivo de este apartado es puntualizar que un variado conjunto de conductas que solemos calificar como amorosas o sexuales presentan una funcionalidad biológica.

Yela (2000) nos dice que la función evolutiva fundamental de los impulsos sexuales básicos y los vínculos afectivos primarios es la de asegurar la transmisión genética. Es decir maximizar la probabilidad de que se propague la mayor cantidad de genes propios a la próxima generación. Los vínculos afectivos primarios son las respuestas que observamos en otros animales además del hombre, desprovistos de todas las complejas características socioculturales por ejemplo en una pareja de aves observamos conductas pautadas de cortejo, excitación sexual, rituales de vínculo, permanencia juntos la mayor parte del tiempo, etc. También podemos decir que son el sustrato biológico de lo que al combinarse con los factores socioculturales llamamos “amor”.

Así haciendo referencia a la elección de pareja, la manifestación de recursos, de muy diversa índole de la que consta el ritual de cortejo, en humanos seducción tendría como fin la selección de la pareja más apta (Attenborough, 1990 en Yela, 2000; Buss, 1988 en Yela, 2000). Aunque por supuesto en humanos los criterios de aptitud y elección no son solo ni siquiera principalmente biológicos (Yela, 2000).

La concepción evolucionista (Buss y Schmitt, 1993 en Ubilllos, et al. 2001; Fisher, 1992 en Ubilllos, et al. 2001; Lampert, 1997 en Ubilllos, et al. 2001) nos proporciona argumentos sobre la funcionalidad biológica del comportamiento amoroso para el individuo como miembro de una especie. Este enfoque ve el amor como una parte natural de la condición humana y quizás también natural a otras especies. El amor es biológicamente relevante si ayuda a promover la supervivencia de las especies, tema central de la teoría de la evolución. Hace cinco millones de años, la supervivencia de las especies dependía del éxito reproductivo. El deseo sexual y el compromiso, relacionados respectivamente con aspectos previos del éxito reproductivo, fueron reforzados en los primates superiores cuya bioquímica los llevaba a buscar y obtener placer no sólo de la actividad sexual, sino que, también, de la vinculación hembra-macho y padres-descendientes. Los antepasados que actuaban así tenían más probabilidades de transmitir sus genes que los que no estaban motivados a la actividad sexual y/o al establecimiento de vínculos emocionales estables.

Como un resultado de este proceso evolutivo, los humanos están genéticamente preprogramados a tener actividad sexual (deseo sexual o amor sexual), a enamorarse (relaciones emocionales estables con una pareja) y a cuidar de los descendientes (amor parental). La perspectiva evolutiva admite que factores ambientales actuales, influencias sociales y aspectos no genéticos del organismo determinen la actividad sexual. Aunque, la influencia histórica o los diez mil años de civilización establecida como en la que vivimos actualmente, ha actuado sólo durante un 5% de la existencia de la especie o sobre 400 de las 100.000 generaciones de la humanidad (Archer, 1996 en Ubilllos et al., 2001).

Esta teoría sociobiológica nos permite explicar las diferencias de sexo en la conducta sexual y el amor, a partir de dos procesos centrales que tienen que ver con la inversión parental diferencial y con la selección sexual. La selección sexual consiste en dos procesos diferentes: a) La selección intrasexual se refiere a la presión que los miembros de un sexo ejercen sobre el otro a través de la competencia. En una especie en que los machos compiten por las hembras a través de su capacidad cazadora y su fuerza, los ejemplares más fuertes y con mejor capacidad para la caza tienen más probabilidades de dominar la competencia y sobrevivir. b) La selección epigámica es la otra parte de la selección sexual. Si un sexo selecciona a sus parejas del otro sexo en base a ciertos atributos como la fuerza física y la agresividad, estos atributos deben ser más característicos de un sexo que del otro (Hinde, 1990 en Ubillos et, al. 2001; Kenrick., 1994 en Ubillos et, al. 2001).

Así, desde un punto de vista netamente evolutivo, ya Schopenhauer, en el siglo XVIII, (en Valdez, González, Arce y López, 2007), consideraba que la elección y las relaciones de pareja se establecían con el único fin de cumplir con la voluntad de la vida, que era la de aparearse para reproducirse y preservar la especie. Para entender la relación de pareja se debe considerar que para los seres humanos, más que para ninguna otra especie son importantes las necesidades de apareamiento, compatibilidad física y biológica (Ostrosky, 2005 en Valdez, et al. 2008; Schopenhauer, 1844/2004 en Valdez, et al. 2008), afecto, apego, cuidado, cariño, interdependencia, compañía y amor que son necesidades genéticamente fundamentales y determinadas para la supervivencia de la especie. (Buss, 2006 en Valdez, et al. 2008, Díaz-Loving y Sánchez, 2002).

### **3.1.2 Culturas antiguas**

Fisher (1992 en Yela, 2000) refiere que contamos con testimonios de la existencia de poemas, canciones y fábulas amorosas en las antiguas civilizaciones no occidentales como en la India (p. ej, en los Vedas, el Mahabharata y el Ramayana). También del antiguo Egipto hay testimonios de la existencia del fenómeno amoroso (p. ej. el poema que Ramsés II dedica a su esposa preferida, Nefertiti, en donde habla de su amor por ella, aludiendo a rasgos como la dulzura, la belleza, la gracia, la complacencia y el afecto). Y de China se han recogido cuentos que describen la agonía interna entre la obediencia al matrimonio arreglado por el padre y la pasión por el amado. A continuación se presenta un análisis sobre algunos rasgos sobresalientes en la relación y elección de pareja así como del amor en distintas civilizaciones a lo largo de la historia.

#### **3.1.2.1 Edad Antigua**

Yela (2000) nos dice que centrándonos en Occidente dentro de la Edad Antigua, que abarca, aproximadamente, desde la invención de la escritura hasta el siglo V de nuestra era, hemos de hablar, lógicamente de las culturas griega y romana.

#### **3.1.2.2 Grecia**

Rage (1996) menciona que la buena manera de vivir era un arte para los griegos. Se lograba al establecer una "armonía" entre cuerpo y mente. Tenían en gran estima la belleza corpórea y la excelencia intelectual. No se dio la guerra contra el cuerpo en beneficio del alma, como sucedió en otras civilizaciones contemporáneas. En



Grecia la atención se centraba en el varón. Sin embargo, la mujer ocupaba un puesto alto en la civilización. Había dos clases de mujeres la esposa y madre y la cortesana. Ambas muy respetadas en su ámbito. El amor en el mundo antiguo griego estaba muy unido a la familia, sin embargo la pareja no tenía como objetivo la felicidad, sino la procreación y más concretamente la de los varones.

El placer sexual se buscaba fuera del matrimonio (Yela, 2000). En la Grecia Clásica las relaciones amorosas hetero y fundamentalmente, homosexuales, estaban estrechamente ligadas con las sexuales y radicalmente separadas de las matrimoniales (Foucault, 1976 en Yela, 2000). La frase de Demóstenes es suficientemente explicativa: “las esposas sirven para tener descendencia y unas fieles guardianas del hogar” y añade que “no hay nadie con quien hable menos a lo largo del día el ateniense que con su mujer” (Fernández Galiano, 1982 en Yela, 2000). Las cualidades del griego eran: la razón, el equilibrio, la evitación de los excesos y la ausencia por lo general de ideas místicas y ascéticas. Aceptaban la *bisexualidad* en la persona, ya que tenían una concepción *andrógina* de la vida. Su expresión religiosa se concentraba en el culto a *Hermafrodita* en Chipre, dios barbudo, con órganos sexuales viriles, pero vestido de mujer (Rage, 1996).

Por su parte, el matrimonio era totalmente asimétrico sólo la esposa debía fidelidad sexual al marido (Bardis, 1979 en Yela, 2000), era monogámico y se realizaba después de un breve noviazgo. La poligamia se consideraba antihelénica. Las leyes del divorcio eran simples. El esposo podía divorciarse por varias causales, entre ellas estaban el adulterio, incompatibilidad de caracteres y la esterilidad. Podemos decir que la buena vida de los griegos estaba basada en una sutil y refinada sensualidad (Rage, 1996).

Como en Grecia se aceptaba la naturaleza bisexual del hombre se favoreció la “*pederastia*”. Esta relación se desarrollaba en el plano ideal. Era la afección espiritual sensual de un hombre viejo por un joven que había llegado a la pubertad, como consejero y guía. Era un “inspirador” para el joven y a éste se le llamaba “atendedor” o “escuchante” (Rage, 2000). Platón habla del Eros como la búsqueda de la belleza metafísica a través de la belleza física, generalmente mediante relaciones homosexuales entre el filósofo-sabio-maestro y el efebo-discípulo, en las que aquél educaba a éste a cambio de sus favores sexuales. En boca de Sócrates se inaugura la tensión entre Eros y Agape (la Penuria y la Abundancia, el deseo de recibir y el deseo de dar) (Yela, 2000).

El ideal de belleza griego como ya se expresó era masculino. El cuerpo humano desnudo se convirtió en norma de todo arte plástico. Se aceptó el cuerpo en toda su integridad. Los atletas empezaron a aparecer completamente desnudos y sostenían que no existía razón para avergonzarse de lo que Dios no se había avergonzado de crear. Esta filosofía de la vida se plasmó en el teatro, poesía y religión. Por lo general, no estaba acompañado de actos sexuales declarados. Lo sexual no era el elemento central, ya que aparecían otros de especial importancia el intelectual, emocional, estético y otros más (Rage, 1996).

Atenas y Esparta eran las capitales de la homosexualidad masculina y pederastia y la isla de Lesbos de la homosexualidad femenina (Blanco Freijeiro, 1986 en Yela, 2000). En Lesbos es de las pocas noticias que se tienen de la homosexualidad femenina. Con la

poetisa Safo se vivió un tipo de pederastia al estilo de los hombres. De allí viene el nombre de lesbiana. Se puede decir que Grecia tuvo una vida erótica rica, variada y refinada y existía la ausencia de represión sexual, como la presentan los freudianos (Rage, 1996).

### 3.1.2.3 Roma

El matrimonio romano era monógamo y exigía, fidelidad de parte de la mujer. El adulterio de la mujer era castigado severamente por el código patricio, ya que esta conducta invalidaba la herencia legítima de la propiedad. Los aristócratas romanos apreciaban la virginidad en las patricias. Su pérdida se consideraba como de mal agüero. Pero no se consideraba igual para las clases inferiores, ya que tenían libertad para cohabitar con cualquiera, porque ese era su deseo o por dinero. El hombre tenía mucha más libertad que la mujer, tanto el soltero como el casado podían tener vida sexual propia. La limitación era no seducir a la mujer de otro (Rage, 1996).

Dentro del Imperio Romano, además de las conocidas y documentadas orgías y bacanales, más bien entre las clases altas (Blanco, 1986 en Yela, 2000; Cuatrecasas, 1993 en Yela, 2000; Eslava, 1996 en Yela, 2000), Yela (2000) comenta que contamos con la inestimable obra de Ovidio su *Ars Amandi* (siglo I de nuestra era), en la que expone con detalle el arte de la seducción, cartas de amor, lenguaje ambiguo, miradas pasionales e ingestión de dosis moderadas de vino. Tanto estas alusiones a la pasión y a las cartas de amor como su recomendación de que en vez de ley únanos el amor, parecerían dar al traste con la argumentación de que amor romántico y matrimonio estaban nítidamente separados en la Edad Antigua.

Pero no es así, ya que al leer detenidamente la obra nos darnos cuenta de que, al decir “únanos” no se está refiriendo a una unión estable como el matrimonio, sino a una unión sexual esporádica y al hablar de amor tampoco se refiere a lo que en la actualidad entendemos como el origen de las uniones estables, un enamoramiento que implica dependencia psicológica, idealización, necesidad, posesividad, entrega total, sino un amor equiparable al deseo erótico y de carácter lúdico. De hecho Ovidio trata con frecuencia el amor de forma un tanto frívola y desde la óptica actual incluso maquiavélica.

Otras innovaciones notables de la obra de Ovidio estriban en el énfasis puesto en el amor heterosexual y en la reciprocidad. Incluso llega a dedicar un capítulo dirigido a las mujeres, sobre las formas de seducir a los hombres. Es interesante notar que después de los 500 años de la fundación de Roma no había instancias de divorcio ni proceso legal para obtenerlo. No obstante la prostitución estaba muy difundida y la sociedad romana la acepta. Grandes pensadores como Séneca, Cicerón y Horacio sostuvieron que era una necesidad (Rage, 1996).

Para concluir durante la edad antigua en Grecia y Roma transcurría, por un lado la obtención de descendencia, que provenía del matrimonio arreglado (donde ocasionalmente podía acontecer un amor de carácter amistoso) y por otro un amor lúdico y/o erótico y el placer sexual que se obtenía en conquistas ocasionales (efebos o doncellas) además de con prostitutas o concubinas, en el caso de desear exclusivamente placer sexual (Cuatrecasas, 1993 en Yela, 2000; Hendrik y Hendrik, 1992 en Yela, 2000).

#### 3.1.2.4 China

Según Rage (1996) la organización de la familia en China era básicamente monogámica, pero practicaban también la poligamia. Esta actitud se vivió hasta antes de la revolución China del siglo XX, en que la mitad de los chinos tenían al menos dos mujeres, éstas estaban muy devaluadas. Los padres vendían a sus hijas al mejor precio por medio de los intermediarios. En muchos casos la venta se hacía cinco o seis años antes del matrimonio para no tener que alimentar una boca más y la novia se iba a vivir con los futuros suegros. La suegra era despiadada con la nuera. La mujer tenía que trabajar fuertemente con su marido y le debía absoluta sumisión a los suegros. Si se rebelaba era castigada con dureza y en ocasiones condenada a muerte. Cuando una hija no se casaba, con frecuencia era dedicada a la prostitución. Para esto los padres se ponían de acuerdo con los "reclutadores", aunque no se practicaba la contracepción el infanticidio era muy frecuente.

Este mismo autor señala que después de la revolución China en el siglo XX hubo un cambio profundo en las costumbres familiares. Se implantó la igualdad entre el hombre y la mujer. En la actualidad, los jóvenes reciben una educación muy severa desde la niñez. Está descartado el erotismo puro y es rechazada la noción de mujer-objeto. Muchas de las costumbres inhumanas, como el matrimonio precoz, sumisión absoluta a la familia y otras más han sido derogadas. Se busca que los jóvenes de ambos sexos sean productivos. Todas estas reformas suponen igualdad de derechos, seriedad en el compromiso y solidez en los vínculos conyugales. La *tradición familiar* ha sido sustituida por la entrega a la causa, factor que crea una comunidad entre los esposos. Actualmente en China se considera al "amor conyugal" como un bien social y un elemento de estabilidad. Se trata del "amor-virtud" y no del amor pasional. Los sentimientos son tiernos, pero no apasionados. Hasta donde se puede saber, las relaciones prenupciales son la excepción, ya que dentro del contexto de la reforma, se consideran como malsanas.

#### 3.1.2.5 India

Rage (1996) cita que en la India no existió la dicotomía entre sexo y religión. La sexualidad tenía fines religiosos. El problema fuerte era el de las castas. No les preocupaban las relaciones sexuales prematrimoniales, pero debían ser dentro de la tribu. En caso contrario eran castigados los infractores con la excomunión. Aunque generalmente el matrimonio era monógamo, existían algunas tribus polígamas. Uno de los valores más importantes era la descendencia. Existía un antiguo temor entre los hindúes a morir sin hijos.

También Rage nos dice que en la India actual los padres pueden casar a dos niños antes de la pubertad, incluso sin conocerse. El "Dharma-Sutra" dice que una niña debe ser dada en matrimonio antes de ser púber. Sin embargo, esta es una costumbre más propia de la clase baja. En la clase alta, el matrimonio es más bien monógamo. Sólo cuando la mujer es estéril o no ha podido tener un hijo, se le permite tener al hombre otra mujer. La impotencia es una preocupación muy frecuente entre los hombres. Poco a poco, se ha empezado un proceso de reevaluación en la mujer. Ya no se le considera como una "fábrica de tener hijos". Más aún, se está favoreciendo su promoción. La tradición

hindú, sin embargo, considera la procreación como un deber sagrado, ya que existen innumerables almas que están esperando un cuerpo para reencarnarse.

#### *3.1.2.6 Japón*

Rage (1996) también realiza una revisión de Japón y nos dice que vivió muchos siglos aislado. Conservó sus tradiciones ancestrales hasta después de la segunda guerra mundial. En la actualidad se ha desarrollado grandemente, ha tomado muchos elementos del occidente, pero se da una conjugación de "tradicción y modernismo". En la relación hombre-mujer los derechos son idénticos en teoría, pero en la práctica predominan las costumbres antiguas. La familia es monógama, pero la mujer permanece sometida al jefe de la familia, que no es necesariamente el esposo. El divorcio está legalmente aceptado, pero la mujer no se atreve a pedirlo. En cambio, se suele usar el "repudio" de la mujer, especialmente por los suegros, que se angustian por no tener nietos.

Los kimonos son símbolo de las costumbres tradicionales. Indican que la mujer se comportará como lo hizo su madre. Generalmente la mujer guarda silencio cuando habla su marido y básicamente, en la provincia las mujeres caminan detrás de sus esposos. Por las circunstancias geográficas y la imposibilidad de extenderse más allá de su territorio, Japón tiene el índice más alto de contracepción. Esto ha llevado a separar más la función erótica y la conyugal. Ya se ha extendido más la función de la mujer como tal, con una misión distinta de la tradicional de ser madre prolífica (Rage, 1996).

#### *3.1.2.7 Países Árabes*

Rage (1996) menciona que por su misma situación geográfica, han recibido muchas influencias culturales. Sin embargo, la mayor influencia que recibieron fue la de Mahoma. Con él se empezó a perfilar una nueva cultura: la Islámica. Esta dejó su influencia a través del Corán, que era su libro sagrado. La religión islámica regula las relaciones de la pareja. El Corán dice que los hombres son superiores a las mujeres porque así lo ha dicho Alá. En algunos países árabes todavía se considera a la mujer como objeto de placer y la que trae a los hijos al mundo. Su virginidad es muy importante y por eso se le encierra desde su infancia. La mujer siempre permanecerá bajo el dominio del hombre (padre, esposo). En la inmensa mayoría de los casos los padres deciden el matrimonio de las hijas y es frecuente que la mujer conozca al que va a ser su marido hasta el momento de la boda, después de haber pagado una dote por ella

Adicionalmente Rage comenta que la poligamia está legalmente aceptada en muchos países árabes. El Corán permite cuatro mujeres legítimas y un número ilimitado de concubinas. La mujer es dueña absoluta dentro de sus paredes, pero no fuera de ellas. Los hijos no le pertenecen. Casi no posee ningún derecho legal. Puede ser repudiada, pero no puede pedir el divorcio. Aunque han habido algunos intentos de liberación de la mujer, en la realidad se ha logrado poco, especialmente dentro del islamismo.

#### *3.1.3 Edad Media*

Durante la edad media siglos VI –XI las relaciones de pareja amorosas y sexuales comienzan a regirse decisivamente por los imperativos de la Iglesia Católica y la brutal represión de los placeres sexuales, que luego se prolongaría también durante la alta edad

media y la edad moderna (Flandrin, 1981 en Yela, 2000). El eje central del cristianismo fue en cierta forma un profundo sentido puritano y una intensa hostilidad hacia la sexualidad humana. La hostilidad y rechazo de la Iglesia Cristiana hacia el sexo se basó y justificó a través del temor que esta perspectiva religiosa tuvo de la existencia física. Cualquier mención de lo terrenal se veía como opuesta a las aspiraciones espirituales de los cristianos, por tanto la visión cristiana promueve un amor asexual y altruista. La abstinencia sexual es proclamada como un ideal y el matrimonio descrito como la medicina para la inmoralidad (Díaz-Loving y Sánchez, 2002). Este tipo de amor sería similar al estilo de amor *Ágape* que propone Lee (1976a).

Yela (2000) menciona algunas premisas del cristianismo:

- Condena las relaciones pre-maritales.
- Condena las relaciones extra-conyugales.
- Prohíbe, especialmente en la mujer, la búsqueda, obtención y expresión de placer sexual.
- Castiga todo acto sexual sin fines de procreación (con lo cual, al prohibir tanto la anticoncepción como el aborto, aumentaron los índices de infanticidio).
- Desaprueba el excesivo amor entre esposos
- Y prescribe el derecho y el deber del esposo a castigar y pegar a su mujer y el de ella a acatarlo sin protestar.

Así, el amor quedaba reducido a un tibio respeto conyugal (cuando existía éste) o confinado a la clandestinidad extramarital a menudo acompañada de un sentimiento de culpa y pecado (Flandrin, 1981 en Yela, 2000). El occidente cristiano, durante la Alta Edad Media, podemos hablar de la obtención de descendencia por un lado (mediante el matrimonio arreglado) y la obtención de placer sexual, exclusivamente en hombres, por otro (mediante las prostitutas). Poco lugar quedaba, en principio, para las relaciones amorosas que no fueran divinas o fraternales al menos tal y como las entendemos actualmente (Hendrick y Hendrick, 1992 en Yela, 2000).

Sin embargo, al comienzo de la Baja Edad Media (siglos XII-XV) va a producirse el surgimiento del amor cortés (Alvar, 1982 en Yela, 2000; García Gual, 1982 en Yela, 2000; Hendrick y Hendrick, 1992 en Yela, 2000; Ortega, 1926 en Yela, 2000; Rougemont, 1938 en Yela, 2000; Salvador, 1986 en Yela, 2000). El amor cortés nace, de boca en boca, de los trovadores franceses de finales del siglo XII y principios del XIII, como un amor que implica distancia, ambivalencia (gozo y sufrimiento a la par, uno de sus rasgos más característicos) y culto a la mujer. Siendo en su origen esencialmente espiritual, va tornándose progresivamente en carnal, a través de los siglos, transformándose en lo que más tarde se llamaría amor romántico y posteriormente amor pasional (Ortega, 1926 en Yela, 2000).

Su irrupción tiene que ver con la herejía cátara albigense del siglo XII. Mientras la Iglesia Católica ortodoxa proscribía la pasión, prescribiendo el matrimonio (haciendo de una unión por intereses socioeconómicos totalmente independientes de los sentimientos un sacramento), los trovadores provenzales del siglo XII van a exaltar la pasión de un mancebo por una mujer casada (constituyéndose así en una crítica al matrimonio convencional); pero no una pasión sexual (como suele connotar en la actualidad dicho término), sino una pasión idealista (intensa, conflictiva y ambivalente) cuyas leyes eran el servicio, la espera, la castidad y la proeza (Yela, 2000).

Otros autores han subrayado otras características del amor cortés en la Baja Edad Media: cortesano, religioso y adúltero en la intención (aunque no en la consumación). Andreas Capellanes, autor del tratado sobre el amor cortés a finales del siglo XII, afirmaba rotundamente que “el amor no puede darse entre cónyuges”. En esa misma obra, Capellanes describe hasta 31 reglas básicas del amor cortés, entre las que destacan sufrimiento, reciprocidad, adulterio no consumado, monogamia, y fidelidad (García Gual, 1982 en Yela, 2000).

Así, Yela (2000) concluye que, aún siendo en el fondo espiritual y religioso, el amor cortés surge contra las costumbres feudales y eclesiásticas tradicionales, las cuales equiparaban el concepto de mujer al de hembra, madre y esposa fiel (sexual y religiosamente). Con el amor cortés, la mujer pasa a ser un objeto de culto. Esta clase de amor se expandió a través de la lírica culta cortés, narrada en boca del hombre, dirigida a mujeres casadas, de carácter frecuentemente tormentoso y trágico.

Durante la Baja Edad Media se produce un progresivo aumento del poder y coerción de la Iglesia Católica, con la creación, en el siglo XII, de los Tribunales del Santo Oficio (Inquisición) (Salvador Miguel, 1986 en Yela, 2000). Así pues, durante la Baja Edad Media tendríamos la siguiente situación, el matrimonio por conveniencia como institución social (y religiosa) para obtener descendencia legítima, los devaneos de corte con mujeres casadas donde obtener el amor cortés o romántico y finalmente, la prostitución donde obtener el placer sexual (presente, como es bien sabido, en todas las épocas históricas) (Hendrick y Hendrick; 1992 en Yela, 2000).

### **3.1.4 Edad Moderna**

Durante la Edad Moderna (siglos XVI-XVIII) se consolidarán los modos amorosos de finales de la Edad Media, con una Iglesia Católica en su período de máximo control sobre las normas y costumbres sociales y morales y aún más sobre los comportamientos amorosos y sexuales (Flandrin, 1981 en Yela, 2000).

Entre las costumbres amorosas y sexuales de la España de los Austrias (siglos XVI y XVII), destaca aún ese férreo control del Estado-Iglesia desde el que se elogiaba la castidad y se prohibía como pecado todo devaneo amoroso y/o placer sexual que no fuera con fines procreadores. A pesar de ello, o quizá precisamente por ello, en dicha época florecen con profusión los burdeles, los hijos naturales y el concubinato clerical (Sánchez Ortega, 1986 en Yela, 2000).

Por otro lado, Yela (2000) señala que hay que resaltar que esta época será con justicia reconocida como la Edad de Oro de la Literatura en España, surgiendo entre la extraordinaria producción sobre literatura amorosa obras clásicas entre las que figuran autores como Fernando de Rojas, Cervantes o Tirso de Molina y sus inmortales personajes: La Celestina, el Quijote y Don Juan. En este sentido, entre el Renacimiento siglo XVI y el Barroco siglo XVII, dos de las más grandes figuras de la Literatura Universal de todos los tiempos, Shakespeare y Cervantes, describen puntualmente el tipo de amor romántico, apasionado, ambivalente, irracional, súbito, idealizador, intenso, trágico, acrecentado por los obstáculos, exaltador de la belleza física y espiritual, de absoluta entrega y abnegación, casi épico, frente a las tradicionales uniones matrimoniales por conveniencia.

El análisis de las costumbres en la España de la Ilustración siglo XVIII muestra dos estilos completamente diferenciados, los tradicionales y los modernos, éstos últimos de alta sociedad, practicantes del cortejo no sexual y siempre atentos a cumplir con el protocolo cortés y romántico y un tanto cursis (Martín y Gaité, 1972, 1986 en Yela, 2000). Yela (2000) concluye que en la Edad Moderna sigue existiendo un matrimonio tradicional por conveniencia, (donde en el mejor de los casos podía surgir un amor amistoso), un amor romántico (extraconyugal, no sexual y aún minoritario) y una satisfacción del deseo sexual (permitido exclusivamente a los hombres, (como en las otras épocas históricas) mediante prostitutas.

### ***3.1.5 Edad Contemporánea***

La Edad Contemporánea (desde el siglo XIX) comienza con una exaltación de la pasión romántica y trágica, que vuelve a su punto más álgido. De hecho el siglo XIX es conocido como el del Romanticismo. En el Imperio Británico, se vive la llamada Era Victoriana, caracterizada por su exacerbado puritanismo (Yela, 2000). Por tanto vemos que hasta principios del siglo XIX, todavía las personas no tenían la posibilidad de hacer una elección, ni de tener una relación de pareja totalmente libre, ya que ambos integrantes eran evaluados y elegidos por los padres con base en sus propios intereses, pues se veía al matrimonio como un negocio donde las familias de los contrayentes se tenían que beneficiar de dicho compromiso (Antaki, 2000 en Valdez, et al. 2007). Sucedió entonces que los futuros cónyuges no se conocían sino hasta el momento del matrimonio (Franco, 1995 en Valdez, et al. 2007). Por otro lado durante este siglo comienza a surgir lentamente un tipo de noviazgo que comienza, aunque tímidamente, a desvincularse de la imposición paterna (Iglesias, 1987 en Yela, 2000).

Empero, con el paso del tiempo y la incursión de una nueva manera de ver las relaciones de pareja, se ha dado mayor libertad a la selección de la persona que se tomará por compañera(o), sobre todo cuando éste(a) es elegido a largo plazo (Rage, 1996). Así durante el siglo XX van a producirse grandes cambios sociales, que repercutirán de forma notable en las relaciones amorosas y sexuales. A la revolución industrial y tecnológica, apuntada en el siglo anterior y disparada vertiginosamente en el actual se unen cambios sociales de la magnitud de la llamada liberación de la mujer (Fisher, 1992 en Yela, 2000). Liberación no sólo económica sino, quizá fundamentalmente, psicológica, repercutiendo ello tanto en la esfera pública como en la privada por ejemplo en la toma de iniciativa amorosa a partir de mediados del siglo XX (Iglesias, 1987 en Yela, 2000). A ello se añade la denominada revolución sexual, liberalización de las actitudes y conductas amorosas y sexuales, toda vez que la presión coercitiva de la Iglesia Católica se ve notablemente reducida, aunque como muestran diversos estudios (Robinson et al, 1991 en Yela, 2000; Malo de Molina, 1992 en Yela, 2000) sigue existiendo una notable represión sexual y un elevado índice de machismo.

Otros factores de nuestra época, que influyen de forma importante en las relaciones amorosas son el aumento en la variedad y la cantidad de las relaciones amorosas y la accesibilidad a los métodos anticonceptivos (Yela, 2000). Estos y otros cambios sociales producirán la segunda gran revolución del comportamiento amoroso (Ortega, 1952 en Yela, 2000): la vinculación de los conceptos de amor romántico, matrimonio y sexualidad, apareciendo así el matrimonio por elección libre, basado en el enamoramiento y dejando de ser el amor romántico un fenómeno socialmente

minoritario. Este trascendental cambio en las costumbres amorosas se originará a finales del siglo XVIII o principios del XIX (Flandrin, 1981 en Yela, 2000; Hendrick y Hendrick, 1992 en Yela, 2000; Solornop, 1988 en Yela, 2000), se irá consolidando paulatinamente durante el siglo XIX (Rougemont, 1938 en Yela, 2000) y se hará definitivo (si bien no exclusivo) en la primera mitad del siglo XX (Ortega. 1952 en Yela, 2000).

Hay ciertos indicios de que el desarrollo económico industrial promueve el cambio de la base del matrimonio, del acuerdo paterno a los sentimientos amorosos. Las razones de ese cambio estribarían fundamentalmente en la independencia económica con respecto a la unidad familiar, la movilidad geográfica, la movilidad social y el ritmo vertiginoso de los cambios que supone el desarrollo económico industrial con lo que se espera un menor apoyo personal de las relaciones familiares y un mayor apoyo personal en las relaciones amorosas (Theodorson, 1979 en Yela, 2000; Williams y et al, 1979 en Yela, 2000).

Por tanto, el fenómeno amoroso actual en Occidente (el amor romántico), que proviene del amor cortés medieval adquiere sólo muy recientemente las características actuales de amor sexual, voluntario, igualitario y base fundamental para el matrimonio (Solomon, 1988 en Yela, 2000). Como hemos visto una de las características más destacadas del fenómeno es la separación en su origen y durante siglos, de los conceptos de amor, sexualidad y matrimonio. Su unión posiblemente haya llevado a la consecución de una mayor libertad de elección e igualdad de trato entre ambos sexos, pero ha originado también un grave problema, el que se deriva de pretender establecer sobre la pasión fugaz por su propia naturaleza, el matrimonio del que se espera sea una unión estable y duradera (Yela, 2000).

El CIRES (1992 en Yela, 2000) que es un centro de investigación social en España, encuentra que la mayoría de la población se adscribe a la creencia de que el amor romántico debe ser la base de su matrimonio y acepta la expectativa social de mantener la pasión erótica y romántica por una misma persona durante toda la vida (objeto teórico de la unión matrimonial, especialmente si es de índole religiosa), así como la estricta fidelidad sexual.

Como hemos revisado uno de los puntos centrales del emparejamiento humano ha sido la elección de pareja, tanto a corto como a largo plazo (Valdez Medina, Díaz Loving y Pérez, 2005 en Valdez, et al. 2007). Se ha postulado que en la actualidad lo más importante de la elección de las parejas es que esta involucra características de la potencial pareja y se aleja cada vez más de los convencionalismos y atavismos sociales (García y Reyes; 2008). Para Bush, Schackelford, Kiirkpatrick y Larsen (2001 en García y Reyes; 2008) el cambio que se ha dado en los últimos años se debe a los valores, obedece a una evolución social de los mismos. Tanto hombres como mujeres han incrementado el valor que le dan a características como el amor y el atractivo físico. En contrapeso a tradiciones culturales tales como la castidad en la pareja, su estatus socioeconómico o sus habilidades domésticas.

Como un dato indicativo de la formación de parejas, sabemos que el 90% de las personas en sociedades occidentales se casan en algún momento (Coon; 2001) por tanto es relevante el estudio de lo que impulsa a la elección de una pareja. La elección de



pareja es una de las decisiones más importantes que una persona realiza durante su vida ya que esta elección tiene importantes repercusiones en su futuro.

### 3.2 Definición

Con la finalidad de construir una definición de elección de pareja ya que existe amplia literatura sobre el concepto de pareja pero no concretamente sobre la definición de elección de pareja, se revisaron varios diccionarios y definiciones de pareja propuestas por algunos autores. Aunque desde el sentido común parece obvia la definición considero importante puntualizarla.

Según el Diccionario de la Real Academia Española (RAE) en su 22 edición del 2001, la elección es definida como:

1. Acción y efecto de elegir.
2. Designación, que regularmente se hace por votos, para algún cargo, comisión, etc.
3. Libertad para obrar.
4. Emisión de votos para designar cargos políticos o de otra naturaleza.

Y en cuanto a la palabra elegir la define como:

1. Escoger, preferir a alguien o algo para un fin.
2. Nombrar por elección para un cargo o dignidad.

El Diccionario del Español Usual en México (EUM) se define la palabra elección como:

1. Acto de elegir algo o a alguien; selección o nombramiento de una persona entre varias: elección de diputados, elección de un vino, elecciones presidenciales
2. Selección o nombramiento de una persona entre varias para que cumpla con cierta función: elecciones presidenciales.

Y define la palabra elegir como:

1. Escoger o designar a una persona o una cosa entre otras para un cierto fin: *elegir presidente, elegir una carrera.*

La elección de pareja puede ser descrita como un proceso complejo en el que se consideran factores biológicos, personales, psicológicos, sociales y emocionales (Rice, 1997 en Valdez, et al. 2007) que se confronta con el paso del tiempo y que tiene un impacto favorable o desfavorable en la permanencia que puede llegar a tener la pareja (Valdez, et al. 2007)

La elección de pareja para Casado (1991) es conocer primeramente como son las dos personas que la compondrán, ya que la complementariedad se establece, en el nivel psicológico entre dos personas que buscan en el otro su complemento. Es una experiencia que pone a los individuos totalmente a prueba, en esta se proyecta tanto su historia como la capacidad que poseen para adaptarse, negociar y escuchar al otro, así

como la habilidad de comunicar y conocer sus sentimientos (Aguilar en Valdez, Poblete y Vara, 2003).

En cuanto al término *pareja* a continuación se presentan algunas definiciones:

Pearson y Bales (1955 en Ojeda, 1998) y Grezemkovsky Ziber; Pastrana Herrera, Rubio Eteharren y Ruiloba Madero (1986 en Ojeda, 1998) ven a la pareja como un juego de roles recíprocos, como una dicotomía instrumentalidad-expresividad donde el rol primario del esposo aun en la actualidad sigue siendo el sostén económico de la familia como un intercambio de ciertos servicios de la esposa, donde se incluyen por lo general el cuidado de los hijos y el trabajo del hogar.

Escardo (1974 en García, 2001) considera que la pareja es una entidad psicosocial inédita y en la que dos personas se unen con un propósito familiar común concurrente y que funcionará a través de la combinación de las experiencias previas de sus miembros.

Sánchez Azcona (1974 en Sánchez, 1995) ve la relación de pareja como un modo de valorarse y relacionarse, para trascender en el sentido más genuino del humanismo.

Tordjman (1981 en García, 2001) agrega que la pareja es un grupo original en el que las personas se unen para construir un vínculo propio y funcionar según su propia organización, así la pareja revela una identidad completamente distinta a la de cada uno de sus miembros por separado.

Para Díaz-Loving (1990 en Sánchez, 1995) la pareja es una institución construida en base a un sistema de normas y reglas de conducta. Las normas son parte de la cultura y la herencia social derivadas del pensamiento común colectivo, religioso y filosófico de un pueblo que lo transmite de generación a generación a través del proceso de socialización.

Fernández et al., (1993 en Sánchez, 1995) nos dicen que es una interacción de dos personas de diferente sexo unidas por un compromiso emocional y los factores que las integran.

Por su parte R. Sánchez (1995) también considera la relación de pareja como una entidad compuesta por dos personas de distinto sexo, unidas por un compromiso emocional, más que legal o religioso y nos dice que el propósito es constituir una institución social (familia) basada en normas culturales específicas. También define una relación como la asociación de características entre dos o más personas que involucra cierta interacción y que puede tener diversos fines ya sea solo un encuentro casual, una amistad, un matrimonio, etc.

Para Alberoni (1997 en García, 2001) la pareja es una unidad dinámica que dura en tiempo, cuyo principal o tal vez su único mordiente es el amor y que constituye el vínculo fuerte (además de los que se establecen en la infancia con las figuras parentales) capaz de unir a dos individuos adultos para convertirlos en una pareja amorosa y de resistir traumas, conflictos y decepciones.

En base a las definiciones antes citadas podemos decir que la *elección de pareja* es un proceso complejo que considera factores biológicos, personales, psicológicos, sociales y

emocionales (Rice, 1997 en Valdez, et al. 2007) e implica seleccionar ó preferir a una persona de entre varias (RAE, 2001, EUM) con un fin de unión (Escardo, 1974 en García, 2001) e interacción (Fernández et al., 1993 en Sánchez, 1995) el cual puede ser a corto o largo plazo, un encuentro casual, noviazgo, matrimonio, etc. (Sánchez, 1995) y que tiene un impacto favorable o desfavorable en la permanencia que puede llegar a tener la pareja (Valdez, et al. 2007).

### **3.3 Teorías explicativas**

En muchas ocasiones las personas creen que han encontrado a su media naranja o que tienen que buscarla porque existe una persona única y especial en el mundo predestinada justo para ellos, sin embargo parece que esto no ocurre así, ya que son muchos los factores que intervienen en las relaciones amorosas, comenzando por la elección de pareja.

#### **3.3.1 Condiciones Individuales**

Autores como Lemaire (1986) indican que la elección del compañero obedece a fuerzas inconscientes y a procesos psíquicos tanto individuales como relacionales, que posibilitan la atracción entre dos personas y la estructuración de una relación de pareja. La evolución de las pulsiones sexuales juega un papel dinámico fundamental en el proceso de la vida amorosa, tanto sentimental como genital.

Freud (en Lemaire, 1986) habla de dos tipos de elecciones amorosas, ambas moldeadas por los mecanismos psíquicos de orden inconsciente. En la elección por apuntalamiento se ama a la mujer que alimenta o al hombre que protege, debido a la influencia de las pulsiones de autoconservación y por su asociación a objetos primitivos del pasado. Mientras que en la elección de objeto narcisista, basada en la relación del sujeto consigo mismo, se elige y ama, “a lo que es sí mismo, a lo que lo ha sido, a lo que se querría que fuese, a la persona que fue una parte de la propia persona” (Lemaire, 1986 en García, 2001), es decir se elige a la imagen del ideal del yo, de lo que se querría ser. La elección del objeto en la relación de pareja, comenta Lemaire se dirige hacia quien sea fuente de satisfacción de la mayor parte de los deseos conscientes pero también hacia quien contribuya a reforzar al yo y a la seguridad personal. Esta elección está referida estrechamente de forma positiva o negativa a la imagen parental del padre del sexo opuesto, como huella de los deseos edípicos reprimidos o a la del padre del mismo sexo y a la de la relación de pareja parental, estas imágenes rara vez se reproducen de forma pura y simple ya que sufren cierta evolución y logran distanciarse de su origen, para dar lugar a reproducciones distintas y originales de las parentales pero que tienden a repetirse constantemente en la vida amorosa del individuo.

Por otro lado Lemaire considera que la elección de pareja surge como una forma de protección contra las expresiones de las pulsiones parciales que no se desean enfrentar que están reprimidas, aisladas o que han quedado insatisfechas por lo que este proceso tiene un carácter fundamentalmente defensivo en el que participan contundentemente los mecanismos de defensa. También Stone (1989) nos dice que un individuo actúa en la elección de una pareja, a nivel de sus defensas y no a nivel de sentimientos internos; por lo que si trasladamos estos pensamientos al campo del estudio del apego, dado que el vínculo que se forma en los primeros años del nacimiento, que organiza la personalidad y guía las relaciones interpersonales a través de las diferentes etapas por

las que atraviesa el ser humano, se puede observar que los modelos de relación social aprendidos desde pequeños son determinantes para las relaciones posteriores, sobre todo la relación de pareja, por ser ésta la persona con la que se planea compartir una serie de gustos, necesidades, sentimientos, carencias, etc.

Al mismo tiempo Lemaire (1986) considera que la búsqueda y elección amorosa se ven influenciadas por el dinamismo de la actividad imaginativa y por los procesos de escisión e idealización que se dirigen hacia encontrar un objeto bueno gratificador. Considera que muchas personas suelen elegir a ciertos objetos como pareja para prevenirse o defenderse del riesgo o temor que implica vivir una amor demasiado intenso o un compromiso muy cargado afectivamente, que pueda destruir su frágil equilibrio afectivo (generando síntomas psíquicos y somáticos de angustia) y ponerlos a expensas de la intrusión y de la descompensación. También distingue que la elección de objeto en las primeras relaciones amorosas así como el coqueteo y las aventuras de tipo pasajero obedecen a aspectos hedonistas y a la búsqueda de satisfacción de las pulsiones directas. En cambio la elección del compañero principal con el que se desea mantener una relación duradera se basa en su contribución a mantener la organización defensiva del individuo (tanto por las satisfacciones como por las confrontaciones que provee) que alienta su seguridad interior. Aclara que la elección de pareja está en función del conjunto de la relación que establece con dicho objeto más que en función de las características personales del mismo.

Las personas también eligen a sus parejas en base a sus preferencias ideales, en base a los atributos o características que desearían tener en el otro (García, 2001). Según Stenberg (1988 en García, 2001) el ideal elusivo contienen las expectativas basadas en las experiencias previas de la persona y en las expectativas de lo que se cree puede ser una relación íntima, los ideales pueden estar más o menos apegados a la realidad o ser producto de la imaginación y la fantasía. Así G. García (2001) menciona que los ideales imaginarios y las expectativas hacia la relación de pareja engloban las aspiraciones y la escala de valores que guía el comportamiento del individuo en su elección de pareja.

Siguiendo la línea de que la elección de pareja es reflejo de lo aprendido en etapas anteriores (experiencia infantil) y modelos parentales, Stone (1989) plantea también un enfoque inconsciente en el que la elección amorosa sí concluye en una relación perdurable y no en una relación pasajera o coqueteo fugaz, indica que no es fruto del azar. Señala que los procesos inconscientes designan a quién se ama. Enamorarse es en gran parte, un proceso ajeno a la actividad racional, depende de determinantes no conscientes, como lo son por ejemplo los recuerdos sentimentales, lo agradable o desagradable de la expresión y el aspecto general. De tal forma que la autora hace referencia a una serie de circunstancias inconscientes que pueden motivar a la elección de un cónyuge, entre las que menciona:

- Puede buscarse un progenitor omnipotente, onniscente, generoso y "bueno".
- Puede tener la motivación de casarse para huir de una situación de la desagradable vida.
- También esa búsqueda puede obedecer a la necesidad de huir de la infelicidad que siente en la familia paterna.
- La atracción sexual constituye un poderoso motivo en la decisión de contraer matrimonio, la cual puede conducir al sujeto, casi sin darse cuenta, a una relación en la que no hay ninguna otra cosa que el impulso sexual.

- El deseo de tener hijos, puede ser otro motivo primordial, más que complementario, en la decisión de casarse, convirtiendo (hablando en términos de importancia) la elección del cónyuge como un aspecto secundario; creando en éste la sensación de quedar marginado después del nacimiento del hijo.
- Las personas hostiles buscan a una pareja para utilizarse a sí mismas como arma de venganza, deseando que otros sufran porque ellas sufren.
- Otras personas al sentirse rechazadas por la pareja elegida, se casan por despecho, queriendo hallar en su consorte las características del amor perdido.
- La simpatía provocada por desgracias o infortunadas circunstancias de la vida, puede ir creando una especial atracción y generar la fantasía de que el sujeto puede deshacer el alma y salvar a alguien que es víctima de un evento desastroso.
- La autoestima también juega un papel trascendental en la elección de una pareja, pues cuando la persona la tiene baja, se tiene una gran sensación de ansiedad e inseguridad acerca de ella misma. Dicha autoestimación se basa en el grado sumo en que cree que los demás piensan de ella y al depender de otros para autoestimarse lesiona su autonomía e individualidad en presencia de los demás, especialmente cuando quiere impresionarlos. Su baja autoestima proviene de sus propias experiencias al crecer que no le permitieron sentir que es bueno ser una persona de un sexo en relación a otra del sexo contrario.
- La falta de separación real con sus padres, es decir, nunca llegó a una relación de igualdad con ellos.
- La búsqueda de la imagen parental.

Concluye que no siempre la elección del cónyuge se debe a una decisión propia, sino también a variables sociales que empujan a un hombre o una mujer a contraer matrimonio pues la elección de una pareja, no se efectúa entre todos los habitantes del mundo, sino entre un número relativamente reducido de personas que se encuentran en determinadas circunstancias en un momento específico en la vida.

### ***3.3.2 Condiciones socioculturales***

La literatura que sustenta esta postura menciona que la elección del cónyuge es determinada más por aspectos sociales y culturales, que por una decisión de vida personal. Una de las primeras referencias se encuentra en la Biblia, en donde Dios crea al hombre y después a la mujer para su compañera. Posteriormente, al paso del tiempo, se ha visto que en algunas familias, se acostumbraba comprometer en matrimonio a sus hijos desde el nacimiento. Siendo que desde este ámbito de tipo social, se manejaba que la mujer debía ofrecer un atractivo dote para ser merecedora de tener un compañero. De tal modo, que bajo parámetros religiosos y morales, una relación de tipo amoroso era reprobada si era producto de una relación secreta por medio de las famosas "Cartas de Amor" (Stone, 1989).

Según esta postura el contexto sociocultural influye en la elección que se hace de una pareja debido a que las fuerzas externas a los individuos que se manifiestan en forma de usos, costumbres, reglas y rituales sociales inciden de manera importante en la convivencia de las personas (García, 2001). Los valores del medio sociocultural influyen incluso en los aspectos que se toman en cuenta en la elección de una pareja (Harfield y Rapson, 1996 en García, 2001), en general se alienta a las uniones homogamas. Por ejemplo Avelarde (1991 en García, 2001) señala que algunas

sociedades promueven y consideran al amor una condición indispensable para la unión de dos personas, mientras que otras no le otorgan esa importancia.

Tordjman (1981) se refiere a esas bases inconscientes que rodean las relaciones sociales (Stone, 1996 en Ojeda, 1998) desde un enfoque sociocultural a través de su Teoría de la Homogamia. En este modelo, el autor refiere que hay un privilegio en afinidades de semejanza en la elección del cónyuge en cuanto a nivel social, religioso, familiar, lugar geográfico. Es decir, en primera instancia, se inscribe una necesidad por buscar afinidad de semejanza en la pareja, misma que se manifiesta en forma de mecanismo de defensa y de reafirmación a través del otro, lo que uno es. Por lo tanto, cada individuo puede expresarse con espontaneidad y afirmarse con autenticidad. No obstante, la vida en pareja es más compleja de lo que parece e impone a los dos miembros de la pareja una necesaria diversidad de sus personalidades.

De acuerdo con Tordjman, la elección de pareja no es fortuita, depende en gran medida de dos grandes factores. El primero hace referencia a las interrelaciones dinámicas que se alimentan en la fuente de los modelos parentales y de la experiencia infantil y el segundo, de las diversas condiciones socioculturales, por ejemplo escolaridad, nivel social, religión, pertenencia familiar, etc, por lo que se puede decir, que a lo largo de la historia, la formación de pareja ha estado determinada por aspectos sociales y culturales tanto objetivos como subjetivos (Triandis, 1994).

Más tarde Ojeda (1998), reflexiona que con la revolución sociocultural que caracteriza la época actual, se le ha dado a la elección del cónyuge mayor libertad, pues se le considera con un toque aparentemente irracional, ya que al parecer no existe una programación consciente de los llamados “flechazos”, o bien, de esos magnetismos misteriosos que hacen que una persona se sienta atraída por otra. En este punto, pareciera ser que este enfoque sociocultural de la elección de pareja, se plasma y se combina con el punto de vista anterior, acerca de que las relaciones sociales tienen una base en el aprendizaje individual en etapas primarias, por lo tanto tienen bases inconscientes.

Díaz-Guerrero (1994) cita que los mexicanos eligen a su pareja en función de la satisfacción y el placer inmediato que le produzca a cada uno de sus integrantes. Haciendo énfasis, acerca de que el grado de “*realidad interpersonal*” (la realidad resultante de la compleja interacción de dos o más personas) que se genere con la pareja, depende de la frecuencia, la calidad y el calor de la misma relación interpersonal que se viva en un período determinado de tiempo.

### **3.4 ¿Qué determina la manera en que forman pareja las personas?**

En este apartado se exponen algunos factores a nivel personal y social que influyen en la elección que se hace de una pareja. Sabemos que en este proceso indudablemente interviene la atracción interpersonal. Los determinantes de la atracción se revisaron en el capítulo anterior.

#### **3.4.1 Criterios Personales de Elección**

*Ciclo vital personal:* G. García (2001) comenta que el momento en el que el individuo comienza a involucrarse sentimentalmente con otra persona depende de su desarrollo y

madurez bio-socio-emocional, sus rasgos de personalidad, su educación, sus vivencias y su proyecto de vida, así como la sociocultura y el medio ambiente ecológico y geográfico en el que habita. Goodwin (2000 en García, 2001) nos dice que las aspiraciones educativas y laborales del individuo también juegan un papel fundamental en la decisión de comprometerse formalmente con una pareja.

A pesar de que la selección de pareja ocurre generalmente durante la juventud (Ojeda, 1998), las personas pueden reiniciar este proceso tantas veces como lo decidan a lo largo de toda su vida. Sin embargo esta elección se verá afectada por el estadio del desarrollo en el que se encuentre la persona, siendo distintos factores los que motivarán esta decisión a lo largo de diferentes etapas de la vida. Así en la adolescencia se buscarán ciertos atributos en la pareja, mientras que en la juventud, la adultez y la vejez la atención se orientará hacia otros más, según las necesidades y metas propios del ciclo vital del individuo. En general, el primer matrimonio ocurre alrededor de los 24 años en las mujeres y a los 26 en los varones (Hendrick, 1995 en García, 2001).

*Género:* desde la postura de la psicología evolutiva ó sociobiológica, Symons (1979 en Hatfield y Rapson, 1996) y Buss (1994, 2004 en Valdez, et al. 2007), explican que en el curso de la evolución los hombres y las mujeres se han socializado diferencialmente por lo que desean características distintas en una pareja desde las perspectivas y necesidades propias de cada sexo. Los hombres valoran primordialmente las características de juventud y atractivo físico, incluyendo una apariencia saludable con cintura angosta, por ser éstas indicadores de fertilidad o madurez sexual en las mujeres. Mientras que ellas otorgan más importancia a los recursos económicos, dinero, comida, casa, posición social y emocionales, que les pueda brindar un compañero, gracias a que garantiza la seguridad y la protección propia y de la descendencia (Kenrick y Trost, 2000 en García, 2001) es decir prefieren un buen proveedor.

Al ser las mujeres quienes realizan una inversión parental mucho mayor que la de los hombres, por ser ellas las que aportan más tiempo y energía en gestar, alimentar, proteger y educar a sus hijos (Hatfield y Rapson, 1996), tienden a ser más selectivas al elegir a una pareja tanto sexual como romántica ya que una elección pobre o inadecuada puede acarrearles un gran número de cosas (Kenrick y Trost, 2000 en García, 2001).

Las mujeres prefieren a hombres mayores mientras que ellos suelen elegir a mujeres menores, observándose una diferencia promedio en la edad de las parejas que va de dos a tres años (Kenrick y Trost; 2000 en García, 2001), esto se explica debido a que con el paso del tiempo los recursos potenciales que puede ofrecer un varón aumentan, mientras que la capacidad reproductiva de las mujeres decrementa. Buss y Schmitt (1993 en García, 2001) proponen que los factores de decisión y las estrategias que utilizan los hombres y las mujeres varían también según el tipo de relación que desean establecer ya sea de corta o larga duración. Para relaciones de corta duración los hombres consideran señales de capacidad reproductiva buena apariencia, juventud y salud y prefieren mujeres fáciles de conseguir, pero pueden tener encuentros sexuales casi con cualquier persona y en cualquier circunstancia sin importar que carezca de los atributos ideales. Mientras que las mujeres prefieren a los hombres amables, considerados, comprensivos, honesto y adaptables, que además sean profesionistas, tengan ambiciones , perspectivas laborales, buena posición y nivel de ingresos, que les den regalos, acceso a otros recursos y que gusten de los niños.

En las relaciones de larga duración los hombres prefieren a mujeres atractivas, jóvenes y sanas por su potencial reproductivo, pero consideran muy importante que sean capaces de comprometerse en una relación a largo plazo, que sean leales y que tengan habilidades materiales. Las mujeres todavía prefieren a hombres que deseen y sean capaces de proteger del daño y de invertir sus recursos en ellas y en sus hijos, que se comprometan y que tengan habilidades parentales. Así mientras más se considera una relación a largo plazo tanto hombres como mujeres se vuelven más selectivos al elegir pareja.

Por su parte Rage (1996) cita que la mayoría de los individuos comparten una *imagen de una pareja ideal* y tienen ideas definidas sobre lo que están buscando en una pareja, así como las categorías de personas que son elegibles o no elegibles. También nos dice que existen diferentes tipos de atractivos, entre los que menciona que para algunas personas será muy importante el atractivo físico, mientras que para otros los elementos psicológicos, ternura, inteligencia, comunicación, comprensión, etc. Otros más buscarán un nivel educativo y social alto y compatible con el suyo. Finalmente habrá personas que se fijen en los valores morales y religiosos de la persona.

Además señala que muchos individuos tienden a ser excluidos automáticamente por la edad, educación, raza, tipo corporal, orientación social o religiosa, etc. Menciona que en varios estudios que se han hecho en jóvenes los elementos positivos que han sobresalido son edad, educación y clase social. Sin embargo aparecen otras características que no son fácilmente medibles como el carácter, estabilidad emocional, disposición complaciente y el buen humor. Concluye diciéndonos que en la actualidad se tiende a valorar fuertemente el atractivo físico y la personalidad, aunque esta última varía mucho más de acuerdo a los aspectos que se aprecien en cada época.

Lee y Stone (1980 en Yela, 2000) nos hablan de los criterios para elección de pareja para el matrimonio y señalan que éstos varían en las sociedades de elección libre, en las que el criterio suele ser la atracción interpersonal. Mientras que en las sociedades de elección arreglada, los criterios suelen ser la capacidad de subsistencia, la salud, alianzas familiares, acuerdos económicos, etc.

Murstein (1980 en Yela, 2000) indica que a medida que aumenta la individualidad en la elección de la pareja, van cobrando mayor importancia los aspectos de la relación y menor las características sociodemográficas. Coppinger y Rosenblatt (1968 en Yela, 2000) señalan que será precisamente la independencia de los esposos para subsistir uno de los factores que conduzca a las uniones basadas en las relaciones amorosas contra las uniones arregladas familiar o personalmente.

Eagly y Wood (1999 en Ubilllos, et al. 2001) argumentaron que las diferencias sexuales en los criterios para elegir la pareja íntima deberían suavizarse en sociedades caracterizadas por mayor igualdad de género, ya que las preferencias dadas por el hombre a mujeres más jóvenes, capaces de ser buenas dueñas de casa y atractivas, así como la importancia dada por las mujeres a los criterios de recursos sociales del hombre reflejan las diferencias de estatus y roles entre hombres y mujeres.

Acorde a lo anterior Ubilllos, et al. (2001) mencionan que reanalizando los criterios de selección de pareja, se confirmó que a mayor igualdad entre los géneros, evaluado por un indicador de la ONU sobre el grado de inserción laboral e institucional de la mujer,



así como la paridad salarial con los hombres, existían menos diferencias entre los sexos en la importancia que se asignaba a los recursos económicos y al ser buen ama de casa como criterios para elegir a la pareja. Esto se explicaba porque a mayor igualdad social entre hombres y mujeres, menos evaluaban las mujeres como importantes el status económico de la pareja y más lo valoraban los hombres aunque las asociaciones no eran significativas. Asimismo, a mayor igualdad social entre sexos, los hombres valoraban menos que la mujer sea una buena ama de casa como criterio de elección de pareja. Sin embargo, la igualdad social no mostraba una asociación significativa con la diferencia entre sexos con respecto al atractivo como criterio para elegir una pareja íntima. La importancia concedida al atractivo físico se asociaba positivamente a la igualdad social, aunque de forma no significativa, tanto para hombres como para mujeres.

Yela (2000) nos dice que para asegurar un vínculo de pareja duradero de cara a la estabilidad familiar y con ella social, una elección basada en la proximidad, endogamia (emparejamiento con alguien de características similares sociodemográficas), similitud, complementariedad (amor consensuado) y en el mejor de los casos, además, cariño e intimidad resultaría socialmente funcional, además de personalmente. A raíz del logro progresivo de libertad personal en nuestra sociedad, el individuo reclama sentirse libre en la elección de su pareja, por lo cual al sistema social le conviene dar su visto bueno al amor romántico o pasional, vehemente, idealizador, dependiente, posesivo, haciéndolo normativo. Quizá por ello nuestra actual civilización occidental sea exclusiva en cuanto al claro predominio normativo del amor romántico y a su utilización como justificados del matrimonio. Lo que sucede es que el amor romántico pasional como justificación del matrimonio supone una paradoja que es vivida, por el individuo, generalmente como, decepción y frustración. Por otro lado, la elección libre de la pareja propia de la cultura occidental no está reñida con el cambio de base del matrimonio, del enamoramiento pasional a un amor más sereno y racional, si se quiere una vez traspasada la fase de intensa pasión

Así, Colleen (2000 en García y Reyes; 2008) indica que el compromiso por el cual la pareja da inicio, es en la actualidad personal, basado en el entendimiento mutuo y por tanto alejado de las normas y compromisos sociales. La elección personal más que las convenciones sociales comienza a ser un punto central en la elección de pareja y de matrimonio, esto ha influenciado las decisiones de con quién y cómo casarse, tener pareja o no, casarse o no casarse, vivir solo o con otros y aceptar o rechazar las posibilidades que trae el tener una familia. En el caso de los valores es claro que en la actualidad las personas dan más importancia a que sus parejas sean honestas, fieles, responsables e igualitarias. Esto da cuenta de la importancia de las transformaciones en la época moderna (Irwin, 2003 en García y Reyes, 2008). M. García y Reyes (2008) comentan que finalmente en la actualidad las personas deciden llevar sus vidas en base a decisiones personales donde el amor y la atracción juegan papeles fundamentales.

### **3.4.2 Factores sociales**

Existen factores sociales y culturales que influyen y hasta cierto punto guían nuestra elección y conducta amorosa en las relaciones de pareja. La literatura especializada ha subrayado la decisiva influencia de las pautas morales de la sociedad (Garaizabal, 1992 en Yela, 2000; Glass y Wright, 1977 en Yela, 2000; Mathes y Severa, 1981 en Yela, 2000), las presiones sociales para su cumplimiento, los modelos de control social

(Goode, 1959 en Yela, 2000) y las sanciones sociales, religiosas, legales, económicas, interpersonales, etc. ante conductas consideradas como no normativas por ejemplo infidelidad sexual (Linton, 1936 en Yela, 2000). Entre estas presiones destacan la presión hacia el emparejamiento, plasmada en por ejemplo locuciones populares como solterona; presión hacia alguien con características similares sociodemográficas, edad, nivel socioeconómico cultural, religión, raza, etc; presión hacia la monogamia; hacia el matrimonio eclesiástico (Iglesias, 1987 en Yela, 2000).

Presión hacia la fidelidad sexual y presión hacia el atractivo físico con continuas alusiones al tipo y la figura (Gil Calvo, 1991 en Yela, 2000; Lin, 1998 en Yela, 2000; Tseñlon, 1992 en Yela, 2000). Los usos y costumbres sociales en torno a las relaciones amorosas, por ejemplo, las formas de noviazgo, el dónde, cuándo, quién, de quién, cómo, qué y por qué enamorarse, unirse, casarse, etc. (Martín Gaité, 1972, 1982, 1986, 1987 en Yela, 2000; Iglesias, 1987 en Yela, 2000), los paradigmas sociales vigentes sobre el ideal romántico (Avellin, 1985 en Yela, 2000) y el estereotipo socio cultural de amor romántico, las creencias o mitos románticos (Averill y Boothroyd, 1977 en Yela, 2000; Barrón et al, 1999v; Good, 1976 en Yela, 2000; Liebowitz, 1983 en Yela, 2000; Solomon, 1988 en Yela, 2000). Todo este conjunto de presiones proviene de diversas fuentes, entre las que se encuentra la familia, el grupo de pares, las redes laborales, las redes sociales informales, los medios de comunicación, las propias leyes y las instituciones sociales como la Iglesia (Yela, 2000).

También influye de manera decisiva el proceso de socialización a través del cual toman efecto todos los factores señalados al ser internalizados por cada persona (Berscheid y Walster, 1969; Berger y Luckmann, 1968 en Yela, 2000; Mead, 1935 en Yela, 2000; Peele, 1975 en Yela, 2000; Peplau et al; 1978 en Yela, 2000; Sarabria, 1982 en Yela, 2000; Valencia et al, 1989 en Yela, 2000), los roles sociales dominantes (el papel del enamorado y la enamorada, el novio y la novia, el marido y la esposa) (Huston, 1985 en Yela, 2000; Zimbardo, 1975 en Yela, 2000) y los estereotipos del rol de género, los papeles del hombre y la mujer, la masculinidad y la feminidad, de notable importancia en las relaciones interpersonales en general y especialmente en las relaciones amorosas y sexuales en particular (Bem, 1974 en Yela, 2000; Gil Calvo, 1991 en Yela, 2000; Hatfiel y Rapson, 1989 en Yela, 2000; Peplau et al, 1978 en Yela, 2000; Sandor y Rosenthal, 1986 en Yela, 2000).

Yela (2000) comenta que el proceso de socialización es muy importante ya que a través de él aprendemos como debemos sentirnos cuando estamos enamorados, cuándo debemos enamorarnos, qué características son deseables en el otro para enamorarnos de él, sexo, edad, clase social, estado civil, atractivo físico, actitudes y opiniones en general, cuáles son las pautas y el ritmo de seducción adecuados, qué se espera de la gente cuando se enamora a corto, medio y largo plazo, cuáles son los lugares apropiados para enamorarse, etc. Así cada sociedad tiene su propio tipo de amor prescrito y sus tipos de amor proscritos.

Díaz-Loving y Sánchez (2002) nos dicen que a través de los procesos de socialización, endoculturación y aculturación, cada ente social promueve y asegura que las nuevas generaciones entiendan y hagan suyas las premisas y expectativas que deben regir las formas y maneras de ser en las relaciones interpersonales. Así la interacción de las características biológicas esenciales a todos los seres humanos, representado en el individuo por sus necesidades biopsíquicas y las pautas marcadas por el marco

sociocultural, representado en el caso intracultural por las premisas socioculturales de la pareja, difundidas prácticamente en todos los ambientes que rodean al individuo, desembocan en el desarrollo de los rasgos, valores, creencias, actitudes y capacidades que los individuos utilizan en sus relaciones interpersonales.

Para concluir podemos decir que la unión que actualmente se presupone y fomenta entre el amor, la sexualidad y el matrimonio no es algo natural ni universal presente en todas las culturas y épocas históricas, sino un producto cultural de los últimos siglos, como consecuencia de los últimos cambios sociales, entre los que destacan la revolución industrial y tecnológica, el fenómeno de la liberación de la mujer, la llamada revolución sexual y los cambios en los valores sociales y familiares (Yela, 2000).

Lee (1973 en Yela, 2000) comenta que también confiere prestigio y reconocimiento social presentarnos en sociedad ya sea en el trabajo, con los amigos o con la familia con una pareja que cause admiración y respeto entre los demás por los motivos que fuere, personales, físicos o profesionales. Por otro lado como previamente se mencionó el calificativo de solterón o solterona (Iglesias, 1987 en Yela, 2000) relativo a las personas que no han conseguido emparejarse, tiene aún una inequívoca connotación peyorativa para algunos. Sin embargo esta es una de las razones menos citadas para mantener una relación amorosa, tan solo un 0.7 por 100 de las mujeres y un 1.1 por 100 de los hombres la reconocen explícitamente como uno de los motivos principales. Por tanto quizá este no sea un motivo principal sino secundario, pero no por ello deja de ser una función que satisface la relación de pareja, al menos potencialmente es decir, no en todos los casos, claro está (Yela, 2000).

Ubillos, et al. (2001) comentan que los estudios realizados en culturas occidentales, han encontrado que a lo largo de los últimos treinta años la relación entre matrimonio y amor ha ido cambiando. Las personas perciben de manera creciente que estar enamorado es la base fundamental para permanecer casado. Parece que en el siglo XX, en las sociedades occidentales, el amor romántico se ha convertido en razón fundamental para mantener relaciones matrimoniales a largo plazo (Simpson, Campbell y Berscheid, 1986 en Ubillos, et al. 2001).

Dion y Dion (1993 en Ubillos, et al. 2001) sugieren que las diferentes orientaciones culturales influyen intensamente en cómo la gente conceptualiza el amor y la intimidad. Las culturas más individualistas, en las que las relaciones íntimas se establecen cara a cara y más o menos simétricamente, valoran más el componente pasional romántico del amor, mientras que en las sociedades colectivistas, las relaciones íntimas se organizan a través de la intervención de la familia extendida y se valoran más los aspectos pragmáticos y amistosos del amor (Dion y Dion, 1988 en Ubillos, et al. 2001).

Por tanto, el amor romántico es una base más importante para el matrimonio en las culturas individualistas que en las colectivistas. En las primeras, el amor y la decisión individual de dos personas parecen la forma natural de formar una pareja estable. En las segundas, en general, la formación de la pareja es una decisión de las personas mayores, se basa en arreglos que responden a los deseos de las familias y es un deber para los individuos (Triandis, 1995 en Ubillos, et al. 2001). La mayoría de la humanidad vive en culturas colectivistas y en general los matrimonios en el mundo son arreglados por los familiares o las familias tienen una gran influencia. La mayoría de las novias son adolescentes y en dos tercios de las sociedades se paga una dote por ellas y el

matrimonio se concibe como un contrato socioeconómico entre las familias (Ubillos, et al. 2001).

### **3.5 Investigaciones Relacionadas**

Investigaciones transculturales han confirmado, coherentemente con las hipótesis sociobiológicas, que las mujeres prefieren parejas sexuales de mayor edad y los evalúan en base a sus recursos, mientras que los hombres prefieren parejas más jóvenes y físicamente atractivas (Bailey et al., 1994 en Ubillos et al. 2001; Kenrick y Keefe, 1992 en Ubillos et al. 2001). Entre los estudios que indican que las mujeres tienden a conferir mayor importancia que los hombres al poder adquisitivo de sus parejas se encuentran los de Wilson y Nias (1976 en Yela, 2000), Buss y Barnes (1986 en Yela, 2000) y Buss (1989 en Yela, 2000). En este sentido, la investigación transcultural de Buss et al. (1989; 1990 en Ubillos, et al. 2001) confirmó en 37 países distintos que las mujeres tienden a evaluar a sus parejas masculinas a partir de su capacidad económica, su ambición y su laboriosidad, mientras que los atributos evaluados positivamente por los hombres para elegir una pareja femenina son la salud, la belleza y la juventud y elegirán a aquellas que tengan mayores signos de capacidad reproductiva.

También entre los criterios más valorados en el otro miembro de la pareja se han encontrado los siguientes diferenciados por sexo. Sin duda, la que cuenta con mayor respaldo empírico es la que señala que los hombres tienden, a conferir mayor importancia al atractivo físico de sus parejas que las mujeres (Byrne, 1971 en Yela, 2000; Buss, 1988, 1989 en Yela, 2000; Buss y Barnes, 1986 en Yela, 2000; Buss y Schmitt, 1993 en Yela, 2000; Feingold, 1990 en Yela, 2000; Stroebe et al, 1971 en Yela, 2000; Sternberg y Grajek, 1984 en Yela, 2000; Wilson y Nias, 1976 en Yela, 2000). Davis y Strube, (1993 en Yela, 2000) obtuvieron un dato revelador, entre los hombres, el atractivo físico percibido en la pareja correlacionaba positivamente con los sentimientos de compromiso hacia ella, pero no así en mujeres en quienes el compromiso con su pareja era independiente del atractivo físico de ésta.

Carreño (1991 en Yela, 2000) refrenda en España el resultado obtenido por Byrne (1971 en Yela, 2000), que indica que la correlación entre el atractivo físico percibido en la pareja y el atractivo general atribuido a la misma, es significativamente mayor en hombres que en mujeres, esto es, los hombres tienden a conferir más importancia al atractivo físico a la hora de evaluar el atractivo general de sus parejas. Por otro lado, los hombres también tienden a conferir mayor importancia que las mujeres al erotismo (Wilson y Nias, 1976 en Yela, 2000) y a la juventud de sus parejas (Buss, 1989 en Yela, 2000; Buss y Schmitt, 1993 en Yela, 2000), así como mayor importancia a la feminidad de las mujeres que éstas a la masculinidad de aquéllos (Carreño, 1991 en Yela, 2000).

Donde existe cierta controversia empírica es respecto a la importancia atribuida a la inteligencia de la pareja. Así, Carreño (1991 en Yela, 2000) encuentra que es un aspecto más valorado por las mujeres en sus parejas, que por éstos en las mujeres, mientras que otros autores han constatado que las diferencias en la importancia conferida a la inteligencia no son significativas a la hora de mantener una relación amorosa, pero sí a la hora de aceptar una relación sexual esporádica en ese caso los hombres tienden a mostrar un criterio de selección mucho más laxo, sin importarles en absoluto la inteligencia de su pareja sexual (Kenrick y Trost, 1989 en Yela, 2000).

En Estados Unidos, Buss (1985 en Coon, 2001) encontró que los hombres y las mujeres están de acuerdo en que la amabilidad, comprensión, inteligencia, personalidad excitante, buena salud, adaptabilidad y atractivo físico son las seis cualidades más importantes. A pesar de este acuerdo hombres y mujeres ubican a éstas cualidades en diferentes órdenes. Por ejemplo los hombres clasifican el atractivo físico como la tercera característica más importante mientras que las mujeres la clasifican como la sexta. Una segunda diferencia importante se refiere a una buena capacidad de ingresos, los hombres la clasifican en el undécimo lugar, las mujeres la clasifican en el octavo. Otro estudio de Hatfield y Sprecher (1995 en Coon, 2001) reportó que las mujeres en Estados Unidos, Rusia y Japón consideran más importantes la inteligencia, la ambición, el éxito y la posición en una pareja potencial que los hombres. Sin embargo casi todos clasifican en primer lugar la amabilidad y la comprensión.

Con respecto al proceso de imaginar y describir una pareja en México, Rivera Aragón, Díaz-Loving y Flores Galaz (1986 en Díaz-Loving y Sánchez, 2002) muestran un complejo mosaico de gustos y preferencias por ciertas características personales en aquellos que nos atraen. Las mujeres solteras incluyen en la lista de las características de la pareja ideal el ser altos, guapos, comprensivos, sociales, caballerosos, inteligentes, alegres, responsables, delgados, detallistas y fieles. Por su parte las mujeres casadas desarrollan su listado ideal añadiendo características que permean con la funcionalidad en la relación como son el ser cariñoso, alegre, tierno, responsable, comprensivo, sociable, atento, limpio y triunfador. En el caso de los hombres y en particular de las características que perciben en sus parejas, tanto los solteros como los casados se centran en describir a su media naranja como guapa y bajita.

## Capítulo 4

### AMOR

Ha existido un gran recelo hacia los intentos de realizar un estudio científico del amor ya que éste se considera un tema tan misterioso y alejado de la ciencia que parece no acertado por parte de ella investigarlo. Sin embargo es un tema que ha sido ampliamente estudiado, reflexionado y discutido por casi todas las personas, desde la manera en que tú y yo de forma intuitiva y en base a experiencias personales u observadas en otros especulamos sobre él. Ha pasado por literatos, filósofos y artistas de todo tipo y finalmente llegando a los estudios científicos.

Durante algún tiempo, incluso muchos psicólogos sociales, creían que el amor representaba un fenómeno demasiado difícil de observar y estudiar de forma controlada y científica. No obstante el amor es un asunto con tal importancia en la vida de la mayoría de las personas que, con el transcurso del tiempo, los psicólogos sociales no pudieron resistirse a su estudio y quedaron deslumbrados por el tema (Aron et al., 1997 en Feldman, 2001).

Como primer paso los investigadores intentaron identificar las características que diferencian al simple afecto del amor total (Sternberg, 1987 en Feldman, 2001). Con el empleo de este enfoque descubrieron que el amor no solo es un afecto mayor en cantidad sino un estado psicológico cualitativamente diferente (Walster y Walster, 1978 en Feldman, 2001). Por ejemplo cuando menos en sus etapas iniciales, el amor incluye una excitación fisiológica relativamente intensa, un interés total en el otro individuo, fantasías a cerca de la otra persona y cambios de emoción relativamente rápidos. Asimismo el amor a diferencia del afecto incluye elementos de pasión, cercanía, encanto, exclusividad, deseo sexual e interés intenso. La pareja es idealizada, exageramos sus buenas cualidades y minimizamos sus imperfecciones (Davis, 1985 en Feldman, 2001; Hendrick y Hendrick, 1989 en Feldman, 2001; Murray y Holmes, 1997 en Feldman, 2001; Murray, Holmes y Griffin, 1996 en Feldman, 2001).

#### 4.1 Definición

Hay tantas definiciones de amor como autores, literatos, filósofos y psicólogos de todos los tiempos que han escrito sobre el tema, a continuación se exponen algunas que se consideraron relevantes.

Respecto a la etimología del concepto, Corominas (1961 en Yela, 2000) afirma que la palabra castellana “amor” proviene del vocablo latín amor-amoris y se introduce en la lengua castellana hacia el año 1140.

Platón (siglo IV a. C) lo define como la unión del deseo de dar lo mejor de uno mismo con el deseo y la necesidad de recibir lo mejor del otro; lo cual está estrechamente ligado con la dialéctica Ágape-Eros.

Eurípides (siglo V a. C en Yela, 2000) lo definía como la síntesis entre Eros (sensualidad) y Nomos (las normas y costumbres sociales).

En el siglo XII Andreas Capellanus (en Yela, 2000) nos dice que el amor es un sufrimiento que nace de dentro de uno derivado de la contemplación o la excesiva

meditación sobre la belleza de un miembro del sexo opuesto, que provoca por encima de todo, el deseo de abrazarlo.

Maquiavelo (siglo XVI en Yela, 2000) subraya que el amor es el deseo de fama, riqueza y poder (que podríamos redefinir como reconocimiento social y personal, bienestar y capacidad de influencia), disfrazado del deseo de verdad, bien y belleza.

Hobbs (siglo XVII en Yela, 2000) cita “Llamamos amor por una persona concreta al deseo de ser deseado por ella”.

Nietzsche (siglo XIX en Yela, 2000) se refiere al amor como una trampa para perpetuar la especie.

W. James (1884 en Yela, 2000) se refería al amor como la asociación entre sensaciones agradables y la idea del objeto que la produce.

J.B Watson (1924 en Yela, 2000) define el amor en una línea conductista como una respuesta emocional provocada por estimulación cutánea de las zonas erógenas (las cuales como es sabido son mucho más amplias que los órganos sexuales). No es que el amor sea la propia excitación sino que está en el estímulo (E) que provoca la respuesta (R) amorosa: E (estimulación cutánea) → excitación fisiológica → R emocional (amor).

Sullivan (1953 en Yela, 2000) se refería a él como el estado en el que la seguridad y la satisfacción del otro son tan importantes como las propias.

Rubín (1973) cita que al amor es una actitud mantenida por una persona con respecto a otra, que incluye una predisposición a pensar, sentir y comportarse en ciertas formas con respecto a ella, cuyos componentes incluyen: necesidades afiliativas y de dependencia, predisposición a ayudar al otro, exclusividad y posesión.

Díaz Guerrero (1975 en 1994) definió el concepto de amor como cualquier tipo de comportamiento cuya consecuencia hace que las personas se acerquen más unas a las otras, sea esto físicamente, en forma emocional, de manera cognitiva, en forma social o espiritualmente. Así el apretón de manos, el abrazo y el beso son expresiones tan genuinas del amor como son las sonrisas, la amistad, la cooperación, el afecto o conductas más refinadas que permiten que los otros sean felices o más felices o que les permitan desarrollar sus potenciales, etc.

Asimismo este autor hace una revisión del concepto de amor en diferentes diccionarios encontrando que en la XVI edición del *Diccionario de la Real Academia Española* el amor se define como “Afecto por el cual busca el ánimo, el bien verdadero o imaginado y apetece gozarlo. Uniendo a esta palabra la preposición *de*, se indica el objeto al que se refiere: amor de dios, de los hijos, de la gloria o de la persona que lo siente como amor de padre”. Como segunda acepción de este concepto el diccionario indica “pasión que atrae un sexo hacia el otro”. La tercera acepción es la siguiente “Blandura, suavidad. Los padres castigan a los hijos con amor”. No es sino hasta la novena acepción cuando se dice: “Objeto de cariño especial para alguno” y en la décima se habla de comportamientos: “Expresiones de amor, caricia, requiebros”.

En el Diccionario básico del español en México, publicado por el Colegio de México encuentra la siguiente definición de amor: “1. Sentimiento, deseo, impulso de afecto, ternura y solidaridad por alguien. 2. Deseo sexual que siente una persona por otra. 3. Hacer el amor. Tener relaciones sexuales. 4. Afición y gusto de alguien por algo: amor a los animales, amor a la música. 5. Amor propio. Estimación u orgullo de uno mismo. Díaz Guerrero encuentra como común denominador de las definiciones anteriores la existencia de un afecto profundo y tierno entre dos seres.

A. Fromm (1975) nos dice que el amor puede ser romántico y elevado, pero también es a menudo narcisista y egoísta. Algunas veces es dominante y controla nuestra conducta; otras veces pide solo expresiones intermitentes. Algunos de nuestros amores nos hacen felices y nos dejan con gran satisfacción, otros nos hacen luchar constantemente sintiéndonos incómodos y llenos de angustia. Entonces los sentimientos asociados al amor no son confiables ya que varían tanto como las formas en que los expresamos.

De acuerdo con Lee (1977) al amor se le debe referir como manifestación de diferentes ideologías, ya que éstas no solo recaen en una dimensión del amor, sino que engloban tanto aspectos emocionales, fisiológicos, cognitivo como conductual.

Scoresby (1977) y Turner (1970) observan que el amor incluye características como el altruismo, intimidad, admiración, respeto, confianza, aceptación, unidad, exclusividad, etc.

Miller y Siegel (1980 en Yela, 2000) señalan en términos cognitivo conductuales que el amor es una amplia expectativa de placer y el amado un refuerzo secundario generalizado.

Costa y Serrat (1982 en Yela, 2000) desde la terapia de conducta lo definen operativamente como una alta y mutua tasa de intercambio de refuerzos, de muy variado tipo en las diferentes áreas vitales.

R. Solomon (1988 en Yela, 2000) lo define como el proceso de fusión del propio yo con otro creando un nosotros autoconsciente.

Aron y Aron (1991 en Zarco, 2005) definen al amor como la constelación de conductas, cogniciones y emociones asociadas con un deseo a empezar y mantener una relación cercana con una persona en específico.

E. Fromm, (1992) lo define como una acción, que es fundamentalmente de dar no recibir e implica cuidado, responsabilidad, respeto y conocimiento. El amor es la preocupación activa por la vida y el crecimiento de lo que amamos.

Según R. Sánchez (1995) podemos decir que si se considera al amor como conducta entonces éste puede ser cuidado por el otro, responder a sus necesidades y expresar afecto físicamente. El amor como juicio se enfoca a la estimación o valoración de la bondad que implica para el sí mismo experimentar amor, en esencia es una decisión cognoscitiva entre los miembros involucrados que se basa en un criterio consciente en el cual se compara a la pareja en términos de funcionalidad. El amor como actitud se enfoca en la evaluación de conductas o sentimientos experimentados a partir de la interacción y conocimiento de otra persona. Finalmente el amor como un sentimiento o



emoción presupone respuestas fisiológicas, que surgen ante la presencia del ser amado y que van integradas con una atribución de actitud favorable ante la persona estímulo.

De acuerdo con Alberoni (1997) el amor es la más significativa y compleja de las experiencias y expresiones de la existencia humana. Este fenómeno se ha manifestado en todas las épocas y lugares, dando lugar a pensar que ha existido desde la aparición del género humano.

Díaz-Loving (1999b) señala que el amor ha sido concebido a través del tiempo como el más profundo y significativo de los sentimientos. Su presencia da lugar a un involucramiento emocional espontáneo y dinámico entre dos personas, por lo cual ha ocupado un lugar privilegiado en la literatura, en la filosofía, en la poesía y en la ciencia. También Díaz-Loving (1990 en Díaz-Loving y Sánchez, 2002) encuentra que el amor ideal de hombres y mujeres está compuesto por la demostración y recepción de amor, por el deseo de mantenerlo, la tranquilidad y el dolor ante la posible pérdida de la pareja.

Así es posible decir, que el amor puede encontrarse en una conducta, un juicio, una actitud o un sentimiento (Sánchez, 1995), en el que se presentan necesidades afiliativas, de dependencia, exclusividad y posesión con respecto al otro (Rubín, 1973), además de que la seguridad y satisfacción de aquel son tan importantes como las propias. (Sullivan, 1953 en Yela, 2000; Fromm, 1992). Trayendo esto como consecuencia que las personas se acerquen unas a las otras, física, emocional, cognitiva, social o espiritualmente (Díaz Guerrero, 1975 en 1994).

## **4.2 Modelos teóricos**

En este apartado se enumeran algunos de los enfoques existentes sobre la naturaleza y origen del amor, sintetizando su idea básica.

### ***4.2.1 Teorías centradas en el origen de la relación***

#### ***4.2.1.1 Teorías Clínicas o del Déficit***

- Teoría de la Sublimación (Freud, 1921 en Yela, 2000): el amor surge como sublimación del deseo sexual (conversión de un impulso instintivo en algo socialmente legítimo).
- Teoría de la Proyección (Freud, 1921 en Yela, 2000): el amor surge como una proyección sobre otra persona de aquello que valoramos.
- Teoría del Modelo interior (Freud, 1921 en Yela, 2000): el amor surge por la búsqueda y encuentro de un objeto de amor siguiendo un, modelo interior configurado en la infancia y generalmente similar al progenitor de sexo opuesto.
- Teoría del Vacío Existencial (Reik, 1944 en Yela, 2000): el amor surge por la ilusión de cubrir el vacío existencial ante el que se enfrenta el hombre frente al resto del mundo.
- Teoría de las Necesidades (Maslow, 1954 en Yela, 2000): «el amor-d» (de déficit) surge como el deseo de cubrir las necesidades propias de diversa índole;

el «amor-b» (del ser) surge como ofrecimiento para cubrir las necesidades del otro, una vez que uno mismo ha alcanzado la autorrealización<sup>2</sup>.

- Teoría Existencial (Fromm, 1956 en Yela, 2000): el amor surge como la búsqueda de la respuesta al problema de la existencia humana, y la búsqueda de trascendencia de uno hacia los demás.
- Teoría del Apego (Hazan y Shaver, de 1969 en Yela, 2000): el amor surge como la búsqueda de un vínculo de apego adulto, análogo al apego infantil con la madre aunque con ciertas diferencias. En base a los estilos de apego de Bolwby (1973 en Ubillos, et al. 2001) se ha postulado que el amor romántico se puede conceptualizar como un proceso de apego que tiene una fuerte similitud con el que une a los niños a sus cuidadores. Tanto los niños como los adultos enamorados comparten una serie de reacciones ante las figuras de apego: intensa fascinación con ellas, malestar si hay separación, esfuerzos para mantener la proximidad y compartir actividades.

Las relaciones íntimas se basarían en un sistema de apego, hereditario en la especie, que se desarrollaría a partir del sistema de apego infantil y que al igual que él aseguraría la supervivencia mediante el establecimiento de relaciones interpersonales (Hazan y Shaver, 1987 en Ubillos, et al. 2001). Los estilos de apego, en la medida que inducen una visión de sí mismo y del mundo social, se asociarían a los estilos de amor.

- Teoría de la Adicción (Peele, 1975 en Yela, 2000): el amor adictivo (el corriente, para el autor) surge como una adicción al otro, celos, dependencia, enclaustramiento en la pareja, frente al amor maduro en el que se mantendría la independencia y libertad de ambos miembros.
- Teoría del Embeleso o Idealización (Tennov, 1979 en Yela, 2000): el amor surge como producto de la caída en un estado obsesivo, irracional, de embelesamiento e idealización de otra persona.

*4.2.1.2 Teorías Meliorativas* (Branden, 1988 en Yela, 2000; May, 1953 en Yela, 2000; Montagu, 1975 en Yela, 2000): el amor surge como el deseo de ofrecer lo mejor de uno mismo, fruto de la madurez psicológica (similar al amor-b de Maslow).

*4.2.1.3 Teorías Conductuales de la Atracción*<sup>3</sup> el amor surgiría como una intensa atracción producida principalmente por una alta tasa de refuerzos proveniente del otro (Byrne, 1971 en Yela, 2000; Clore, 1977 en Yela, 2000; Grifit, 1974 en Yela, 2000).

*4.2.1.4 Teorías Cognitivas de la Atracción* el amor surgiría como una intensa atracción producida principalmente por la percepción y atribución positiva de los comportamientos del otro (Ajzen, 1977 en Yela, 2000; Tedeschi, 1974 en Yela, 2000).

*4.2.1.5 Teoría Bifactorial* (Berscheid y Walster 1978 en Yela, 2000): el amor surge como resultado de dos factores: uno atribuir una fuerte activación psicofisiológica a otra persona, y dos etiquetarla como amor o enamoramiento. Factores que hemos ido aprendiendo a lo largo del proceso de socialización.

---

<sup>2</sup> Se explica ampliamente en el capítulo Amor: Tipologías Amorosas

<sup>3</sup> Se explica ampliamente en el capítulo Atracción: Teorías de la atracción.

4.2.1.6 *Teoría de la Construcción Social* (Averill, 1985 en Yela, 2000): el amor surge como, un rol social a desempeñar y por tanto, unas expectativas, formado por un conjunto de síntomas «el ideal romántico» y construido en función de los paradigmas socioculturales vigentes o normas sociales implícitas.

4.2.1.7 *Teorías Evolutivas o Sociobiológicas* (Buss et al, 1986 en Yela, 2000): el amor surge como fruto de estrategias adaptativas instauradas a través del proceso de Selección Natural y centradas en la atracción sexual a través de estímulos encadenados presentes en el objeto de atracción y en los vínculos entre los progenitores para el cuidado de la descendencia.

## 4.2.2 *Teorías centradas en la evolución de la relación*

### 4.2.2.1 *Teorías sobre el curso o las etapas de la relación*

- *Teoría de los Filtros* (Kerckhoff y Davis, 1962 en Yela, 2000): una relación amorosa se configura a través de una serie de factores que actúan a modo de filtros, seleccionando a la pareja, entre los que destacan, cronológicamente: la proximidad, la homogamia ( semejanza de características sociodemográficas), la similaridad (semejanza de características personales: actitudes, valores) y la complementariedad.
- *Teoría de la Interdependencia* (Levinger, 1974 en Yela, 2000; Levinger y Snoek, 1972 en Yela, 2000): una relación pasa por distintas fases en las que se va desarrollando una progresiva interdependencia entre ambos miembros: «conciencia», lo principal es la proximidad. Una persona observa a otra (Levinger y Snoek, 1972 en Sánchez, 1995), «contacto», factores principales: atractivo físico y habilidades sociales. Las personas están en interacción y viven los efectos de su interacción (Levinger y Snoek, 1972 en Sánchez, 1995), «reciprocidad» factores principales, autorrevelaciones y semejanza. Hay mucha autodivulgación concerniente a los sentimientos personales, se expresa y comparte información sobre el bienestar de ambos miembros y se crean normas para la pareja (Levinger y Snoek, 1972 en Sánchez, 1995); e «ins-titucionalización» reconocimiento social.
- *Teoría de la Penetración Social* (Altman, 1974 en Yela, 2000; Altman y Taylor, 1973 en Yela, 2000): el desarrollo de una relación consiste en el continuo crecimiento en la amplitud y profundidad de la intimidad de la pareja, fundamentalmente mediante las paulatinas autorrevelaciones recíprocas verbales y no verbales, es decir, lo que en el lenguaje coloquial se conoce como abrirse a la otra persona.
- *Teoría Estímulo- Valor-Rol* (Murstein, 1977 en Yela, 2000): diferencia tres fases: una primera «estímulo» donde prevalece la importancia de las características externas p. ej. el atractivo físico; una segunda «valor» donde lo principal es el consenso en las actitudes y valores de ambos miembros de la pareja y una tercera «rol» donde se requiere la compatibilidad de roles y funciones a desempeñar entre ambos.
- *Teoría Triangular*<sup>4</sup> (Sternberg, 1986 en Yela, 2000): el curso de una relación amorosa varía en función de la fluctuación de sus tres componentes principales intimidad, pasión y compromiso.

---

<sup>4</sup> Se revisa ampliamente en el capítulo Amor: Tipos de Amor

- *Teoría Tetrangular* (Yela, 1995, 1996, 1997 en Yela, 2000): el curso de una relación amorosa varía en función de la intensidad de sus cuatro factores principales pasión erótica, pasión romántica, intimidad y compromiso, distinguiendo tres etapas fundamentales: enamoramiento, amor romántico y amor de compañero.

#### **4.2.3 Teorías sobre el mantenimiento de la relación**

*Teoría Económica* (Homans, 1950 en Yela, 2000): uno continuará en una relación siempre que el balance recompensas (lo que uno recibe)-costos (lo que uno da y a lo que uno renuncia p. ej. otras relaciones) sea positivo.

*Teoría del Nivel de Comparación* (Thibaut y Kelley, 1959 en Yela, 2000): uno permanecerá en una relación siempre que el balance costes-recompensas supere el nivel de comparación general (NC) o el nivel de comparación de alternativas (NC.alt), es decir siempre que no disponga de alternativas realistas que puedan mejorar ese balance.

*Teoría cognitiva de la atracción*: muchas relaciones se mantienen a pesar del balance costes-recompensas por procesos cognitivos: autoconvencimiento de lo acertado de una decisión voluntaria, (la relación) y que supone esfuerzo; interpretación de nuestro compromiso de hecho (conducta) como deseo de compromiso (actitud); atribución sesgada de los costes-recompensas (Yela, 2000).

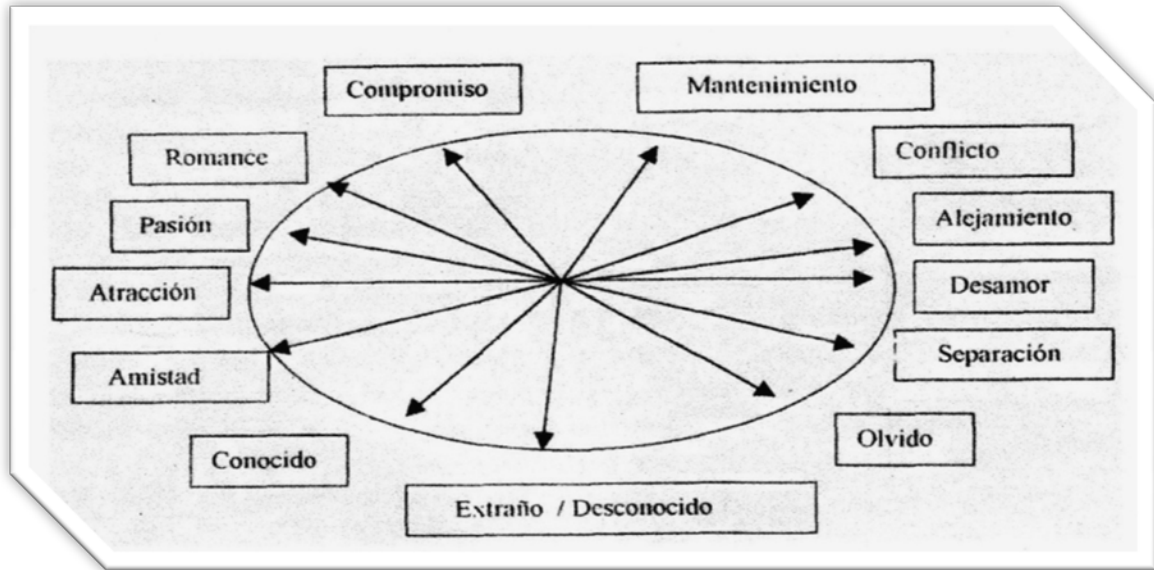
*Teoría de la Equidad* (Hatfield et al, 1979 en Yela, 2000; Walster y et al, 1978 en Yela, 2000): lo fundamental para el mantenimiento de la relación no es tanto que el balance recompensas-costes de sus miembros sea positivo, como que exista un equilibrio equitativo entre los balances de cada uno (de ambos): sentirse perjudicado crea enojo, pero sentirse beneficiado genera culpabilidad.

*Teoría de la incertidumbre* (Livingston, 1980 en Yela, 2000): lo que mantendría las relaciones sería una situación de continua reducción de incertidumbre; agotada ésta se agotaría el amor y tendería a deteriorarse la relación amorosa.

#### **4.2.4 El ciclo vital de la Relación de Pareja**

El ciclo vital de la pareja es un proceso que consiste en una serie de etapas complejas, en ocasiones progresivas y en otras regresivas, estáticas, dinámicas, estables, cambiantes, con oscilación entre periodos de cercanía y distancia, caracterizado por estadios de continuidad y discontinuidad (Sánchez, 1995 en Díaz-Loving; 1999a). El ciclo se muestra en la figura 2.

**Figura 2**  
**Ciclo vital de la pareja Acercamiento-Alejamiento**  
 (Díaz Loving, 1996; en 1999a)



De acuerdo a Díaz Loving (1996 en Díaz-Loving, 1999a). Existen ciertas consideraciones al respecto del ciclo Acercamiento-Alejamiento.

- Cada miembro de la pareja, puede pasar con un orden distinto a través de las diferentes pares de este círculo.
- Los miembros no siempre viven la misma categoría que su pareja.
- En la etapa de mantenimiento, aspectos, como la intimidad y el compromiso puede mantenerse a largo plazo, mientras que otros aspectos como la pasión y el romanticismo, tienden a ser variables y por tanto, de tipo cíclico, apareciendo y desapareciendo dentro de la relación.
- El modelo del ciclo de Acercamiento-Alejamiento, no intenta ser determinista en el patrón de evolución de las relaciones. Algunas personas llegan a una etapa y no necesitan continuar a etapas posteriores y otras revierten o brincan de una etapa, a otra o no contigua.
- El círculo de Acercamiento-Alejamiento considera aspectos primordialmente psicológicos. Esto no significa que variables sociológicas no deben ser contempladas dentro del ciclo vital de la relación sino que pueden ser adicionados para crear una matriz, que retome la interacción psicosocial.
- Las etapas de la relación, enmarcan el estímulo al que responde el miembro de una pareja. Al percibir al otro(a) la persona evalúa tanto cognitiva como afectivamente a la pareja, el contexto social y la etapa de la relación en que se encuentra.

Etapas y sus características (Díaz Loving 1996 y Sanchez 1997 en Diaz-Loving, 1999a)

**Extraños:** Evaluación del físico, no acercamiento, no emociones, curiosidad, desconfianza, timidez, temor, incomodidad, indiferencia, plática trivial.

**Conocidos:** Poca cercanía, encuentros casuales, sonrisas, saludos, buscan afinidades, no se perciben defectos, confianza limitada, simpatía, tranquilidad, alegría, amabilidad, respeto.

**Amistad:** Interés en mayor cercanía, solidaridad, motivación afectiva, cariño, confianza, simpatía, felicidad, emoción al verse, conversación más íntima, apoyo mutuo, sinceridad y respeto.

**Atracción:** Emociones diversas al ver a la persona, felicidad al verse, apoyo incondicional, respeto, simpatía, mayor cercanía.

**Pasión:** Entrega efímera sin medida, romance, irracionalidad, ocupación de todo el pensamiento, desbordamiento de emociones, deseo sexual intenso, necesidad constante de cercanía, amor, sexo, cercanía física continua, erotismo, sensualidad, besos, caricias, comunicación.

**Romance:** Ilusión, comprensión, ideal vivido, irracionalidad, compromiso, deseo, amor, felicidad, confianza, ternura, cariño, detalles, contacto físico íntimo, besos, abrazos, caricias.

**Compromiso:** Acuerdo a largo plazo, solidez en la relación, responsabilidad, formalidad, amor eterno, confianza, alegría, seguridad, ansiedad, creación de acuerdos, respeto y comunicación, matrimonio.

**Mantenimiento:** Consolidación del compromiso, estabilidad, crecimiento de la pareja, formación de la familia, lucha conjunta en enfrentamiento de problemas, sustento emocional, amor, confianza, aburrimiento, felicidad, cumplimiento de responsabilidades, apoyo mutuo y respeto.

**Conflicto:** Tensiones no manejadas, falta de entendimiento, crecimiento de problemas, no desea convivir, deseo de solución del conflicto, búsqueda de ayuda externa, frustración, enojo, tensión, angustia, tristeza, comunicación inadecuada, peleas, agresividad, discusiones.

**Alejamiento:** Distanciamiento físico y emocional, pérdida de interés, incompreensión, fortalecimiento, de aspectos negativos, hostigamiento psicológico, tristeza y depresión, frustración, dolor, hostigamiento físico, indiferencia, evasión, lágrimas.

**Desamor:** Evaluación negativa de la interacción, falta de amor y de interés, falta de ilusiones, no se quiere convivir, disgusto por interactuar y conocer, tristeza, depresión, enojo, dolor, soledad, rencor, evasión de la pareja, indiferencia, falta de respeto y lágrimas.

**Separación:** La relación se toma insoportable, atracción por otras alternativas, compromiso individual, final de la relación, decisión sana y necesaria, descontento, depresión, dolor, soledad, enojo, pérdida de comunicación y falta de respeto.

**Olvido:** Intentos por reintegrar a la pareja, reevaluación positiva, jamás se olvida totalmente y se intenta arrancar recuerdos, aceptación de la realidad, muerte de la

pareja, ausencia de emociones y sentimientos positivos, tranquilidad, tristeza y depresión, indiferencia y falta de interacción.

### 4.3 Tipologías amorosas

Algunos investigadores han elaborado teorías que sostienen la existencia de diversos tipos de amor, varias de las tipologías se presentan a continuación.

#### 4.3.1 Amor pasional y Amor de compañía

Hay quienes distinguen entre dos tipos principales de amor: amor pasional y amor de compañía. El **amor sexual o pasional** se caracterizaría por: a) fuertes sentimientos incontrolables de atracción hacia la persona deseada y de ansiedad y malestar en su ausencia; b) fuerte activación fisiológica y deseo sexual; c) pensamientos obsesivos o rumiación sobre el objeto amado y d) cierto patrón de conductas como expresar los afectos a la persona deseada, apoyarla física y emocionalmente y aceptación incondicional (Taylor, Peplau y Sears, 1994 en Ubillos, et al. 2001). Representa un estado de intensa absorción hacia otra persona. Incluye una excitación fisiológica intensa, interés psicológico y atención ante las necesidades de la pareja (Hatfield y Rapson, 1993 en Feldman, 2001; Hendrick y Hendrick, 1992 en Feldman, 2001; Singelis, Choo y Hatfield, 1995 en Feldman, 2001).

En cambio el **amor de compañía** no pasional estaría compuesto de: a) pensamientos de necesidad, de cuidar a y de confianza en la pareja; b) sentimiento de bienestar, dificultad de concentración y de "flotar en las nubes" y en menor medida reacciones físicas intensas; c) conductas de intimidad, apoyo y tolerancia al otro (Taylor, Peplau y Sears, 1994 en Ubillos, et al. 2001). Es el gran afecto que sentimos por las personas con las que nuestras vidas están muy vinculadas. El amor que sentimos por nuestros padres, por otros miembros de la familia, incluso por algunos amigos cercanos se ubica en la categoría de amor de compañía (Hatfield y Rapson, 1993 en Feldman, 2001; Hendrick y Hendrick, 1992 en Feldman, 2001; Singelis, Choo y Hatfield, 1995 en Feldman, 2001).

#### 4.3.2 Amor-d y Amor-b

Por su parte Maslow (1954 en Yela, 2000) diferencia entre lo que llama **amor-d** (amor de deficiencia), caracterizado fundamentalmente por una actitud defensiva, separación entre los roles de género, obsesión por la fidelidad sexual, celos, percepción dicotomizada de la realidad y percepción idealizada del otro y lo que denomina **amor-b** (amor del ser), caracterizado por la integración de las jerarquías de necesidades de ambos miembros de la pareja, los roles de género, por el respeto de la individualidad propia y de la pareja, admiración por el otro, percepción realista del otro y la ausencia de celos posesivos. Es decir entre un amor impulsado por nuestras propias necesidades y carencias y un amor impulsado por el deseo de dar lo mejor de nuestro ser, una vez el individuo ha cubierto sus necesidades biológicas y psicológicas básicas.

#### 4.3.3 Amor adictivo y Amor maduro

También se puede observar una diferencia entre lo que se ha comúnmente definido como amor adictivo y amor maduro. Yela (2000) nos dice que el tipo de amor que genera nuestra sociedad, en el cual nos socializamos desde pequeños por la familia, la

escuela, el grupo de pares, los medios de comunicación de masas y todo tipo de presiones sociales es un **amor adictivo**, de dependencia, búsqueda de seguridad, necesidad de otro, celos, rutina, adscripción irreflexiva a las convenciones sociales amorosas y sexuales y enclaustramiento por parejas. Este tipo de amor es análogo a una adicción como pueden darse adicciones hacia otras cosas como la televisión, la comida o las drogas.

Frente a esto Peele (1975 en Yela, 2000) nos dice que en el polo opuesto cabría concebir una **amor maduro** definido como el deseo alegre (contra la necesidad alucinante) de compartir lo mejor de uno mismo y del otro. Tal amor maduro se basaría en el equilibrio entre el compromiso y la independencia, la capacidad de disfrutar en soledad, la autoaceptación y el desarrollo de criterios éticos propios.

El amante maduro según este autor se valora a sí mismo, se siente crecer personalmente gracias a su relación, tienen intereses y relaciones personales significativas fuera de su relación de pareja. Vive su relación integrada con el resto de sus esferas, laboral, familiar, ociosa, etc., no siente celos por los nuevos intereses o relaciones personales de su pareja, desea más la felicidad de su pareja que su compañía, habla abierta y sinceramente de su relación con su pareja y no distorsiona la realidad para hacer que su pareja se sienta mejor.

#### 4.3.4 Estilos de Amor

Lee (1976a) propone su **teoría de los estilos de amor** en la que divide el amor en diferentes tipos, cada uno de los cuales puede ser llamado amor y hace una analogía de éstos con los colores. Cada quien tiene su estilo favorito pero ninguno es mejor que otro, del mismo modo que cada quien tiene su color favorito, pero no por eso un color es más verdadero que los otros. Desarrolla su teoría a partir de los resultados de un análisis sistemático de las experiencias de amor de 56 hombres y 56 mujeres de 16 a 70 años.

Incluyó en su investigación cualquier persona que creyera que había tenido una experiencia de amor heterosexual u homosexual, de corta o larga duración, feliz o infeliz. Todos los participantes eran blancos y hablaban inglés residentes de Brighton y London en Inglaterra, Toronto, Montreal y Peterborough en Canadá, Nueva York y San Francisco. Cada participante realizó una entrevista detallada de sus experiencias desde su niñez y la relación de amor de sus padres hasta sus propias experiencias de amor de 1500 preguntas.

Aunque cada historia fue única ciertas similitudes emergieron y esto fue a lo que Lee llamó estilos de amor. Lee (1977) define los estilos de amor como una ideología de expresión personal y única de amor y cuyo énfasis teórico da importancia a las características y a la historia de vida que se han experimentado individualmente al paso del tiempo. Por ejemplo las diferentes experiencias personales generan diferentes intereses hacia distintas personas pero es difícil encontrar una pareja con todas las cualidades que se desean en ella. Lee (1976a) también señala que los estilos de amor son estilos de vida, por tanto pueden cambiar en el transcurso de la vida y pueden ser escogidos, además algo importante de mencionar es que no son mutuamente excluyentes, alguien puede tener características de más de un estilo de amor.



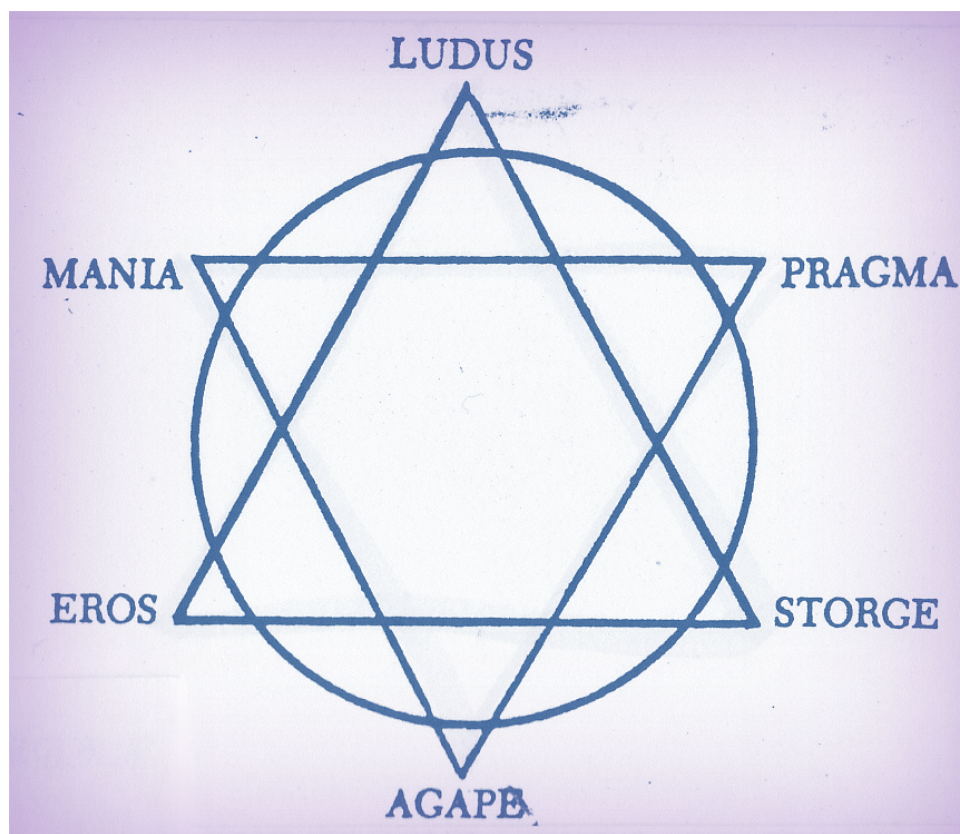
Describe 3 estilos primarios y considera que todos los demás estilos parecen ser variaciones de estos, del mismo modo que hay 3 colores primarios rojo, amarillo y azul y el resto son combinaciones de estos. Esta es la razón por la que Lee (1976a) hace una analogía de sus estilos de amor con el color. Los tres estilos primarios de amor son Eros, Ludus y Storge, cada uno puede ser combinado con otro de dos maneras para producir un compuesto o para producir una mezcla.

Cuando se hace un compuesto se producen los estilos secundarios Manía (derivado de Eros y Ludus), Ágape (derivado de Eros y Storge) y Pragma (derivado de Ludus y Storge). Cuando se hace una mezcla se combinan dos estilos primarios en cantidades variables y de esto resulta una mezcla secundaria con los estilos LudicEros, StorgicEros y StorgicLudus. Este autor realiza básicamente una amplia revisión de los tres estilos primarios y de los tres secundarios.

En la figura 3 se presenta el esquema de Lee con el que explica su teoría y se describen cada uno de los 6 estilos que propone:

**Figura 3**

*Estilos de amor de Lee (1976)*



*Estilos primarios*

**Eros:** Un poder inmediato de atracción hacia la apariencia física del amado es el síntoma más típico de Eros. Siempre depende de la atracción inicial seguida de un periodo de emoción, anticipación y tensión; después un periodo de conocimiento disfrute y éxtasis que finalmente declina en el desencanto. Suelen disfrutar el contacto

de la piel del amado. Es superficial motivado principalmente por el impulso sexual y rápidamente agotado. Es el amor a primera vista. Los individuos con este estilo de amor tienen un ideal de atractivo físico que esperan encontrar en la pareja, incluso pueden tener más de un ideal; parece que primero se fijan en el físico para después saber si vale la pena conocer a alguien, incluso les es difícil ignorar defectos físicos menores en el otro.

**Ludus:** Tiene la idea de que el amor es un juego, en el que se debe evitar tomar las emociones demasiado en serio, rehúsa hacerse dependiente del amado o permitir que se le hagan demandas e involucrarse demasiado. Suele ser coqueto, galante y hace muchos halagos como parte de su estrategia. Suele tener numerosas experiencias amorosas simultáneamente. Según Díaz-Loving y Sánchez (2002) refleja una aproximación de espíritu libre.

**Storge:** Es un amor sin fiebre o locura, que se desarrolla lentamente. Es un sentimiento de afecto natural tal como el que se tiene por un hermano o una hermana. En general no tiene intensos sentimientos, solo disfrutan el pasar tiempo juntos y compartir actividades. Es muy probable que antes hayan sido amigos cercanos. Es mediado por intereses comunes. Es un amor amigable, su meta es el matrimonio, la casa y los hijos. Básicamente está caracterizado por la amistad y el afecto.

#### *Estilos secundarios*

**Manía:** Se fija en la exclusividad por tanto su vida se centra día y noche en el amado. La demanda de manía es “yo quiero todo de ti, física y espiritualmente y si aun hay algo más también lo quiero”. Esta intensamente preocupado y obsesionado por el deseo del amor de la pareja y por la pareja. El apetito de atención y afecto por parte del maniaco es prácticamente insaciable. Es extremadamente celoso. Espera desesperadamente sentimientos recíprocos del amado ya que siente una gran necesidad de ser amado. Díaz-Loving y Sánchez (2002) nos dicen que es un estilo similar al apasionamiento en el que se piensa que el amor necesariamente implica dificultad y dolor.

**Pragma:** Es el amante que busca una pareja adecuada, le interesa saber si la relación irá bien, que las dos partes sean compatibles y satisfagan las necesidades básicas o prácticas de cada uno. No siente un interés o emoción especial mayor de la usual. La palabra clave de este estilo es compatibilidad la cual no es medida tanto en términos sexuales sino más bien en cualidades personales y sociales. Tiene un claro ideal de imagen de la pareja (al igual que Eros) pero en general no es definido por la apariencia física, en lugar de esto el pragmático tiene en mente cualidades de carácter, vocación, estatus y actitud social.

**Ágape:** Este concepto de amor implica deber y obligación para el cuidado de la otra persona, es un “regalo de amor”, sin motivos posteriores ni condiciones (desinteresado). Es completamente altruístico y profundamente compasivo. Puede esperar reciprocidad pero nunca actuara por la expectativa de recibir algo a cambio y mucho menos demandara esto. Da al amado lo que necesita. Su motivación fundamental es el compromiso e incluye auto sacrificio.

Lee (1976b en Yela, 2000) como se expuso antes defiende que no existe un tipo de amor que podamos considerar verdadero o auténtico y frente a él otros tipos desviados

de la norma universal, sino que existen distintas ideologías o estilos amorosos, cada uno de los cuales sirve para justificar unas normas sociales vigentes. Además nos dice que los estilos amorosos o las formas de amar socialmente prescritos y proscritos cambian a lo largo de distintas civilizaciones, culturas y sociedades. Incluso cambian (como se ha revisado en los antecedentes históricos del amor y de la elección de pareja) a través de distintas épocas históricas. Se dice que las mujeres son más pragmáticas que los hombres y que los hombres son más propensos a ver el amor como un juego (Hendrick et al. 1998 en Miller, et al. 2007).

Yela (2000) hace una reflexión de la manera en que esto se ha suscitado. Así, Eros tiene su raíz fundamental en la Antigua Grecia, generalmente mediante relaciones filósofo / maestro – efebo / discípulo, aunque posteriormente va tornándose progresivamente heterosexual. El Pragma se ha visto en los matrimonios arreglados en casi todas las épocas histórica, desde la propia Grecia hasta muy recientes fechas. Ludus tendría su raíz en el Imperio Romano, en las relaciones descritas entre muchacho y doncella. El Ágape y Storge será loado durante la Era Cristiana como sentimiento normativo entre los esposos, sin connotación pasional y el tipo amoroso Manía surgirá en la Europa Medieval con una exacerbación trágica de Eros, entre un mancevo y una cortesana casada, por tanto rotundamente separado del matrimonio, estilo que se perpetúa con ciertos cambios a lo largo de la Era Moderna.

Este mismo autor comenta que debido a que la unión que actualmente se supone y fomenta en las sociedades occidentales se da entre el amor, la sexualidad y el matrimonio, en la actualidad primarían los estilos Manía y Eros, es decir el amor pasional posesivo al principio de la relación y Ágape - Storge es decir lo que llamamos amor de compañerismo, posteriormente. Estado peculiar en que deriva una relación amorosa que se presupone estable y fundamentada en la pasión, como consecuencia de la reducción progresiva de la misma con el paso del tiempo.

Lee (1997 en García, 2001) explica a través de la regla de la proximidad las combinaciones entre los estilos de amor, planteando que generalmente entre más cerca se encuentren dos estilos de amor, es más probable que dos personas, cada uno con uno de esos estilos, armonicen y formen una pareja. Si dos personas tienen el mismo estilo pueden ser compatibles pero si sus definiciones de amor son demasiado similares, su relación eventualmente perderá el interés. En general el perfil del amor que cada persona posea resulta en un estilo particular de amar, algunos estilos resultan compatibles o incompatibles con otros, lo cual conlleva a la satisfacción o insatisfacción en las relaciones.

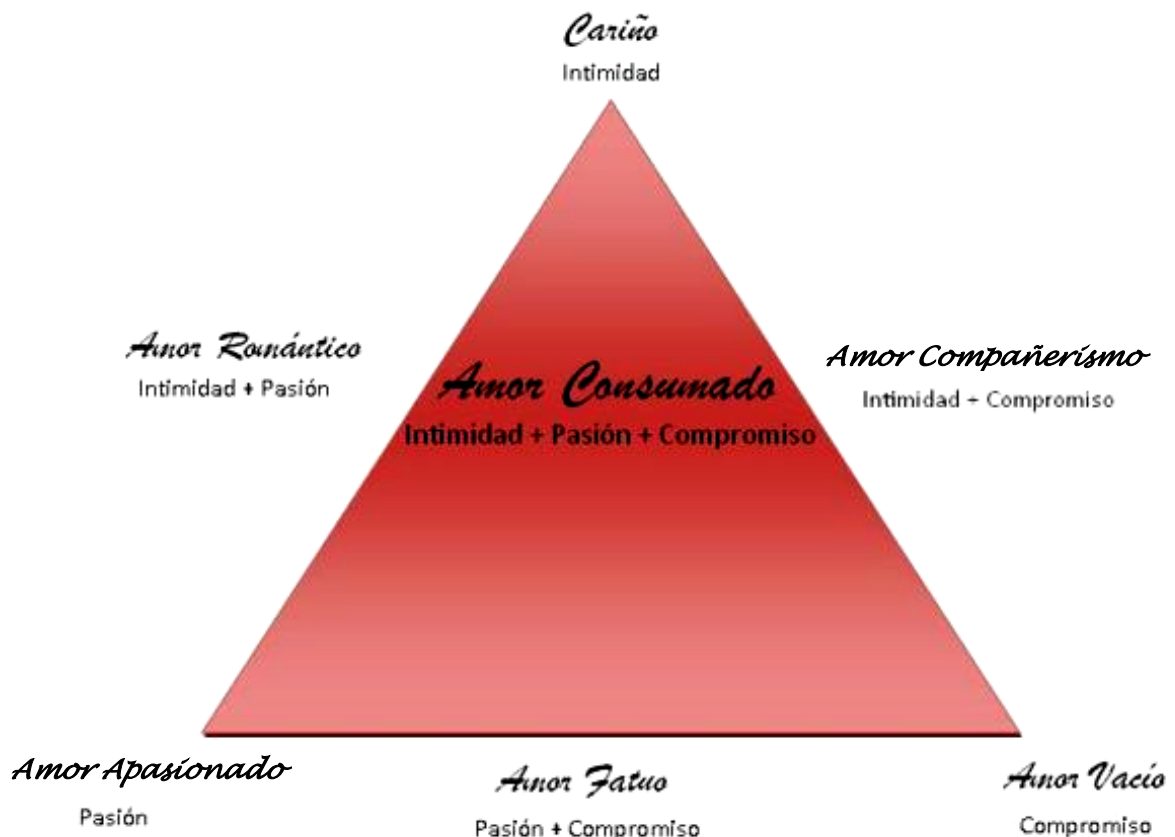
A partir de esta tipología de Lee, muchos han intentado medir y cuantificar los diferentes estilos de amor, Lasswell y Lasswell (1976) desarrollan un instrumento que describe la tipología de Lee (1976a). Posteriormente basándose también en la teoría de Lee, Hendrik y Hendrik (1986 en Zarco, 2005) desarrollaron la escala de actitudes amorosas (Love Attitudes Scale) para la medición de los seis estilos, concibiéndolos como diferencias relativamente estables que representan diferentes “conceptos de amor”. La escala estaba conformada por seis áreas de siete reactivos cada una (eros, ludus, pragama, manía, storge y ágape) (Hendrick et al, 1986 en Ojeda, 1998). En México la escala fue desarrollada por Ojeda (1998) llegando a la corroboración de la existencia de los seis estilos en población mexicana.

#### 4.3.5 El triángulo del amor

Robert Sternberg (1989) propuso una teoría en la que cree que el amor puede ser entendido como un triángulo dentro del cual cada vértice representa, la intimidad, la pasión y la decisión o compromiso. Ver figura 4. Nos dice que estos elementos juegan un papel clave en el amor, por encima de otros atributos ya que muchos de los aspectos restantes del amor demuestran al examinarlos detenidamente ser parte o manifestación de éstos componentes.

De su revisión de la literatura sobre parejas en USA, así como en otros países sugiere que mientras algunos de los componentes del amor dependen parcialmente de la época o son específicos de cada cultura los 3 que él propone están más allá de la época y del lugar. Los 3 componentes no tienen el mismo peso en todas las culturas pero cada uno tiene al menos algún peso de forma manifiesta en cualquier época o lugar.

**Figura 4**  
**Teoría triangular del amor de Sternberg (1989)**



A continuación se exponen los 3 elementos que conforman el triángulo del amor:

#### **Intimidad**

La intimidad se refiere a aquellos sentimientos dentro de una relación que promueven el acercamiento, el vínculo y la conexión. La intimidad incluye al menos diez elementos:

- El deseo de promover el bienestar de la persona amada

- Sentimiento de felicidad junto a la persona amada
- Gran respeto por el ser amado
- Sentir que se cuenta con la persona amada en el momento de necesidad
- Entendimiento mutuo con la persona amada
- Entrega de uno mismo y de sus posesiones a la persona amada
- Recepción de apoyo emocional por parte de la persona amada
- Entrega de apoyo emocional a la persona amada
- Comunicación íntima con la persona amada
- Valoración de la persona amada

### ***Pasión***

El componente pasional del amor incluye a lo que Hatfield y Walster (1981 en Sternberg, 1989) llaman “estado de intenso deseo de unión con el otro”. Se refiere a lo que guía el romance, la atracción física y la consumación sexual (Díaz-Loving y Sánchez, 2000). La pasión es en gran medida la expresión de deseos y necesidades, tales como necesidades de autoestima, entrega, pertenencia, sumisión y satisfacción sexual.

### ***Decisión y compromiso***

Este componente consiste en dos aspectos, uno a corto plazo que es la decisión de amar a otra persona y otro a largo plazo que es el compromiso de mantener ese amor. Díaz-Loving y Sánchez, (2002) citan que incluye en su constitución elementos cognoscitivos como la voluntad de amar a la vez que la firmeza y planeación de conservar cerca a la persona.

Los tres componentes antes expuestos interactúan entre sí y pueden estar combinados entre sí en distintas proporciones, de ahí resultan ocho tipos de amor que se exponen a continuación en la tabla 2:

***Tabla 2 Taxonomía de los tipos de amor***

Tipo de amor	Intimidad	Pasión	Decisión / Compromiso
No amor	-	-	-
Cariño	+	-	-
Amor apasionado	-	+	-
Amor vacío	-	-	+
Amor romántico	+	+	
Amor compañerismo	+	-	+
Amor fatuo	-	+	+
Amor consumado	+	+	+

Así encontramos que no existe amor en una relación que no tiene ninguno de los tres elementos. Surge el cariño cuando se experimenta el comportamiento de intimidad del amor pero sin la pasión o la decisión/compromiso. El amor apasionado surge de la experiencia del despertar pasional pero sin los elementos de intimidad y decisión /compromiso del amor. El amor vacío resulta de la decisión de que uno ama a otra persona y está comprometido con él o ella pero careciendo de la intimidad o pasión asociados a algunos otros amores. El amor romántico se trata del cariño con un

elemento agregado o sea el despertar producido por la atracción física, en consecuencia las personas están atraídas físicamente y están unidas emocionalmente.

El amor y compañerismo es en esencia una amistad comprometida de larga duración del tipo que se ve frecuentemente en los matrimonios en los que la atracción física (una fuente primordial de la pasión) ha disminuido. El amor fatuo resulta de la combinación de pasión y decisión/compromiso sin intimidad, la cual requiere un tiempo para desarrollarse; es el tipo de amor que solemos relacionar con Hollywood o con los romances relámpago, en los cuales una pareja se conoce un día, se compromete dos semanas después y se casa el mes siguiente. Para finalizar el amor consumado resulta de la combinación de los 3 componentes en igual proporción y es el tipo de amor por el que muchos luchan en las relaciones amorosas.

#### **4.4 Amor en la cultura occidental**

A continuación se citan algunos rasgos distintivos del fenómeno amoroso en la cultura occidental:

En ella existe la vigencia del amor pasional como forma normativa de relación amorosa durante la adolescencia y juventud y como forma legítima de relación amorosa para el matrimonio en las etapas adulta y madura (Goode, 1959 en Yela, 2000; Hendrick y Hendrick, 1992 en Yela, 2000; Liebowitz, 1983 en Yela, 2000; Simpson et al, 1986 en Yela, 2000). Dando lugar a la problemática de basar algo estable en algo inherentemente pasajero (Yela, 2000).

Otro rasgo distintivo es la libertad de la elección de pareja de cara a la relación amorosa (Branden, 1988 en Yela, 2000; Linton, 1936 en Yela, 2000). Dicha libertad de elección aunque parcial ya que siempre existen presiones más o menos sutiles, otorga a la disonancia cognitiva (Aronson y Mills, 1959 en Yela, 2000; Festinger, 1957 en Yela, 2000) un papel importante en el mantenimiento del compromiso con la relación (Cook y McHenry, 1978 en Yela, 2000).

También en la cultura occidental prevalecen como normativos los estilos amorosos que Lee (1976b en Yela, 2000) denomina Eros (amor romántico) y Manía (amor posesivo) y una vez transcurridos unos años de convivencia, el estilo Storge (amor compañero), no siendo normativos los estilos Pragma (amor interesado), Ludus (amor lúdico) y Ágape (amor abnegado no sensual) más propios de otras épocas y otras culturas (Dion y Dion, 1988 en Yela, 2000; Yela, 1997 en Yela, 2000).

#### **4.5 Investigaciones Relacionadas**

Algunos estudios han corroborado la prevalencia del estilo pragmático entre los orientales, así como mayor privacidad del fenómeno amoroso en dichas culturas, las expresiones públicas de intimidad y afecto son peor vistas en Oriente (Dion y Dion, 1988 en Yela, 2000; Hendrick y Hendrick, 1986 en Yela, 2000). Se ha descubierto también que los hombres resultan ser más eróticos y lúdicos mientras que las mujeres tienden a ser más pragmáticas y maníacas. Ambos sexos muestran características parecidas respecto a la pasión que imprimen a las relaciones (Hendrick y Hendrick 1986 en Cheung, et al 2002).

Por su parte Sprecher et al., (1994 en Ubilllos, et al. 2001) encuentran que las mujeres, comparadas con los hombres, se inclinan más por el amor amistoso (storge), el lógico (pragma) y el posesivo o manía. Hendrik y Hendrik (1989 en Zarco, 2005) posteriormente encuentran que los hombres al ser más permisivos e instrumentales en sus actitudes sexuales suelen puntuar más alto en el estilo lúdico, mientras que las mujeres siendo tradicionalmente más conservadoras y teniendo un papel histórico de dependencia emocional y económica, suelen puntuar más alto en los estilos pragmático, maniaco y storge.

Contario a esto, Hong (1986 en Cheung, et al. 2002) no encontró diferencia alguna entre hombres y mujeres en lo que a la visión pragmática del amor se refiere, aunque las mujeres eran considerablemente menos idealistas que los hombres en cuanto al amor romántico. En cambio, según las aportaciones de Hendrick y Hendrick (1986 en Cheung, et al. 2002), a los hombres latinos les gustaban más las actividades lúdicas y eran más fáciles de sorprender que las mujeres latinas (Leon, Parra, Cheng y Flores 1995 en Cheung, et al. 2002). Rotenberg y Korol (1995 en Cheung, et al. 2002) descubrieron que las mujeres eran más eróticas y prácticas así como menos lúdicas y fáciles de comprender que los hombres.

En un estudio realizado en Reino Unido por Cheung, et al. (2002) encontraron que la diferencia en los estilos de amar entre hombres y mujeres fue mínima. El grupo de hombres tendía a adoptar los estilos Eros y Agape más que lo hacían las mujeres. Por lo demás, las actitudes ante el amor eran parecidas. Aunque estos resultados confirman algunos de los obtenidos en la bibliografía que señalan como los hombres tienden más al estilo Agape que las mujeres (Hendrick y Hendrick 1986 en Cheung, et al. 2002, Leon et al. 1995 en Cheung, et al. 2002), en conjunto revelan pocas variaciones en los estilos de amar propios de ambos sexos.

Desde la perspectiva Socio-biológicas y evolucionistas del apego, los hombres tenderán en general a valorar más el amor lúdico y los criterios de elección de pareja como el atractivo físico y la atracción mutua y el amor, coherentemente con su menor inversión parental y su orientación positiva hacia el sexo casual y la obtención del máximo de parejas posibles. Las mujeres, dado la mayor inversión parental y el esfuerzo necesario para sacar adelante unos pocos descendientes, tenderán a valorar más el amor pragmático y amistoso, así como los criterios de poder social y status para elegir su pareja (Buss, 1990 en Ubilllos, et al. 2001).

Por tanto las mujeres presentarán más apego seguro, evitante y menos ansioso-ambivalente, probablemente por la orientación sexual restrictiva y su mayor orientación hacia relaciones estables. Las diferencias entre géneros en valoración del amor lúdico, pragmático y amistoso, así como en los criterios de status social y atractivo físico para elegir la pareja, se reforzarán en las culturas que impongan menos constricciones sociales, es decir, desarrolladas, individualistas, igualitarias y femeninas o cooperativas. (Ubilllos, et al. 2001).

Ojeda, (1998) realiza un estudio en base al Modelo de los Estilos de Amor propuesto por Lee (1976a) para conocer los estilos de amor en parejas mexicanas y encuentra, que los reactivos que constituyeron el Inventario de los Estilos de Amor para población mexicana, parecen ser conceptualmente consistentes con la teoría en que se fundamentan y con otros intentos de medición de los estilos de amor (Lasswell et al.,

1976 en Ojeda, 1998; Sandor, 1982 en Ojeda, 1998; Still, 1980 en Ojeda, 1998), pues los 6 estilos que reporta en su trabajo manifiestan características muy semejantes a las descritas originalmente por Lee.

Para el estilo Storge que de acuerdo con Lee (1976a) el individuo con esta ideología de amar se involucra lentamente en una relación de amor, prefiriendo la amistad y el afecto más que el amor y enfatizando la compatibilidad de actividades. Ojeda (1998) encuentra que los individuos con este estilo de amor expresan su amor alimentando día con día una profunda amistad y donde la pareja es considerada como el mejor amigo, buscando siempre el acuerdo mutuo para compartir actividades, formas y lugares donde convivir, jugar y divertirse. La única diferencia que hasta cierto punto podría considerarse un complemento de este estilo es que la población mexicana también reportó como importante el percibir “química” pues todo esto da la sensación y el gusto de permanecer el resto del tiempo con esa persona como compañero marital y a su vez tanta convivencia conlleva a preocuparse por el bienestar del otro y a proporcionarle ayuda.

En el estilo de amor Ágape, Lee menciona que es una ideología que ve la relación de pareja como una ocasión más para ayudar a alguien, por lo que se comporta generosamente y altruísticamente con su pareja además de pensar que el autosacrificio lo hace ser mejor ser humano. Ojeda encontró que este estilo resultó manifestarse bajo la consigna que el otro es más importante que uno, por lo que primero cubre las necesidades del otro antes que las suyas, viviendo y sufriendo por su pareja, al grado de complacer y tolerar a la pareja en todo e incluso de sacrificarse por ella.

Eros es descrito por Lee como una ideología que le da mayor importancia y valoración al atractivo físico, pues cree en el amor a primera vista, además siente una enorme pasión y emoción al encontrarse con su pareja, su mayor satisfacción es la consumación sexual. Ojeda observa en su estudio que al parecer este estilo se fundamenta en una ideología donde la atracción física hacia la pareja es preponderante, además busca nuevas y constantes formas de coquetear y seducir a la pareja pues lo que desea es llegar al goce y a la consumación sexual, emocionándose y excitándose con facilidad cuando se tiene cerca a la pareja.

Para el estilo Ludus que Lee refiere como aquel que ve al amor como un juego, le gusta relacionarse y cultivar muchas experiencias de amor, sin estabilizarse con una sola pareja. Ojeda encuentra resultados consistentes con las características antes mencionadas, pues al parecer la población estudiada lo refiere como una ideología a cerca del amor que se manifiesta bajo la consigna de que solo se vive una vez, por lo que se deben conocer hombres o mujeres (según sea el caso) de todo tipo y buscar nuevas relaciones ya que un compromiso real con la pareja no se puede mantener y por consiguiente hay que ser coqueto con personas del sexo opuesto.

La diferencia más marcada encontrada por Ojeda con respecto a la teoría original es que estas personas al parecer, en el fondo les angustia el solo hecho de pensar que pueden quedarse solas y por consiguiente no se estabilizan y mantienen sentimientos muy inestables con respecto a la persona que en determinado momento forma su pareja. Ojeda comenta que algo curioso que encontró es que las características que distinguen a este tipo de amor lúdico, al parecer no se plasman en ninguna de las definiciones de amor que se encuentran en la literatura, quizá porque el amor de juego e inestable no se



considera un amor duradero y a largo plazo, con algunas ideas culturales que se tienen a cerca del matrimonio “el matrimonio es para toda la vida”, “juntos hasta que la muerte nos separe”. También nos dice que tal vez esta sea la razón por la que la población que estudió manifestó en mayor grado los estilos Eros y Storge.

Para Lee Manía es una obsesión por el ser amado, con comportamientos celosos y posesión hacia la pareja, por lo que demanda ser amado con la misma intensidad que ama e incluso llega a percibir ciertas cualidades en su pareja que al paso del tiempo se da cuenta que no son reales. Ojeda encuentra que este estilo se manifiesta siendo muy demandante y celoso con la pareja, al grado de querer supervisar todo lo que hace y pidiéndole cuentas constantes acerca de su comportamiento. Una diferencia encontrada por Ojeda es que al parecer los individuos con este estilo de amor no perciben en su pareja inicialmente ciertas virtudes que al paso del tiempo se da cuenta que no son reales.

Pragma es referido por su autor original como un estilo que cuida mucho la elección que hace de su pareja, evaluando analíticamente una serie de cualidades, pues no solo busca la compatibilidad física, sino de intereses, gustos, aficiones, religión y clase social. Ojeda corrobora que este estilo de amor se manifiesta con una planeación cuidadosa de todo lo que implica la elección de una pareja, haciendo uso de su inteligencia y un análisis cuidadoso de lo que su pareja estaba planeando en su vida antes de considerarla como tal.

Además Ojeda observa que todos los estilos de amor en hombres y en mujeres se correlacionan de manera significativa y positiva entre sí. Para ambos sexos las correlaciones más altas se observan entre los estilos amistoso con ágape y con eros y entre los estilos ludus y manía como se observa en las tablas 3 y 4:

**Tabla 3. Intercorrelaciones entre los factores del Inventario de Estilos de Amor para Hombres**

ESTILOS DE AMOR	AMISTOSO	AGAPE	EROS	LUDUS	MANÍA
AMISTOSO					
AGAPE	.7060*				
EROS	.6618*	.6311*			
LUDUS	.1762*	.3377*	.4665*		
MANÍA	.2295*	.3616*	.5008*	.7636*	
PRAGMA	.3745*	.4247*	.4702*	.6167*	.5603*

\*p = .000

**Tabla 4. Intercorrelaciones entre los factores del Inventario de Estilos de Amor para Mujeres**

ESTILOS DE AMOR	AMISTOSO	AGAPE	EROS	LUDUS	MANÍA
AMISTOSO					
AGAPE	.7234*				
EROS	.7723*	.6805*			
LUDUS	.3777*	.5273*	.5302*		
MANÍA	.4193*	.5845*	.5451*	.7511*	
PRAGMA	.5646*	.5769*	.5798*	.6810*	.5727*

\* p = .000

Entre las correlaciones positivas y significativas que se reportan en la literatura sobre los estilos de amor, las más frecuentes son el estilo Erótico con el Agápico (Hendrick et al. 1986 en Ojeda, 2003; Ojeda, 1998; Wan, Luik y Lai, 2000 en Ojeda, 2003). Ambos estilos implican una actitud de responsabilidad y de conciencia hacia lo que engloba una relación romántica. También se ha encontrado una relación entre el estilo Erótico y Maniaco (Hendrick et al, 1986 en Ojeda, 2003; Ojeda, 1998; Wan et al., 2000 en Ojeda, 2003). El estilo Erótico y Pragmático. El estilo Lúdico y Maniaco. El estilo Lúdico y Pragmático (Ojeda, 1998 en Ojeda, 2003). El estilo Maniaco y Agápico. El estilo Pragmático y Amistoso (Hendrick y Hendrick, 1990 en Ojeda, 2003). Vacha-Haase, Murthy, Devenport y Wilkinson (1993 en Ojeda, 1998) también reportan correlaciones altas y positivas entre los estilos Ágape y Manía, Ágape y Eros.

Dentro de las correlaciones negativas y significativas que se reportan en la literatura se encuentran la relación entre Ludus y Manía, en los chinos es un comportamiento contrario el sentir que la pareja es primero y tender a no comprometerse o evadir la idea de establecerse emocionalmente con una sola persona (Wam et al., 2000 en Ojeda, 2003). Hendrick et al. (1986 en Ojeda, 2003) encuentran una correlación negativa y significativa entre el amor Ludus y el amor Ágape y Amistoso.

Existe investigación que postula una relación entre la autoestima y los estilos de amor de Lee. Por ejemplo Díaz-Loving y Sánchez (2002) reportan que los amantes pragmáticos basan su concepción en sentirse a gusto consigo mismos (autoestima) y con los demás. En el amor amistoso encontraron personajes poseedores de una alta autoestima. También comentan que un signo indudable de los seres capaces de cercanía, intimidad, confianza, gusto por conocer e interactuar con la pareja es la auto aceptación y la nula defensividad. En el amor maniaco habita una excesiva búsqueda de control tanto externo como interno para atrapar y sujetar a la pareja y esta desesperación se acrecienta en quienes tienen una baja autoestima, haciendo más necesario involucrarse en relaciones amorosas y a estimarlas como más recompensantes que las personas con alta autoestima.

Asimismo, en el estilo ágape observaron que correlacionó con una alta autoestima, pues el percibir las necesidades del amado, emana de los propios recursos vinculados a la autoestima. En el amor lúdico se encontró que en la medida que estas personas presentan esta ideología revelan que necesitan de la evaluación de los otros que no los conozcan bien para enfrentar su baja estimación por sí mismas. El estilo de amor erótico pasa por un patrón de acercamiento a objetos altamente atractivos y esto requiere de altos índices de autoestima y baja defensividad.

En el siguiente capítulo se presentan los objetivos de este estudio, así como su relevancia y las estrategias utilizadas para llevarlo a cabo.

## Capítulo 5

### *MÉTODO*

#### 5.1 Justificación

Son muchas las variables que intervienen en la elección que una persona hace de una pareja. Este trabajo pretende explorar algunas de ellas, como son la autoestima, el número de relaciones que se han tenido y los estilos de amor. Se busca conocer si éstas variables se relacionan entre sí y si impactan la elección que se hace de una pareja al conocer aspectos físicos y el estilo de amor de esta, pues la investigación de estas variables nos aporta información relevante al estudio de las relaciones interpersonales y de pareja.

La importancia de realizar un estudio de los factores que rodean la elección de una pareja radica en que si conocemos algunos de sus correlatos, quizá podamos mejorar nuestras relaciones, nuestra satisfacción con ellas y nuestra vida en general, puesto que el conocimiento puede facilitar la solución de aquellos problemas que sean fruto de la ignorancia. Uno de los primeros pasos que puede determinar muchos aspectos de una relación (un encuentro casual, noviazgo, matrimonio, etc) es la elección que hacemos en un primer momento de una pareja y pensando en las ocasiones en que esta elección nos lleva a una relación duradera como el matrimonio considero importante su estudio pues éste último es considerado la base de la estructura social básica “la familia” en general en la actual cultura occidental (Yela, 2000).

Este trabajo se realizó con una muestra de individuos 18 a 25 años, este periodo incluye personas al final de la adolescencia y al principio de la edad adulta temprana. Y se consideró importante en cuanto a la elección de una pareja debido a los cambios y circunstancias que suelen atravesar las personas en estas edades. La etapa de adolescencia es bastante extensa ya que se inicia justo antes de los 13 años de edad y finaliza después de los 19 (Feldman, 2002). Por otra parte con frecuencia los psicólogos consideran que la primera etapa de la vida adulta inicia alrededor de los 20 años y finaliza entre los 40 o 45 años. Por lo general en este lapso el adulto proyecta lo que Levinson (1986, 1990, 1996 en Feldman, 2002) llama “el sueño”, una visión general sobre las metas que desea lograr en la vida, se elige la carrera a seguir ó buscan a qué dedicarse, un empleo, etc., se casan y forman una familia. Por lo cual identificar una pareja es un asunto crítico para la mayoría de las personas durante la vida adulta (Feldman, 2002), lo cual puede comenzar a darse desde finales de la adolescencia, por tanto, el interés en el rango de edad de esta muestra.

También se tomó en cuenta que durante los años universitarios (en su mayoría la muestra estuvo constituida por estudiantes), edad adulta temprana, aproximadamente de los 18 a los 30 años “Intimidad frente a aislamiento” 6ta. Etapa del desarrollo psicosocial de Erikson (1963, Feldman, 2002) lo fundamental es desarrollar relaciones íntimas con los demás, en esta edad los adultos jóvenes buscan intimidad emocional y física en las relaciones con los pares y las parejas románticas (Lambeth y Hallett, 2002 en Papalia, Olds y Feldman, 2005).

## **5.2 Pregunta de investigación**

¿Cómo se relaciona la autoestima, los estilos de amor y el número de relaciones previas que tienen hombres y mujeres y de qué manera estas variables impactan la elección de pareja en términos de la historia de amor y el atractivo físico?

## **5.3 Definición de Variables**

### ***5.3.1 Variable de clasificación:***

Sexo

### ***5.3.2 Variables de estudio:***

#### ***Autoestima***

La autoestima es la evaluación, actitud, pensamientos y sentimientos de valoración que efectúa y mantiene comúnmente el individuo en referencia a sí mismo (Demo, 1985 en Kimble et al., 2002; Kimble et al., 2002; Ochoa; 1987 y Grinberg, 1991 en Trejo, 2005; Rosenberg, 1965 en Mruk, 1999). Se considera el valor de las descripciones del autoconcepto (Pope, McHale y Craighead, 1988 en Mruk, 1999; Rosenberg, 1965 en Mruk, 1999) y el estatus vital de la competencia y el merecimiento de un individuo al manejar los retos de la vida a lo largo del tiempo (Mruk, 1999).

Se utilizó para su evaluación la *Escala de Valoración de la Autoestima* (Self-Esteem Rating Scale SERS, 1993). Autores: William R. Nugent y Janita W. Thomas. Es un instrumento de 40 reactivos desarrollado para una medición clínica del grado de aceptación personal, las preguntas se contestan en una escala de 7 puntos que van de siempre a nunca.

#### ***Estilos de amor***

Los estilos de amor son una ideología de expresión personal y única de amor, cuyo énfasis teórico da importancia a las características y a la historia de vida que se han experimentado individualmente al paso del tiempo; un estilo de amor es una ideología aprendida por el grupo al que se pertenece, que marca las pautas acerca de lo que se debe o no hacer, guía las actitudes y conductas que se expresan en torno al amor (Lee, 1977).

Se evaluó utilizando el *Inventario de los estilos de amor (IEAm)* realizado y validado en México por Ojeda García (1998), que evalúa los seis estilos de amor propuestos por Lee (1976a): amistoso, erótico, pragmático, lúdico, agápico y maniaco a partir de 94 preguntas en una escala Likert de 5 puntos que va de totalmente en desacuerdo a totalmente de acuerdo.

## ***Número de relaciones que se han tenido***

Se refiere al número de relaciones de pareja previas que han tenido los participantes y se evaluó preguntando a los individuos de este estudio el ¿número de relaciones de pareja que habían tenido?

## ***Elección de pareja***

La elección de pareja es un proceso complejo que considera factores biológicos, personales, psicológicos, sociales y emocionales (Rice, 1997 en Valdez, et al. 2007) e implica seleccionar ó preferir a una persona de entre varias (RAE, 2001, EUM<sup>5</sup>) con un fin de unión (Escardo, 1974 en García, 2001) e interacción (Fernández et al., 1993 en Sánchez, 1995) el cual puede ser a corto o largo plazo, un encuentro casual, noviazgo, matrimonio, etc. (Sánchez, 1995) y que tiene un impacto favorable o desfavorable en la permanencia que puede llegar a tener la pareja (Valdez, et al. 2007).

Se obtuvo una evaluación de la elección de pareja a partir de dos tareas.

Tarea 1: Decisión de aceptar iniciar una relación de pareja romántica con una persona que tenía una de las siguientes historias:

- A. Eros: en sus relaciones le da gran importancia al atractivo físico y busca llegar a la consumación sexual.
- B. Storge: le gustaría que su pareja fuera su mejor amigo, cree que el amor es como una amistad profunda.
- C. Ludus: suele relacionarse con muchas parejas y cultivar numerosas experiencias de amor.
- D. Manía: le gusta estar al pendiente de lo que hace su pareja y en algunas ocasiones puede sentir celos y desconfianza.
- E. Pragma: busca tener con la pareja compatibilidad de cualidades personales y sociales.
- F. Ágape: piensa que el amor es una entrega incondicional, se da todo sin esperar nada a cambio.

La descripción total de las historias se encuentra en el Anexo I.

Tarea 2: Seleccionar una fotografía de 12, previamente ordenadas en términos de atractivo físico por 12 jueces, para iniciar una relación romántica con la persona de esa foto.

## **5.4 Objetivo General**

Evaluar en qué medida se relacionan la autoestima, los estilos de amor y el número de relaciones previas que tienen hombres y mujeres y cómo estas variables impactan la elección de pareja en términos de la historia de amor y el atractivo físico.

---

<sup>5</sup> RAE: Diccionario de la Real Academia Española  
EUM: Diccionario del Español Usual en México

### 5.4.1 Objetivos Específicos

- Evaluar si existen diferencias en la autoestima, los estilos de amor y el número de relaciones previas en función del sexo.
- Explorar cómo se relacionan entre sí las variables de autoestima, estilos de amor y el número de relaciones previas que han tenido los participantes.
- Conocer la relación del nivel de autoestima, los estilos de amor y el número de relaciones previas con la elección de pareja (en tanto la historia de amor y el atractivo físico).

### 5.5 Hipótesis

H<sub>1</sub>: Existirán diferencias en la autoestima de hombres y mujeres

H<sub>2</sub>: Existirán diferencias en los estilos de amor de hombres y mujeres.

H<sub>3</sub>: Existirán diferencias en el número de relaciones previas que han tenido los participantes dependiendo del sexo.

H<sub>4</sub>: Habrá relación entre la autoestima y los estilos de amor

H<sub>5</sub>: Habrá relación entre el número de relaciones previas de los participantes con la autoestima y los estilos de amor

H<sub>6</sub>: Existirá una relación entre la autoestima y la elección de pareja

H<sub>7</sub>: Existirá una relación entre el número de relaciones previas y la elección de pareja

H<sub>8</sub>: Existirá una relación entre los estilos de amor y la elección de pareja

### 5.6 Diseño de Investigación

Se llevó a cabo un diseño no experimental, transversal correlacional.

### 5.7 Muestreo

Se realizó un muestreo intencional no probabilístico a 200 personas. 100 mujeres y 100 hombres, solteros de 18 a 25 años de edad del Distrito Federal, con una  $\bar{X}$  de 21.24 y una desviación de 2.16. El 19% tenía 22 años; el 17.5% tenía 21 años; el 15% tenía 18 años; el 13% tenía 20 años; el 10.5% 25 años; el 9% tenía 19 años y otro 9% tenía 23 años; por último el 7% tenía 24 años. Las frecuencias con sus porcentajes se muestran en la tabla 5.

**Tabla 5**  
*Edades de los participantes*

Edad	Frecuencia	Porcentaje
18	30	15.0%
19	18	9.0%
20	26	13.0%
21	35	17.5%
22	38	19.0%
23	18	9.0%
24	14	7.0%
25	21	10.5%
Total	200	100 %

La escolaridad de los participantes fue de secundaria a licenciatura concluida. El 70.5% se encontraban realizando la licenciatura sin haberla concluido. El 21 % habían concluido el bachillerato; el 5.5 % tenían una licenciatura concluida y el 3% un nivel educativo de secundaria. Ver tabla 6.

**Tabla 6**  
*Escolaridad de los participantes*

Nivel educativo	Frecuencia	Porcentaje
Secundaria	6	3.0%
Bachillerato	42	21.0%
Licenciatura sin concluir	141	70.5%
Licenciatura concluida	11	5.5%
Total	200	100 %

En cuanto a la ocupación de los participantes, el 78.5% son estudiantes, el 8.5% empleados, el 6.5% se desempeñan como profesionistas, 2% estudia y trabaja, y otro 2% se encuentra desempleado, 1% se dedica al comercio y otro 1% al deporte. Por último 1 persona se dedica al hogar conformando un .5% de la muestra. Tabla 7.

**Tabla 7**  
*Ocupación de los participantes*

Ocupación	Frecuencia	Porcentaje
Estudiante	157	78.5%
Empleado	17	8.5%
Profesionista	13	6.5%
Estudia y Trabaja	4	2%
Desempleado	4	2%
Comerciante	2	1%
Deportista	2	1%
Ama de casa	1	.5%
Total	200	100.0%

El número de relaciones amorosas que reportaron haber tenido los participantes fue de 1 a 15 parejas, con una media de 4.025 y una desviación de 2.904. Reportaron haber tenido 3 relaciones el 19.5 % de los participantes, 1 relación el 19%, 2 relaciones el 16.5%, 4 relaciones 11.5%, 5 relaciones el 11%, 6 y 8 relaciones el 5% cada uno, 7 relaciones el 4.5%, 10 relaciones el 3%, 11 y 12 relaciones el 1.5% cada uno, 13 relaciones el 1% y 15 y 9 relaciones el .5% cada una. Ver tabla 8.

**Tabla 8**  
*Número de Relaciones de Pareja que han tenido los participantes*

Parejas	Frecuencia	Porcentaje
1	38	19.0%
2	33	16.5%
3	39	19.5%

Parejas	Frecuencia	Porcentaje
4	23	11.5%
5	22	11.0%
6	10	5.0%
7	9	4.5%
8	10	5.0%
9	1	.5%
10	6	3.0%
11	3	1.5%
12	3	1.5%
13	2	1.0%
15	1	.5%
Total	200	100.0%

## **5.8 Descripción de los instrumentos**

Para la realización de la presente investigación los instrumentos utilizados fueron:

### *5.8.1 Inventario de los estilos de amor (IEAm)*

*Propósito:* Medir los Estilos de Amor que plantea Lee (1976a) en parejas mexicanas

*Autores:* Angélica Ojeda García (1998)

*Descripción:* El IEAm es un instrumento de 94 reactivos que fue desarrollado para medir de los 6 estilos de amor que propone Lee (1976a), Eros, Ludus, Storge, Manía, Pragma y Ágape, en su teoría de los Estilos de Amor. Los reactivos fueron escritos en una escala de cinco puntos tipo Likert, en términos de totalmente en desacuerdo (1) a totalmente de acuerdo (5).

*Normas:* El IEAm fue estudiado en 600 sujetos, 354 mujeres y 246 hombres casados. Con una escolaridad promedio de secundaria y edad promedio de 37.9 años. El rango de tiempo de casados iba de 1 a 49 años cuya media fue de 17.2 años. El muestreo fue no probabilístico, de tipo accidental.

*Confiabilidad:* Las alfas factoriales reportadas por Ojeda van de .81 a .94. Pragma .81, Ágape .85, Manía .85, Ludus .91, Eros .92, Storge .94.

*Referencia primaria:* Ojeda, A (1998) *La pareja, apego y amor*. Tesis de Maestría. México. Facultad de Psicología. UNAM.

Siguiendo las dimensiones descritas por Lee (1976a), Ojeda (1998) plantea que el Modelo de Estilos de Amor se cumple en parejas mexicanas del siguiente modo:

**Estilo de amor amistoso (storge)** es una ideología cuya expresión de amor, se fundamenta en alimentar día con día una profunda amistad con su pareja, donde ésta se considera el mejor amigo(a). De tal forma que este tipo de amor al igual que las buenas amistades, se llevan bien y se caracterizan porque en su relación, existe entendimiento y acuerdo mutuo en cuanto a compartir actividades, formas y lugares para convivir, jugar y divertirse. De tal modo que entre afectos y agrados recíprocos quienes manifiestan su



amor amistosamente perciben compatibilidad y cierta “química” con su pareja. Lo que lleva a sentir y expresar seguridad en cuanto a la elección de la pareja y gusto por permanecer a su lado. Aunque tanta convivencia también lleva a preocuparse por el bienestar del otro y a proporcionarle ayuda.

**Estilo de amor ágape** es una ideología cuya expresión de amor se fundamenta bajo la consigna de que la pareja es más importante que uno, por lo que primero y ante cualquier circunstancia, se busca cubrir las necesidades de ella o él. Se maneja con base a la idea de que todo lo suyo es de su pareja. De tal modo que quien manifiesta su amor agapicamente vive para su pareja y sufre por ella; busca complacerla en todo, sacrificándose y siendo tolerante bajo cualquier circunstancia en pro de su bienestar.

**Estilo de amor eros** es una ideología que se fundamenta en el juego del amor y en la atracción física hacia la pareja, por lo que es un estilo que expresa amor a través de una búsqueda constante de nuevas formas de coquetear y seducir a la pareja, pues lo que más desea es llegar al goce y a la consumación sexual. Por consiguiente mantenerse muy cercano al otro (la pareja) provoca excitación y una diversidad de intensas emociones, despertando mucha pasión y deseo por acariciar a su pareja.

**Estilo de amor ludus** es una ideología que se fundamenta bajo el pensamiento de que solo se vive una vez, por lo que se deben de conocer mujeres u hombres de todo tipo, tener muchas parejas y buscar nuevas relaciones, para ello hay que mantener un tanto incierta a la pareja con respecto al compromiso que se mantiene con ella (él) y ser coqueto(a) con personas del sexo opuesto. De tal modo que el lúdico piensa que no hay mujer (hombre) que se le resista, sin embargo muy en el fondo le angustia pensar en la soledad y sus sentimientos hacia sus relaciones son inestables.

**Estilo de amor manía** es una ideología que se fundamenta en ser demandante con la pareja y celarlo muy frecuentemente. Este estilo manifiesta su amor por el otro a través de una búsqueda constante por controlar todo lo que hace, para ello supervisa y pide cuentas de su comportamiento.

**Estilo de amor pragma** es una ideología que se fundamenta en la planeación tanto de la elección de la pareja como de todo aquello que entra en juego en la dinámica de dicha relación. Para ello hace uso de su inteligencia, analizando y proyectando su relación de pareja muy cuidadosamente, e incluso hace consideraciones (previas a la propia relación) con respecto a lo que su pareja estaba planeando al momento de conocerla.

Ojeda en su trabajo de 1998 encuentra 6 factores conformados por 82 reactivos, sin embargo en su estudio final utiliza un instrumento con 94 reactivos, el cual fue usado en este estudio. Así con esta información, se procedió a realizar una correlación de Pearson entre los factores propuestos por Ojeda y los reactivos que no se encontraban dentro de éstos factores. Los reactivos que tuvieron una correlación significativa con algún factor y además correlacionaron de manera conceptual, se agregaron a dicho factor ya que al ser agregados aumentaron la consistencia interna  $\alpha$  de Cronbach de estos factores en el presente estudio. Mientras más alto sea el valor de alfa, indica que más tienen en común los reactivos (Nunnally y Bernstein, 1995).

A continuación se encuentran los reactivos pertenecientes a cada uno de los 6 factores encontrados por Ojeda (1998) con su peso factorial y los reactivos que se agregaron con su valor de correlación. Ver tabla 9.

**Tabla 9 Factores que integran el Inventario de los Estilos de Amor**

**Factor 1: Estilo de Amor Amistoso  $\alpha=.95$**  (valor alfa encontrado en este estudio=. 92) conformado por 37 reactivos.

	Reactivos	Peso factorial
1	Mi pareja y yo nos llevamos bien	.79
2	Mi pareja y yo nos entendemos	.79
3	Gracias al cariño que nos tenemos mi pareja y yo nos amamos	.77
4	Creo que mi pareja es el amor de mi vida	.75
5	Supe elegir a mi pareja	.75
6	Me siento seguro(a) de la pareja que elegí	.74
7	Siento seguridad con mi pareja	.74
8	Mi pareja es compatible conmigo	.73
9	Me siento a gusto cuando convivo con mi pareja	.68
10	Mi pareja y yo alimentamos día con día una gran amistad	.64
11	Los lugares a los que asistimos mi pareja y yo para divertirnos, son por acuerdo mutuo	.63
12	Mi pareja es mi mejor amigo(a)	.62
13	Mi pareja y yo tratamos de congeniar nuestros tiempos para compartir actividades	.56
14	Mi relación de pareja es muy divertida	.55
15	El amor que existe dentro de la relación, es producto de lo mucho que simpatizamos mi pareja y yo	.55
16	En nuestra relación de pareja lo que más hacemos es compartir actividades	.54
17	Siento un gran afecto por mi pareja	.53
18	Mi pareja y yo somos intelectualmente compatibles	.51
19	Mi pareja y yo tenemos química	.50
20	Me siento preocupado(a) ante las preocupaciones de mi pareja	.50
21	Estoy dispuesto(a) a apoyar a mi pareja en todo lo que se le ofrezca	.50
22	En todo momento muestro atención por el bienestar de mi pareja	.49
23	Nuestro amor es realmente una amistad profunda	.49
24	Nuestra relación amorosa se desarrollo de una buena amistad	.47
25	Quiero permanecer al lado de mi pareja todo el tiempo	.47
26	Me siento bien cada vez que ayudo a mi pareja	.45
27	Pienso que soy inteligente por haber elegido a la pareja que tengo	.45
28	Me conmueve el ver a mi pareja preocupada(o)	.41
29	Nuestro amor surgió del gran afecto que sentimos el uno por el otro	.42
30	Me mantengo cerca de mi pareja el mayor tiempo posible	.41
31	Me gusta jugar con mi pareja	.40
32	Mi relación de pareja es funcional (reactivo agregado con correlación .48)	

33	Puedo ayudar a mi pareja ante cualquier cosa que me pida (reactivo agregado con correlación .40)	
34	Mi relación de pareja es práctica (reactivo agregado con correlación .20)	
35	Mi relación de pareja sirve (reactivo agregado con correlación.42)	
36	Lo que más siento por mi pareja es cariño (reactivo agregado con correlación .27)	
37	Hago lo que sea necesario por proteger a mi pareja (reactivo agregado con correlación .52)	

**Factor 2: Estilo de amor Ágape**  $\alpha=.85$  (valor alfa encontrado en este estudio=.88) conformado por 10 reactivos.

	Reactivos	Peso factorial
1	Antes que yo esta mi pareja	.71
2	Mi pareja es más importante que yo	.69
3	Primero cubro las necesidades de mi pareja antes que las mías	.68
4	Preferiría sufrir yo, antes que ver sufrir a mi pareja	.62
5	Haría cualquier cosa por complacer a mi pareja	.58
6	No me importa sacrificarme por mi pareja	.56
7	Toleraría todo por el bien de mi pareja	.48
8	Solo vivo para mi pareja	.46
9	Usualmente estoy dispuesto a sacrificarme para no obstaculizar que mi pareja logre alcanzar sus metas	.44
10	Todo lo mío es de mi pareja	.44

**Factor 3: Estilo de amor Eros**  $\alpha=.92$  (valor alfa obtenido en este estudio=.88) conformado por 16 reactivos.

	Reactivos	Peso factorial
1	En mi relación de pareja, siento la necesidad de llegar a la consumación sexual	.69
2	Siento un gran deseo sexual por mi pareja	.69
3	Busco la manera de tener goce sexual con mi pareja	.62
4	Mi pareja me atrae sexualmente	.60
5	Pienso continuamente en formas de coquetear con mi pareja	.60
6	Las conductas dirigidas a conquistar, me excitan sexualmente	.59
7	Busco la manera de seducir a mi pareja	.53
8	Me encanta el juego del amor	.53
9	Cuando tengo cerca de mí a mi pareja me emociono	.47
10	Mi pareja me despierta mucha pasión	.46
11	El simple hecho de ver a mi pareja me excita	.45
12	Cuando estoy con mi pareja, mis sentimientos por ella(él) se hacen más intensos	.44
13	Me gusta acariciar a mi pareja	.43
14	Con frecuencia busco el momento de estar a solas con mi pareja (factor agregado con correlación de .44)	

15	Solo el ver a mi pareja me incita a chiflarle (factor agregado con correlación de .38)	
16	Mi relación de pareja me resulta conveniente (factor agregado con correlación de .29)	

**Factor 4: Estilo de amor Ludus**  $\alpha=.92$  (valor alfa encontrado en este estudio= .82) conformado por 11 reactivos

	Reactivos	Peso factorial
1	Considero que hay que tener varias parejas pues solo se vive una vez	.78893
2	Disfruto tener varias parejas	.78
3	Me gusta tener muchas parejas	.77
4	Fácilmente me cansa una relación de pareja, por eso constantemente busco nuevas relaciones	.69
5	Pienso que debería tener muchas parejas	.69
6	Considero que no hay mujer/hombre que se me resista	.67
7	Soy muy coqueto(a) con personas del sexo opuesto	.63
8	Creo que hay que conocer mujeres/hombres de todo tipo	.44
9	Trato de mantener a mi pareja un tanto incierta(o) de mi compromiso con ella(él)	.42
10	Me mantengo al lado de mi pareja por temor a quedarme solo(a)	.42
11	Los sentimientos hacia mi pareja son inestables	.40

**Factor 5: Estilo de amor Manía**  $\alpha=.85$  (valor alfa encontrado en este estudio=.77) conformado por 10 reactivos.

	Reactivos	Peso factorial
1	Constantemente superviso lo que hace mi pareja	.68
2	Le pido a mi pareja "cuentas" de todo lo que hace	.65
3	Celo mucho a mi pareja	.62
4	Siento celos por todo lo que hace mi pareja	.58
5	Busco la manera de controlar a mi pareja	.56
6	Creo que mi pareja me debe de consultar antes de tomar cualquier decisión	.54
7	Soy desconfiado(a) ante lo que me dice mi pareja	.46
8	Discuto frecuentemente con mi pareja sobre su comportamiento	.45
9	Desconfío de mi pareja	.42
10	Soy dependiente de mi pareja (factor agregado con correlación de .30)	

**Factor 6: Estilo de amor Pragma**  $\alpha=.81$  (valor alfa encontrado en este estudio=.76) conformado por 10 reactivos.

	Reactivos	Carga factorial
1	Para elegir a mi pareja, eché mano de mi inteligencia	.69

2	Mi relación de pareja la he planeado cuidadosamente	.63
3	Planeé cuidadosamente a mi vida antes de elegir a mi pareja	.61
4	Pienso que en una relación uno debe ser muy analítico	.48
5	Me conduje cautelosamente antes de comprometerme con mi pareja	.46
6	El elegir a una pareja requiere de una conducta planeada	.45
7	Antes de comprometerme con mi pareja consideré lo que ella(él) estaba planeando en su vida	.44
8	Mi relación de pareja me es útil (factor agregado con correlación de .32)	
9	Para escoger a mi pareja busque a alguien con antecedentes similares a los míos (factor agregado con correlación de .26)	
10	Lo que más tomé en cuenta para escoger a mi pareja fue que tanto se parecía a mi familia (factor agregado con correlación de .30)	

### 5.8.2 Self- Esteem Rating Scale (SERS)

Se realizó una traducción y validación de esta escala (Zacarías y Díaz-Loving, no publicado). Ver anexo II.

*Propósito:* medir la autoestima

*Autores:* William R. Nugent y Janita W. Thomas (1993).

*Descripción:* el SERS es un instrumento de 40 reactivos que fue desarrollado para dar una medición clínica de la autoestima que puede indicar no solo problemas en la autoestima sino también niveles positivos o no problemáticos. Los reactivos fueron escritos dentro de un rango de áreas de la autoevaluación incluyendo la autoestima global, la competencia social, la habilidad para resolver problemas, habilidad intelectual, autocompetencia y el valor relativo hacia otras personas. El SERS es un instrumento muy útil para medir tanto aspectos positivos como negativos de la autoestima en la práctica clínica.

*Normas:* el SERS fue estudiado inicialmente con dos muestras. La muestra 1 consistía de 246 personas, de las cuales 91 eran hombres y 155 mujeres, con una media de edad de 32.5 años y una media de 15.7 años de educación formal. 31% eran blancos, 11.8% negros, 4.5% hispanos, 7.7% asiáticos y el resto fue una mezcla de otros grupos. La muestra 2 incluyó 107 personas de los cuales 23 eran hombres y 84 mujeres, con una media de 15.3 años de educación; 93.5% eran blancos, 4.7% negros y el resto se encontraba en otros grupos. Normas actuales no estuvieron disponibles.

*Calificación:* el SERS se califica puntuando los reactivos que al final de la medición aparecen como p/+ positivamente y puntuando los reactivos que quedan (N/-) negativamente poniendo un signo de menos enfrente del reactivo. Los reactivos son sumados para producir una puntuación total de -120 a +120. Puntuaciones positivas indican una autoestima más positiva y puntuaciones negativas indican niveles más negativos de autoestima.

*Confiabilidad:* el SERS tiene una excelente consistencia interna con un alfa de Cronbach de .97. Y el error estándar de medición fue de 5.67. Datos de la estabilidad no fueron reportados.

*Validez:* Se reportó que el SERS tiene una buena validez de contenido y factorial. El SERS tiene una buena validez de constructo con correlaciones significativas con el Índice de Autoestima y la Escala de Satisfacción Generalizada (una medición de depresión) como se predijo y generalmente bajas correlaciones con una variedad de variables demográficas, también como se predijo.

*Referencia primaria:* Nugent, W.R., and Thomas J.W (1993) Validación de la Escala de Valoración de la Autoestima SERS, *Research on Social Work Practice*, 3, 191-207.

### 5.8.3 *Tareas de Elección de Pareja*

*Tarea 1:* en esta parte, el participante decide si acepta iniciar una relación de pareja romántica con una persona descrita en una historia que se le da. Se elaboraron 6 historias con base en las características descritas por Lee (1976a) para cada uno de sus 6 estilos de amor. Al participante se le presenta una de estas historias elegida al azar y se le pregunta si le gustaría tener una relación de pareja con la persona de la historia. Previamente estas historias fueron jueceadas y de manera cualitativa se determinó que discriminan unas de otras y contienen los elementos distintivos de cada estilo de amor. Las historias se encuentran en el Anexo I.

*Tarea 2:* en la segunda parte se presentan 12 fotografías del rostro de personas del sexo opuesto al del participante de 7 por 9 centímetros que van de muy atractiva a nada atractiva. Estas fotografías han sido previamente clasificadas por un grupo de jueces de la más atractiva a la menos atractiva. Al participante se le presentan en desorden y se le pide que elija 1 fotografía, de la persona con la que le gustaría iniciar una relación de pareja.

## 5.9 Procedimiento

### 5.9.1 Primera fase

#### *Para la variable Elección de Pareja*

Para la realización de este estudio en la primera fase se obtuvieron 30 fotografías de los rostros de 15 hombres y 15 mujeres voluntarios en un rango de edad de 18 a 25 años, en una expresión neutra. Las fotografías les fueron entregadas a 12 jueces del sexo opuesto al de las fotografías (en total 24 jueces), a los cuales se les pidió ordenar las fotografías de la persona que les pareciera la más atractiva a la que les pareciera menos atractiva. El formato en el que fueron vaciados los datos se encuentra en el Anexo I.

Estos datos se codificaron por medio de un análisis de frecuencias reduciendo las fotos a un total de 24, 12 de hombres y 12 de mujeres, las cuales estaban ordenadas de la más atractiva a la menos atractiva. A cada fotografía se le colocó un número en la parte posterior para su codificación.

También se escribieron 6 historias diferentes de personas ficticias, cuyos estilos de amor ejemplifican los 6 estilos de amor que plantea Lee (1976a). Dichas historias se elaboraron con base en una revisión bibliográfica de las características predominantes que poseen las personas que presentan dichos estilos de amor según lo plantea Lee

(1976a) y lo retoma Ojeda (1998). El contenido de las historias versa sobre la descripción de una persona en base a un estilo de amor en particular. Las historias utilizadas se pueden ver en el Anexo I.

Éstas historias fueron evaluadas por 12 jueces, 6 hombres y 6 mujeres a los cuales se les presentaron las historias que describen a personas del sexo opuesto al del juez, a quienes se les pidió que leyeran las 6 historias presentadas y posteriormente se les preguntó 1. ¿Crees que las personas de las historias son una misma persona o las historias se refieren a personas diferentes?; 2. ¿Crees que las historias se parecen entre sí? ¿ó son diferentes? Si crees que las historias se parecen, ¿cuáles historias son las que se parecen y en qué? Y por último se les preguntó 3. ¿Cuál crees que es la principal característica de cada una de las historias? (Anexo I). Los datos recabados se analizaron de manera cualitativa y se verificó que las historias discriminaban unas de otras y contenían los elementos distintivos de cada estilo de amor.

Las historias presentadas en total fueron 12 ya que se realizaron 6 describiendo distintos tipos de mujeres y 6 describiendo distintos tipos de hombres. En el caso de las historias de mujeres se usó el nombre de Alicia para dar mayor realismo y en el caso de las historias de hombres se usó el nombre de Carlos. Sin embargo las 6 historias de Carlos y las 6 de Alicia son las mismas, solo se cambió en la redacción el sexo de la persona descrita.

#### ***Para la variable Autoestima***

Se validó la escala de Valoración de la Autoestima *Self-Esteem Rating Scale* (SERS) a partir de una muestra de 200 jóvenes mexicanos, tomando en cuenta el criterio de 5 sujetos por reactivo, en un rango de edad de 18 a 25 años (la muestra utilizada es la misma que participó en esta investigación). Se realizó una traducción del instrumento del idioma inglés al español y posteriormente se llevó a cabo una retraducción al inglés para aumentar la confiabilidad de la traducción. Los datos encontrados en este proceso así como la discusión de los mismos se pueden ver en el Anexo II.

#### **5.9.2 Segunda fase**

Se les entregó a los participantes un instrumento conformado por 5 partes. Lo primero que se solicita son los datos sociodemográficos, después se divide en 4 partes. En la sección I y II se realizan 2 tareas concernientes a la variable elección de pareja. En la primera sección se les entregó a los participantes al azar uno de 6 perfiles de personalidad, de los construidos a partir de las características descritas por Lee para cada uno de los 6 estilos de amor. Se les pidió que lo leyeran e indicaran si les gustaría iniciar una relación de pareja con la persona que se describe en la historia. Para ésta parte se realizó una distribución en la que al mismo número de participantes se les entregó cada una de las 6 historias, quedando como lo indica la tabla 10:

**Tabla 10**  
**Historia que les tocó a hombres y mujeres**

		historia que le toco de las 6 historias de Lee						Total
		eros	storge	ludus	manía	pragma	ágape	
Sexo	Masculino	17	16	17	17	17	16	100
	Femenino	17	17	17	17	16	16	100
Total		34	33	34	34	33	32	200

En la sección II se presentan 12 fotografías del rostro de personas del sexo opuesto al del participante al cual se le pide que las observe e indique con cuál de las personas que aparecen en las fotografías le gustaría iniciar una relación de pareja (las fotos no se presentan orden). En la sección III se aplicó la escala de Valoración de la Autoestima *Self- Esteem Rating Scale (SERS)* traducido al idioma Español y para la última parte se aplicó el Inventario de los estilos de amor (IEAm), para evaluar los estilos de amor. El instrumento final de aplicación se encuentra en el Anexo I.



## Capítulo 6

### RESULTADOS

#### 6.1 Diferencias en las variables de Autoestima, Estilos de Amor y Número de relaciones que se han tenido en función del sexo

##### 6.1.1 Diferencias en la Autoestima de hombres y mujeres

Se corrió una prueba t de student para conocer si existían diferencias entre hombre y mujeres en los factores de la variable autoestima. No se encontraron valores significativos, por tanto podemos decir que no existen diferencias en la autoestima de hombres y mujeres. En la tabla 11 se aprecian las medias.

**Tabla 11 Diferencias de medias en la autoestima por sexo**

	Sexo	N	Media	Desviación estándar	t	Sig. (2- colas)	Diferencia entre Medias
factor1 Autoestima positiva y competencia social	Masculino	100	5.37	.92836	-1,495	.136	-.19000
	Femenino	100	5.55	.86782			
factor2 Autoestima negativa e incompetencia social	Masculino	100	2.45	.81128	-.717	.474	-.09083
	Femenino	100	2.55	.97386			
factor3 Autoestima negativa y alta valoración de otros	Masculino	100	2.44	.94498	1.282	.201	.16200
	Femenino	100	2.28	.83864			

##### 6.1.2 Diferencias en el estilo de amor de hombres y mujeres

Para conocer si existían diferencias en el estilo de amor que presentaban hombres y mujeres también se corrió una prueba t de student y se obtuvieron los resultados mostrados en las tabla 12.

**Tabla 12 Diferencias en medias en los factores de estilos de amor por sexo**

	Sexo	N	Media	Desviación estándar	t	Sig. (2- colas)	Diferencia de Medias
Storge	Masculino	100	3.87	.39353	3.389	.001*	.23730
	Femenino	100	3.64	.57924			
Ágape	Masculino	100	2.81	.74296	7.533	.000*	.76700
	Femenino	100	2.05	.69624			
Eros	Masculino	100	3.85	.50765	5.209	.000*	.42813
	Femenino	100	3.43	.64635			
Ludus	Masculino	100	2.57	.70313	1.399	.163	.14000
	Femenino	100	2.43	.71214			

Manía	Masculino	100	2.40	.58428	1.090	.277	.09400
	Femenino	100	2.30	.63453			
Pragma	Masculino	100	3.12	.61367	4.136	.000*	.37700
	Femenino	100	2.75	.67397			

Encontramos valores significativos para los estilos storge, ágape, eros y pragma, por lo que asumimos que hay diferencias entre las medias de hombres y mujeres. Con base en los valores reportados en las medias se puede ver que los hombres presentan más las características asociadas a los estilos storge, ágape, eros y pragma que las mujeres.

### 6.1.3 Diferencias en el número de relaciones de pareja que han tenido hombres y mujeres

Se corrió una prueba t de student para conocer si existían diferencias en el número de relaciones de pareja que habían tenido hombre y mujeres. Los resultados se muestran en la tabla 13. No se encontraron diferencias significativas en el número de relaciones reportadas por hombres y mujeres.

**Tabla 13 Diferencia de medias en el número de relaciones que se han tenido por sexo**

	Sexo	N	Media	Desviación estándar	t	Sig. (2-colas)	Media diferencial
Número de relaciones amorosas que has tenido	Masculino	100	4.2600	3.16106	1.145	.254	.47000
	Femenino	100	3.7900	2.61810			

## 6.2 Relación entre la Autoestima, los Estilos de Amor y el número de relaciones previas que han tenido los participantes.

### 6.2.1 Relación entre Autoestima y Estilos de Amor

Se corrió una correlación de Pearson entre los 6 factores de estilos de amor y los 3 de autoestima. Los resultados de la tabla 14 reportan los datos significativos.

**Tabla 14 Correlación entre la variable Autoestima y Estilos de Amor (muestra total)**

	Storge	Ágape	Eros	Ludus	Manía	Pragma
factor1 Autoestima positiva y competencia social	.12	-.13	.10	-.08	-.22(**)	.006
factor2 Autoestima negativa e incompetencia social	-.08	.07	-.10	.14(*)	.28(**)	.001
factor3 Autoestima negativa y alta valoración de otros	.04	.22(**)	.10	.15(*)	.27(**)	.03

\*\* Correlación significativa al .01

\* Correlación significativa al .05

El factor ágape correlacionó de manera positiva con el factor 3 de autoestima, lo que nos indica que las personas que consideran a su pareja como lo más importante suelen no gustarse a sí mismos y suelen no considerarse agradables para los demás, mostrando una baja autoestima.

El factor ludus correlacionó de manera positiva con los factores 2 y 3 de autoestima, lo que señala que quienes suelen tener muchas parejas y les gusta conocer hombres/mujeres de todo tipo tienden a sentirse avergonzados de sí mismos e inferiores a otros, además de no gustarse a sí mismos y no considerarse agradables para los demás.

El factor manía correlacionó de manera negativa con el factor 1 de autoestima y de manera positiva con los factores 2 y 3 de autoestima. Lo que refiere que las personas que son celosas y demandantes con su pareja tienden a tener una baja autoestima donde no se consideran agradables, no se siente bien consigo mismas, además se puede avergonzar de sí y sentir que arruina todas las cosas. Los factores de estilos de amor storge, eros y pragma no correlacionaron con ninguno de los factores de autoestima.

### 6.2.2 Relación entre Autoestima y Estilos de Amor en hombres

Se corrió una correlación de Pearson entre los factores de estilos de amor y los factores de autoestima en hombres. Los resultados significativos se presentan en la tabla 15.

**Tabla 15 Correlación entre Autoestima y Estilos de Amor para hombres**

	factor1 Autoestima positiva y competencia social	factor2 Autoestima negativa e incompetencia social	factor3 Autoestima negativa y alta valoración de otros
Storge	.19	-.22(*)	-.11
Ágape	-.26(**)	.23(*)	.39(**)
Eros	.16	-.13	-.01
Ludus	-.16	.16	.10
Manía	-.29(**)	.34(**)	.22(*)
Pragma	-.10	.08	-.006

\*\* Correlación significativa al .01

\* Correlación significativa al .05

En los hombres se encontró una correlación negativa entre el factor storge y f2 de autoestima, lo que nos indica que los hombres que suelen ver en su pareja a su mejor amigo, tienden a tener una autoestima más alta sintiéndose bien consigo mismos y seguros de poder empezar nuevas relaciones. El factor ágape tuvo una correlación negativa con el factor 1 de autoestima y una correlación positiva y significativa con el factor 2 y el factor 3 de autoestima. Lo que indica que los hombres que siempre piensan en cubrir primero las necesidades de su pareja, suelen tener una baja autoestima, no sintiéndose bien consigo mismos, avergonzándose de sí y no considerándose agradable para los demás.

También se observó una correlación negativa entre el factor manía y el factor 1 de autoestima y una correlación positiva con el factor 2 y 3 de autoestima. Lo cual nos señala que los hombres que son celosos y demandantes con su pareja, tienden a tener una baja autoestima ya que no se consideran una buena persona, se perciben inferiores a

otros y no se consideran agradables para los demás. Los factores pragma, ludus y eros no presentan correlaciones significativas con autoestima.

### 6.2.3 Relación entre Autoestima y Estilos de Amor en mujeres

En las mujeres se encontró una correlación positiva entre el factor manía y los factores 2 y 3 de autoestima. Lo que nos dice que las mujeres que son celosas y demandantes con su pareja, tienden a tener baja autoestima ya que pueden sentirse avergonzadas de sí mismas e inferiores a los otros, incluso no considerarse agradables para los demás. Los factores de storge, ágape, eros, ludus y pragma no correlacionaron de manera significativa con los factores de autoestima. Ver tabla 16.

**Tabla 16 Correlación entre Autoestima y Estilos de Amor para mujeres**

	factor1 Autoestima positiva y competencia social	factor2 Autoestima negativa e incompetencia social	factor3 Autoestima negativa y alta valoración de otros
Storge	.14	.09	.11
Ágape	.10	.007	.07
Eros	.14	-.06	.15
Ludus	.06	.13	.18
Manía	-.14	.25(*)	.31(**)
Pragma	.17	-.03	.02

\*\* Correlación significativa al .01

\* Correlación significativa al .05

De los resultados anteriores podemos concluir que si se presentan diferencias en las correlaciones de la autoestima y los estilos de amor por sexo ya que es visible en los datos que los hombres y las mujeres solo correlacionaron de igual manera el factor manía con una baja autoestima. De manera diferencial éste fue el único factor de amor correlacionado en las mujeres mientras los hombres correlacionaron además el factor de storge con alta autoestima y el factor ágape con baja autoestima.

### 6.2.4 Relación de la Autoestima y el número de relaciones que han tenido los participantes

Se realizó una correlación de Pearson para determinar si existía relación entre la autoestima y el número de relaciones que se han tenido (utilizada como variable continua). Se observaron correlaciones significativas entre el número de relaciones que reportan tener los participantes y el factor f1 de autoestima, es decir las personas con una mayor autoestima, han tenido mayor número de parejas. Por el contrario se obtuvo una correlación negativa entre los factores f2 y f3 de autoestima y el número de relaciones que reportan los participantes, lo que significa que mientras más inseguros, inferior a otros y en general mientras menor sea la autoestima, los jóvenes han tenido menos relaciones de pareja. Ver tabla 17.

**Tabla 17. Relación de los factores de Autoestima con el número de relaciones que se han tenido**

	factor1 Autoestima positiva y competencia social	factor2 Autoestima negativa e incompetencia social	factor3 Autoestima negativa y alta valoración de otros
Número de relaciones de pareja que has tenido	.21(**)	-.22(**)	-.20(**)

\* Correlación significativa al .05

\*\* Correlación significativa al .01

### 6.2.5 Relación de los estilos de amor y el número de relaciones que han tenido los participantes

Se realizó una correlación de Pearson para determinar si existían correlaciones entre los estilos de amor y el número relaciones que han tenido los participantes. Los resultados se presentan en la tabla 18. El número de relaciones que han tenido los participantes se correlacionó de manera positiva con el factor storge, lo que nos dice que mientras más características de un estilo de amor storge poseen las personas, han tenido más relaciones de pareja.

**Tabla 18 Relación entre Estilos de Amor y el número de relaciones de pareja que se han tenido**

	Storge	Ágape	Eros	Ludus	Manía	Pragma
Número de relaciones de pareja que han tenido	.14(*)	.09	.11	.10	.02	.03

\*\* Correlación significativa al .01

\* Correlación significativa al .05

## 6.3 Elección de pareja en función al atractivo físico: relaciones y diferencias entre variables.

### 6.3.1 ¿Qué fotografías fueron elegidas con mayor frecuencia?

Después de realizar el jueceo para que las fotografías quedaran clasificadas de la más atractiva a la menos atractiva, éstas fueron ordenadas y codificadas con base en un continuo de números que va del 1 al 12 donde la foto con el número 1 es la considerada la más atractiva, la 2 la segunda más atractiva y así hasta llegar a la fotografía número 12 que es la clasificada como menos atractiva. Las fotografías fueron presentadas en desorden. Se llevó a cabo un análisis  $X^2$  para determinar si existían diferencias en la elección de la fotografía por parte de los participantes. Con base en la distribución de frecuencias se encontró un valor significativo  $X^2 = 145.870$ ,  $p = .000$  por lo que se concluye que existen diferencias significativas en la elección de las fotografías por los

participantes. De manera general los participantes eligen fotografías de personas atractivas como parejas potenciales.

Esto se puede observar ya que de las 12 fotografías presentadas, los participantes eligen con mayor frecuencia las 6 primeras, principalmente la 1 y la 3. La fotografía más elegida es notablemente la número 1 con una frecuencia de 56, seguida de la número 3 con una frecuencia de 48, la número 5 con una frecuencia de 29, la número 2 con una frecuencia de 26, la número 4 con una frecuencia de 24, la número 6 con una frecuencia de 12, la fotografía 8 y 9 fueron elegidas 2 veces respectivamente y la fotografía número 7 fue elegida una vez. Cabe mencionar que las fotografías menos atractivas con los números 10, 11 y 12 nunca fueron elegidas. A continuación se muestra la tabla 19 que contiene la frecuencia con la que fue elegida cada una de las fotos por los participantes.

**Tabla 19** *¿Con cuál de estas personas te gustaría iniciar una relación de pareja?*

	Fotografías	Frecuencia
+	1	56
Atractivo	2	26
	3	48
	4	24
	5	29
	6	12
	7	1
	8	2
	9	2
	-	10,11 y 12
	Total	200

### 6.3.2 Diferencias en la elección de la fotografía según el sexo

Posteriormente se realizó un análisis crosstabs  $X^2$  para conocer si existían diferencias en la elección de la fotografía según el sexo. Se encontraron valores significativos  $X^2=64.326$ ,  $p=.000$ , por tanto podemos decir que existen diferencias estadísticamente significativas en la elección de la fotografía entre hombres y mujeres. La fotografía que principalmente eligen los hombres es la número 3 con una frecuencia de 44, seguida por la número 1 con una frecuencia de 16, la número 2 y 4 con una frecuencia de 13 respectivamente, la número 6 con una frecuencia de 7, la número 5 con una frecuencia de 4, la número 9 con una frecuencia de 2 y finalmente la fotografía número 7 con una frecuencia de 1.

Por su parte la foto que más eligen las mujeres es la número 1 con una frecuencia de 40, seguida por la número 5 con una frecuencia de 25, la número 2 con una frecuencia de 13, la número 4 con una frecuencia de 11, la número 6 con una frecuencia 5, la número 3 con una frecuencia de 4 y por último la fotografía que menos eligieron fue la número 8 con una frecuencia de 2. Las preferencias en la elección de la foto en frecuencias se muestran a continuación en tabla 20.

**Tabla 20 Elección de la fotografía por sexo**

		¿Con cuál de estas personas te gustaría iniciar una relación de pareja?									Total
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Sexo	Masculino	16	13	44	13	4	7	1	0	2	100
	Femenino	40	13	4	11	25	5	0	2	0	100
Total		56	26	48	24	29	12	1	2	2	200

En estos datos se puede observar que las frecuencias de elección por sexo difieren un poco de las frecuencias de elección generales, por ejemplo la fotografía más elegida por las mujeres sigue siendo la número 1, pero la más elegida por los hombres es la número 3. No obstante, también se conserva un patrón general de elección, es decir, las fotografías principalmente elegidas siguen siendo las primeras, las más atractivas y las fotografías menos elegidas son las menos atractivas. En las mujeres se concentra la elección en la foto número 1, seguida de la 5 y en los hombres en la foto número 3 seguida de la 1. Las mujeres nunca eligieron la foto número 7, 9, 10, 11 y 12. Los hombres nunca eligieron la foto número 8, 10, 11 y 12.

Con este patrón de elección vemos que la mayoría de las personas eligen fotografías de personas atractivas, ya que seleccionan principalmente una fotografía de la primera mitad del continuo, sin embargo dentro de esta elección algunos participantes eligieron las fotografías más atractivas, otros, fotografías atractivas, otros más, fotografías medianamente atractivas, incluso unos pocos eligieron fotografías poco atractivas. Una vez dilucidado esto lo que me resta es intentar conocer si algunas de las variables utilizadas en este estudio se relacionan con la elección diferencial que realizaron los individuos. En este trabajo se encontraron algunos datos que posiblemente conducen a responder esta cuestión, los cuales se exponen más adelante.

**6.3.3 Relación de la Autoestima y el número de relaciones de pareja que se han tenido con la elección de la fotografía**

A partir de una correlación de Pearson entre la elección de la fotografía (¿Con cuál de estas personas te gustaría iniciar una relación de pareja?, tomada como una variable continua que va de 1=atractivo a 9=nada atractivo), los factores de Autoestima y la variable número de relaciones de pareja que han tenido los participantes, se encontró que las 3 variables correlacionan entre sí. Como se muestra en la tabla 21.

**Tabla 21 Correlación de la Autoestima, el número de relaciones de pareja que se han tenido y la elección de la fotografía**

	¿Con cuál de estas personas te gustaría iniciar una relación de pareja?	factor1 Autoestima positiva y competencia social	factor2 Autoestima negativa e incompetencia social	factor3 Autoestima negativa y alta valoración de otros
¿Con cuál de estas personas te gustaría iniciar una relación de pareja?	1	-.19(**)	.13	.10
Número de relaciones de pareja que han tenido	-.18(*)	.21(**)	-.22(**)	-.20(**)

\*\* Correlación significativa al .01

\* Correlación significativa al .05

La correlación entre el factor 1 de Autoestima y la elección de la fotografía, nos indica que mientras mayor es la autoestima de la persona, suele elegir como posibles parejas personas más atractivas. No se encontraron correlaciones entre los factores de 2 y 3 de autoestima y la elección de la fotografía. De la correlación entre la elección de la fotografía y el número de relaciones que han tenido los participantes, observamos que mientras más relaciones de pareja han tenido los participantes, eligen una persona físicamente más atractiva que los que han tenido pocas relaciones de pareja. El número de relaciones que han tenido los participantes también correlaciona de manera positiva con el factor 1 de Autoestima y correlaciona de manera negativa con los factores 2 y 3 de Autoestima lo cual significa que las personas que presentan una alta autoestima, han tenido más relaciones de pareja que las que presentan baja autoestima.

A partir de estos datos podemos concluir que mientras mayor sea la autoestima de la persona y ha tenido mayor número de relaciones de pareja, siente más atracción por las personas atractivas como posibles parejas. En sentido opuesto, mientras menor es la autoestima de la persona y ha tenido menor número de relaciones de pareja, suele sentirse más atraído y elegir personas menos atractivas como posibles parejas.

En base a los datos obtenidos de los 3 factores de autoestima, se creó una variable de autoestima global, (para ello se hizo un recode de los valores que medían autoestima negativa, con la intención de que todos fueran en la misma dirección, es decir que midieran autoestima positiva) así, se obtuvo una medida continua de autoestima global, a partir de la cual fue posible derivar una segunda variable de autoestima dicotómica, *Autoestima Global alta y baja*. También a partir de la variable continua número de relaciones que se han tenido, se derivó una variable dicotómica *Número de relaciones que se han tenido muchas y pocas*. El punto de corte en ambas variables se hizo en el valor de la mediana. Se corrió una t de student entre estas variables dicotómicas con el fin de verificar que las personas con mayor autoestima han tenido más relaciones de pareja y conocer el valor de las medias. Los resultados se muestran en la tabla 22.

**Tabla 22 Diferencia de medias en el Número de Relaciones que se han tenido por la Autoestima**

	AUTOESTIMA GLOBAL	N	Media	Desviación estándar	t	Sig. (2-colas)	Media diferencial
Número de relaciones de pareja que han tenido pocas/muchas	Baja	99	3.16	2.05886	-4.365	.000	-1.70967
	Alta	101	4.87	3.34264			

Se obtuvo una significancia de  $p=.000$ , por lo que asumimos que existen diferencias en el número de parejas que se han tenido y el nivel de la autoestima, corroborándose a partir de las medias que las personas con alta autoestima han tenido más relaciones de pareja.



### 6.3.4 Relación de los Estilos de Amor y el número de relaciones que se han tenido con la elección de la fotografía

Para conocer si existía relación entre los Estilos de Amor y la elección de la fotografía se corrió una correlación de Pearson entre estas variables. Se encontró una correlación negativa y significativa de  $-.155^*$  entre el factor Ludus de Estilos de Amor y la elección de la fotografía. Con lo que observamos que mientras más características lúdicas tengan los participantes, están más interesados en la elección de una pareja físicamente atractiva. Solo el factor Ludus correlacionó con la elección de la fotografía, los demás factores de la variable Estilos de Amor no lo hicieron. A partir de estos resultados me interesó conocer si los Estilos de Amor se relacionaban de manera diferente en la elección de la fotografía en hombres y mujeres ya que los resultados antes expuestos son generales. Para ello se realizaron correlaciones de Pearson para hombres y mujeres encontrando los siguientes resultados.

#### *Estilos de Amor en mujeres y relaciones que han tenido*

Se realizó una correlación de Pearson en la muestra de mujeres entre los factores de Estilos de Amor, la elección de la fotografía y la variable: relaciones que se han tenido. La última variable mencionada se anexó debido a que durante la realización de diversas correlaciones se observó que las 3 variables antes citadas correlacionan entre sí, como se expone a continuación y se observa en la tabla 23.

**Tabla 23 Relación entre los Estilos de Amor, la elección de la fotografía y relaciones que se han tenido en mujeres**

	¿Con cuál de estas personas te gustaría iniciar una relación de pareja?	Storge	Ágape	Eros	Ludus	Manía	Pragma
¿Con cuál de estas personas te gustaría iniciar una relación de pareja?	1	-.08	-.07	.03	-.30(**)	-.09	-.15
Número de relaciones de pareja que han tenido	-.20(*)	.15	-.01	.16	.20(*)	.06	.13

\*\*Correlación significativa al .01

\* Correlación significativa al .05

Se encontró una correlación entre el factor Ludus de Estilos de Amor y la elección de la fotografía. Lo que nos señala que mientras más características de estilo de amor lúdico presentan las mujeres, están más interesadas en iniciar una relación con un hombre físicamente atractivo. Los demás factores de la variable Estilos de Amor, storge, ágape, eros, manía y pragma no correlacionaron de manera significativa con la elección de la fotografía.

También se encontró una correlación entre la elección de la fotografía y el número de relaciones que se han tenido, lo que nos indica que mientras más relaciones han tenido las mujeres, suelen elegir como posible pareja a un hombre más atractivo. Por otra parte el factor Ludus de Estilos de Amor correlaciona de manera positiva con el número de relaciones que se han tenido, lo cual nos indica que las mujeres que han tenido más relaciones de pareja, suelen presentar más características lúdicas en su estilo de amor. Los demás factores de Estilos de Amor no correlacionaron con el número de relaciones que se han tenido.

En base a estos datos podemos decir que las mujeres que presentan un Estilo de Amor predominantemente lúdico, suelen tener más relaciones de pareja y elegir hombres más atractivos como posibles parejas.

#### *Estilos de Amor en hombres y relaciones que han tenido*

De la correlación de Pearson entre los factores de Estilos de Amor y la elección de la fotografía en la muestra de hombres se obtuvieron los siguientes resultados. Ver tabla 24.

**Tabla 24 Relación entre los Estilos de Amor, la elección de la fotografía y relaciones que se han tenido en hombres**

	¿Con cuál de estas personas te gustaría iniciar una relación de pareja?	Storge	Ágape	Eros	Ludus	Manía	Pragma
¿Con cuál de estas personas te gustaría iniciar una relación de pareja?	1	-.10	-.08	-.20(*)	.004	-.05	-.13
Número de relaciones de pareja que han tenido	-.17	.12	-.03	.02	.001	-.02	-.10

\*Correlación significativa al .05

Se encontró una correlación negativa entre el factor Eros de Estilos de Amor y la elección de la fotografía, lo que significa, que los hombres que poseen más características de amor Erótico, están más interesados en iniciar una relación con una mujer físicamente atractiva. Los demás factores de la variable Estilos de Amor, storge, ágape, ludus, manía y pragma correlacionaron de manera significativa con la elección de la fotografía.

## 6.4 Elección de pareja en base al estilo de amor del otro: relaciones y diferencias entre variables.

### 6.4.1 ¿Qué historias fueron elegidas con mayor frecuencia?

De manera general encontramos que existen estilos de amor con características que parecen ser más deseables en una pareja que otros. Se realizó un análisis  $X^2$  para determinar qué historias fueron elegidas con mayor frecuencia por los participantes. En base a esta distribución se obtuvo una  $X^2$  de 64.970,  $p=.000$  lo que indica diferencias significativas en el gusto por las historias. En la tabla 25 se muestran el porcentaje con que fueron elegidas cada una de las historias.

**Tabla 25 Diferencias en la elección de las historias entregadas**

		¿Te gustaría iniciar una relación de pareja con la persona que se describe en la historia?		Total
		No	Si	
historia que le toco	eros	73.5%	26.5%	100.0%
	storge	9.1%	90.9%	100.0%
	ludus	94.1%	5.9%	100.0%
	manía	52.9%	47.1%	100.0%
	pragma	24.2%	75.8%	100.0%
	ágape	53.1%	46.9%	100.0%
Total		51.5%	48.5%	100.0%

En la tabla observamos que las personas con las que a los participantes les gustaría iniciar una relación de pareja son aquellas con características del estilo de amor Storge elegidas un 90.9%, Pragma con 75.8 % y no les gustaría iniciar una relación de pareja con personas con características de Ludus no elegidas en un 94.1% ó Eros no elegidas en un 73.5%.

Los participantes mostraron una ligera tendencia a no estar interesados en los estilos Manía y Ágape al sin embargo la diferencia en frecuencia entre querer iniciar o no una relación de pareja con una persona de estilo Manía o Ágape fue de 2. Por tanto estos resultados pueden ser debidos al tamaño de la muestra y no a una preferencia marcada por alguno de los estilos.

También se corrió un crosstabs  $X^2$  de sexo por historia por historia que les tocó, para determinar si existían diferencias significativas por sexo en la preferencia de algún estilo de amor. No se encontraron valores significativos en el valor de la  $X^2$ ; por tanto se concluye que no existen diferencias significativas en cuanto a la preferencia por algún estilo de amor debido al sexo.

### 6.4.2 Autoestima y elección de la historia

Como se explico previamente, a partir de las puntuaciones del instrumento de autoestima se creó una nueva variable dicotómica que nos clasifica a la autoestima por participante como alta o baja. Se llevó a cabo un análisis crosstabs  $X^2$  para determinar si la autoestima influía en la decisión de aceptar iniciar una relación con las diferentes

personas descritas en las historias. Se encontraron valores significativos para la autoestima baja  $X^2=44.391$ ,  $p=.000$ . Y para autoestima alta  $X^2= 27.276$ ,  $p=.000$ . Los resultados se observan en la tabla 26.

**Tabla 26 Diferencias entre la Autoestima Global alta y baja, la historia que les toco y ¿Te gustaría iniciar una relación de pareja con la persona que se describe en la historia?**

AUTOESTIMA GLOBAL			¿Te gustaría iniciar una relación de pareja con la persona que se describe en la historia?		Total
			No	Si	No
Bajo	historia que le toco de las 6 historias de Lee	eros	75.0%	25.0%	100%
		storge	6.7%	93.3%	100%
		ludus	94.7%	5.3%	100%
		manía	41.2%	58.8%	100%
		pragma	5.9%	94.1%	100%
		ágape	40.0%	60.0%	100%
	Total		45.5%	54.5%	100%
Alto	historia que le toco de las 6 historias de Lee	eros	72.2%	27.8%	100%
		storge	11.1%	88.9%	100%
		ludus	93.3%	6.7%	100%
		manía	64.7%	35.3%	100%
		pragma	43.8%	56.3%	100%
		ágape	64.7%	35.3%	100%
	Total		57.4%	42.6%	100%

Los individuos con alta y baja autoestima mostraron preferencias por el estilo storge. También en general las personas de alta y baja autoestima no se interesaron en el estilo eros y ludus.

En las personas de baja autoestima se muestran interesadas en un estilo de amor pragmático, sin embargo en las de alta autoestima no se muestran diferencias tan marcadas en preferencia, a pesar de existir una tendencia a aceptarlo. Un dato relevante parece ser que los individuos con baja autoestima tienden a estar algo interesados en iniciar una relación con personas maniacas (pues 58.8% dijo sí a esta historia) y agápicas (el 60% dijo sí a esta historia) a diferencia de los participantes de alta autoestima que de manera contraria no están interesados en iniciar una relación con maniacos y agápicos. El 64.7% de las personas con alta autoestima dijo no a la historia maniaca y otro 64.7% dijo no a la historia agápica.

#### **6.4.3 Relaciones que se han tenido y elección de la historia**

Con la finalidad de conocer si existían diferencias en el gusto por iniciar una relación con las diferentes personas presentadas en las historias a partir del número de relaciones reportadas por los participantes; se realizó un análisis crosstabs  $X^2$  de historia (decisión de aceptar iniciar una relación con la persona descrita en la historia) por historia que les toco por la variable número de relaciones que se han tenido pocas y muchas. Se encontraron valores significativos para pocas relaciones reportadas

$X^2=34.754$ ,  $p=.000$  y para muchas relaciones reportadas  $X^2=34.153$ ,  $p=.000$ . Según lo observado en los porcentajes en la tabla 27, se aprecia que independientemente de si han tenido muchas o pocas relaciones de pareja a las personas no les gustaría iniciar una relación con una persona con características eróticas o lúdicas. Por el contrario sí están interesados en personas con características de storge y pragma.

También independientemente del número de relaciones reportadas no muestran diferencias marcadas en preferencia por el estilo ágape. Un dato relevante se observa en que las personas que han tenido muchas relaciones no están muy interesadas en una persona maniaca pues dicen no a esta historia en un 66.7%, sin embargo las personas que han tenido pocas relaciones están un poco más interesadas en iniciar una relación con un individuo maniaco pues dicen si a esta historia un 62.5% de las veces.

**Tabla 27 Diferencias entre la historia que le toco, ¿Te gustaría iniciar una relación de pareja con la persona que se describe en la historia? y relaciones que se han tenido**

Relaciones de pareja que han tenido			¿Te gustaría iniciar una relación de pareja con la persona que se describe en la historia?		Total
			No	Si	No
Pocas	historia que le toco de las 6 historias de Lee	Eros	73.9%	26.1%	100%
		Storge	15.8%	84.2%	100%
		Ludus	95.0%	5.0%	100%
		Manía	37.5%	62.5%	100%
		pragma	26.7%	73.3%	100%
		Ágape	58.8%	41.2%	100%
	Total		53.6%	46.4%	100%
Muchas	historia que le toco de las 6 historias de Lee	Eros	72.7%	27.3%	100%
		Storge	.0%	100.0%	100%
		Ludus	92.9%	7.1%	100%
		Manía	66.7%	33.3%	100%
		pragma	22.2%	77.8%	100%
		Ágape	46.7%	53.3%	100%
	Total		48.9%	51.1%	100%

#### 6.4.4 Autoestima y Relaciones que se han tenido en la elección de la historia

Después de observar las diferencias que existen en la elección de la historia en base a las relaciones que se han tenido y a la autoestima, se detectó que tanto las personas con pocas relaciones como las personas con baja autoestima muestran una tendencia a elegir la historia manía y de manera contraria las personas con alta autoestima y que han tenido más relaciones prefieren no elegir esta historia. Por tanto se decidió hacer un análisis crosstabs  $X^2$  de Autoestima por relaciones que se han tenido por historia que les tocó por historia para determinar si este efecto se daba de manera conjunta. Para la condición baja autoestima y pocas relaciones se encontró un valor  $X^2$  de 28.893;  $p=.000$ . Para baja autoestima y más relaciones se encontró un valor  $X^2$  de 15.390;  $p=.009$ . Para alta autoestima y pocas relaciones se encontró un valor  $X^2$  de 13.995;  $p=.016$ . Por último para alta autoestima y más relaciones se encontró un valor  $X^2$  de

20.515;  $p=.001$ . En base a esto podemos decir que existen diferencias en la elección según el nivel de autoestima y el número de parejas que se han tenido. Ver tabla 28.

De manera general se observó que independientemente de la autoestima y el número de relaciones se hayan tenido, las personas no eligen las historias de Eros o Ludus y si eligen las historias de Storge y Pragma.

Cabe señalar se corroboró a través de este análisis lo que se sospechaba ya que las personas que presentan *baja autoestima y han tenido pocas relaciones* muestran una tendencia a aceptar la historia Manía, un 63.6% dijo que si a esta historia y un 36.4% que no. Contrariamente las personas *con alta autoestima que han tenido más relaciones* muestran una tendencia a no interesarse en la historia Maniaca, un 75% dijo no a esta historia y un 25% si.

También se observó corroborando los datos obtenidos en las diferencias en la elección según la Autoestima, que las personas de *alta autoestima con pocas y muchas relaciones* mostraron una ligera tendencia a no interesarse en la historia Ágape. De modo contrario las personas con baja autoestima y muchas relaciones mostraron una tendencia a aceptar la historia ágape. Las personas con baja autoestima y pocas relaciones no mostraron preferencia alguna por la historia ágape pues 50% dijo si a esta historia y 50% dijo no.

**Tabla 28 Diferencias en la elección de la historia por la historia que les toco, relaciones que han tenido y Autoestima**

AUTOESTIMA GLOBAL	Relaciones de pareja que han tenido			¿Te gustaría iniciar una relación de pareja con la persona que se describe en la historia?		Total
				No	Si	
Baja	Pocas	historia que le toco de las 6 historias de Lee	eros	75.0%	25.0%	100%
			storge	12.5%	87.5%	100%
			ludus	93.8%	6.3%	100%
			manía	36.4%	63.6%	100%
			pragma	8.3%	91.7%	100%
			ágape	50.0%	50.0%	100%
		Total	50.8%	49.2%	100%	
	Muchas	historia que le toco de las 6 historias de Lee	eros	75.0%	25.0%	100%
			storge	.0%	100.0%	100%
			ludus	100.0%	.0%	100%
			manía	50.0%	50.0%	100%
			pragma	.0%	100.0%	100%
			ágape	33.3%	66.7%	100%
		Total	35.3%	64.7%	100%	

Alta	Pocas	historia que le toco de las 6 historias de Lee	eros	72.7%	27.3%	100%
			storge	18.2%	81.8%	100%
			ludus	100.0%	.0%	100%
			manía	40.0%	60.0%	100%
			pragma	100.0%	.0%	100%
			ágape	63.6%	36.4%	100%
		Total	57.8%	42.2%	100%	
	Muchas	historia que le toco de las 6 historias de Lee	eros	71.4%	28.6%	100%
			storge	.0%	100.0%	100%
			ludus	90.9%	9.1%	100%
			manía	75.0%	25.0%	100%
			pragma	30.8%	69.2%	100%
			ágape	66.7%	33.3%	100%
		Total	57.1%	42.9%	100%	

Concluyendo los análisis previamente resueltos, en los que se analizó de manera independiente y conjunta las variables Autoestima y relaciones que se han tenido, podemos decir a groso modo que en esta investigación se observó que las personas con baja autoestima que han tenido pocas relaciones están más dispuestas a entrar en una relación con una persona con características maniacas, a diferencia de las personas con alta autoestima que han tenido más relaciones, quienes no muestran preferencia por iniciar una relación con una pareja maniaca. También podemos puntualizar que las personas con alta Autoestima presentan una tendencia a no elegir la historia ágape, de modo contrario las personas con baja Autoestima muestran una tendencia a sí querer iniciar una relación con una persona ágape.

Cabe señalar que estos resultados son muy específicos para la población estudiada ya que al momento de establecer las condiciones por medio de los crosstabs en que se espera ver algún efecto significativo, el número de participantes por condición se ve reducido.

#### ***6.4.5 Estilos de amor y la elección de pareja (en base a la historia de amor)***

Se tuvo la inquietud de conocer si existía relación entre el estilo de amor de las personas y su decisión de iniciar una relación de pareja con la persona de la historia independientemente de cuál le fuera entregada. Para ello se llevó a cabo una correlación de Pearson, con el fin de determinar si existían correlaciones entre estas variables. Se observó una correlación entre la historia y el factor ágape de los estilos de amor, como se expone en la tabla. Lo que nos indica que el tener un estilo de amor ágape se relacionó con aceptar tener una relación de pareja con la persona que se les describía en la historia independientemente de la historia que les tocara. Ver tabla 29.

**Tabla 29**

***Relación entre los Estilos de Amor y ¿Te gustaría iniciar una relación de pareja con la persona que se describe en la historia?***

	¿Te gustaría iniciar una relación de pareja con la persona que se describe en la historia?
Storge	.04
Ágape	.20(**)
Eros	.03
Ludus	.10
Manía	.11
Pragma	.06

\* Correlación significativa al .01

\* Correlación significativa al .05

Adicionalmente se corrió un análisis  $X^2$  entre la variable historia (gusto por iniciar una relación de manera general) y el sexo. No se encontraron diferencias significativas en la decisión de iniciar una relación romántica debido al sexo.

*Estilo de Amor de Compromiso y Estilo de Amor Pasional*

Díaz Loving (2005) en los análisis que hace alrededor de los estilos de amor propuestos por Lee, engloba los 6 estilos en dos constructos más grandes en base a ciertas características que comparten algunos de los estilos entre sí. Este autor nos habla de estilos de amor de compromiso y estilos de amor pasionales. Los estilos de amor de compromiso están conformados por el estilo storge, ágape y pragma. Y en los estilos de amor pasionales se incluyen los estilos ludus, eros y manía. En base a esta clasificación en este estudio se crearon 2 nuevas variables continuas, estilos de amor pasionales y estilos de amor de compromiso que engloban los 6 estilos de la manera antes citada. Esto con el fin de tener una puntuación por participante en cada uno de estos 2 estilos, es decir en estilo de amor de compromiso y en estilo de amor pasional.

Para determinar si existía relación entre la historia (decisión de iniciar una relación de pareja romántica con la persona descrita en la historia) y el estilo pasional o de compromiso de los participantes se corrió una correlación de Pearson entre la historia (decisión de iniciar una relación con la persona descrita en la historia) y los estilos de amor pasionales y de compromiso. Las correlaciones significativas se muestran en la tabla 30.

**Tabla 30**

***Relación de ¿Te gustaría iniciar una relación con la persona de la historia? con Estilos de Amor de Compromiso y Estilos de Amor Pasionales***

	¿Te gustaría iniciar una relación de pareja con la persona que se describe en la historia?
Estilos de Amor de Compromiso	.15(*)
Estilos de Amor Pasionales	.11

\*\* Correlación significativa al .01

\* Correlación significativa al .05



En el estilo de amor pasional y la historia no se observaron valores significativos lo que nos indica que el tener un estilo de amor alto o bajo en pasión no incide sobre el gusto por iniciar una relación (historia). Por otra parte si se encontraron valores significativos entre el estilo de amor de compromiso y la historia con una correlación positiva, lo que nos indica que mientras mayor es el estilo de amor de compromiso, se tiene más interés en iniciar una relación independientemente de las características de personalidad del otro.

También se obtuvieron valores dicotómicos de las variables de estilos de amor de compromiso y pasionales, a fin de tener una puntuación alta o baja por participante en cada uno de estos estilos. Así se crearon las variables estilos de amor pasionales altos y bajos y estilos de amor de compromiso altos y bajos. Se realizó una t de student para determinar diferencias entre la historia y los estilos de amor pasionales y de compromiso altos y bajos. Ver tabla 31. No se encontraron diferencias significativas entre la historia (decisión de iniciar una relación romántica con la persona descrita en la historia) y los estilos de amor pasionales altos y bajos por lo que esto no se reporta. Sin embargo si se observan diferencias significativas al .007 en los estilos de amor de compromiso, lo que nos indica que las personas con estilos de amor de más compromiso están más interesados en iniciar una relación tal como se observa en la siguiente tabla. Estos resultados coinciden con los anteriores. Se considero importante reportarlos para conocer las medias de los participantes.

**Tabla 31**  
*Diferencias entre la historia y Estilos de Amor de Compromiso altos y bajos*

	Estilos de Amor de Compromiso	N	Media	Desviación estándar	t	Sig. (2-colas)	Media diferencial
¿Te gustaría iniciar una relación de pareja con la persona que se describe en la historia?	Bajos	59	1.34	.47743	-2.759	.007	-.20712
	Altos	141	1.54	.49965			

*¿Qué estilo de amor tengo, qué estilo de amor quiero?*

Como se mencionó con anterioridad los 6 estilos de amor con los que se ha estado trabajando en esta investigación fueron integrados en dos variables, Estilos de Amor Pasionales (EAP) y Estilos de Amor de Compromiso (EAC). Así que a partir de estos y con la finalidad de conocer si el estilo de amor predominantemente pasional o de compromiso de los participantes influía en la elección de la historia, se realizó un análisis crosstabs  $X^2$  entre las variables Estilos de Amor de Compromiso alto y bajo, Estilos de Amor Pasionales alto y bajo, la historia que les tocó y la historia (decisión de iniciar una relación con la persona descrita en la historia). Se hizo el análisis conjunto de los dos estilos y no de manera independiente, porque como se menciona en la literatura antes citada, la presencia de un tipo de estilo no es excluyente de los demás.

Por tanto los datos se analizaron en base a cuatro estilos de amor: EAC alto-EAP bajo, EAC alto-EAP alto, EAC bajo- EAP alto y EAC bajo-EAP alto.

Se encontraron valores significativos  $X^2=12.405$ ,  $p=.030$  entre el EAC bajo y el EAP bajo, la historia que les tocó y la historia (decisión de iniciar una relación con la persona descrita en la historia). Lo cual señala que existen diferencias en la elección de las historias según el EAC bajo y el EAP bajo. También se encontró un valor  $X^2=34.682$ ,  $p=.000$  entre el EAC alto, el EAP bajo, la historia que les tocó y la historia. Otro valor significativo  $X^2= 20.972$ ,  $p=.001$ , se dio entre el EAC alto, el EAP alto, la historia que les tocó y la historia. A partir de estos dos últimos valores  $X^2$  podemos decir que existen diferencias en la elección de la historia a partir del EAC alto y el EAP bajo de los participantes al igual que en el EAC alto con el EAP alto. No se encontraron valores significativos entre el EAC bajo, el EAP alto, la historia que les toco y la historia por lo que se concluye que en esta condición no hubo diferencias significativas en la elección según estos estilos. Un punto a señalar es que en las frecuencias se observa que el número de participantes que se ubicó en esta condición fue inferior al número de personas de las otras condiciones lo cual pudo haber influido en que estos datos no resultaran significativos.

La tabla 32 muestra los porcentajes con que fue elegida cada historia por los participantes según su estilo de amor. En ella podemos ver que independientemente del estilo de amor que tengan las personas, todas están más interesadas en iniciar una relación con las personas de las historias Storge, y no están muy interesadas en las personas de las historias Eros y Ludus. También independiente del estilo no muestran preferencia por querer iniciar o no una relación con la persona de la historia Manía. Sin embargo las historias en las que se nota cierta diferencia en la elección a partir del estilo de amor propio son las historias de Ágape y Pragma.

Las personas con un EAC bajo y un EAP bajo mostraron una ligera tendencia a no estar interesados en una persona con estilo de amor Pragma; además tuvieron poco interés en la historia Ágape. Por otro lado las personas con un EAC alto y un EAP bajo mostraron un marcado interés en la historia Pragma, del mismo modo no mostraron interés por la historia ágape. De las personas con un EAC alto y un EAP alto la mayoría si están interesados en la historia Pragma al igual que en la historia de Ágape.

**Tabla 32**

***Diferencias entre la historia que le toco, ¿Te gustaría iniciar una relación de pareja con la persona que se describe en la historia? , Estilos de Amor Pasionales Altos y Bajos y Estilos de Amor de Compromiso Altos y Bajos***

Estilos de Amor de Compromiso	Estilos de Amor Pasionales	Historia	¿Te gustaría iniciar una relación de pareja con la persona que se describe en la historia?		Total
			No	Si	
Bajo	Bajo	Eros	77.8%	22.2%	100%
		Storge	20.0%	80.0%	100%
		Ludus	100.0%	.0%	100%
		Manía	50.0%	50.0%	100%
		pragma	60.0%	40.0%	100%
		Ágape	85.7%	14.3%	100%
		Total	69.6%	30.4%	100%

	Alto	Eros	66.7%	33.3%	100%
		Storge	.0%	100.0%	100%
		Ludus	100.0%	.0%	100%
		Manía	75.0%	25.0%	100%
		Ágape	.0%	100.0%	100%
		Total	53.8%	46.2%	100%
Alto	Bajo	Eros	72.2%	27.8%	100%
		Storge	10.5%	89.5%	100%
		Ludus	92.9%	7.1%	100%
		Manía	50.0%	50.0%	100%
		pragma	8.3%	91.7%	100%
		Ágape	61.5%	38.5%	100%
		Total	49.0%	51.0%	100%
	Alto	Eros	75.0%	25.0%	100%
		Storge	.0%	100.0%	100%
		Ludus	88.9%	11.1%	100%
		Manía	50.0%	50.0%	100%
		pragma	9.1%	90.9%	100%
		Ágape	30.0	70.0%	100%
		Total	37.8%	62.2%	100%

De los datos antes presentados se puede concluir que en general las personas, independientemente del estilo de amor que tengan sienten una preferencia por elegir la historia de Storge, no elegir las historias de Eros y Ludus y no mostrar preferencias por querer o no la historia de Manía. Por otra parte las personas con un *EAC alto*, tengan un EAP alto o bajo, muestran una marcada preferencia por el estilo Pragma. Esto se observa en que las personas con un EAC alto-EAP alto eligieron esta historia el 90.9% y las personas con un EAC alto- EAP bajo un 91.7%; a diferencia de aquellos con un *EAC bajo* y EAP bajo que tienen una ligera tendencia a no elegir la historia de Pragma, 40% eligió la historia, 60% no. Con lo que se puede ver que en éste último caso las frecuencias en responder sí o no a la historia se distribuyen más.

En el caso del estilo pasional encontramos que las personas con un *EAP bajo*, tengan un EAC bajo o alto no eligen la historia de Ágape. Esto se observa en que las personas con un EAP bajo y un EAC bajo no eligen esta historia un 85.7% y sí lo hacen un 14.3% y las personas con un EAP bajo y un EAC alto no la eligen un 61.5% y si lo hacen un 38.5%; a diferencia de las personas con un *EAP alto* y EAC alto que sí la eligen en un 70.0%.

Con esto se concluye la revisión de los resultados encontrados, según los objetivos de este estudio y se pasa a la discusión de los mismos.

## Capítulo 7

### *DISCUSIÓN*

#### **7.1 Diferencias en las variables de Autoestima, Estilos de Amor y Número de relaciones que se han tenido en función del sexo**

##### *7.1.1 Diferencias en autoestima de hombres y mujeres*

No se encontraron diferencias en la autoestima reportada en hombres y mujeres. Por lo tanto se rechaza la Hipótesis 1 que nos dice que existirán diferencias en la autoestima de hombres y mujeres. Al parecer este constructo no está en relación al sexo.

##### *7.1.2 Diferencias en el estilo de amor de hombres y mujeres*

Se observaron diferencias en los estilos de amor de hombres y mujeres lo cual da sustento a la Hipótesis 2 de este trabajo, la cual propone que existirán diferencias en los estilos de amor de hombres y mujeres. Los resultados obtenidos indican que los hombres presentan más las características asociadas a los estilos storge, ágape, eros y pragma que las mujeres. Los estilos manía y ludus no parecen presentar diferencias significativas por sexo. Lo encontrado representa resultados un tanto opuestos a postulados existentes.

Cierta literatura apunta que existen diferencias por sexo en los estilos de amor donde los hombres comparados con las mujeres, conceden más importancia al amor pasional (eros) y al lúdico o de entretenimiento (ludus) (Hendrick y Hendrick, 1986 en Ubillos, et al. 2001) y adoptan más el estilo ágape (Hendrick y Hendrick 1986 en Cheung et al., 2002, Leon et al. 1995 en Cheung et al., 2002). Mientras las mujeres, comparadas con los hombres, se inclinan más por el amor amistoso (storge), el lógico (pragma) y el posesivo o manía (Sprecher et al., 1994 en Ubillos, et al. 2001; Hendrick et al. 1998 en Miller, et al. 2007). El mayor énfasis de los hombres en amor pasional y lúdico, así como el mayor acuerdo de las mujeres con el amor práctico, amistoso y maniaco se han interpretado desde el punto de vista de las funciones que estas formas de amor han tenido para cada sexo en la evolución de la especie. Los hombres al ser más permisivos e instrumentales en sus actitudes sexuales suelen puntuar más alto en el estilo lúdico, mientras que las mujeres siendo tradicionalmente más conservadoras y teniendo un papel histórico de dependencia emocional y económica, suelen puntuar más alto en los estilos pragmático, maniaco y storge (Hendrik y Hendrik, 1989 en Zarco, 2005).

Hong (1986 en Cheung, et al. 2002) por su parte no encontró diferencia alguna entre hombres y mujeres en lo que a la visión pragmática del amor se refiere. Del mismo modo que en estudio realizado en Reino Unido por Cheung, et al. (2002) estos autores encontraron que la diferencia en los estilos de amar entre hombres y mujeres fue mínima.

Los resultados encontrados en este estudio coinciden con la literatura en que los hombres presentan más que las mujeres un estilo ágape y eros. Lo cual puede deberse a que socialmente quizá, se ubican en un papel protector hacia la mujer, de cuidado hacia ella, como proveedores (ágape) y respecto al estilo eros estudios previos ya señalan que los hombres presentan más este estilo que las mujeres. Sin embargo contrario a los

anteriores postulados no se obtuvieron resultados significativos que nos indicaran que las mujeres presentan más algún estilo que los hombres pues fueron estos quienes resultaron más eróticos, agápicos (como ya se mencionó) y además resultaron más amistosos y pragmáticos. Estilos que se consideran más propios de las mujeres.

Esto puede deberse a que posiblemente la diferencia en los estilos presentados en hombres y mujeres ha sido producto de la socialización que ha tenido cada sexo en las diferentes culturas (Yela, 2000). Así probablemente las mujeres antes puntuaban más alto en los estilos pragma, storge y manía porque se encontraban en un mundo de dependencia con respecto al hombre en muchos aspectos como el económico y probablemente una de sus metas fundamentales era formar una familia y tener un rol de esposa y madre. Situaciones que van de acuerdo a los estilos pragma, storge y manía.

En la actualidad puede ser que las tendencias diferenciales en los estilos de amor de hombres y mujeres estén cambiando ya que la mujer está alcanzando mayor igualdad entre los géneros, con mayor inserción laboral y paridad salarial con los hombres, así podría existir menos diferencias entre los sexos en la importancia que le asignen las mujeres a los recursos económicos y los hombres al ser buena ama de casa como criterios para elegir a la pareja. Por tanto es posible que a mayor igualdad social entre hombres y mujeres, menos evalúen las mujeres como importantes el status económico de la pareja y más lo valoren ellos (Ubillos, et al. 2001).

La muestra estuvo constituida principalmente por estudiantes los cuales probablemente han tenido parejas que son también estudiantes debido al contacto en la escuela. Así es posible que los hombres de esta muestra hayan pensado en términos de una pareja con igualdad de inserción social y debido a esto hayan manifestado además de los estilos propios de su sexo (según la literatura eros y ágape) otros estilos que antes solo se consideraban en las mujeres (pragma y storge). Por otro lado es posible que no manifestaran el estilo Ludus más que las mujeres que en otros estudios han manifestado debido a la deseabilidad social, pues quedó claro que a estas personas no les agrada este estilo. También pudo ser que en efecto no presenten este estilo más que las mujeres dado que las normas sociales comienzan a ser más permisivas también con la mujer.

Es importante recordar que cada una de las distintas ideologías o estilos amorosos, sirve para justificar unas normas sociales vigentes y pueden cambiar a lo largo de distintas civilizaciones, culturas y sociedades (Lee, 1976b en Yela, 2000). Así es posible que los hombres presenten más estas ideologías amorosas que las mujeres en esta muestra, aunque también puede ser que las mujeres hayan contestado de una manera más conservadora (en el centro de la escala) a diferencia de los hombres y a esto se deba que no presenten más un estilo de amor que los hombres.

### ***7.1.3 Diferencias en el número de relaciones de pareja que han tenido hombres y mujeres***

No se encontraron diferencias en el número de relaciones reportadas en función del sexo, por lo que se rechaza la Hipótesis 3 que señala que existirán diferencias en el número de relaciones previas que han tenido los hombres y las mujeres. Desde el inicio de las relaciones amorosas ha existido una mayor permisividad en los hombres para tener mayor número de parejas que las mujeres, sin embargo en la actualidad a la mujer en la cultura occidental se le ha dado mayor libertad en este aspecto. Además al estar la

muestra constituida en su mayoría por estudiantes es posible que exista más igualdad en pensamientos, normas y costumbres en relación a la pareja entre hombres y mujeres.

## **7.2 Relación entre la Autoestima, los Estilos de Amor y el número de relaciones previas que han tenido los participantes.**

### ***7.2.1 Relación entre Autoestima y Estilos de Amor***

Se encontraron algunas relaciones entre los factores de autoestima y estilos de amor con lo que se aceptó la Hipótesis 4 que afirma que habrá relación entre la autoestima y los estilos de amor. En la muestra total, se encontró que las personas con estilo de amor ágape presentaron baja autoestima. Díaz-Loving y Sánchez (2002) encontraron una correlación entre ágape y la alta autoestima argumentando que la capacidad de percibir las necesidades del amado emana de los propios recursos vinculados a la autoestima. Contrario a esta postura es posible que las personas agápicas de esta muestra consideren al otro más importante que ellos porque se sienten inferiores a los demás y busquen cubrir las necesidades de la pareja, vivan, sufran por ella, busquen complacerla en todo, sacrificándose y siendo tolerantes en pro de que la pareja permanezca junto a ellos pues pueden sentir que no la merecen.

También se observó que los individuos con un estilo de amor lúdico presentaron baja autoestima. Congruente a estos resultados Díaz-Loving y Sánchez (2002) en el amor lúdico encontraron que en la medida que las personas presentan esta ideología revelan que necesitan de la evaluación de los otros que no los conozcan bien para enfrentar su baja estimación por sí mismas. Es posible que obtengan refuerzos a través de muchas parejas de que valen como personas y por ello busquen constantemente mantener su autoestima en base a las percepciones de los otros (sus parejas).

Sin embargo hay otras investigaciones que han estudiado la relación entre autoestima y estilos amorosos obteniendo correlaciones positivas con Ludus (Hendrick y Hendrick, 1986 en Yela, 2000) argumentando que los sujetos con alta autoestima pueden permitirse el lujo de tantear distintas relaciones con distintas parejas.

Del mismo modo el estilo maníaco se relacionó con una autoestima baja. Estos resultados coinciden con lo que postula (Lee, 1976a) al referir que las personas con un estilo de amor maniaco continuamente sufren por sentirse solos y por la falta de autoestima. También (Hendrick et al, 1988 en Yela, 2000; Mallanain y Davies, 1994 en Yela, 2000) han encontrado una correlación negativa entre autoestima y el estilo maníaco pues las personas con baja autoestima tratan de aferrarse a una relación a toda costa. Asimismo Braden (1995) reflexiona que una autoestima poco adecuada se puede revelar en un hambre insaciable de amor, lo cual es una característica de las personas maníacas.

Además de los resultados obtenidos de la muestra total, en los análisis realizados por sexo, se encontró que los hombres amistosos correlacionaron con alta autoestima, acorde a esto Díaz-Loving y Sánchez (2002) encontraron en el amor amistoso personajes poseedores de una alta autoestima. Los estilos agápico y maniaco se relacionaron con bajos niveles de autoestima acorde a los resultados encontrados de manera general. Por otra parte en las mujeres solo se observó que aquellas con un estilo maniaco tienden a presentar baja autoestima.

### ***7.2.2 Relación entre la autoestima y el número de relaciones que se han tenido***

Encontramos que quienes presentan mayor autoestima reportan haber tenido más relaciones de pareja a diferencia de las personas con baja autoestima. Con esto se apoya la Hipótesis 5 que señala que habrá relación entre el número de relaciones previas de los participantes con la autoestima. En apoyo a esto varios marcos conceptuales nos dicen que la alta autoestima facilita el experimentar atracción romántica. Jones (1973 en Dion y Dion, 1975) menciona que los individuos con alta autoestima responden más favorablemente a una pareja romántica brindándole afecto a diferencia de quienes tienen baja autoestima. Adler y Fromm (1926 y 1939 en Berscheid y Hatfield, 1969) agregan que quienes se sienten inferiores deprecian a los otros. Autores como Fromm (1939 en Dion y Dion, 1975), Maslow (1970 en Dion y Dion, 1975) y Rogers (1959 en Dion y Dion, 1975) sostienen que los individuos que se aceptan y no son defensivos son más capaces de amar a otros y experimentar relaciones interpersonales satisfactorias.

Dion y Dion (1975; 1988 en Díaz-Loving y Sánchez Aragón, 2000) específicamente encontraron que los individuos altos en autoestima y bajos en defensividad reportaron más experiencias de amor romántico. Sugieren que esto sucede porque las personas con baja autoestima pueden ser menos exitosas en involucrarse afectivamente debido a la falta de habilidades sociales que les acerquen a las personas. En el caso de la defensividad se considera que las personas que son muy defensivas evitan las relaciones íntimas heterosexuales para proteger su autoimagen, vulnerable porque perciben amenazas a su autorrevelación.

Aunque en este estudio no se trabajó con la defensividad ni satisfacción estos datos nos dan un indicador de que las personas con alta autoestima son más receptivas al amor romántico, tienen más habilidades para relacionarse con los demás y suelen tener más experiencias amorosas. Tiene comunicaciones abiertas y apropiadas porque piensa que sus pensamientos tienen valor contrario a las personas con baja autoestima, quienes se apartan, aíslan y presentan conductas de evitación y pasividad. Tienen a estar a la defensiva pues tienen miedo de la hostilidad de los demás (Branden; 1995) y se hunden en la soledad y el aislamiento, volviéndose apáticos e indiferentes hacia su persona y hacia los demás (Chubb, Fertam y Ross, 1997 en Moyano, 2001; Rodríguez, Pelicer y Dominguez, 1988 en Moyano, 2001).

Braden (1995) señala que no hay un obstáculo mayor en una relación romántica que el miedo a no sentirse merecedor del amor y el pensar que estamos destinados a sufrir. Pero si disfruto de un sentimiento fundamental de eficacia y valía y me considero a mí mismo digno de ser querido, entonces tendré fundamento para apreciar y querer a los demás. Por el contrario una persona con baja autoestima intenta amar pero no tiene los cimientos de una seguridad interna, en su lugar está el temor interior de que sólo estoy destinado al dolor. Así concluimos que estos factores pueden facilitar a las personas con alta autoestima el involucrarse en una relación a diferencia de aquellos que tienen baja autoestima.

### ***7.2.3 Relación entre los estilos de amor y el número de relaciones que se han tenido***

Se encontró que las personas con estilo de amor amistoso suelen tener más relaciones de pareja. Esto parece lógico si pensamos que este fue el estilo que resultó más deseable. Además es posible que dado que estas personas se involucran lentamente en una

relación, prefiriendo la amistad y el afecto más que el amor y enfatizando la compatibilidad de actividades (Lee, 1976b), les sea factible iniciar mayor número de amistades y por tanto existirá mayor posibilidad de relaciones. Esto da apoyo a la Hipótesis 5 que también dice que habrá relación entre el número de relaciones previas de los participantes y los estilos de amor.

### **7.3 Elección de pareja en función al atractivo físico: relaciones y diferencias entre variables.**

#### **7.3.1 ¿Qué fotografías fueron elegidas con mayor frecuencia?**

De manera general los participantes eligieron las fotografías de las *personas más atractivas y las medianamente atractivas* como posibles parejas, con lo que podemos decir que se sintieron más atraídos hacia estos individuos. Existe amplia literatura que sustenta este resultado por ejemplo en términos evolutivos se dice que podemos preferir a alguien bien parecido por considerar que la belleza es un signo de que alguien tiene buena salud y se hará un mejor emparejamiento con ella (Miller, et al. 2007). Por su parte Lott y Lott (1972 en Rivera, 1992) indican que una persona atractiva evoca una amplia variedad de conductas abiertas y cubiertas clasificables como atracción y una persona no atractiva evoca conductas de evitación.

Yela (2000) señala que el atractivo físico en muchas ocasiones genera atracción física, un tipo de atracción, basada fundamentalmente en el atractivo físico y en el deseo sexual, que suele ser corriente durante el enamoramiento y en las primeras fases del proceso amoroso. Keller y Young, (1996 en Coon, 2001) están de acuerdo con esto último y nos dicen que la influencia de la belleza es mayor en el primer contacto. Lo cual es refrendado en esta investigación que está basada en una primera impresión. De hecho el atractivo físico puede ser el elemento de mayor importancia para generar el afecto inicial durante las citas entre universitarios, aunque su influencia disminuye finalmente cuando las personas se conocen mejor (Agnew y Thompson, 1994 en Feldman, 2001; Hatfield y Sprecher, 1986 en Feldman, 2001; Keller y Young, 1996 en Feldman, 2001; Kowner y Ogawa, 1995 en Feldman, 2001; Zuckerman, Miyake y Elkin, 1995 en Feldman, 2001).

La atracción interpersonal también se puede originar porque la persona posee características socialmente deseables para la persona que se siente atraída y el atractivo físico se considera una característica socialmente deseable (Yela, 2000). Hoy en día tanto hombres como mujeres han incrementado el valor que le dan a características como el atractivo físico en la pareja (Bush, Schackelford, Kiirkpatrick y Larsen; 2001 en Garcia y Reyes, 2008)

También es posible que se sienta atracción hacia las personas atractivas porque se cree que poseen otras características positivas. En general las personas tienden a creer que las personas bien parecidas son más amables y mejores personas que las que no son atractivas (Etcoff, 1999 en Miller, et al. 2007). A las personas bellas se les considera consistentemente más atractivas que a las de apariencia promedio. Esto se debe en parte al *efecto de halo*, una tendencia a generalizar una impresión favorable a características personales que no están relacionadas; por ello suponemos que las personas atractivas también son agradables, inteligentes, afectuosas, graciosas, sanas mentalmente y hábiles socialmente (Feingold, 1992 en Coon, 2001).



Debido a que en nuestras interacciones diarias con otras personas el aspecto físico es lo primero en lo que nos fijamos por lo general actuamos usando el *estereotipo del atractivo físico* que al igual que el efecto del halo, nos hace suponer que las personas guapas poseen otras características positivas (Hamilton, 1981 en Kimble et al., 2002) ya que pensamos que **“lo que es bello es bueno”** y asumimos que la gente atractiva posee rasgos deseables que complementan su apariencia deseable (Miller, et al. 2007). Muchos creen que los individuos atractivos poseen ciertos rasgos positivos de personalidad, competencia conyugal y ocupacional (Dion, et al, 1972 en Kimble, et al. 2002).

Igualmente es posible que se prefiera a las personas atractivas porque ellas nos recompensan directamente de manera positiva pues cuando una persona es bella, nosotros sentimos placer por esa característica recompensante. Mientras más de estas recompensas nos da una persona, más nos sentiremos atraídos hacia ella (Miller, et al. 2007). Esto pudo causar atracción hacia la persona atractiva en el presente estudio

Por otra parte no siempre la persona físicamente más atractiva fue la más deseable, también las medianamente atractivas resultaron seleccionadas lo cual puede deberse a que en algunas ocasiones las personas realizaron su elección en base a una meta ideal, eligiendo a las personas más atractivas, basándose en la deseabilidad de la meta. Sin embargo otras personas pudieron realizar una elección más realista, es decir tomando en cuenta la deseabilidad de la meta (en este caso la deseabilidad del atractivo físico del otro) y la posibilidad percibida de alcanzar esa meta (Lewin, Dembo, Festinger y Sears, 1944 en Berscheid y Hatfield, 1969) lo cual pudo haberles parecido negativamente correlacionado.

Así los individuos más atractivos pueden parecer deseables pero inalcanzables y por tanto pueden perder valor. Estos individuos pudieron haber realizado una elección “realista” que puede ser menos socialmente deseable que la elección de un ideal, es decir la persona medianamente atractiva fue la que les atrajo más (Walster et al, 1966 en Berscheid y Hatfield, 1969). Shanteau y Nagy (1979) descubrieron en un estudio donde mostraban fotografías, que las mujeres en general estimaban que había menos probabilidad de que los hombres más atractivos aceptaran una invitación y casi todas escogían a los moderadamente atractivos. Pudieron escoger a alguien medianamente atractivo porque percibieron mayor probabilidad de aceptación de esta persona que de una muy atractiva (Kimble, et al. 2002).

Asimismo las presiones sociales hacia el atractivo físico (Gil Calvo, 1991 en Yela, 2000; Tseñlon, 1992 en Yela, 2000; Lin, 1998 en Yela, 2000) provenientes de diversas fuentes, entre las que se encuentra la familia, el grupo de pares, las redes laborales, las redes sociales informales, los medios de comunicación, etc. (Yela, 2000) pudieron haber afectado la elección. El proceso de socialización es muy importante ya que a través de él aprendemos qué características son deseables en el otro para enamorarnos de él (sexo, edad, clase social, estado civil, atractivo físico, actitudes y opiniones en general), (Yela, 2000). En este caso es posible que los participantes sintieran que la sociedad nos dirige hacia la elección de una pareja atractiva.

También confiere prestigio y reconocimiento social (Lee, 1973 en Yela, 2000) presentarnos en sociedad, ya sea en el trabajo, con los amigos o con la familia con una

pareja que cause admiración y respeto entre los demás por motivos físicos. A. de Miguel (1992 en Yela, 2000) constata en una muestra representativa de la población española que los hombres buscan en el atractivo físico de su pareja aumentar su prestigio social. Así que es probable que esto también haya motivado la elección de los participantes.

Un estudio que apoya la deseabilidad de las personas atractivas es el de Walster (Hatfield), Aronson, Abrahams y Rottmann (1966 en Berscheid y Hatfield, 1969) en el que no encuentran evidencia de que los individuos tomen su propio atractivo en cuenta para decidir si se aproximan o no a alguien pues observaron que todos sus participantes se sintieron más atraídos e interesados hacia la pareja más atractiva sin importar su propio atractivo.

### ***7.3.2 Relación de la Autoestima y el número de relaciones de pareja que se han tenido con la elección de la fotografía***

También se observó que las personas con alta autoestima y que han tenido más relaciones de pareja prefieren elegir una persona más atractiva de las fotografías que una menos atractiva. Estos resultados apoyan la Hipótesis 6 que sostiene que existirá una relación entre la autoestima y la elección de pareja y la Hipótesis 7 la cual postula una relación entre el número de relaciones previas de los participantes y la elección de pareja.

Es posible que las personas que han tenido más relaciones de pareja se sientan atraídas hacia la fotografía de las personas más atractivas porque tienen una historia de eficacia en las relaciones amorosas pues han tenido más éxito al involucrarse en una relación, además posiblemente tengan más experiencia en aproximarse y llevar una relación por tanto sientan más seguridad en sí mismos de poder alcanzar la meta más deseable.

Los individuos con baja autoestima posiblemente se sintieron menos atraídos hacia las fotografías de las personas más atractivas a diferencia de las personas con alta autoestima, debido a que el nivel propio de atractivo social percibido puede afectar nuestro nivel romántico de aspiración (Walster et al. 1966 en Berscheid y Hatfield, 1969). Así probablemente las personas con baja autoestima se consideren poco deseables para los otros y por tanto consideraron que con una persona muy atractiva tienen poca probabilidad de aceptación.

Cuando consideramos las posibilidades de parejas, valoramos nuestro interés en los otros y la posibilidad de que nos podamos acercar e intentar comenzar una relación usando una fórmula como esta (Shanteau y Nagy, 1979 en Miller, et al. 2007):

$$\text{Deseabilidad} = \text{Atractivo físico} \times \text{Probabilidad de Aceptación}$$

Esta fórmula nos sugiera que el atractivo físico es multiplicado por nuestro juicio de la probabilidad de que también le gustemos a la otra persona y el resultado sirve para determinar el atractivo global de la persona en cuestión. Por tanto si los participantes de este estudio con menor autoestima, pensaron de esta manera, en consecuencia encontraron que la pareja potencial *más atractiva* era aquella que es moderadamente atractiva porque parece ofrecer oportunidades de que los aceptará (por ejemplo porque

él o ella no es atractivo) (Huston, 1973 en Miller, et al. 2007). Recordemos que en general las fotografías de las personas poco atractivas no fueron escogidas.

También podemos decir que posiblemente a las personas con baja autoestima pueda parecerles, que el atractivo de una pareja y su disponibilidad están negativamente correlacionadas pues al elegir una potencial pareja romántica deseable, habrá más competencia por el o por ella y es menos probable que se alcance (Walster et al. 1966 en Berscheid y Hatfield, 1969). Lewin, Dembo, Festinger y Sears, (1944 en Berscheid y Hatfield, 1969) al igual que Walster et al (1966 en Berscheid y Hatfield, 1969) plantean que las *metas ideales* de uno están basadas generalmente sobre la deseabilidad de la meta pero un *nivel realista de aspiración* depende de la deseabilidad objetiva de la meta y de la posibilidad percibida de alcanzarla. Uno toma en cuenta las propias habilidades cuando se pone una meta. Y desde que el atractivo de una meta y la probabilidad de alcanzarla se correlacionan negativamente, la meta que el individuo espera alcanzar es menos atractiva.

Walster et al (1966 en Berscheid y Hatfield, 1969) mencionan que los individuos que son socialmente deseables (por atractivo físico, personal, poseen fama o cosas materiales) querrán que una pareja romántica posea más deseabilidad social que los individuos que tienen menos deseabilidad social. Walster (1965 en Berscheid y Hatfield, 1969) también propone que una persona debería sentir más afecto por alguien cuando su propia autoestima ha sido recientemente disminuida que cuando ha sido momentáneamente elevada. Da dos razones para esta predicción. Primero una persona con alta autoestima suele creer que tiene mucho que ofrecer a los otros y por tanto merece un amigo más atractivo y agradable a diferencia de lo que cree una persona con menor autoestima que se considera con menos que ofrecer a los demás.

En base a esto podemos decir que es posible que las personas con alta autoestima al percibirse como socialmente deseables, querrán que una pareja romántica posea más deseabilidad social en este caso mayor atractivo físico, a diferencia de los individuos con baja autoestima que se perciben con menos deseabilidad social. Así un individuo con baja autoestima que considera tener poca deseabilidad social puede creer que es tonto intentar aproximarse con alguien extremadamente deseable y preferir realizar una elección realista que podría ser menos socialmente deseable que la elección de un ideal. Es decir prefieren seleccionar a una persona menos atractiva (Walster et al. 1966 en Berscheid y Hatfield, 1969). Walster (1969) encontró en un experimento que las mujeres a las que se les había elevado temporalmente la autoestima fueron más receptivas al afecto de los confederados que las mujeres cuyas autoestimas habían sido temporalmente disminuidas. Estos resultados parecen apoyar los resultados de este trabajo.

Sin embargo en otro estudio posterior Walster (1970) encuentra que las personas con alta y baja autoestima, no difieren en la preferencia por una cita, todos prefieren la persona más socialmente deseable (en atractivo físico y conociendo una autobiografía del otro).

El siguiente estudio de Kiesler y Baral (1970) da sustento a la suposición de que las personas con alta autoestima se sienten más atraídas hacia las personas atractivas y las personas con menos autoestima se sienten atraídas hacia personas menos atractivas apoyando la tendencia encontrada en el presente trabajo. Estos autores encontraron en un experimento que hicieron en el que elevaban o disminuían la autoestima de los

hombres, que a los hombres a los que se les elevó la autoestima realizaron más conductas románticas con las mujeres atractivas que con las que no eran atractivas. Y que los hombres a los que se les disminuyó la autoestima tuvieron más actitudes románticas con las chicas que parecían no atractivas que con las atractivas.

Es importante señalar que la correlación que se encontró entre la autoestima, el número de relaciones que han tenido los participantes y la elección de la foto no es muy alta, esto puede deberse a que dada la naturaleza de la condición experimental los participantes pudieron haber basado su elección en la deseabilidad de la meta, es decir en la elección de una pareja ideal, más que en la de una pareja real (por ejemplo no existía una probabilidad de aceptación), por tanto se vio un efecto, pero no muy grande. Hace falta realizar más investigación respecto a estos constructos con condiciones experimentales más reales que posiblemente arrojen resultados mucho más significativos.

### ***7.3.3 Relación de los estilos de amor y el número de relaciones que se han tenido con la elección de la fotografía***

Los Estilos de Amor tuvieron un impacto diferencial en la elección según el sexo ya que los hombres mientras más *Eróticos* fueron en su estilo de amor prefirieron elegir una persona más atractiva. Por su parte las mujeres mientras más presentaron un estilo *Lúdico* y han tenido más relaciones de pareja prefirieron elegir un hombre más atractivo. El tener cualquier otro de los estilos probablemente no es un determinante tan fuerte de que nos fijaremos o nos será importante el atractivo físico del otro. Estos resultados apoyan la Hipótesis 8 de este estudio que propone que se relacionarán los estilos de amor y la elección de pareja. También encontramos sustento a la Hipótesis 7 que señala una relación entre el número de relaciones previas y la elección de pareja, pues esto ocurre en las mujeres.

Desde una visión sociobiológica, Symons (1979 en Hatfiel y Rapson, 1996) ha observado que los hombres valoran primordialmente las características de juventud y atractivo físico (incluyendo una apariencia saludable con cintura angosta) por ser éstas indicadores de fertilidad o madurez sexual en las mujeres; (Byrne, 1971 en Yela, 2000; Buss, 1988, 1989 en Yela, 2000; Buss y Barnes, 1986 en Yela, 2000; Buss y Schmitt, 1993 en Yela, 2000; Feingold, 1990 en Yela, 2000; Sternberg y Grajek, 1984 en Yela, 2000; Stroebe et al, 1971 en Yela, 2000; Wilson y Nias, 1976 en Yela, 2000), así como al erotismo (Wilson y Nias, 1976 en Yela, 2000). En este sentido, la investigación transcultural de Buss et al. (1990 en Ubillos, et al. 1997) confirmó en 37 países distintos que los atributos evaluados positivamente por los hombres para elegir una pareja femenina son la salud, la belleza y la juventud y elegirán a aquellas que tengan mayores signos de capacidad reproductiva.

En base a los datos antes expuestos parece lógico pensar que a los hombres y en particular aquellos que presentan un estilo erótico de amor les impacte mayormente el atractivo físico de la pareja pues a las personas Eróticas les atrae fuertemente la apariencia física del otro y valoran primordialmente la belleza en la pareja (Lee, 1976a; Ojeda, 1998) por tanto buscan parejas que sean atractivas y se asemejen a su ideal. Así observamos que según los postulados anteriores tanto los hombres como las personas con un estilo erótico valoran altamente el atractivo físico de sus parejas.

Consecuentemente en este estudio los hombres con un estilo erótico se inclinaron por elegir una fotografía atractiva.

Por otra parte en la actualidad la importancia del atractivo físico está ganando fuerza en la sociedad pues debido a que hoy en día la elección de pareja en la cultura occidental se presenta de una manera relativamente libre al momento de la elección tanto hombres como mujeres han incrementado el valor que le dan al atractivo físico (Bush; Schackelford; Kiirkpatrick y Larsen; 2001 en Garcia y Reyes, 2008; Coon, 2001), pues el criterio de elección suele ser la atracción interpersonal (Lee y Stone, 1980 en Yela, 2000). En contrapeso a tradiciones culturales tales como la castidad en la pareja, su estatus socioeconómico o sus habilidades domésticas, alianzas familiares o acuerdos económicos (Bush, Schackelford, Kiirkpatrick y Larsen, 2001 en Garcia y Reyes; 2008; Coon, 2001; Lee y Stone; 1980 en Yela, 2000).

En México, Rivera Aragón, Díaz-Loving y Flores Galaz (1986 en Díaz-Loving y Sánchez, 2000). Encontraron que las mujeres solteras incluyen en la lista de las características de la pareja ideal descriptores referidos al físico como ser altos, guapos y delgados. Como se ha venido repitiendo el atractivo físico de la pareja parece ser más importante para el hombre, solo hay que observar que la mayoría de los cosméticos están hechos para la mujer (Kalb, 1999 en Miller, et al. 2007) que sabe que el hombre la está juzgando por como se ve. Sin embargo la mujer también se siente atraída por un hombre guapo y como sabemos el atractivo físico puede ser la influencia más importante en la atracción temprana de ambos sexos (Miller, et al. 2007).

En base a esto podemos decir que en la actualidad posiblemente la mujer también desea una pareja atractiva. Pues en un principio la mujer buscaba un buen proveedor y el hombre una buena ama de casa con capacidades reproductivas (Byrne, 1971 en Yela, 2000; Buss, 1988, 1989 en Yela, 2000; Buss y Barnes, 1986 en Yela, 2000; Buss y Schmitt, 1993 en Yela, 2000; Feingold, 1990 en Yela, 2000; Sternberg y Grajek, 1984 en Yela, 2000; Stroebe et al, 1971 en Yela, 2000; Wilson y Nias, 1976 en Yela, 2000), sin embargo a partir de que la mujer ya no depende económicamente del hombre tanto hombres como mujeres empiezan a valorar en el otro atributos que antes solo se consideraban deseables en un sexo.

Así podemos decir que posiblemente las mujeres hoy en día le den más importancia en general al atractivo físico de sus parejas y en particular esto puede afectar más a las mujeres con un estilo Lúdico ya que al ser las mujeres quienes realizan una inversión parental mucho mayor que la de los hombres, por ser ellas las que aportan más tiempo y energía en gestar, alimentar, proteger y educar a sus hijos (Hatfield y Rapson, 1996), tienden a ser más selectivas al elegir a una pareja tanto sexual como romántica a corto o largo plazo, ya que una elección pobre o inadecuada puede acarrearles un gran número de cosas (Kenrick y Trost, 2000).

Consecuentemente las mujeres Lúdicas que ven el amor como un juego y les gusta cultivar muchas experiencias amorosas conociendo hombres de todo tipo (Lee, 1976a; Ojeda; 1998), probablemente por su estatus de mujer seleccionen de manera más cuidadosa con quienes se involucran, con quien van a jugar este juego y dado que no suelen involucrarse mucho en una relación, un indicador palpable y rápido de observar de la deseabilidad del otro (o la conveniencia de relacionarse con él) es la apariencia, por tanto muestran una tendencia a preferir a los hombres atractivos. Y ya que no

pretenden establecer una relación seria con sus parejas, esto es un buen indicador de que hicieron una buena elección para una relación “libre”. Además al haber tenido mayor número de relaciones es probable que esto refuerce su idea de que no hay hombre que se les resista (Ojeda; 1998) y sientan preferencia por elegir la meta más deseable.

## **7.4 Elección de pareja en base al estilo de amor del otro: relaciones y diferencias entre variables.**

### ***7.4.1 ¿Qué historias fueron elegidas con mayor frecuencia?***

De manera general las personas de este estudio eligieron las historias que trataban a cerca de individuos con un estilo de amor Storge y Pragma y no estuvieron interesados en las historias que describían a personas con un estilo de amor Ludus y Eros. En cuanto los estilos Ágape y Manía no se encontraron preferencias marcadas en la elección.

Estos resultados pudieron deberse a que la posesión de características social o personalmente deseables produce atracción (Aron et al., 1989 en Yela, 2000; Centers, 1975 en Yela, 2000; Costa y Serrar, 1982 en Yela, 2000; Huston y Levinger, 1978 en Yela, 2000). Ya sea debida al atractivo físico, habilidades sociales, inteligencia, simpatía, amabilidad, sentido del humor, generosidad, etc. del otro (Yela; 2000). En base a esto se puede argumentar que para la muestra estudiada resultaron estilos de amor deseables en una pareja el estilo Storge y el Pragma. Y resultaron estilos poco deseables los estilos Ludus y Eros. Por tanto se sintió más atracción hacia los primeros que hacia los segundos.

La perspectiva Socio-biológica y evolucionista hace una diferencia en la preferencia de estilos de amor por sexo y nos dice que los hombres tenderán en general a valorar más el amor lúdico, coherentemente con su menor inversión parental y su orientación positiva hacia el sexo casual y la obtención del máximo de parejas posibles. Las mujeres, dado la mayor inversión parental y el esfuerzo necesario para sacar adelante unos pocos descendientes, tenderán a valorar más el amor pragmático y amistoso (Buss, 1990 en Ubillos, et al. 2001). En esta investigación no se observaron diferencias por sexo en la preferencia de algún estilo, esto puede deberse en parte al tamaño de la muestra.

Adicionalmente en las sociedades colectivistas se valoran más los aspectos pragmáticos y amistosos del amor y las relaciones íntimas se organizan a través de la intervención de la familia extendida. Mientras que en las culturas más individualistas, en las que las relaciones íntimas se establecen cara a cara y más o menos simétricamente, se valoran más el componente pasional romántico del amor (Dion y Dion, 1988 en Ubillos, et al. 2001). La muestra estudiada en esta investigación pertenece a una cultura colectivista y es probable que éste haya sido el factor más importante que influyó sobre la preferencia de los participantes por los estilos pragma y storge ya que estos estilos están más en relación con la compatibilidad y el afecto que puede tener un interés en formar un matrimonio duradero, lo cual parece ir de acuerdo al colectivo.

Por otra parte su poco interés en los estilos eros y ludus puede deberse a que consideran que Ludus presenta una promiscuidad irresponsable que puede mermar la familia (Lee; 1976a) y Eros el cual tiene un fuerte elemento pasional puede ser más

aceptado en las sociedades individualistas, probablemente la muestra estudiada lo consideró un estilo muy superficial que no valora otros elementos que pueden ser importantes en una relación. Probablemente creyeron que espera demasiado de una pareja (en términos físico) o tiene expectativas irreales; además de que pudieron verlo como un estilo de amor muy relacionado al sexo y considerar que otros aspectos como el llevarse bien con la pareja o tener cosas en común son más importantes.

#### ***7.4.2 Autoestima y número de relaciones que se han tenido en la elección de la historia***

En relación a la autoestima y el número de relaciones que han tenido los participantes se observó de manera general que independientemente de la autoestima y el número de relaciones se hayan tenido, las personas no eligen las historias de Eros o Ludus y si prefieren elegir las historias de Storge y Pragma. Sin embargo un dato a notar es que las personas con baja autoestima y que han tenido pocas relaciones de pareja muestran una ligera preferencia a aceptar el estilo Manía a diferencia de las personas con alta autoestima que han tenido más relaciones de pareja quienes muestran una ligera tendencia a no estar interesados en el estilo Manía. Estos resultados dan sustento a la Hipótesis 6 que indica que existirá relación entre la autoestima y la elección de pareja y la Hipótesis 7 que afirma una relación entre el número de parejas que se han tenido y la elección de pareja.

Estas ligeras preferencias pueden deberse a que las personas con baja autoestima, como se expuso previamente son menos receptivas al amor de los demás (Fromm, 1939 en Dion y Dion; 1975; Maslow, 1970 en Dion y Dion; 1975; Rogers, 1959 en Dion y Dion; 1975), consecuentemente pueden haber tenido pocas experiencias amorosas, lo que quizá los conduzca a mostrar mayor aceptación por alguien que se interese en ellos, se preocupe por lo que hacen y les demande poner interés en la relación. Contrariamente a las personas con alta autoestima que posiblemente hayan tenido más parejas, por tanto una persona maniaca puede parecerles menos deseable pues es probable que en base a experiencias previas no les agrade que la pareja los cele y trate de controlar lo que hacen.

En cuanto a ***la Autoestima*** se observó que las personas con baja autoestima mostraron una ligera tendencia a estar más interesadas en la historia Ágape a diferencia de las personas con alta autoestima que mostraron una tendencia contraria pues no estuvieron tan interesados en la historia Ágape. Esta ligera inclinación de las personas con baja autoestima a interesarse por el estilo Ágape pudo ser debido a que los individuos con baja autoestima sienten inseguridad a cerca de sí mismos (Stone; 1989), y al ser sensibles a los juicios negativos de los demás dado que tienen excesiva necesidad de aprobación (Branden; 1995) sientan un poco de más atracción hacia el estilo de amor agápico pues en el encuentran a alguien que les brinda amor de manera incondicional, buscará cubrir sus necesidades y será capaz de tolerarlos en pro de su bienestar. Estos resultados referidos a ligeras tendencias en preferencia al momento de la elección según la autoestima brindan cierto sustento a la Hipótesis 1 de este estudio que sostiene que existirán diferencias en la elección de pareja dependiendo de la autoestima.

### *7.4.3 Estilos de amor y la elección de pareja (en base a la historia de amor)*

Se observó que mientras más características de un estilo de amor Agápico tuvieron las personas, estuvieron más interesados en iniciar una relación, es decir tendieron a decir sí a la historia, independientemente de la que les tocara. Al igual que las personas con un Estilo de Amor de Compromiso. Estos resultados apoyan la Hipótesis 8 que indica que se relacionarán los estilos de amor con la elección de pareja.

Estos resultados pueden deberse a que las personas con un estilo de amor Ágape al considerar la relación de pareja como una ocasión más para ayudar a alguien (Lee, 1976a), sienten más atracción por entrar en una relación pues ya que su amor es completamente altruístico y profundamente compasivo, siempre tratan de ayudar a un otro (su pareja) y de cubrir sus necesidades. Como se mencionó previamente el estilo de amor de compromiso está compuesto por los estilos Pragma, Storge y Ágape, estos 3 estilos conllevan un componente de compromiso cuando establecen una relación, así es posible que de manera general las personas que están más dispuestas a establecer un compromiso con otro tengan más disposición a iniciar una relación, debido a que en sus relaciones les interesa cultivar una amistad y para ello hay que tener aceptación de los otros, buscan cubrir las necesidades de una pareja ó les gusta tener una descripción del otro previa para analizar una posible relación.

En la elección de la historia por los participantes según su estilo de amor encontramos que independientemente del estilo de amor que tengan las personas, todas están más interesadas en iniciar una relación con las personas de la historia Storge y no están interesadas en las personas de las historias Eros y Ludus. También independiente del estilo no muestran preferencia por querer iniciar o no una relación con la persona de la historia Manía. Sin embargo las historias en las que se notan ligeras diferencias en la elección a partir del estilo de amor propio son las historias Ágape y Pragma.

Así las personas con un Estilo de Amor de Compromiso alto, independientemente de si presentan un Estilo de Amor Pasional alto o bajo, mostraron una marcada tendencia a preferir el estilo Pragma. A diferencia de las personas que presentaron un Estilo de Amor de Compromiso bajo y un Estilo de Amor Pasional bajo quienes mostraron una ligera tendencia a no estar interesados en este estilo, en este último caso se observa una mayor distribución de frecuencias.

Lee (1997 en García, 2001) explica a través de la regla de la proximidad las combinaciones entre los estilos de amor, planteando que generalmente entre más cerca se encuentren dos estilos de amor, es más probable que dos personas, cada uno con uno de esos estilos, armonicen y formen una pareja. También se dice que la similitud en personalidad atrae a las personas (Beier, Rossi y Garfield, 1961 en Berscheid y Hatfield, 1969; Broxton, 1963 en Berscheid y Hatfield, 1969). Basándonos en esta literatura es posible apostar que las personas con un estilo de amor de compromiso alto se sintieron un poco más atraídas hacia el estilo pragma a diferencia de las personas con un estilos de compromiso bajo, debido a que el estilo pragma forma parte de los componentes del estilo de amor de compromiso por tanto esta similitud entre estilos puede crear la atracción. También cabe observarse que los estilos Ágape, Storge y Pragma se encuentran contiguos en el círculo de Lee (1976a) por tanto es factible que estos estilos sientan entre sí más atracción ya que es más probable que armonicen.



Las personas con un Estilo de Amor Pasional bajo con Estilo de Amor de Compromiso alto y bajo mostraron una tendencia a no estar interesados en la historia Ágape. Mientras que las personas con un Estilo de Amor Pasional alto y Estilo de Amor de Compromiso alto tuvieron una tendencia a sí estar interesados en el estilo Ágape.

Lee (1997 en García, 2001) plantea que si dos personas tienen el mismo estilo pueden ser compatibles pero si sus definiciones de amor son demasiado similares, su relación eventualmente perderá el interés. Aunado a esto existe la postura que nos dice que las personas con características diferentes pero complementarias se atraerán entre sí Winch (1952 en Berscheid y Hatfield, 1969). Consecuentemente es posible creer que las personas con un estilo pasional bajo mostraron una ligera tendencia a no interesarse en el estilo Ágape debido a que este estilo implica poca pasión, consecuentemente es un estilo similar en términos pasionales al estilo de las personas que tienen poca pasión por tanto pudieron no inclinarse por él. En cambio las personas que resultan tener un estilo de mucha pasión pueden encontrar complementario a su estilo pasional el estilo Ágape que no implica mucha pasión. Así una persona que busque cubrir las necesidades del otro ante todo, sin pedir nada a cambio puede resultar atractiva para los estilos Eros, Ludus y Manía que conforman el estilo pasional.

Los resultados antes presentados sobre la preferencia por algún estilo de las personas con un estilo de amor de compromiso o pasional alto y bajo, pudieron ser más ricos si el tamaño de la muestra hubiera sido mayor en las historias entregadas. Debido a esto las preferencias de las personas con un estilo de compromiso bajo y un estilo pasional alto; y el de las personas con un estilo pasional alto y un estilo de compromiso bajo no resultaron significativos. A pesar de esto fue posible arrojar la presente información sobre algunas tendencias diferenciales que se presentaron en la elección a partir del estilo de amor propio.

De manera general podemos concluir que todas las hipótesis planteadas fueron aceptadas excepto la 1 y la 3 que señalaban una diferencia en la autoestima por sexo y diferencias en el número de relaciones previas que habían tenido hombres y mujeres respectivamente.

## Capítulo 8

### *CONCLUSIÓN*

En el presente trabajo se encontró que la autoestima, los estilos de amor y el número de relaciones que se han tenido se relacionan entre sí y con la elección de una pareja. Adicionalmente se validó la Escala de Valoración de la Autoestima de William R. Nugent y Janita W. Thomas (1993) anexo II. Los resultados nos muestran una perspectiva actual de la forma en la que se presentan las variables antes mencionadas en los jóvenes.

De manera general, se encontró que a la mayoría de las personas les atraen las personas que lucen bien, asimismo los estilos de amor deseables fueron Storge y Pragma y los no deseables Eros y Ludus. Sin embargo lo que resulta atractivo en el otro depende del momento histórico, geográfico y sociocultural en el que nos situemos, además de las características personales que posea cada individuo. Por tanto lo que nos atrae de alguien sufre cambios a lo largo del tiempo, del mismo modo que la autoestima y los estilos de amor. Consecuentemente es importante continuar estudiando estos constructos pues aunque exista amplia literatura en referencia a ellos, son variables que cambian a través de las épocas y los individuos. Por otra parte, la elección de pareja es de suma importancia debido a que si ésta culmina en una relación duradera tendrá importantes implicaciones en la vida futura. Su estudio puede mejorar las relaciones interpersonales y la satisfacción con las mismas.

Dentro de esta investigación también se revisó el tema del atractivo físico como determinante de la elección de pareja. El atractivo físico tiene una innegable influencia en todas las relaciones interpersonales a lo largo de toda la vida. Considero importante la realización de más investigación en referencia a esta temática, no solo en las relaciones de pareja sino en prácticamente todos los escenarios en los que las personas viven. Desde la solicitud de un empleo, la formación de amistades, pareja, etc. Y sobre todo debería reconocerse su importancia sin prejuicios, no debe dejarse como algo sin estudio científico por quizás parecer un tema superficial.

Si se reconoce su influencia en las relaciones personales se podrá minimizar su efecto o al menos estar conscientes de que en un primer contacto las personas atractivas tienen una ventaja, así una persona poco atractiva no atribuiría el dar una primera impresión no muy buena a aspectos inherentes a sí mismo como su personalidad, sabría que esto se debe al estereotipo del atractivo físico y tendría conocimiento de que al paso del tiempo este efecto disminuirá y entrarán en juego otros aspectos que resultarán también relevantes.

En la elección y formación de una pareja influyen muchos aspectos. No obstante, si pensamos que las personas más atractivas son las más deseables y nos basamos en la hipótesis del acoplamiento del aspecto físico, pensaríamos entonces que solo las personas atractivas conseguirán una pareja atractiva, sin embargo esto no es así. Sería interesante conocer si la autoestima puede estar fuertemente relacionada con el atractivo físico de la persona a la que nos aproximamos en un primer momento con intenciones románticas. Incluso me parece interesante explorar si la autoestima puede llegar a ser un determinante más fuerte que el atractivo físico propio, al momento de decidir un acercamiento hacia alguien.

También sería importante estudiar la posibilidad de que la autoestima y el número de relaciones de pareja que se tienen, estuvieran relacionados con el atractivo físico pues en la adquisición de la autoestima influyen muchos aspectos entre los cuales están las diferencias de experiencia atribuibles a nuestro aspecto. En muchas ocasiones llegan a recibir un trato diferente las personas según su apariencia, por tanto es posible que las personas atractivas en el transcurso de su vida hayan sido más reforzadas positivamente y tratadas de mejor manera por los otros que las personas menos atractivas. Aunque obviamente esto no es una constante.

Queda mucho por hacer en torno a la investigación de las relaciones de pareja, que como cualquier otro tema psicológico siempre está en continuo cambio, de la mano a su objeto de estudio.

## Referencias

- Alberoni, A. (1997) *Te amo*. España. Gedisa.
- Avelarde, B.P., Rivera, A.S. y Díaz-Loving, R. (1997) Expectativas ideales vs reales de la pareja. *Revista de Psicología Social y Personalidad*. 13 (1), 67-84.
- Berscheid, E. y Hatfield Walster, E. (1969) *Interpersonal Attraction*. USA. Addison-Wesley Publishing Company.
- Branden, N. (1994) *El poder de la autoestima. Cómo potenciar este importante recurso psicológico*. México. Paidós.
- Branden, N. (1995) *Los seis pilares de la autoestima*. México. Paidós.
- Bedolla, M.P., Bustos, R.O., Delgado, B.G., García, G.B. y Parada, A.L. (1993) *Estudios de género y feminismo II*. México. Fontamara.
- Casado, L. (1991) *La nueva pareja*. España. Kairós
- Cheung, M., Farmer, S., Grant, K., Newton, R., Payne, S., Perry, M., Saunders, J., Smith, C. y Stone, N. (2002) Diferencias entre los estilos de amar que tienen hombres y mujeres y sus reacciones de Estrés Postraumático tras la ruptura de su relación. *European Journal of Psychiatry*. 16 (4), 204-215.
- Coon, D. (2001) *Fundamentos de Psicología*. (8va. Ed). México. Thomson Editores.
- Díaz-Guerrero, R. (1994) *Psicología del Mexicano. Descubrimiento de la Etnopsicología*. (6ta. Ed). México. Trillas.
- Díaz-Loving, R. (1999a) Anatomía del amor. *Revista Conducta*. 7 (15), 11-15.
- Díaz-Loving, R. (1999b) *Antología psicosocial de la pareja*. México. Porrúa.
- Díaz-Loving, R. (2005) Conferencia Magistral *El papel de la pasión y la ternura en el amor y en la conducta sexual*. III Congreso Mexicano de Relaciones Personales, 28, 29 y 30 de septiembre de 2005, Acapulco Guerrero.
- Díaz-Loving, R. y Sánchez, R. (2002) *Psicología del Amor, una visión integral de la relación de pareja*. México. Facultad de Psicología. UNAM.
- Diccionario de la Real Academia Española* (2001) Vigésima segunda edición. Revisado el 2 de diciembre del 2088 en <http://www.rae.es/rae.html>
- Dion, K., Berscheid, E. y Walster, E. (1972) What is beautiful is good. *Journal of Personality and Social Psychology*. 24 (3), 285-290.
- Dion, K. y Dion, K. (1975) Self-esteem and romantic love. *Journal of Personality* 43 (1), 39-57.

- Espeland, P., Kaufman, G. y Raphael, L. (2005) *Cómo enseñar autoestima*. México. Pax.
- Farré, M. (2000) *El amor y los amores*. Barcelona. Océano
- Feldman, R. S. (2001) *Psicología con aplicaciones en países de habla hispana*. (4ta. Ed.) México. McGraw Hill.
- Fromm, A. (1975) *Amor: su desarrollo personal*. México. Pax.
- Fromm, E. (1992) *El arte de amar*. México. Editorial Paidós.
- García, G. (2001) *La construcción subjetiva del amor*. Tesis de licenciatura. Facultad de Psicología. UNAM.
- García, M. y Reyes, I. (2008) Construcción y validación de un instrumento de elección de pareja. *La Psicología Social en México. AMEPSO*. XII, 597-604.
- Hatfield, E. y Rapson, R. (1996) *Love and Sex: Cross-cultural perspectives*. E.U.A. Allyn y Bacon.
- Horrocks, J. (1987) *Psicología de la adolescencia*. México. Trillas.
- Kernis, M. (2006) *Self-Esteem. Issues and Answers*. New York. Psychology Press.
- Kiesler, S. B. y Baral, R. L. (1970) The search for a romantic partner: The effects of self-esteem and physical attractiveness on romantic behavior. In: Gergen, K. J. and Marlowe, D. (Eds) *Personality and Social Behavior*. Reading, Massachusetts Addison-Wesley Publishing Company.
- Kimble, C., Hirt, E., Díaz-Loving, R., Hosch, H., Lucker, G.W. y Zárate, M. (2002) *Psicología Social de las Américas*. México. Prentice Hall.
- Lara F. L. (Ed.) (s.f) *Diccionario del Español Usual en México*. El Colegio México. Revisado el 2 de diciembre del 2008 en <http://mezcal.colmex.mx/dem/>
- Lasswell, T. E. y Lasswell, M. E. (1976) I love you but I'm not in love with you. *Journal of Marriage and the Family*. 38, 211-224.
- Lee, J. A. (1976a) *The colors of love*. USA. Prentice Hall.
- Lee, J. A. (1977) A typology of styles of loving. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 3, 173-182.
- Lemaire, J. (1986) *La pareja humana: su vida, su muerte*. México. Fondo de Cultura Económica.
- Miller, R. S., Perlman, D. y Brehm, S. S. (2007) *Intimate Relationships*. New York. McGraw Hill Higher Education.

- Montt, S. y Ulloa, C. (1996) Autoestima y Salud Mental en los adolescentes. *Revista Salud Mental*. 3 (19), 30-35.
- Moyano, J. (2001) *Propuesta de un instrumento que evalúa la autoestima en la adolescencia*. Tesis de Licenciatura. Facultad de Estudios Superiores Iztacala. México. UNAM.
- Mruk, C. (1999) *Auto estima. Investigación teoría y práctica*. España. Descleé De Brouwer Biblioteca de Psicología.
- Nunnally, J. y Bernstein, I. (1995) *Teoría Psicométrica*. México. Mc Graw Hill.
- Oñate, M. P. (1989) *El autoconcepto, formación, medida e implicaciones en la personalidad*. Madrid. Narcea.
- Ojeda, A. (2003) *Consecuencias de los Estilos de Apego en la pareja: Prediciendo la Satisfacción Marital*. Tesis de Doctorado. Facultad de Psicología. UNAM.
- Ojeda, A. (1998) *La pareja: apego y amor*. Tesis de Maestría. Facultad de Psicología. UNAM.
- Papalia, D., Olds, S. y Feldman, R. (2005) *Desarrollo Humano*. México. McGraw Hill.
- Rage, E. (1996) *La pareja. Elección, problemática y desarrollo*. México. Plaza y Valdes Editores.
- Ramos, M. (2004) Valores y autoestima, conociéndose a sí mismo en un mundo de otros. *Revista Educación en Valores*. 1 (1), 17-31.
- Reyes, I., Castillo, T. y Anguas, A. (1996) La Satisfacción Marital en una Subcultura tradicional. *Psicología Contemporánea*. 3 (1), 40-47.
- Rivera, S. (1992) *Atracción interpersonal y su relación con satisfacción marital y la reacción ante la interacción de pareja*. Tesis de Maestría. México. Facultad de Psicología. UNAM.
- Rubín, Z. (1973) *Liking and loving*. Nueva York. Holt, Rinehart and Winston.
- Sánchez, A. (2000) *Estilos de comunicación, habilidades sociales y su vinculación con la autoestima en adolescentes*. Tesis de Maestría. Facultad de Estudios Superiores Iztacala. México. UNAM.
- Sánchez, R. (1995) *El amor y la cercanía en la satisfacción de pareja a través del ciclo de vida*. Tesis de Maestría. Facultad de Psicología. UNAM.
- Sánchez, R. y Díaz- Loving, R. (2002) Autoestima y Defensividad ¿Los ingredientes de la interacción saludable con la pareja? *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*. 11(2), 19-38.
- Scoresby, A. L. (1977) *The marriage dialogue*. Reading, MA. Addison-Wesley.

- Sternberg, R. (1989) *El triángulo del amor. Intimidad, pasión y compromiso*. España. Paidós.
- Stone, L. (1989) *Familia, sexo y matrimonio en Inglaterra*. México. Fondo de Cultura Económica.
- Tapia, M. (2005). *Entre mejores amigos ¿personalidades diferentes?* Tesis de licenciatura. México. Facultad de Psicología. UNAM.
- Trejo, I. A. (2005) *Apego, autoestima y celos en la definición de amor desesperado*. Tesis de Licenciatura. Facultad de Psicología. UNAM.
- Triandis, H, C. (1994) Cultura: El nuevo énfasis de la Psicología. *Revista de Psicología Social y Personalidad*. 10 (1), 1-17.
- Tordjman, G. (1981) *La pareja: realidades, problemas y perspectivas de la vida en común*. Grijalbo. México.
- Turner, R. H. (1970) *Family interaction*. Nueva York. Wiley
- Ubillós, S., Zubieta, E., Páez, E., Deschamps, J-C., Ezeiza, A y Vera, A (2001) Amor, cultura y sexo. *Revista Electrónica de Motivación y Emoción*. 4 (8-9). Revisado el 2 de enero del 2009 en <http://reme.uji.es/reme/numero8-9/indexsp.html>
- Valdez; J., González, N., Arce, J. y López, M. (2007) La elección real e ideal de pareja: un estudio con parejas establecidas. *Revista Interamericana de Psicología*. 41 (3), 305-311.
- Valdez, J., González, N., Arce, J., González, S., Morelato, G. y Ison, M. (2008) La elección de pareja real e ideal en dos culturas: México y Argentina. Un análisis por sexo. *Enseñanza e Investigación en Psicología*. 13 (2), 261-277.
- Valdez, M., Poblete, M. y Vara, B. (2003) Elección de pareja en solteros y casados. *Psicología Iberoamericana*. 11(2), 83-87.
- Verduzco, M., Lara, C., Acevedo, M. y Cortés, J. (1994) Validación del inventario de autoestima de Coopersmith para niños mexicanos. *Revista Internación de Psicología y Educación*. 2 (7), 55-64.
- Walster, E. (1970) The effect of self-esteem on linking for dates of various social desirabilities. *Journal of Experimental Social Psychology*. 6 (2), 248-253.
- Walster, E., Aronson, V., Abrahams y Rottmann, L. (1966) Importance of physical attractiveness in dating behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*. 4 (5), 508-516.
- Yela, C. (2000) *El amor desde la Psicología Social*. Ni tan libres ni tan racionales. España. Ediciones Pirámide.

Zacarías, M. y Díaz-Loving, R. *Validación de la Escala de Valoración de Autoestima de William R. Nugent y Janita W.Thomas (1993)*. No publicado.

Zarco, A. (2005) *Relación de la codependencia, el apego, los estilos de amor y los rasgos de Masculinidad-Feminidad en adultos*. Tesis de Licenciatura. Facultad de Psicología. UNAM.



## ANEXOS

### ANEXO I

#### *Jueceo del nivel de atractivo de las fotos*

Instrucciones dadas a los jueces: A continuación se presentan las fotografías de 15 personas. Por favor ordénalas de la que te parece la más atractiva a la que te parece la menos atractiva.

1= muy atractiva

15= nada atractiva

Mujeres	Lugar que ocupa la foto														
Número de juez	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1															
2															
3															
4															
5															
6															
7															
8															
9															
10															
11															
12															

Hombres	Lugar que ocupa la foto														
Número de juez	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1															
2															
3															
4															
5															
6															
7															
8															
9															
10															
11															
12															

***Jueceo de las 6 historias desarrolladas a partir de los 6 estilos de amor propuestos por Lee***

Instrucciones: por favor lee las 6 historias que se te presentan y responde a continuación las preguntas siguientes:

1. ¿Crees que la persona de las historias (Alicia o Carlos) es una misma persona ó son personas diferentes?
2. ¿Crees que las historias se parecen entre sí ó crees que son diferentes? Si crees que se parecen. ¿Cuáles historias son las que se parecen y en qué?
3. ¿Cuál crees que es la principal característica de cada una de las historias?

## ***Instrumento final de aplicación***

FOLIO \_\_\_\_\_

El presente cuestionario forma parte de una investigación que se está llevando a cabo en la Facultad de Psicología de la UNAM, enfocada en conocer algunos de los factores que influyen para que se de una relación amorosa. Este no es un examen por lo tanto no hay respuestas correctas o incorrectas y todas tus respuestas son anónimas, por lo que te pedimos que al responder seas lo más sincero posible. Este cuestionario tiene 4 secciones, por favor da una sola respuesta por pregunta y contesta todas. *Gracias por tu colaboración.*

Sexo: M ( ) F ( )      Edad: \_\_\_\_\_      Escolaridad: \_\_\_\_\_  
Ocupación: \_\_\_\_\_  
Número de relaciones de pareja que has tenido \_\_\_\_\_

### **SECCIÓN I. Instrucciones:**

A continuación se presenta la historia de una persona, por favor léela con cuidado y al terminar indica si ¿Te gustaría iniciar una relación de pareja con la persona que se describe en la historia ( )?

Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

### **SECCIÓN II. Instrucciones:**

Ahora se presentan una serie de fotografías. ¿Con cuál de estas personas te gustaría iniciar una relación de pareja? Cada fotografía tiene un número en la parte posterior. Por favor coloca el número que corresponda a la persona de la fotografía que hayas elegido en la línea siguiente \_\_\_\_\_

### **SECCIÓN III. Instrucciones:**

Por favor lee las siguientes oraciones que indican cómo se puede sentir una persona consigo misma y marca con una "X" el número que mejor represente cómo te sientes tú contigo mismo(a). Recuerda que no hay respuestas correctas o incorrectas.

	Nunca	Rara vez	Pocas veces	Algunas veces	Buena parte del tiempo	Muchas veces	Siempre
1. Siento que podría no agradarle a la gente si me conocen bien	1	2	3	4	5	6	7
2. Creo que los demás hacen las cosas mucho mejor que yo	1	2	3	4	5	6	7
3. Creo que soy una persona atractiva	1	2	3	4	5	6	7
4. Siento seguridad en mi habilidad para tratar con otras personas	1	2	3	4	5	6	7
5. Creo que es probable que falle en las cosas que hago	1	2	3	4	5	6	7
6. Siento que a la gente le gusta hablar conmigo	1	2	3	4	5	6	7
7. Creo que soy una persona muy competente	1	2	3	4	5	6	7
8. Cuando estoy con otras personas, creo que les agrada que este con ellas	1	2	3	4	5	6	7
9. Creo que doy una buena impresión a los demás	1	2	3	4	5	6	7

	Nunca	Rara vez	Pocas veces	Algunas veces	Buena parte del tiempo	Muchas veces	Siempre
10. Siento seguridad en que puedo empezar nuevas relaciones si lo deseo	1	2	3	4	5	6	7
11. Creo que soy feo(a)	1	2	3	4	5	6	7
12. Creo que soy una persona aburrida	1	2	3	4	5	6	7
13. Me siento muy nervioso cuando estoy con extraños	1	2	3	4	5	6	7
14. Siento confianza en mi habilidad para aprender cosas nuevas	1	2	3	4	5	6	7
15. Me siento bien conmigo mismo(a)	1	2	3	4	5	6	7
16. Me siento avergonzado(a) de mí mismo(a)	1	2	3	4	5	6	7
17. Me siento inferior a otras personas	1	2	3	4	5	6	7
18. Creo que mis amigos me encuentran interesante	1	2	3	4	5	6	7
19. Creo que tengo un buen sentido del humor	1	2	3	4	5	6	7
20. Me enojo conmigo mismo(a) por mi forma de ser	1	2	3	4	5	6	7
21. Me siento tranquilo(a) conociendo gente nueva	1	2	3	4	5	6	7
22. Siento que otras personas son más listas que yo	1	2	3	4	5	6	7
23. No me gusto a mí mismo(a)	1	2	3	4	5	6	7
24. Siento confianza en mi habilidad para hacerle frente a las situaciones difíciles	1	2	3	4	5	6	7
25. Creo que no soy muy agradable para los demás	1	2	3	4	5	6	7
26. Mis amigos me valoran mucho	1	2	3	4	5	6	7
27. Temo parecer tonto ante los demás	1	2	3	4	5	6	7
28. Siento que soy una buena persona	1	2	3	4	5	6	7
29. Siento que puedo contar conmigo mismo para manejar las cosas de manera adecuada	1	2	3	4	5	6	7
30. Desearía desaparecer cuando me encuentre alrededor de otras personas	1	2	3	4	5	6	7
31. Me avergüenza que los demás escuchen mis ideas	1	2	3	4	5	6	7
32. Siento que soy una persona agradable.	1	2	3	4	5	6	7
33. Creo que si pudiera ser más parecido a los demás, me sentiría mejor conmigo mismo	1	2	3	4	5	6	7
34. Creo que se aprovechan más de mí que de los demás	1	2	3	4	5	6	7
35. Siento que le agrado a la gente	1	2	3	4	5	6	7
36. Creo que la gente pasa un momento agradable cuando está conmigo	1	2	3	4	5	6	7
37. Tengo confianza en que puedo hacer bien cualquier cosa que haga	1	2	3	4	5	6	7
38. Confío más en lo que pueden hacer otros que en lo que yo hago	1	2	3	4	5	6	7
39. Siento que arruino todas las cosas	1	2	3	4	5	6	7
40. Desearía ser alguien más	1	2	3	4	5	6	7

**SECCIÓN IV. Instrucciones:**

Ahora marca con una “X” el número que mejor corresponda a la forma en que interactúas con tu pareja(s). Por favor recuerda dar una sola respuesta por pregunta y contestar todas. *Gracias*

	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo, ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1. Disfruto tener varias parejas	1	2	3	4	5
2. Con frecuencia busco el momento de estar a solas con mi pareja	1	2	3	4	5
3. Busco la manera de seducir a mi pareja	1	2	3	4	5
4. Mi pareja me despierta mucha pasión	1	2	3	4	5
5. Mi relación de pareja la he planeado cuidadosamente	1	2	3	4	5
6. Mi relación de pareja es funcional	1	2	3	4	5
7. Soy muy coqueto (a) con personas del sexo opuesto	1	2	3	4	5
8. Puedo ayudar a mi pareja ante cualquier cosa que me pida	1	2	3	4	5
9. Haría cualquier cosa por complacer a mi pareja	1	2	3	4	5
10. Me gusta acariciar a mi pareja	1	2	3	4	5
11. Busco la manera de controlar a mi pareja	1	2	3	4	5
12. Soy desconfiado(a) ante lo que me dice mi pareja	1	2	3	4	5
13. Planeé cuidadosamente mi vida antes de elegir a mi pareja	1	2	3	4	5
14. Mi pareja me atrae sexualmente	1	2	3	4	5
15. Celo mucho a mi pareja	1	2	3	4	5
16. Nuestra relación amorosa se desarrolló de una buena amistad	1	2	3	4	5
17. Para elegir a mi pareja, eché mano de mi inteligencia	1	2	3	4	5
18. Mi pareja y yo somos compatibles	1	2	3	4	5
19. Mi relación de pareja es práctica	1	2	3	4	5
20. Constantemente superviso lo que hace mi pareja	1	2	3	4	5
21. Me encanta el juego del amor	1	2	3	4	5
22. Me mantengo al lado de mi pareja por temor a quedarme solo	1	2	3	4	5
23. Mi relación de pareja sirve	1	2	3	4	5
24. En nuestra relación de pareja lo que más hacemos es compartir actividades	1	2	3	4	5
25. Me siento preocupado ante las preocupaciones de mi pareja	1	2	3	4	5
26. Siento un gran deseo sexual por mi pareja	1	2	3	4	5
27. Antes de comprometerme con mi pareja consideré lo que ella (él) estaba planeando en su vida	1	2	3	4	5
28. Nuestro amor es realmente una amistad profunda	1	2	3	4	5
29. Antes que yo esta mi pareja	1	2	3	4	5
30. Mi pareja es más importante que yo	1	2	3	4	5
31. El elegir a una pareja requiere una conducta planeada	1	2	3	4	5
32. Pienso que debería tener muchas parejas	1	2	3	4	5
33. El amor que existe dentro de la relación, es producto de lo mucho que simpatizamos mi pareja y yo	1	2	3	4	5
34. Me sacrifico por mi pareja	1	2	3	4	5

	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo, ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
35. Mi pareja y yo nos entendemos	1	2	3	4	5
36. Usualmente estoy dispuesto(a) a sacrificarme para no obstaculizar las metas que mi pareja se propone	1	2	3	4	5
37. Discuto frecuentemente con mi pareja sobre su comportamiento	1	2	3	4	5
38. Siento un gran afecto por mi pareja	1	2	3	4	5
39. Le pido a mi pareja "cuentas" de todo lo que hace	1	2	3	4	5
40. Cuando tengo cerca de mí a mi pareja, me emociono	1	2	3	4	5
41. Pienso continuamente en formas de coquetear con mi pareja	1	2	3	4	5
42. Gracias al cariño que nos tenemos mi pareja y yo, nos amamos	1	2	3	4	5
43. Lo que más siento por mi pareja es cariño	1	2	3	4	5
44. Mis sentimientos hacia mi pareja son inestables	1	2	3	4	5
45. Desconfío de mi pareja	1	2	3	4	5
46. Me mantengo cerca de mi pareja el mayor tiempo posible	1	2	3	4	5
47. Creo que mi pareja es el amor de mi vida	1	2	3	4	5
48. Toleraría todo por el bien de mi pareja	1	2	3	4	5
49. Mi relación de pareja me resulta conveniente	1	2	3	4	5
50. Busco la manera de tener goce sexual con mi pareja	1	2	3	4	5
51. Pienso que en una relación de pareja debe ser uno muy analítico	1	2	3	4	5
52. Trato de mantener a mi pareja un tanto incierta(o) de mi compromiso con ella(él)	1	2	3	4	5
53. Preferiría sufrir yo antes de ver sufrir a mi pareja	1	2	3	4	5
54. El simple hecho de ver a mi pareja me excita	1	2	3	4	5
55. Mi relación de pareja me es útil	1	2	3	4	5
56. Nuestro amor surgió del gran afecto que sentimos el uno por el otro	1	2	3	4	5
57. Cuando estoy con mi pareja, mis sentimientos por ella(él) se hacen más intensos	1	2	3	4	5
58. Soy dependiente de mi pareja	1	2	3	4	5
59. Mi pareja y yo alimentamos día con día una gran amistad	1	2	3	4	5
60. Fácilmente me cansa una relación de pareja, por eso constantemente busco nuevas relaciones	1	2	3	4	5
61. Para escoger a mi pareja busqué a alguien con antecedentes similares a los míos	1	2	3	4	5
62. Los lugares a los que asistimos mi pareja y yo para divertirnos, son por acuerdo mutuo	1	2	3	4	5
63. Solo vivo para mi pareja	1	2	3	4	5
64. Me gusta jugar con mi pareja	1	2	3	4	5
65. Me gusta tener muchas parejas	1	2	3	4	5
66. Quiero permanecer al lado de mi pareja el mayor tiempo posible	1	2	3	4	5

	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo, ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
67. Lo que más tomé en cuenta para escoger a mi pareja fue que tanto se parecía a mi familia	1	2	3	4	5
68. En mi relación de pareja, siento la necesidad de llegar a la consumación sexual	1	2	3	4	5
69. Siento celos por todo lo que hace mi pareja	1	2	3	4	5
70. Creo que hay que conocer mujeres/hombres de todo tipo	1	2	3	4	5
71. Me conmueve el ver a mi pareja preocupada(o)	1	2	3	4	5
72. Mi pareja y yo tenemos "química"	1	2	3	4	5
73. Me siento bien cada vez que ayudo a mi pareja	1	2	3	4	5
74. Creo que mi pareja me debe consultar antes de tomar cualquier decisión	1	2	3	4	5
75. Pienso que soy inteligente por haber elegido a la pareja que tengo	1	2	3	4	5
76. Considero que no hay mujer/hombre que se me resista	1	2	3	4	5
77. Solo el ver a mi pareja me incita a chiflarle	1	2	3	4	5
78. Hago lo que sea necesario por proteger a mi pareja	1	2	3	4	5
79. En todo momento muestro atención por el bienestar de mi pareja	1	2	3	4	5
80. Estoy dispuesto(a) a apoyar a mi pareja en todo lo que se le ofrezca	1	2	3	4	5
81. Considero que hay que tener varias parejas pues solo se vive una vez	1	2	3	4	5
82. Me siento a gusto cuando convivo con mi pareja	1	2	3	4	5
83. Me conduje cautelosamente antes de comprometerme con mi pareja	1	2	3	4	5
84. Las conductas dirigidas a conquistar, me excitan sexualmente	1	2	3	4	5
85. Supe elegir a mi pareja	1	2	3	4	5
86. Mi pareja es mi mejor amigo(a)	1	2	3	4	5
87. Mi pareja es compatible conmigo	1	2	3	4	5
88. Me siento seguro(a) de la pareja que elegí	1	2	3	4	5
89. Mi pareja y yo nos llevamos bien	1	2	3	4	5
90. Siento seguridad con mi pareja	1	2	3	4	5
91. Primero cubro las necesidades de mi pareja, antes que las mías	1	2	3	4	5
92. Mi pareja y yo tratamos de congeniar nuestros tiempos para compartir actividades	1	2	3	4	5
93. Mi relación de pareja es muy divertida	1	2	3	4	5
94. Todo lo mío es de mi pareja	1	2	3	4	5

## ***Historias presentadas de los 6 estilos de amor que propone Lee***

*Historias que describen a 6 distintas mujeres en sus relaciones amorosas*

### **A. Eros**

Alicia es una mujer joven, empleada, que sueña con encontrar a su príncipe azul, actualmente no tiene una relación amorosa; sin embargo, le gustaría encontrar el amor en un hombre que llenara sus expectativas y fuera tal como ella lo imagina. Es una mujer que cree en el amor a primera vista. En sus relaciones afectivas le da gran importancia al atractivo físico de la persona con la que se encuentra. Le encanta y disfruta del juego del amor, esto es, le gusta ser seductora, coqueta y apasionada. Cuando sale con alguien suele experimentar una gran emoción y le gusta dejarse llevar por la atracción inmediata y poderosa que siente por la apariencia física de esta persona, se le antoja acariciarla y siente un fuerte deseo por llegar a tener sexo con este hombre.

### **B. Storge**

Alicia es una mujer joven, empleada, que sueña con encontrar al amor de su vida. Actualmente no tiene una relación amorosa; sin embargo le gustaría encontrar el amor en un hombre que además de ser su pareja fuera su mejor amigo. Ella cree que el amor es como una amistad profunda. Antes de iniciar una relación de amor suele desarrollar su afecto lentamente y le gusta día a día alimentar una amistad. Cuando está en una relación le gusta llevarse bien y sentirse a gusto con la pareja, que se entiendan, que compartan actividades, que convivan, jueguen y se diviertan. Busca una persona que sea compatible con ella y le agrada sentirse segura en una relación. Suele preocuparse e interesarse por lo que le pasa a la pareja y está dispuesta a apoyarla en lo que se le ofrezca.

### **C. Ludus**

Alicia es una mujer joven, empleada, que sueña con ser un espíritu libre de amor. Actualmente no tiene una relación amorosa, sin embargo le gusta conocer hombres de todo tipo, relacionarse con muchas parejas y cultivar numerosas experiencias de amor, es coqueta y cree que no hay hombre que se le resista. Cuando establece una relación de amor, más que sentirse comprometida, le gusta sentirse libre con la pareja. Si siente que la relación no es lo que espera, no se detiene en iniciar una nueva búsqueda. El amor para ella es como un juego, pues vive enamorada del amor no de las personas por lo que no tiene problemas en salir con diferentes hombres mientras esto sea divertido. Cree que puede hacer felices a muchas personas no solo a una.

### **D. Manía**

Alicia es una mujer joven, empleada, que sueña con amar y ser amada. Actualmente no tiene una relación amorosa, sin embargo le gustaría encontrar el amor en un hombre que la ame con la misma intensidad con la que ella ama. Cuando está en una relación le gusta sentir que su pareja es como su alma gemela, en el sentido de que ella pueda saber todo lo que él siente, hace o piensa. Le gusta sentirse amada y que se le preste atención. La mayor parte del tiempo le gusta estar al pendiente de lo que hace su pareja y en algunas ocasiones es tan intenso lo que siente que preferiría estar todo el tiempo con su pareja, a veces puede llegar a sentirse algo celosa y desconfiada, sobre todo cuando no están juntos, por lo que cree que en una relación es importante tener comunicación y confianza.



### **E. Pragma**

Alicia es una mujer joven, empleada, que sueña con encontrar un hombre que sea compatible con ella. Actualmente no tiene una relación amorosa, sin embargo le gustaría encontrar el amor en una pareja con la que tuviera cosas en común. Ella cree que el amor es como una inversión en la que se deben evaluar riesgos y ganancias ya que una relación no solo se basa en el amor, sino también en la compatibilidad de cualidades personales y sociales, intereses, gustos, aficiones etc., que existen entre los miembros de la pareja. Ella cree que la elección de una pareja debe planearse cuidadosamente y hacerse de manera analítica evaluando si las cualidades y planes de vida de los miembros pueden armonizar, para que la relación funcione.

### **F. Ágape**

Alicia es una mujer joven, empleada, que sueña con encontrar un hombre al que pueda hacer completamente feliz. Actualmente no se encuentra en una relación amorosa, sin embargo le gusta disfrutar del amor. Piensa que el amor es una entrega incondicional en la que da todo sin esperar nada a cambio. Cuando se encuentra en una relación busca complacer en todo a la pareja, se preocupa y siempre está pendiente de lo que él necesita, además, suele cubrir primero las necesidades de él, antes que las de ella ya que cree que la pareja es más importante que ella. También piensa que todo lo de ella le pertenece a él, es tolerante y en algunas ocasiones suele sacrificarse si con esto la pareja está bien, ya que preferiría sufrir ella que ver sufrir a la pareja.

*Historias que describen a 6 distintos hombres en sus relaciones amorosas*

### **A. Eros**

Carlos es un hombre joven, empleado, que anhela encontrar a la mujer de sus sueños, actualmente no tiene una relación amorosa; sin embargo, le gustaría encontrar el amor en una mujer que llenara sus expectativas y fuera tal como él la imagina. Es un hombre que cree en el amor a primera vista. En sus relaciones afectivas le da gran importancia al atractivo físico de la persona con la que se encuentra. Le encanta y disfruta del juego del amor, esto es, le gusta ser seductor, coqueto y apasionado. Cuando sale con alguien suele experimentar una gran emoción y le gusta dejarse llevar por la atracción inmediata y poderosa que siente por la apariencia física de esta persona, se le antoja acariciarla y siente un fuerte deseo por llegar a tener sexo con esta mujer.

### **B. Storge**

Carlos es un hombre joven, empleado, que sueña con encontrar al amor de su vida. Actualmente no tiene una relación amorosa; sin embargo le gustaría encontrar el amor en una mujer que además de ser su pareja fuera su mejor amiga. Él cree que el amor es como una amistad profunda. Antes de iniciar una relación de amor suele desarrollar su afecto lentamente y le gusta día a día alimentar una amistad. Cuando está en una relación le gusta llevarse bien y sentirse a gusto con la pareja, que se entiendan, que compartan actividades, que convivan, jueguen y se diviertan. Busca una persona que sea compatible con él y le agrada sentirse seguro en una relación. Suele preocuparse e interesarse por lo que le pasa a la pareja y está dispuesto a apoyarla en lo que se le ofrezca.

### **C. Ludus**

Carlos es un hombre joven, empleado, que sueña con ser un espíritu libre de amor. Actualmente no tiene una relación amorosa, sin embargo le gusta conocer mujeres de todo tipo, relacionarse con muchas parejas y cultivar numerosas experiencias de amor, es coqueto y cree que no hay mujer que se le resista. Cuando establece una relación de amor, más que sentirse comprometido, le gusta sentirse libre con la pareja. Si siente que la relación no es lo que espera, no se detiene en iniciar una nueva búsqueda. El amor para él es como un juego, pues vive enamorado del amor no de las personas por lo que no tiene problemas en salir con diferentes mujeres mientras esto sea divertido. Cree que puede hacer felices a muchas personas no solo a una.

### **D. Manía**

Carlos es un hombre joven, empleado, que sueña con amar y ser amado. Actualmente no tiene una relación amorosa, sin embargo le gustaría encontrar el amor en una mujer que lo ame con la misma intensidad con la que él ama. Cuando está en una relación le gusta sentir que su pareja es como su alma gemela, en el sentido de que él pueda saber todo lo que ella siente, hace o piensa. Le gusta sentirse amado y que se le preste atención. La mayor parte del tiempo le gusta estar al pendiente de lo que hace su pareja y en algunas ocasiones es tan intenso lo que siente que preferiría estar todo el tiempo con su pareja, a veces puede llegar a sentirse algo celoso y desconfiado, sobre todo cuando no están juntos, por lo que cree que en una relación es importante tener comunicación y confianza.

### **E. Pragma**

Carlos es un hombre joven, empleado, que sueña con encontrar una mujer que sea compatible con él. Actualmente no tiene una relación amorosa, sin embargo le gustaría encontrar el amor en una pareja con la que tuviera cosas en común. Él cree que el amor es como una inversión en la que se deben evaluar riesgos y ganancias ya que una relación no solo se basa en el amor, sino también en la compatibilidad de cualidades personales y sociales, intereses, gustos, aficiones etc., que existen entre los miembros de la pareja. Él cree que la elección de una pareja debe planearse cuidadosamente y hacerse de manera analítica evaluando si las cualidades y planes de vida de los miembros pueden armonizar, para que la relación funcione.

### **F. Ágape**

Carlos es un hombre joven, empleado, que sueña con encontrar una mujer a la que pueda hacer completamente feliz. Actualmente no se encuentra en una relación amorosa, sin embargo le gusta disfrutar del amor. Piensa que el amor es una entrega incondicional en la que da todo sin esperar nada a cambio. Cuando se encuentra en una relación busca complacer en todo a la pareja, se preocupa y siempre está al pendiente de lo que ella necesita, además, suele cubrir primero las necesidades de ella, antes que las de él ya que cree que la pareja es más importante que él. También piensa que todo lo de él le pertenece a ella, es tolerante y en algunas ocasiones suele sacrificarse si con esto la pareja está bien, ya que preferiría sufrir él que ver sufrir a la pareja.

## ANEXO II

### **Validación de la Escala de Valoración de Autoestima Self-Esteem Rating Scale (SERS) Nuget, W.R; Thomas J.W (1993) en jóvenes mexicanos** (*Zacarías y Díaz-Loving, no publicado*)

Para realizar la validación de esta escala, se realizó una traducción del instrumento del idioma inglés al español y posteriormente se llevó a cabo una retraducción al inglés para aumentar la confiabilidad de la traducción. Posteriormente la escala se aplicó a una muestra de 200 jóvenes mexicanos en un rango de edad de 18 a 25 años (la muestra es la misma que participó en esta investigación). A partir de los datos encontrados se corrió un análisis factorial por componentes principales rotación ortogonal varimax que arrojó 9 factores con un valor propio mayor a 1. No obstante al evaluar la congruencia teórica de los factores se hizo un punto de corte en el tercer factor. Así mismo, se eligieron solo aquellos reactivos que tenían un peso factorial mayor o igual a .40 para conformar cada factor. Estos 3 factores explican el 44.96 % de la varianza total y tienen una consistencia interna a través de una Alfa de Cronbach de .94. De los 3 factores reportados el primero nos habla de una autoestima positiva y los otros dos de una autoestima negativa como se expone a continuación.

#### *6.1.2 Descripción de factores:*

##### ***Factor de Autoestima positiva***

**El factor 1 Autoestima positiva y competencia social:** de manera general hace referencia a una autoestima alta o positiva, donde el individuo considera que es una persona agradable, competente, buena, atractiva, no aburrida y se siente bien consigo mismo. También se percibe competente en situaciones sociales, siente tranquilidad al conocer gente nueva y seguridad en su habilidad para tratar con otras personas, cree que es agradable para los demás, interesante y valorado por éstos, creer que posee un buen sentido del humor, además piensa que da una buena impresión a otros. Muestra auto-competencia pues confía en que puede hacer bien cualquier cosa que haga y seguridad en su habilidad para aprender cosas nuevas.

##### ***Factores de Autoestima negativa***

**El factor 2 Autoestima negativa e incompetencia social:** de manera general este factor refiere una autoestima baja o negativa, donde el individuo se siente avergonzado de sí mismo, inferior a otros, desearía ser alguien más y se enoja consigo por su forma de ser. También se percibe incompetente frente a situaciones sociales, se siente nervioso cuando esta con extraños, le avergüenza que sus ideas sean escuchadas, teme parecer tonto ante los demás, desearía desaparecer cuando se encuentra alrededor de otras personas y no se siente seguro de poder empezar nuevas relaciones. No cree poseer habilidades para resolver problemas pues siente que no puede contar consigo mismo para manejar las cosas de manera adecuada ni confiar en su habilidad para hacerle frente a las situaciones difíciles. Además percibe una baja auto-competencia pues cree que es probable que falle en las cosas que hace.

**El factor 3 Autoestima negativa y alta valoración de otros:** de manera general este factor refiere al igual que el anterior a una autoestima negativa, sin embargo en este factor la autoestima negativa se centra en que el individuo no se gusta a sí mismo y se siente feo. También percibe cierta incompetencia social pues no se considera agradable para los demás y siente que si se le conoce bien podría no agradar a los otros. Además en este factor la persona le da un alto valor a las habilidades e inteligencia de los demás y las coloca por encima de las propias, pues cree que los otros hacen las cosas mucho mejor que él, los cree más listos, confía más en lo que los demás hacen que en lo que él realiza y cree que si pudiera parecerse a los demás se sentiría mejor consigo mismo, además de pensar que se aprovechan más de él que de los otros. Conjuntamente percibe una baja auto-competencia, pues siente que arruina todas las cosas.

En la tabla 33 se presentan los 3 factores de autoestima antes expuestos con los reactivos que conforman cada uno, su peso factorial y confiabilidad por factor.

### **Factor 1 Autoestima positiva y competencia social**

El factor 1 tiene un alfa de .93 y está compuesto por 18 reactivos.

**Tabla 33 Factores que integran la Escala de Valoración de la Autoestima**

	Reactivos	Peso factorial
1	Cuando estoy con otras personas, creo que les agrada que este con ellas	.82
2	Creo que la gente pasa un momento agradable cuando está conmigo	.80
3	Creo que mis amigos me encuentran interesante	.77
4	Creo que doy una buena impresión a los demás	.76
5	Siento que le agrado a la gente	.72
6	Mis amigos me valoran mucho	.66
7	Siento que soy una persona agradable	.65
8	Creo que soy una persona muy competente	.65
9	Tengo confianza en que puedo hacer bien cualquier cosa que haga	.61
10	Siento que a la gente le gusta hablar conmigo	.61
11	Creo que tengo un buen sentido del humor	.60
12	Siento que soy una buena persona	.56
13	Siento confianza en mi habilidad para aprender cosas nuevas	.53
14	Creo que soy una persona atractiva	.52
15	Me siento tranquilo(a) conociendo gente nueva	.49
16	Siento seguridad en mi habilidad para tratar con otras personas	.49
17	Creo que soy una persona aburrida	-.47
18	Me siento bien conmigo mismo (a)	.45

### **Factor 2 Autoestima negativa e incompetencia social**

El factor 2 tiene un alfa de .84 y está compuesto por 12 ítems

	Reactivos	Peso factorial
1	Me siento muy nervioso cuando estoy con extraños	.66
2	Me avergüenza que los demás escuchen mis ideas	.61

3	Me siento avergonzado de mi mismo(a)	.61
4	Desearía desaparecer cuando me encuentro alrededor de otras personas	.59
5	Me siento inferior a otras personas	.58
6	Siento que puedo contar conmigo mismo para manejar las cosas de manera adecuada	-.57
7	Desearía ser alguien mas	.51
8	Siento confianza en mi habilidad para hacerle frente a las situaciones Difíciles	-.50
9	Siento seguridad en que puedo empezar nuevas relaciones si lo deseo	-.48
10	Me enoja conmigo mismo(a) por mi forma de ser	.45
11	Temo parecer tonto ante los demás	.40
12	Creo que es probable que falle en las cosas que hago	.34

### **Factor 3 Autoestima negativa y alta valoración de otros**

El factor 3 tiene un valor alfa de .83 y está compuesto por 10 reactivos

	Reactivos	Peso factorial
1	No me gusto a mi mismo(a)	.65
2	Siento que arruino todas las cosas	.65
3	Creo que los demás hacen las cosas mucho mejor que yo	.62
4	Creo que no soy muy agradable para los demás	.58
5	Siento que otras personas son mas listas que yo	.55
6	Creo que si pudiera ser más parecido a los demás, me sentiría mejor conmigo mismo	.52
7	Confío más en los que pueden hacer otros que en lo que yo hago	.51
8	Siento que podría no agradarle a la gente si me conocen bien	.49
9	Creo que soy feo(a)	.48
10	Creo que se aprovechan mas de mí que de los demás	.44

### **Discusión de la Validación de la Escala de Valoración de Autoestima Self-Esteem Rating Scale (SERS) Nugent, W.R; Thomas J.W (1993)**

La Escala de Valoración de Autoestima de Nugent y Thomas (1993) obtuvo alta consistencia interna. En cuanto a los factores que la conforman encontramos que existe literatura que sustenta ciertas características asociadas a las personas según su nivel de autoestima, en base a ella fue posible establecer que el **Factor 1 Autoestima positiva y competencia social** hace referencia a una autoestima alta. Pues en este factor el individuo expresa una actitud de aprobación hacia sí mismo, considera que es una persona agradable, competente, buena, atractiva, no aburrida y se siente bien consigo mismo (Braden; 1994, 1995; Coopersmith, 1967 en Mruk, 1999; Epstein, 1985 en Mruk, 1999; Rosenberg, 1965 en Mruk, 1999; Field, 1996 en Sánchez, 2000; Mruk, 1999). Además se percibe competente en situaciones sociales, siente tranquilidad al conocer gente nueva y seguridad en su habilidad para tratar con otras personas, cree que es agradable para los demás, interesante y valorado por éstos, creer que posee un buen sentido del humor, y piensa que da una buena impresión a otros. También se percibe

autocompetente pues confía en que puede hacer bien cualquier cosa que haga y tiene seguridad en su habilidad para aprender cosas nuevas. (Braden, 1994, 1995; Rodríguez, Pelicer y Dominguez, 1988 en Moyano, 2001).

Asimismo en base a la literatura existente fue posible determinar que el **Factor 2 Autoestima negativa e incompetencia social** de manera general refieren una autoestima baja pues el individuo expresan una actitud de desaprobación hacia sí mismo, se siente avergonzado de sí mismo, inferior a otros, desearía ser alguien más y se enoja consigo por su forma de ser (Coopersmith, 1967 en Mruk, 1999; Rosenberg, 1965 en Mruk, 1999). También se percibe incompetente frente a situaciones sociales, se siente nervioso cuando esta con extraños, le avergüenza que sus ideas sean escuchadas (Braden, 1994, 1995; Coopersmith, 1967 en Mruk, 1999, Epstein, 1985 en Mruk, 1999; Field, 1996 en Sánchez, 2000; Mruk, 1999). Teme parecer tonto ante los demás, desearía desaparecer cuando se encuentra alrededor de otras personas y no se siente seguro de poder empezar nuevas relaciones (Branden, 1995; Stone, 1989). No cree poseer habilidades para resolver problemas pues siente que no puede contar consigo mismo para manejar las cosas de manera adecuada ni confiar en su habilidad para hacerle frente a las situaciones difíciles. Además percibe una baja autocompetencia pues cree que es probable que falle en las cosas que hace.

El **Factor 3 Autoestima negativa y alta valoración de los otros** de manera general también refiere al igual que el anterior factor una autoestima baja sin embargo en este, la actitud de desaprobación hacia sí mismo se centra en que el individuo no se gusta a sí mismo y se siente feo (Coopersmith, 1967 en Mruk, 1999; Rosenberg, 1965 en Mruk, 1999). También percibe cierta incompetencia social pues no se considera agradable para los demás y siente que si se le conoce bien podría no agradar a los otros (Braden; 1994, 1995; Coopersmith, 1967 en Mruk, 1999, Epstein, 1985 en Mruk, 1999; Field, 1996 en Sánchez; 2000; Mruk, 1999). Además en este factor la persona le da un alto valor a las habilidades e inteligencia de los demás y las coloca por encima de las propias, pues cree que los otros hacen las cosas mucho mejor que él, los cree más listos, confía más en lo que los demás hacen que en lo que él realiza y cree que si pudiera parecerse a los demás se sentiría mejor consigo mismo (al sentirse incompetentes ante los desafíos de la vida, no confía en sus capacidades de pensar, en sus habilidades, ni en sus decisiones (Rosenberg, 1965 en Mruk, 1999), por tanto es factible que confíe mas en lo que otros hacen). Además piensa que se aprovechan más de él que de los otros (Chubb, Fertam y Ross, 1997 en Moyano, 2001; Rodríguez, Pelicer y Dominguez, 1988 en Moyano, 2001). Conjuntamente percibe una baja autocompetencia, pues siente que arruina todas las cosas.

Los reactivos del instrumento original fueron escritos dentro de un rango de áreas de la autoevaluación incluyendo la autoestima global, la competencia social, la habilidad para resolver problemas, habilidad intelectual, autocompetencia y el valor relativo hacia otras personas. En base a esto era posible que estas áreas fueran encontradas como diferenciadas en este estudio, sin embargo no ocurrió así ya que como se expuso previamente solo se encontraron 3 factores. Lo que sucedió en la población estudiada fue que agrupo las dimensiones que originalmente presenta el instrumento en un factor de autoestima positiva y dos de autoestima negativa.

Así tenemos que el factor 1 Autoestima positiva y competencia social incluye reactivos en los que la persona se considera competente socialmente como “siento que a la gente

le gusta hablar conmigo” o “siento seguridad en mi habilidad para tratar con otras personas”; autoestima global alta, “siento que soy una persona agradable”; autocompetencia “Tengo confianza en que puedo hacer bien cualquier cosa que haga”; y habilidad intelectual “siento confianza en mi habilidad para aprender cosas nuevas”.

El factor 2 Autoestima negativa e incompetencia social incluye reactivos en relación a una baja autoestima global como “Me siento avergonzado de mí mismo” ó “desearía ser alguien más”; poca competencia social “me siento nervioso cuando estoy con extraños” ó “ no siento que puedo empezar nuevas relaciones si lo deseo” poca habilidad para resolver problemas “ no siento confianza para hacerle frente a las situaciones difíciles” y baja autocompetencia “creo que es probable que falle en las cosas que hago”

El factor 3 Autoestima negativa y alta valoración de los otros por su parte, versa sobre una baja autoestima general “no me gusto a mí mismo”; baja autocompetencia “siento que arruino todas las cosas”; y muestra un alto valor relativo hacia otras personas “creo que los demás hacen las cosas mucho mejor que yo” ó “confío más en lo que otros pueden hacer que en lo que yo hago”.

Como se puede observar las seis dimensiones en base a las que está construido el instrumento no se encuentran claramente diferenciadas pero sí agrupadas en los tres factores presentados. Las características relativas a cada área según fueran indicador de una autoestima alta o baja se agruparon en el factor correspondiente.