



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE PSICOLOGÍA
División de Estudios Profesionales

¿Puedo confiar en ti?: Estilos de apego en adolescentes hijos de padres separados.

Tesis que para obtener el título de
Licenciado en Psicología

Presenta: Huerta Saavedra Priscila Sairam



Facultad
de Psicología

Directora: Dra. Ma. Emily Reiko Ito Sugiyama

México, D.F.

2014



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.

Índice

Dedicatoria	iv
Agradecimientos	v
Resumen	vi
Introducción	1
Vínculos afectivos y ruptura conyugal de los padres: su impacto en la infancia y la adolescencia	5
Teoría del apego	6
Apego seguro	15
Apego preocupado	16
Apego temeroso-evitante	18
Apego rechazante-evitante	20
Adolescencia	24
Apego a iguales	27
Familia: ruptura conyugal de los padres	31
Método	40
Participantes	42
Instrumentos	43
Procedimiento	43
Resultados	49
Análisis de casos	
Analí	49

Gabriela	61
Joaquín	69
Mauricio	78
Pamela	87
Análisis e interpretación de resultados	102
Discusión	110
Conclusiones	126
Referencias	134
Apéndices	
Guía de entrevista	142

A Pamela, Mauricio, Gabriela, Joaquín y Analí.

Agradecimientos

A mi familia, especialmente a mi madre por su apoyo incondicional, su escucha y su capacidad para darme aliento siempre que lo he necesitado.

A Christopher por su apoyo constante, por escucharme en todo momento, por sus comentarios sobre este trabajo y por siempre animarme a continuar.

A mi *alma máter*, la Universidad Nacional Autónoma de México, por todo lo que he aprendido en ella.

A mis profesores de la Facultad de Psicología por sus enseñanzas y consejos.

A la Dra. Emily Ito por aceptar ser la directora de este proyecto, por haberme ayudado, guiado y enseñado tanto durante la elaboración del mismo.

A mis sinodales por sus observaciones e interés en el presente trabajo.

Al Jefe del Departamento de Psicopedagogía de la institución donde realicé el servicio social por su apoyo para llevar a cabo esta investigación.

A Pamela, Mauricio, Gabriela, Joaquín y Analí por haber participado en este proyecto, por su confianza y por permitirme conocer un poco de su historia.

Resumen

El número de divorcios o separaciones maritales ha aumentado considerablemente durante los últimos quince años, situación que tiene diferentes repercusiones para los hijos en el corto, mediano y largo plazos. En esta investigación se buscó conocer si la vivencia de ese evento influye en las formas de vinculación afectiva de los adolescentes. Para ello, se realizaron entrevistas semi-estructuradas a cinco adolescentes voluntarios de entre 16 y 20 años de edad y, posteriormente, se llevó a cabo un análisis de contenido con una *interpretación del significado* (Kvale, 1996) tomando como marco de referencia a la teoría del apego y, más específicamente, al modelo de apego de Bartholomew (1990) y Bartholomew y Horowitz (1991). Se encontró que los adolescentes tienen una imagen de sí mismos positiva, defensiva e independiente, una positiva de las amistades y una ambivalente tanto de las parejas románticas como de las figuras parentales; se muestran ambivalentes ante las relaciones románticas, sobre todo las de largo plazo; presentan estrategias de regulación emocional poco efectivas; y manifiestan rasgos de estilos de apego rechazante-evitante y temeroso-evitante aunque, al involucrarse íntimamente, muestran rasgos del estilo preocupado. Se concluye que el impacto de la vivencia de la ruptura conyugal de los padres persiste, aun después de muchos años, expresándose principalmente en el modo en el que los adolescentes se relacionan con los demás. Los hallazgos encontrados contribuyen a la comprensión del fenómeno y pueden constituir elementos útiles para el desarrollo de un modelo de intervención psicoterapéutica enfocado a los adolescentes con esta problemática.

Palabras clave: Comportamiento de apego, Psicología adolescente, Separación marital

Introducción

La formación de vínculos afectivos constituye un aspecto importante en la vida de cualquier ser humano debido, entre otras cosas, a su inherente necesidad de protección, seguridad y afecto. Entre estos se encuentran las relaciones románticas que, de acuerdo con Brown, Feiring y Furman (1999 en Vargas y Barrera, 2002), consisten en una sucesión de interacciones voluntarias entre dos individuos que implican diversas manifestaciones de compañerismo, intimidad, protección y apoyo.

Dichos autores consideran que en ellas existe una atracción hacia el otro basada en la apariencia física, en características de personalidad y en la compatibilidad de intereses o de habilidades; mientras que Furman y Simon (1999 en Vargas y Barrera, Ídem.) aseguran que también involucran afecto y reciprocidad a la vez que, según Collins y Sroufe (1999), a diferencia de las relaciones de amistad, incluyen un alto grado de interdependencia y actividad sexual presente -o esperada a futuro- entre la pareja.

Este tipo de relaciones generalmente hace su aparición durante la adolescencia con el fin de satisfacer necesidades sexuales, de afiliación, de apego y de dar y recibir cuidados (Furman y Wehner, 1994 en Oliva, 2011). Al inicio, las relaciones románticas satisfacen principalmente las necesidades sexuales y de afiliación para, desde la adolescencia tardía, también buscar cubrir aquellas que se refieren al apego y al cuidado. De este modo, las relaciones románticas pasan de ser unas meramente casuales y prácticamente superficiales a otras más estables, profundas y duraderas (Miller y Benson, 1999 en Vargas y Barrera, op. cit.).

Sin embargo, actualmente pueden observarse relaciones románticas casuales y de corta duración entre los adolescentes sin importar el momento de la

adolescencia en el que se encuentren. Por ejemplo, hoy en día son comunes los *freeds* en los que no hay ningún componente romántico ni alguna clase de compromiso, pero sí existe un intercambio sexual debido a la disociación entre amor y placer que les caracteriza (Barreto, 2004), lo que tal vez esté vinculado al temor a la idea de una relación romántica convencional y al compromiso como menciona Garcia-Borés (2000).

El que cada vez los adolescentes tengan mayor preferencia por relaciones románticas de corta duración en las que existe una falta de compromiso e intimidad llama la atención pues, si bien eso se espera en los primeros años de la adolescencia, está sucediendo a finales de la misma cuando, según la literatura, los individuos forman vínculos afectivos profundos que se asemejan a los de los adultos.

Nada es casualidad y lo que está pasando en los adolescentes no es la excepción pues el modo en el que se relacionan con los demás –principalmente a través de lazos románticos- tiene que ver con las expectativas que poseen sobre ellos (López, 2006 en Delgado et al., 2011), las cuales son influidas por las representaciones mentales, emocionalmente cargadas, que tienen tanto de sí mismos como del otro significativo y de la relación entre ambos. Es decir, los vínculos afectivos de los adolescentes son influidos por lo que Bowlby (1969/1993) denominó modelos de trabajo internos, los cuales se constituyeron a partir de las experiencias tempranas que tuvieron con sus padres en términos de disponibilidad, apoyo y cuidado de parte de éstos.

Idealmente, los individuos reciben el cuidado y el apoyo de sus padres sobre todo durante los primeros años de vida, pero en muchas ocasiones no es así porque no están con ellos debido a diferentes causas entre las que se encuentra la ruptura conyugal que, en los últimos años, se ha hecho muy frecuente.

De acuerdo con las Estadísticas a Propósito del 14 de febrero, Matrimonios y Divorcios en México realizadas en el año 2011 por el Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI), ese año hubo 21 divorcios por cada

100 enlaces registrados en el Distrito Federal y en el año 2000 hubo 14.1 divorcios, mientras que en 1970 solo se realizaban 3.1 divorcios por cada 100 matrimonios.

Como puede notarse, el número de vínculos conyugales que son disueltos ha aumentado constantemente dejando a muchos hijos en custodia de uno de los padres, lo que en el año 2011 sucedió en 67,410 de los 91,285 divorcios registrados en nuestro país (INEGI).

¿Qué efectos tiene en los hijos este acontecimiento en el corto, mediano y largo plazo? De acuerdo con la literatura sobre el tema (e.g. Bahamón et al., 2010; Fino et al., 2008; Orgilés y Samper, 2011; Seijo y cols., 2009; Valdés y Aguilar, 2011; Watty y Bielak, 2007), existen un buen número de consecuencias debido a la pérdida, el abandono, el rechazo real o percibido por los adolescentes y sobre todo por su experiencia individual y subjetiva de la separación.

Y es a causa de esta subjetividad inherente al ser humano, que la vivencia de la ruptura conyugal de los padres es distinta para cada persona. No obstante, tiene algunos elementos en común con las vivencias de otros sobre ello, tanto en el impacto que tiene en su desarrollo como en sus respuestas a esa situación estresante dependiendo de la edad que tienen cuando se da la separación.

Para Bird (1990), el impacto de la misma puede ser experimentado por los hijos desde edades muy tempranas, pero considera que es mayor si el divorcio o la separación sucede cuando tienen entre 3 y 8 años de edad por la importancia que tiene ese periodo en su desarrollo. Según esta autora, los efectos duraderos que dicho evento tiene en los hijos pueden observarse claramente en la adolescencia, especialmente cuando -durante o después del mismo- existió abandono, desatención o dependencia de uno o ambos padres.

Uno de esos efectos es el temor a iniciar relaciones románticas por miedo a perder otro vínculo pues la vivencia de la ruptura conyugal de los padres, independientemente de si es legal o no, favorece que tanto el sistema de apego

como la ansiedad por separación sean más fuertes y dolorosos (Bird, Ídem.). Ello, compromete el logro del objetivo final del curso evolutivo del sistema de apego: la creación de un vínculo afectivo estable con una pareja sexual que sea la principal figura de apego (Bowlby, 1980; Oliva, op. cit.).

Dado que conforme a la literatura es probable que la ruptura conyugal de los padres influya en el estilo de apego que presentan sus hijos y tomando en cuenta que en general no hay trabajos que relacionen directamente ambos fenómenos, la presente investigación se propuso conocer si, de alguna manera, la vivencia de esa ruptura influye en las formas de vinculación afectiva de los adolescentes.

Así, con la finalidad de dar a conocer algunos de los efectos emocionales que pueden presentar como producto de la separación conyugal de sus padres, especialmente en cuanto a las relaciones que establecen con los otros significativos, se llevaron a cabo entrevistas semi-estructuradas con adolescentes voluntarios. La información obtenida puede contribuir tanto a la investigación sobre el tema como, en un futuro, ser tomada en cuenta para la realización de programas de intervención psicoterapéutica enfocados a la población adolescente con esta problemática ya sea de manera individual, grupal o comunitaria.

Vínculos afectivos y ruptura conyugal de los padres: su impacto en la infancia y la adolescencia

El primer lazo emocional de los seres humanos es aquel que se forma en la infancia con los cuidadores primarios quienes, idealmente, son los padres. Dicho vínculo, en caso de ser satisfactorio, contribuiría en gran medida a un desarrollo socioemocional adecuado que permitiría al individuo llevar a cabo cada una de las tareas propias de etapas sucesivas. Pero, ¿qué pasa cuando los padres se separan y ese vínculo afectivo tan importante se ve comprometido? De acuerdo con la teoría, se producirá un desajuste emocional en los hijos -sobre todo si se da en edades tempranas- con repercusiones a lo largo de toda la vida que se hacen mucho más palpables en la adolescencia, especialmente en la relación con el otro.

Para poder tener una visión global de esta problemática que, al mismo tiempo, proporcione un bagaje de conocimiento apropiado para comprenderla y aproximarnos a ella en la adolescencia, a lo largo de este capítulo se abordará, en primer lugar, la teoría del apego, su desarrollo, sus modelos y sus supuestos tanto sobre la personalidad y el comportamiento de los individuos desde la infancia hasta la adolescencia, como del trato de los padres hacia los primeros. Posteriormente, se ahondará en la adolescencia, en sus características, en el progresivo apego a los iguales en relaciones de amistad y románticas, y en el papel que éstas juegan a lo largo del desarrollo. Finalmente, se tocará el tema de la separación de los padres haciendo hincapié en la vivencia que tienen los hijos de la misma y en sus consecuencias –de acuerdo con la edad que tienen estos cuando ocurre- en el corto, mediano y largo plazos, sobre todo en la adolescencia que es el periodo de desarrollo que atañe a esta investigación.

Teoría del apego

Desde principios del siglo XX, la formación de los vínculos afectivos ha despertado el interés de muchos investigadores los cuales, desde distintas disciplinas, se han dado a la tarea de conocer, comprender e incluso determinar cómo es que se lleva a cabo, cuáles son sus funciones y cuáles son sus metas. Uno de estos investigadores es el psicoanalista John Bowlby quien, en 1969, desarrolló su teoría etológica del apego a partir de su experiencia con niños institucionalizados que manifestaban diversos problemas emocionales y una gran dificultad para formar y mantener vínculos íntimos, lo que Bowlby atribuyó a la falta en estos menores, de un lazo emocional con una figura materna. Dicha problemática llamó tanto su atención que su teoría gira en torno al vínculo que se forma entre madre e hijo.

En la teoría del apego, Bowlby integra buena parte del psicoanálisis –aunque prescinde de conceptos como energía psíquica y pulsión, entre otros- que en combinación con el marco conceptual de la etología, la psicología cognitiva, la cibernética (Bowlby, 1980) y la psiquiatría comunitaria (Mikulincer y Shaver, 2007) le permitían aproximarse al fenómeno del *apego* de una manera que consideraba más apropiada.

De acuerdo con Bowlby (1988 en Martínez et al., 2011), el *apego* es la tendencia -inherente al ser humano- a establecer relaciones íntimas y estables con los otros significativos. Su teoría se basa en la existencia de los siguientes sistemas de conducta que se relacionan entre sí: de apego, de exploración, de miedo a los extraños y de afiliación¹ (Delgado, 2004 en Brando et al., 2008). El sistema de apego –que tiene una dimensión comportamental y otra afectivo-cognitiva (Armsden y Greenberg, 1987; Bretherton, 1985 en Buist et al., 2004)- se refiere a las conductas que permiten al individuo buscar y mantener la proximidad de los otros para formar un vínculo afectivo. El sistema de exploración consiste en el

¹ También llamado sistema sociable o de sociabilidad por algunos autores como Greenberg y Marvin (1982 en Ainsworth, 1991).

conocimiento que se tiene del entorno, el cual se ve reducido cuando el sistema de apego y el de miedo a los extraños –que protege al menor de la amenaza que supone un desconocido- se activan; mientras que el sistema de afiliación tiene que ver con el interés por estar con otras personas e interactuar con ellas.

Estos sistemas y su interrelación están presentes en las fases² por las que pasa el apego en los primeros dos años de vida (Bowlby, 1969/1993) las cuales, poco a poco, llevan al niño a tener una figura de apego discriminada –y preferida- a la que busca tener cerca porque constituye un refugio físico y emocional y proporciona una base segura desde la cual el menor puede explorar su entorno. Todo ello con el objetivo de obtener el cuidado y el consuelo que necesita, así como mantener un sentimiento de seguridad que, como regulador emocional (Sroufe, 1996 en Fonagy, 1999), le protege de amenazas físicas y psicológicas reduciendo el estrés que éstas provocan (Mikulincer et al., 2003).

Estas amenazas, que pueden ir desde estar cansado o hambriento hasta enfermo, asustado o no saber dónde está la figura de apego, activan las conductas de apego ante las cuales el cuidador primario del niño debe responder adecuadamente pues, de lo contrario, se inhiben los sistemas de exploración y de afiliación (Bowlby, 1969/1993). Si la figura de apego está disponible y es sensible a las señales que envía el menor, éste aprende que dicha figura estará ahí para reconfortarle en una situación atemorizante, lo cual fomenta la idea de ser alguien valioso, de que el mundo es un lugar seguro y que como puede confiar en la protección de los otros, es capaz de explorar e involucrarse con los demás (Mikulincer et al., op. cit.). Lo contrario sucede cuando la figura de apego no es sensible a las señales del niño, está ausente, es inconsistente o rechazante, generando en el menor un constante estado de incertidumbre sobre la disponibilidad de la figura (Bowlby, 1978 en Brando et al., op. cit.), lo que suscita

² Para una revisión más completa de las fases, se sugiere consultar la obra “El vínculo afectivo” de Bowlby (1969/1993).

inseguridad e ira, dando lugar a probables perturbaciones en el desarrollo de relaciones significativas en años posteriores (Bowlby, 1980).

Con base en esas experiencias tempranas, los individuos internalizan representaciones emocionalmente cargadas tanto de las figuras de apego como de sí mismos y de la relación entre ambos, es decir, desarrollan *modelos de trabajo internos* (Bowlby, 1969/1993) que después –de forma inconsciente- influyen en las expectativas que tienen sobre los otros y en su comportamiento hacia ellos (López, 2006 en Delgado et al., 2011), en la regulación emocional que presentan (Yáñez et al., 2001), así como en su criterio para encontrar y elegir a sus figuras de apego (Amar y Berdugo de Gómez, 2006). Por ello, si bien el apego inicia en la infancia, persiste a lo largo de la vida.

Algunos años después de haberse propuesto la teoría del apego, Ainsworth (1978, 1991) –que había trabajado con Bowlby- definió al *apego* como “el vínculo afectivo de duración relativamente larga en el que el otro es importante como un individuo único y no es intercambiable por ningún otro”. Por eso, en esta clase de vínculo existe una necesidad de mantener la proximidad del otro para sentirse seguro y, cuando no es posible estar cerca de él, se experimenta angustia, la cual se reduce ante su reencuentro y se convierte en aflicción permanente ante su pérdida.

Teniendo eso en cuenta, Ainsworth, Blehar, Waters y Wall (1978) crearon un procedimiento estandarizado en laboratorio al que llamaron *Situación del Extraño*³. En él, activaban y/o intensificaban las conductas de apego en niños de alrededor de 1 año de edad a través de una serie de separaciones y reuniones con su cuidador, con el fin de examinar el equilibrio entre estas conductas y las de exploración bajo condiciones de alto estrés (Vargas et al., 2005).

³ En la década de 1970 eran frecuentes los estudios psicológicos caracterizados por lo que Cook (1980) considera como “prácticas cuestionables” relacionadas con los participantes –e.g. la falta de consentimiento informado o el uso del engaño-, posteriormente se prestó atención a las implicaciones que esto conllevaba y comenzaron a regularse los proyectos de investigación para que incluyeran un mayor número de aspectos éticos de manera obligatoria.

Con los resultados obtenidos a través de dicho procedimiento, describieron los tres tipos principales de apego en niños⁴ (Ainsworth et al., 1978):

- El apego seguro en el que el menor confía en que su figura de apego será accesible, sensible y colaboradora ante una situación de peligro o atemorizante para él;
- El apego inseguro ambivalente en el que el niño no está seguro de si la figura de apego será accesible o sensible a sus necesidades e incluso no hay garantía de que le proporcionará ayuda y;
- El apego inseguro evitante en el que el menor espera ser rechazado al buscar cuidados de su figura de apego.

Tales estilos constituyen un patrón sistemático de expectativas relacionales, de emociones y de comportamientos resultantes de la internalización de las experiencias de apego que cada individuo ha tenido y de su estrategia de regulación emocional (Fraley y Shaver, 2000; Shaver y Mikulincer, 2002 en Mikulincer et al., op. cit.). Por esta razón, cada uno de los estilos de apego descritos por el equipo de Ainsworth tiene sus propias características, las cuales han sido señaladas a través de numerosas investigaciones -de distintos tipos- con niños de diferentes edades.

Se ha encontrado, por ejemplo, que los niños con un estilo seguro buscan explorar su entorno, muestran signos de extrañar a la figura de apego que ha partido y buscan su proximidad cuando vuelve (Ainsworth et al., 1978; Main, 1991 en Simpson y Rholes, 1998); tienen relaciones positivas con sus pares y maestros en edad preescolar (Sroufe, 1983; Sroufe, Schork, Motti, Lawroski y LaFreniere, 1984 en Collins y Sroufe, 1999); son recíprocos con los demás y resuelven adecuadamente los conflictos (Liberman, 1977; Suess, 1987 en Collins y Sroufe, Ídem.); muestran bajos niveles de ansiedad y depresión (Muris, Mayer y Meesters,

⁴ Si bien los niños frecuentemente presentan uno de los tres estilos, existen algunos que manifiestan un apego desorganizado o desorientado que constituye una desestructuración de los tres tipos principales, en especial del ambivalente y del evitante (Main y Solomon, 1990 en Fonagy, 1999), lo que se ha encontrado frecuentemente en niños víctimas de violencia intrafamiliar.

2000 en Garrido-Rojas, 2006); presentan una regulación emocional apropiada y flexible –permeada por estrategias basadas en la seguridad (Mikulincer et al., op. cit.)- y buscan apoyo en los demás (Sroufe, 2000 en Garrido-Rojas, op. cit.).

Por otro lado, los niños con un estilo inseguro ambivalente constantemente se aferran a la figura de apego y se muestran ansiosos ante su entorno que exploran poco o nada (Ainsworth, 1978; Cantón, 2000); experimentan más estrés que otros niños (Diener et al., 2002 en Garrido-Rojas, op. cit.); se resisten al consuelo, se quejan mucho, son poco asertivos, fácilmente inhibidos, interactúan poco con los demás y, generalmente, expresan enojo y necesidad de contacto hacia la figura de apego de forma alternada (Main, 1991 en Simpson y Rholes, op. cit.). Además, con el fin de mantener la proximidad de esta última, presentan conductas de apego exacerbadas -estrategias hiperactivadas- que les hacen ser muy sensibles ante cualquier señal de separación (Mikulincer et al., op. cit.).

Mientras tanto, aquellos con un estilo inseguro evitante parecen ser muy autosuficientes y suelen explorar su entorno en ausencia de la figura de apego -a quien ignoran a su retorno- dando la impresión de no extrañarle ni necesitar consuelo (Ainsworth, 1978; Cantón, op. cit.; Main, 1991 en Simpson y Rholes, op. cit.), pero muestran signos fisiológicos que denotan ansiedad ante su ausencia (Byng-Hall, 1995; Sroufe & Waters, 1977 en Garrido-Rojas, op. cit.); fácilmente se relacionan con los extraños aunque tienden a distanciarse física y emocionalmente de los demás (Byng-Hall, 1995 en Garrido-Rojas, Ídem.); reportan bajos niveles de emociones positivas (Kerr et al., 2003 en Garrido-Rojas, Ídem.) y de experiencia emocional total, al mismo tiempo que altos niveles de ira (Mikulincer, 1998 en Garrido-Rojas, Ídem.) principalmente dirigida a la figura de apego (Bartholomew, 1990). Asimismo, para evitar el malestar y la frustración que genera la ausencia de ésta, llevan a cabo estrategias de regulación emocional que desactivan el sistema de apego (Mikulincer et al., op. cit.).

El que los menores desarrollen uno u otro de los estilos de apego anteriores tiene que ver con las experiencias tempranas que tienen con sus padres, por lo que

también se han realizado algunos estudios para conocer cuáles son sus características y cuál es el trato que dan a sus hijos.

Entre los hallazgos de esas investigaciones, destaca el que la madre –o cuidador primario- de un niño seguro es sensible a las señales de éste y logra reconfortarle respondiendo adecuadamente a ellas (Ainsworth et al., 1978; Bartholomew, 1990; Crittenden, 1995 en Garrido-Rojas, op. cit.; Fonagy, op. cit.), suele ser cálida al interactuar con su hijo (Bartholomew, 1990) y directamente promueve en él las relaciones positivas con los demás (Cassidy y Berlin, 1999 en Delgado et al., op. cit.). Mientras tanto, la madre de un niño inseguro ambivalente no es sensible a las necesidades de éste y tiende a ser inconsistente al satisfacerlas (Ainsworth et al., 1978; Bartholomew, 1990; Crittenden, 1995 y Perris, 2000 en Garrido-Rojas, op. cit.) pues algunas veces no está disponible y otras es intrusiva o sobreprotectora, lo que compromete la exploración del menor (Cassidy y Berlin, 1994 en Mikulincer et al., op. cit.). Por último, la madre de un niño inseguro evitante es insensible y rechazante hacia su hijo (Ainsworth et al., 1978; Garrido-Rojas, op. cit.); parece aversiva al contacto físico (Byng-Hall, 1995 y Perris, 2000 en Garrido-Rojas, Ídem.); es menos tolerante a las expresiones de vulnerabilidad del niño (Ainsworth et al., 1978); suele ser hostil y crítica hacia él (Bartholomew, 1990) y sus prácticas de crianza generalmente están permeadas por el castigo físico y la retirada de cariño (Magai, 2000 en Garrido-Rojas, op. cit.), lo que le da una imagen amenazante que mantiene alejado al menor (Bartholomew, 1990).

Como puede notarse, que todo niño privilegie a un cuidador en su búsqueda de apoyo o consuelo no implica que este último pueda proveerlos y aliviar el malestar del menor quien, en ese caso, establecerá un vínculo de apego de baja calidad con esa figura (Diamond, 2001 en Vargas et al., op. cit.).

Originalmente, la teoría del apego se enfocaba en el vínculo entre madre e hijo durante la infancia pero, poco a poco, sus seguidores se interesaron por lo que sucede con el sistema de apego a lo largo de la vida de los individuos pues, como Bowlby (1979 en Ainsworth, 1991) decía, el apego está presente desde la cuna

hasta la tumba. Por lo tanto, no solo incluye al lazo emocional presente en la diada madre e hijo sino también al vínculo que existe en algunas relaciones⁵ que se tienen con hermanos, amigos, parejas románticas u otras figuras significativas (Ainsworth, Ídem.) en años posteriores.

Por ello, la teoría del apego propone cuatro hipótesis generales acerca de la personalidad y el comportamiento (Simpson y Rholes, op. cit.), a saber:

1. Las orientaciones de apego se forman durante la niñez en respuesta a interacciones con las figuras de apego primarias.
2. Las orientaciones de apego permanecen relativamente estables al menos desde la niñez tardía y adolescencia temprana a la adultez.
3. Las experiencias tempranas de apego influyen en las relaciones durante la adultez.
4. Las orientaciones de apego de los padres actúan en la naturaleza del apego de sus hijos hacia ellos.

Con estas hipótesis en cuenta, el apego en la adultez comenzó a ser estudiado a partir de la segunda mitad de los años ochenta, pero casi siempre era orientado al vínculo del individuo con sus padres -y su representación de éstos- o con sus propios hijos. Fue en 1987 cuando Hazan y Shaver consideraron por primera vez que las relaciones románticas adultas también son un proceso de apego, el cual se experimenta de manera diferente por cada persona debido a sus experiencias con sus cuidadores primarios. Esto constituyó una aportación importante a la teoría del apego pues hizo posible traducir el apego durante la infancia a las relaciones en la edad adulta. Sin embargo, la utilización de sus elementos

⁵ Hay que remarcar el hecho de que los vínculos afectivos no son sinónimo de relaciones pues los primeros son una característica del individuo y no de la diada propia de una relación, además de que -por definición- son para toda la vida, a diferencia de las relaciones que tienen una duración variable. Aunado a ello, las relaciones tienen diversos componentes que pueden o no ser relevantes para el vínculo afectivo o apego (Ainsworth, 1991).

conceptuales se hacía de manera literal y se usaba la clasificación de apego de Ainsworth et al. (1978) con algunas adaptaciones que le daban sentido en las interacciones adultas.

Poco después, Bartholomew (1990) y Bartholomew y Horowitz (1991) revisaron la teoría del apego y notaron que había dos características clave en los modelos de trabajo internos planteados por Bowlby. La primera es si la figura de apego es o no juzgada como la persona que, en general, responde a los llamados de apoyo y protección del individuo; mientras que la segunda se refiere a si el individuo se ve o no como la clase de persona a la que cualquiera -especialmente la figura de apego- podría responder amablemente (Bowlby, 1973 en Bartholomew y Horowitz, Ídem.). Es decir, corresponden a la percepción que el individuo tiene de los demás y de sí mismo, respectivamente.

Partiendo de lo anterior, estos autores consideraron que si cada una de las percepciones mencionadas se dicotomizaba en positiva y negativa para luego combinarse entre sí, resultaban cuatro estilos de apego y no tres como siempre se había dicho. Esto, derivó de la revisión del estudio de Hazan y Shaver (1987), pues los participantes que en él habían sido clasificados como inseguros evitantes, tenían dos motivaciones para no relacionarse con el otro: el miedo a las consecuencias y la falta de interés (Bartholomew, 1990), lo que también derivaba en dos formas de evitación. Por ello, Bartholomew (Ídem.) y Bartholomew y Horowitz (op. cit.) desarrollaron un modelo con cuatro estilos de apego adulto: seguro, preocupado, temeroso-evitante y rechazante-evitante.

Fig. 1 Modelo de apego adulto.

		Percepción del sí mismo (Dependencia)	
		Positiva (Baja)	Negativa (Alta)
Percepción del otro (Evitación)	Positiva (Baja)	Cuadrante I SEGURO Cómodo con la intimidad y la autonomía	Cuadrante II PREOCUPADO Preocupado por las relaciones
	Negativa (Alta)	Cuadrante IV RECHAZANTE Evita la intimidad y es independiente	Cuadrante III TEMEROSO Teme a la intimidad y evita el contacto social

Fuente: Bartholomew y Horowitz (1991).

La figura 1 muestra los estilos y las dimensiones que estos autores emplearon en su modelo de apego adulto. En el eje horizontal se encuentra la *dependencia* que puede ir de baja –en la que la percepción de sí mismo se establece de manera interna y no requiere validación externa- a alta –donde solo puede ser mantenida por la aceptación de los demás-; mientras que en el eje vertical está la *evitación de la intimidad* -que también va de baja a alta- y refleja el grado en el que las personas evitan el contacto cercano con los otros al esperar consecuencias desagradables de ello (Bartholomew, 1990; Bartholomew y Horowitz, op. cit.).

Al combinar estas dimensiones y considerar que la percepción de sí mismo consiste en si el individuo se considera o no digno de apoyo y amor, mientras que la percepción de los demás versa en si estos son vistos como confiables y

disponibles o no confiables y rechazantes, resultaron cuatro estilos de apego adulto distintos (Bartholomew, 1990; Bartholomew y Horowitz, op. cit.):

- El estilo seguro en el que el individuo tiene una percepción positiva tanto de sí mismo como de las personas que son significativas para él, no depende de su aceptación ni evita la intimidad.
- El estilo preocupado en que el individuo tiene una percepción negativa de sí mismo combinada con una percepción positiva de los demás, busca volverse íntimo con éstos y depende de la aceptación de ellos.
- El estilo temeroso-evitante donde el individuo tiene una percepción negativa de sí mismo y de las demás personas, depende de la aceptación de éstas y evita la intimidad por las consecuencias desagradables que podría suponer.
- El estilo rechazante-evitante en el que el individuo tiene una percepción positiva de sí mismo a la vez que una percepción negativa de los demás, no depende de ellos y evita la intimidad al minimizar la importancia que ésta tiene.

Estos *prototipos*, como los llama Bartholomew (1990), han sido enriquecidos y complejizados gracias a algunos estudios que se han hecho con adultos, los cuales se enfocan en las relaciones que ellos mantienen con sus padres, amigos y parejas románticas. Hablaremos de sus características a continuación.

Seguro.

Las personas con este estilo tienen una alta autoestima (Bartholomew, Ídem.; Horowitz, Rosenberg y Bartholomew, 1993) y un nivel moderado de confianza en sí mismos (Bartholomew, s.f.); no tienen problemas interpersonales severos (Bartholomew, 1990); valoran las relaciones íntimas (Rosenstein y Horowitz, 1996 en Fino et al., 2008) –que pueden tener sin perder su autonomía (Bartholomew y Horowitz, op. cit.)- y no les preocupa ser abandonados o que los otros se vuelvan muy íntimos (Simpson y Rholes, op. cit.) porque se sienten cómodos tanto dependiendo de los otros –sobre todo en lo emocional- como teniendo a alguien

dependiendo de ellos pues les consideran accesibles, confiables y bien intencionados (Horowitz, Rosenberg y Bartholomew, op. cit.; Simpson y Rholes, op. cit.), además de que tienen una imagen más realista de sí mismos y de los demás (Mikulincer y Horesh, 1999 en Yárnoz et al., 2001).

De acuerdo con Bartholomew (s.f.), son agradables y atentos al entrevistarlos, tienen un discurso fluido con un grado apropiado de elaboración, respuestas coherentes y muy pocas defensas. Por otro lado, muestran una expresión emocional adecuada y flexible, lloran a veces, utilizan diversas estrategias de afrontamiento efectivas cuando tienen problemas –entre ellas acudir a los demás en busca de apoyo- y procuran estar cerca de quienes les son significativos pues, entre otras cosas, se sienten cómodos llorando frente a ellos y mostrándoles aspectos íntimos de sí mismos.

En general, tienen relaciones íntimas, cercanas y mutuas. Consideran que las amistades son altamente importantes -en ellas pueden expresar sus emociones negativas- y sus relaciones románticas están caracterizadas por afecto positivo (Simpson, 1990 en Simpson y Rholes, op. cit.), altos niveles de confianza, compromiso, satisfacción e interdependencia (Collins y Read, 1990 en Simpson y Rholes, Ídem.). Aunado a ello, las personas con un estilo seguro ven a sus padres como benevolentes y no punitivos (Levy, Blatt, y Shaver, 1998 en Yárnoz et al., 2001).

Preocupado.

Aquellos con un estilo preocupado dan entrevistas bastante elaboradas con un alto contenido emocional –que a veces deriva en llanto- (Bartholomew y Horowitz, op. cit.), frecuentemente se contradicen a sí mismos y, en general, muestran una falta de claridad y objetividad sobre todo al hablar de sus relaciones cercanas (Bartholomew, s.f.; 1990).

Usualmente se consideran indignos y poco valiosos (Bartholomew, 1990; Griffin y Bartholomew, 1994; Horowitz, Rosenberg y Bartholomew, op. cit.); se sienten

incomprendidos y no apreciados por los demás (Simpson y Rholes, op. cit.); tienen poca confianza en sí mismos, creen que se aprovechan de ellos (Bartholomew, s.f.) y suelen ser dominantes (Bartholomew y Horowitz, op. cit.; Horowitz, Rosenberg y Bartholomew, op. cit.), celosos y sufrir ansiedad por separación (Bartholomew, s.f.; Yárnoz et al., 2001).

Además, son muy expresivos emocionalmente, lloran con frecuencia –a veces sin importar dónde o con quién estén- a la vez que muestran aspectos de sí mismos de manera inapropiada (Bartholomew, s.f.; Bartholomew y Horowitz, op. cit.) y, cuando tienen problemas, reaccionan exageradamente y de inmediato acuden a los demás en busca de ayuda porque les cuesta trabajo enfrentar los problemas por sí mismos (Bartholomew, s.f.).

Son altamente dependientes y demandantes, buscan desesperada e insaciablemente la compañía, la atención y la aprobación de los demás para valorarse a sí mismos (Bartholomew, Ídem., 1990; Bartholomew y Horowitz, op. cit.; Griffin y Bartholomew, op. cit.), tienden a idealizar y devaluar a los otros alternadamente (Bartholomew y Horowitz, op. cit.), a percibirlos como más parecidos a sí mismos de lo que en verdad son para reducir la distancia con ellos (Yárnoz et al., 2001) y a involucrarse de más en las relaciones interpersonales (Bartholomew y Horowitz, op. cit.).

Para las personas con un estilo preocupado, las amistades son muy importantes y tienden a ser conflictivas, principalmente porque no consiguen todo lo que esperan de sus amigos a causa de sus altas y constantes demandas, motivo por el que a veces les ven como no confiables e indisponibles o como si no les apoyaran lo suficiente. Empero, cuando están involucrados en una relación romántica, son ellos quienes ignoran a sus amigos, los utilizan para manipular a su pareja o los ven como potenciales parejas sexuales e incluso como competencia (Bartholomew, s.f.).

Asimismo, les preocupa no encontrar a alguien con quien compartir su vida, que su pareja no les valore, no les ame realmente o les abandone (Bartholomew,

Ídem.; Simpson y Rholes, op. cit.), pero como las relaciones románticas son su prioridad, tienen una casi todo el tiempo y se involucran emocionalmente en ellas con mucha rapidez al grado de enamorarse casi inmediatamente (Bartholomew, s.f.). Cuando están en una relación romántica, idealizan al otro -para sobreponerse al hecho de que las figuras de apego a veces no brindan cuidado ni están disponibles-, se vuelven altamente dependientes y demandantes, desean ser necesitados, cuidar o “arreglar” a su pareja (Bartholomew, Ídem.) -con la cual quieren entrelazarse profundamente (Hazan y Shaver, op. cit.)- y a veces la perciben como demasiado independiente, no comprometida en la relación y reacia a estar tan cerca como ellos desean (Simpson y Rholes, op. cit.).

Esto hace que sus relaciones contengan más afecto negativo (Simpson, 1990 en Simpson y Rholes, Ídem.), bajos niveles de confianza, compromiso, satisfacción e interdependencia (Collins y Read, 1990; Simpson, 1990 en Simpson y Rholes, Ídem.), lo que suele estar acompañado de formas de amor obsesivas, celosas y posesivas (Bartholomew, s.f.; Hazan y Shaver, op. cit.; Hendrick & Hendrick, 1989; Levy y Davis, 1988 en Simpson y Rholes, op. cit.). Sin embargo, les genera mucho malestar terminar una relación, por lo que permanecen en una incluso a pesar de graves conflictos (Bartholomew, s.f.).

Aunado a ello, caracterizan a sus padres como punitivos y benevolentes a la vez (Levy, Blatt, y Shaver, 1998 en Yárnoz et al., 2001), se diferencian muy poco con la figura materna y, en el caso de las mujeres, se identifican más con las figuras masculinas que con las femeninas (Yárnoz et al., Ídem.).

Temeroso-evitante.

Los individuos con un estilo temeroso-evitante se muestran inseguros e inhibidos durante la entrevista, frecuentemente ríen de nervios y a veces parecen incómodos, aunque suelen compartir aspectos muy íntimos de sí mismos, inclusive pueden revelar alguna información que no habían dicho hasta entonces (Bartholomew, s.f.).

Se ven a sí mismos como no valiosos e indignos del apoyo o el amor de los demás (Bartholomew, 1990; Bartholomew y Horowitz, op. cit.; Simpson y Rholes, op. cit.) y confían muy poco en sí mismos (Bartholomew, s.f.; Bartholomew y Horowitz, op. cit.; Fino et al., op. cit.; Horowitz, Rosenberg y Bartholomew, op. cit.). Además, la ausencia de la figura de apego les genera mucha ansiedad (Bartholomew, s.f.; Simpson y Rholes, op. cit.) y su autoconcepto depende en gran medida de la percepción que los demás tengan de ellos y de su aceptación (Bartholomew, 1990; Griffin y Bartholomew, op. cit.), lo que les preocupa bastante.

Son poco asertivos (Bartholomew y Horowitz, op. cit.; Horowitz, Rosenberg y Bartholomew, op. cit.), no enfrentan completamente sus problemas, no alivian el malestar que producen ni recurren a alguien en busca de ayuda -a menos de que perciban una respuesta mínimamente positiva- y tampoco expresan sus emociones frente a los demás –especialmente evitan llorar frente a estos (Bartholomew, s.f.; Bartholomew y Horowitz, op. cit.)-, aunque tienen mecanismos de regulación emocional más flexibles e integrados que los estilos preocupado y rechazante-evitante (Levy, Blatt y Shaver, 1998 en Yárnoz et al., 2001).

Por otro lado, si bien expresan un gran deseo de tener contacto íntimo con los demás, tienen dificultad para hacerlo porque son tímidos, solitarios y carecen de habilidades sociales (Bartholomew, s.f.,1990; Simpson y Rholes, op. cit.) debido a su inseguridad y desconfianza en las personas al tener expectativas negativas de éstas (Bartholomew y Horowitz, op. cit.; Griffin y Bartholomew, op. cit.) –por ejemplo, esperan que sean rechazantes y no confiables (Horowitz, Rosenberg y Bartholomew, op. cit.)-. Ello les hace evitar tanto las relaciones cercanas como la intimidad para evitar el dolor que produce la pérdida o el rechazo, a los que son extremadamente sensibles (Bartholomew, 1990; Bartholomew y Horowitz, op. cit.; Fino et al., op. cit.; Griffin y Bartholomew, op. cit.; Simpson y Rholes, op. cit.; Yárnoz et al., s.f.).

Sin embargo, pueden tener algunas amistades -que han tomado años en establecerse como tales- en las que se sienten más involucrados que el otro, casi

no muestran aspectos íntimos de sí mismos (Bartholomew, s.f.) y se vuelven sumisos para evitar los conflictos porque les generan ansiedad (Bartholomew y Horowitz, op. cit.; Fino et al., op. cit.). En cuanto a las relaciones románticas, les parece difícil involucrarse en una por la intimidad que conlleva y porque les preocupa no encontrar una pareja o no ser queridos en el futuro. Una vez que la tienen, son muy dependientes, sumisos e inseguros, se les dificulta comunicar y mostrar sus sentimientos al otro, usualmente se culpan de los problemas –que intentan evitar- y, cuando la relación termina, manifiestan un gran malestar a la vez que miedo a no volver a encontrar otra relación (Bartholomew, s.f.).

Además, a pesar de percibir sus relaciones familiares como menos expresivas, altamente conflictivas y desorganizadas (Pérez et al., s.f.), así como no diferenciar a la figura materna de la figura paterna debido a la imagen negativa que tienen de ambas (Bartholomew, 1990), los individuos con un estilo temeroso-evitante son capaces de diferenciarse de sus padres, no idealizarlos tanto y no marcar una distancia defensiva de ellos aun cuando relatan infancias difíciles que, en apariencia, han integrado adecuadamente (Levy, Blatt y Shaver, 1998 en Yárnoz et al., 2001).

Rechazante-evitante.

Las personas con este estilo llevan a cabo entrevistas poco elaboradas en las que suelen reír nerviosamente y mostrarse distantes, indiferentes, fríos o arrogantes y más racionales que emocionales al hablar de sus relaciones, las cuales evalúan de manera intelectualizada (Bartholomew, s.f.) con poca claridad o credibilidad (Bartholomew y Horowitz, op. cit.).

Tienen un buen autoconcepto (Horowitz, Rosenberg y Bartholomew, op. cit.), una alta autoestima (Griffin y Bartholomew, op. cit.) y una moderada confianza en sí mismos que enmascaran una percepción un tanto negativa de ellos (Bartholomew, s.f.), todo lo cual mantienen al negar defensivamente el valor de la intimidad y de las relaciones cercanas, al mismo tiempo que le dan mucha importancia a la independencia, a la libertad y al logro (Bartholomew, Ídem., 1990; Bartholomew y

Horowitz, op. cit.; Griffin y Bartholomew, op. cit.; Rosenstein y Bartholomew, 1996 en Fino et al., op. cit.; Simpson y Rholes, op. cit.). Ello, a causa de las expectativas negativas que tienen de las demás personas, lo que les hace evitar pasivamente las relaciones cercanas (Bartholomew, 1990; Horowitz, Rosenberg y Bartholomew, op. cit.), desactivar el sistema de apego de manera defensiva (Yárnoz et al., 2001), buscar la distancia tanto física como emocional de los demás (Bartholomew, s.f., 1990; Simpson y Rholes, op. cit.; Yárnoz et al., s.f.), negar el temor que tienen a acercarse a ellos (Simpson y Rholes, op. cit.) y no mostrar signos de celos o ansiedad al separarse de alguien significativo (Bartholomew, s.f.).

Cuando tienen problemas, evitan recurrir a los demás en busca de apoyo y casi no expresan sus emociones, prefieren evadirlas o minimizarlas al grado de que rara vez lloran -casi nunca frente a otra persona- (Bartholomew, Ídem.; Bartholomew y Horowitz, op. cit.) y procuran tener una imagen de autosuficiencia, frialdad e invulnerabilidad (Bartholomew y Horowitz, Ídem.; Griffin y Bartholomew, op. cit.). Por esa razón, se sienten incómodos con las muestras de afecto y la proximidad de los demás, no comparten aspectos íntimos de sí mismos y evitan el conflicto, suelen ser hostiles (Kobak y Sceery, 1988 en Bartholomew, 1990), controladores (Bartholomew y Horowitz, op. cit.), cínicos o muy críticos con los demás y dicen que no les importa lo que éstos piensen de ellos, dando la impresión de que no les agrada mucho la gente (Bartholomew, s.f.). No obstante, pueden tener algunas amistades que, si bien describen como buenas, suelen ser superficiales ya que están más basadas en intereses o actividades comunes que en cercanía emocional, por lo cual no buscan apoyo en sus amigos (Bartholomew, Ídem.).

De igual manera, sus relaciones románticas se caracterizan por la falta de apoyo, intimidad y cercanía. En ellas, están menos involucrados que su pareja –cuyas demandas de apoyo o signos de dependencia les incomodan-, muestran poco de sí mismos, son escasamente expresivos y prefieren evadir el conflicto (Bartholomew, Ídem.). Además, evitan el compromiso, se sienten atrapados o aburridos rápidamente en las relaciones y dicen no querer tener una porque no les

interesa o no la necesitan, están muy ocupados o enfocados en el trabajo, no desean comprometerse ni depender de alguien o simplemente quieren probar con muchas posibles parejas (Bartholomew, Ídem.).

Aunado a ello, las personas con este estilo de apego perciben a los otros significativos como menos parecidos a sí mismos de lo que en verdad son (Yárnoz et al., 2001) y como personas poco confiables o muy entusiasmadas para hacer compromisos de largo plazo (Simpson y Rholes, op. cit.). Por otro lado, caracterizan a sus padres como punitivos y malevolentes, se identifican más con su madre, tienen una figura paterna distante y mantienen una distancia defensiva con ambos (Levy, Blatt, y Shaver, 1998 en Yárnoz et al., 2001).

En las descripciones anteriores se hizo hincapié en las características de cada estilo de apego referentes a la percepción que el individuo tiene de sí mismo y de los demás en las relaciones románticas y de amistad, pero poco se ha hablado en relación a sus padres debido a la exigua investigación que hay al respecto utilizando el modelo de Bartholomew (1990), quien hizo algunas suposiciones basadas en la teoría del apego desarrollada hasta entonces.

Para ella, los adultos con un estilo seguro han tenido figuras parentales generalmente disponibles y sensibles a sus necesidades sobre todo cuando eran niños, a diferencia de aquellos con un estilo preocupado que tuvieron padres inconsistentes e insensibles a pesar de asegurar estar dedicados a sus hijos, lo que probablemente hizo que estos últimos creyeran que no tenían el cuidado o el cariño de sus padres porque no eran lo suficientemente valiosos.

En cuanto a los estilos temeroso-evitante y rechazante-evitante, cree que aun cuando ambos son resultado de una historia de rechazo por parte de las figuras de apego o de la ausencia de las mismas, tienen algunas diferencias. En el caso de los adultos temerosos-evitantes piensa que, cuando eran niños, aprendieron que los demás no brindan cuidado ni están disponibles tal vez porque, además, ellos tampoco inspiran amor, lo que aunado a la constante expresión de afecto negativo

de sus padres hacia y frente a ellos, les llevó a ser retraídos y a evitar el conflicto con los demás.

Por último, supone que los adultos rechazantes-evitantes se han conformado como tales para sobreponerse al rechazo de las figuras de apego, por ello se distancian de los otros y desarrollan una imagen de sí mismos invulnerable a cualquier emoción que pueda activar el sistema de apego. Asimismo, es probable que los padres de estos adultos desalentaran su expresión de emociones negativas comunicándoles que hacerlo -o siquiera experimentarlas- era inaceptable; generalmente eran fríos, distantes, casi no estaban disponibles ni eran sensibles a las necesidades de sus hijos y valoraban más el éxito escolar o deportivo que el desarrollo de relaciones íntimas. Todo lo cual hizo que, poco a poco, aquellos con un estilo rechazante-evitante construyeran un yo inmune al rechazo como una manera de protegerse.

Con lo anterior, puede notarse que el apego adulto está estrechamente relacionado con el apego en la infancia, pero no es reducido a él por su complejidad (Bartholomew y Horowitz, op. cit.), pues la imagen que los seres humanos tienen de sí mismos en la adultez proviene de numerosas experiencias con distintas personas durante su vida y no solo con sus cuidadores primarios (Bartholomew, 1990). Por consiguiente, no todas las personas muestran solo un estilo de apego, algunas tienen rasgos de varios de ellos en diferentes relaciones o a lo largo de éstas (Bartholomew, Ídem.; Bartholomew y Horowitz, op. cit.) -lo que no se consideraba en los modelos de apego anteriores al de Bartholomew- y, por ser práctico, se les clasifica en el estilo que más predomina en sus experiencias.

La existencia de un estilo de apego predominante tiene que ver con que el comportamiento de una persona influye en el comportamiento de otra favoreciendo que sea *complementario* al suyo, lo que confirma la percepción que tiene de sí misma y de los demás (Bartholomew y Horowitz, Ídem.), es decir, reafirma sus modelos de trabajo internos. Así, aun cuando ello pueda promover

interacciones poco adecuadas, desagradables o dolorosas, el individuo tiende a repetir ese comportamiento y a quedarse estancado en el estilo de relación que conlleva (Bowlby, 1969/1993; Horowitz, Rosenberg y Bartholomew, op. cit.). Por ese motivo, los estilos de apego son relativamente estables a lo largo de la vida (Ainsworth, 1991; Bowlby, 1969/1993, 1980; Collins y Read, 1994 en Fonagy, op. cit.; Delgado et al., op. cit.; Roberts y Steinberg, 1999).

Sin embargo, no son estáticos, están abiertos a los estímulos ambientales y son flexibles ante las nuevas experiencias (Allen et al., 2004 en Delgado et al., op. cit.; Yáñez et al., 2001), lo que permite modificar las representaciones del sí mismo y del otro si no son congruentes con el presente del individuo. De hecho, aun cuando las relaciones tempranas con las figuras de apego siguen teniendo gran importancia en etapas posteriores (Marrone, 2001 en Brando et al., op. cit.), tienden a disminuir e incluso desaparecer cuando existen cambios importantes en las condiciones de crianza (Hamilton, 2000; Weinfield et al., 2000 en Oliva, 2011), en las conductas parentales relacionadas con el apego (Belsky y Fearon, 2002 en Oliva, Ídem.) o cuando se presentan situaciones especialmente estresantes, por ejemplo, una etapa de transición como la adolescencia. En esta, el sistema de apego es mucho más flexible (Allen et al., 2004 en Oliva, Ídem.) por la formación de vínculos afectivos fuera del entorno familiar ya sea en relaciones de amistad o románticas, las cuales posibilitan el traslado del apego infantil al apego adulto con la consecuente confirmación o el reajuste de los modelos de trabajo internos de los individuos. Ello será abordado en el siguiente apartado.

Adolescencia

De acuerdo con Papalia (1997), la adolescencia es un periodo que inicia alrededor de los 12 o 13 años y termina entre los 19 y 20 años de edad. Esta etapa constituye una fase de transición entre la niñez y la edad adulta, por lo que en ella se producen diversos cambios físicos y psicológicos. En general, todos

conocemos cuáles son esos cambios físicos, así que hablaremos de los psicológicos.

Entre éstos, destacan el desequilibrio en el funcionamiento psíquico debido, principalmente, a la debilidad de las estructuras yoica y superyoica; el surgimiento del pensamiento formal (Oliva, op. cit); el aumento de la tensión impulsiva y del comportamiento defensivo; los conflictos con la autoridad; la distorsión del tiempo y la presencia de relaciones de objeto móviles, narcisismo e hipersensibilidad (Brando et al., op. cit.). Gradualmente, estos cambios se estabilizan en los últimos años de la adolescencia pues, para entonces, la percepción que se tiene de uno mismo es más estable y positiva que al inicio de esta etapa (Simmons et al., 1973 en Lehalle, 1990), existe una clara diferenciación entre el sí mismo y el otro (Rodríguez-Tomé, 1972 en Lehalle, Ídem.) y, en la mayoría de los casos, la identidad se encuentra realizada, es decir, el individuo ha experimentado y resuelto una crisis de identidad (Marcia, 1980 en Lehalle, Ídem.).

Asimismo, durante la adolescencia suceden algunas transformaciones en la relación que se tiene con los padres. Por ejemplo, disminuyen la cercanía emocional, las expresiones de afecto (Collins y Repinski, 2001 en Oliva, op. cit.), la cantidad de tiempo de convivencia (Larson, Richards, Moneta, Holmbeck y Duckett, 1996 en Oliva, Ídem.) y la comunicación con ellos. Todo con la finalidad de lograr paulatinamente la separación y la autonomía de las figuras parentales, tareas de la adolescencia (Sander, 2004) que pueden ser problemáticas cuando se experimentan como una amenaza a la autoridad paterna o a la relación entre padres e hijos (Oliva, op. cit.).

Dichos cambios hacen que la adolescencia sea un periodo de esfuerzo interno intrapsíquico entre las necesidades de dependencia de la infancia y las necesidades de independencia propias de la adultez (Blos, 1972; Freud, 1958; Arnold, 1990 en Arteaga, 2005). Por ello, según Oliva (op. cit.), uno de los objetivos del adolescente es alcanzar un equilibrio entre esas necesidades que

son la continuación del enfrentamiento entre los sistemas de apego y exploración aunque en otro contexto.

De hecho, tal y como en etapas anteriores, los adolescentes mostrarán mayor tendencia a la exploración cuando sientan que sus padres están disponibles y les muestran su apoyo, pues aun cuando el apego presenta como base las relaciones entre el niño y su cuidador primario, tiene implicaciones fundamentales para tareas del desarrollo propias de la adolescencia (Sander, op. cit.). Además de que, durante esta etapa, las funciones del sistema de apego pasan de proteger al individuo de las amenazas físicas reales a protegerlo también de las situaciones de estrés emocional mediante la regulación emocional (Oliva, op. cit.).

Esta última consiste en la capacidad del individuo para manejar o moderar adecuadamente sus emociones positivas y negativas (Fernández-Berrocal y Extremera, 2002). Para ello, es necesario que la persona tome consciencia de la relación existente entre emoción, cognición y comportamiento; identifique y exprese sus emociones sin verse rebasado por ellas y comprenda el impacto que tienen tanto en sí mismo como en los demás. Asimismo, incluye la regulación de la impulsividad, la tolerancia a la frustración, la perseverancia en el logro de metas, el uso de diferentes estrategias de afrontamiento efectivas y la capacidad para autogenerar emociones positivas que, en conjunto, contribuyen al bienestar del individuo (Bisquerra y Pérez, 2007).

De acuerdo con Mikulincer et al. (op. cit.), durante los primeros años de vida los seres humanos necesitan la ayuda del otro para regular sus emociones, lo cual permite que posteriormente sean capaces de hacerlo por sí mismos. Para lograrlo, es decir, pasar de la corregulación a la autorregulación, estos autores consideran que la disponibilidad de una figura de apego es un factor importante; es por ello que la regulación emocional es distinta en cada uno de los estilos de apego, lo cual solo se ha acotado en la clasificación de Ainsworth et al. (1978).

En general, los adolescentes seguros son capaces de percibir, etiquetar, expresar y regular sus emociones, son poco hostiles, bastante empáticos (Shaver y

Mikulincer, 2002 en Garrido-Rojas, op. cit.) y utilizan estrategias de afrontamiento efectivas ante situaciones estresantes (Pérez et al., op. cit.; Scharf et al., 2004 y Seiffe-Krenke y Beyers, 2005 en Oliva, op. cit.) como, por ejemplo, buscar apoyo en los demás (Shaver y Mikulincer, 2002 en Garrido-Rojas, op. cit.). Aquellos que son inseguros ambivalentes buscan la proximidad de la figura de apego con mucha frecuencia, presentan una hiperactivación de estrategias –incluyendo el rápido acceso a recuerdos dolorosos (Shaver y Mikulincer, en Garrido-Rojas, Ídem.)- y altos niveles de afectividad negativa que les cuesta trabajo regular, razón por la que sus emociones tienden a desbordarse presentando en ocasiones depresión, ansiedad o consumo de sustancias adictivas (Oliva, op. cit.). Mientras que quienes son inseguros evitantes ignoran e inhiben tanto sus emociones como cualquier pensamiento o recuerdo doloroso (Shaver y Mikulincer, 2002 en Garrido-Rojas, op. cit.), se distancian emocionalmente (Garrido-Rojas, Ídem.) y no buscan apoyo emocional en los otros (Seiffge-Krenke, 2006 en Oliva, op. cit.).

Evidentemente, esto tiene implicaciones en la manera en que los adolescentes se relacionan con los demás pues la regulación emocional es un importante componente de las relaciones íntimas (Roberts y Steinberg, op. cit.) dentro y fuera del entorno familiar. Ahondaremos un poco más en las primeras debido a que cobran gran importancia durante la adolescencia, ya sea en relaciones románticas o de amistad.

Apego a iguales.

Desde el comienzo de la adolescencia, el apego a los iguales aumenta significativamente (Delgado et al., op. cit.; López, 1993 en Yárnoz et al., 2001) para que el individuo adquiera autonomía emocional de sus padres, experimente relaciones horizontales que le preparen para las relaciones de pareja y tenga más figuras de apego a las cuales recurrir en caso de que alguna no esté disponible (Scharf y Mayseless, 2007 en Oliva, op. cit.). Todo ello posibilita una reformulación de los modelos de trabajo internos debido al surgimiento del pensamiento formal que permite al adolescente razonar con mayor complejidad acerca de sus

relaciones con las figuras de apego para compararlas con otras y apreciarlas de manera más realista (Allen, 2008 en Oliva, Ídem.).

Así, aun cuando el sistema de apego ya puede considerarse una organización global, integrada y estable (Oliva, Ídem.), sufre algunas transformaciones a lo largo de la adolescencia. Entre ellas, destacan el que el adolescente deja de ser solo receptor de cuidados para también brindarlos y establecer relaciones más simétricas con los demás (Martínez et al., op. cit.), así como el cambio en la jerarquía de figuras de apego pues las necesidades de apego se ven satisfechas también por los vínculos con los pares y no exclusivamente por los padres (Yárnoz et al., 2001; Zeifman y Hazan, 2008 en Delgado et al., op. cit.) que siguen siendo figuras importantes en el desarrollo de los adolescentes. Ello hace que, progresivamente, las relaciones con los iguales adquieran las cualidades de las relaciones de apego adulto -ya sea de amistad o románticas- que se caracterizan por la intimidad y el apoyo (Allen y Land, 1999 en Delgado et al., Ídem.).

Las relaciones de amistad son relaciones mutuas y bilaterales (Bagwell, 2004; Bokowski y Hoza, 1989 en Leung Fai, 2007) que implican cercanía, intimidad y compañía (Saldarriaga, 2005 en Fino et al., op. cit.), así como reciprocidad, compromiso e igualdad (Saldarriaga, 2005 en Fino et al., Ídem.). Entre sus funciones se encuentran el fungir como apoyo y ayuda para los individuos que la conforman, como fuente de compañía, intimidad, interdependencia y seguridad -sobre todo ante situaciones amenazantes- (Asher y Parker, 1988 en Leung Fai, op. cit.). Aunado a ello, fomentan el desarrollo de competencias sociales, estimulan la exploración (Bukowski, 2001 en Leung Fai, Ídem.), el aprendizaje de estrategias de regulación emocional (Parker y Gottman, 1989 en Leung Fai, Ídem.) y contribuyen al desarrollo cognitivo (Hartup, 1996; Newbomb y Bagwell, 1996 en Leung Fai, Ídem.).

Como puede notarse, esta clase de relaciones presenta elementos que se asemejan a las características de los vínculos de apego (búsqueda de proximidad, refugio físico y emocional, base segura y ansiedad por separación), por lo tanto,

también pueden considerarse como tales (Delgado et al., op. cit.) y por ello tienen algunas particularidades de acuerdo con el estilo de apego que muestran los individuos. Por ejemplo, los adolescentes con un estilo seguro se sienten más cómodos con las interacciones afectivas íntimas dentro de la amistad (Allen et al., 2007; Sroufe, Egeland, Carlson, y Collins, 2005 en Oliva, op. cit.); los que tienen un estilo inseguro ambivalente presentan un buen desempeño social pero se muestran muy ansiosos al respecto, lo que dificulta la relación con el otro (Seiffge-Krenke, 2006 en Oliva, Ídem.); mientras que aquellos con un estilo inseguro evitante tienen problemas en el desempeño social (Cassidy, Kirsh, Scolton y Parke, 1996 en Oliva, Ídem.) y se alejan emocionalmente de los demás, lo que les hace parecer hostiles y distantes (Larose y Bernier, 2001 en Oliva, Ídem.).

Por otro lado, las relaciones románticas consisten en una sucesión de interacciones voluntarias entre dos individuos que implican diversas manifestaciones de compañerismo, intimidad, protección y apoyo (Brown, Feiring y Furman, 1999 en Vargas y Barrera, 2002). En ellas, existe una atracción hacia el otro basada en la apariencia física, en características de personalidad y en la compatibilidad de intereses o de habilidades (Brown, Feiring y Furman, 1999 en Vargas y Barrera, Ídem.); así como afecto y reciprocidad (Furman y Simon, 1999 en Vargas y Barrera, Ídem.), a la vez que un alto grado de interdependencia y actividad sexual presente -o esperada a futuro- entre la pareja (Collins y Sroufe, op. cit.).

Durante la adolescencia, las relaciones románticas –cuyo surgimiento permite una mayor autonomía emocional de la familia (Brown, 1999 en Roberts y Steinberg, op. cit.)- tienen la finalidad de satisfacer necesidades sexuales, de afiliación, de apego y de dar y recibir cuidados (Furman y Wehner, 1994 en Oliva, op. cit.). Al principio, satisfacen principalmente las necesidades sexuales y de afiliación para, desde la adolescencia tardía, también buscar cubrir aquellas que se refieren al apego y al cuidado. De esta manera, las relaciones románticas pasan de ser unas

meramente casuales y prácticamente superficiales a otras más estables, profundas y duraderas (Miller y Benson, 1999 en Vargas y Barrera, op. cit.).

Al igual que la amistad, las relaciones románticas son consideradas un proceso de apego (Hazan y Shaver, op. cit.) en el que los modelos de trabajo internos⁶ del adolescente influyen en el grado de confianza que éste tenga en su pareja, el grado en que establezca un vínculo satisfactorio, los límites emocionales que ponga en la relación y la forma en que maneje los celos y el conflicto que suelen aparecer en esta clase de vínculos (Connolly, 1999; Connolly et al., 1996; Feiring, 1996; Martin, 1990 en Roberts y Steinberg, op. cit.).

Por lo tanto, los estilos de apego que presentan los individuos influyen en la manera en qué se involucran dentro de las relaciones románticas. Así, en términos generales, mientras los adolescentes seguros establecen relaciones de este tipo con facilidad, tienen menos conflictos y más intercambios positivos, dan apoyo emocional, aceptan el contacto físico y muestran más satisfacción y compromiso; los adolescentes ambivalentes casi siempre se muestran inseguros y celosos a la vez que los evitantes evaden el compromiso, se muestran fríos y son distantes con su pareja (Oliva, op. cit.).

En ambos tipos de relaciones –de amistad y románticas-, la intimidad constituye un aspecto muy importante que tiene sus fundamentos en las experiencias tempranas con los padres (Collins y Sroufe, op. cit.). De acuerdo con Reis y Shaver (1988, como se citó en Collins y Sroufe, Ídem.), la intimidad es un proceso en el que dos individuos “experimentan y expresan sentimientos, se comunican verbal y no verbalmente, satisfacen motivos sociales, aumentan o reducen miedos sociales y hablan y aprenden de sí mismos” volviéndose cercanos. Para ello, es necesario que valoren y busquen la cercanía, toleren y acepten las emociones intensas que son inherentes a las relaciones cercanas, compartan sus experiencias emocionales, se autodescubran, sean recíprocos y sensibles a los

⁶ Representaciones emocionalmente cargadas que el individuo tiene sobre sí mismo, el otro y la relación que existe entre ambos (Bowlby, 1969/1993).

sentimientos del otro y se preocupen por el bienestar de éste (Collins y Sroufe, Ídem.).

En ocasiones, esto no sucede y la intimidad es prácticamente nula principalmente en las relaciones románticas que los adolescentes de cualquier edad –conscientes o no de ello- mantienen hoy en día. Cada vez son más frecuentes las relaciones casuales y de corta duración como los *freers*, los cuales no tienen ningún componente romántico ni alguna clase de compromiso, pero sí un intercambio sexual causado por la disociación entre amor y placer que les caracteriza (Barreto, 2004). Ello puede estar vinculado con el temor al compromiso y a la idea de una relación romántica convencional (García-Borés, 2000), lo que compromete el logro del objetivo final del curso evolutivo del sistema de apego: la creación de un vínculo afectivo estable con una pareja sexual que sea la principal figura de apego (Bowlby, 1980; Oliva, op. cit.).

Con regularidad, dicho temor lo presentan los adolescentes cuyos padres están divorciados o separados ya que les atemoriza la posibilidad de perder otro vínculo pues la vivencia de ese evento favorece que tanto el sistema de apego como la ansiedad por separación sean más fuertes y dolorosos (Bird, 1990). Enseguida hablaremos de estos y otros efectos que tiene en los hijos el divorcio o la separación de los padres.

Familia: ruptura conyugal de los padres

El concepto de familia posee un buen número de acepciones debido a que se le ha abordado desde diferentes perspectivas y disciplinas a través de los años y las culturas. En el ámbito psicológico existen diversas definiciones (e.g. Ackerman, 1977; Jackson, 1958; Minuchin, 1977; Stierlin, 1981) que generalmente pertenecen al enfoque sistémico y por lo mismo tienen una inclinación más terapéutica; por ello, en el presente trabajo se optó por la definición de Muñoz y Reyes (1992 en Lillo y Tapia, 2004) que no está enfocada al proceso salud-

enfermedad y contempla uniones distintas al matrimonio, lo que también permite la inclusión de hogares monoparentales, pues considera a la familia como un grupo social formado por los miembros del hogar que tienen algún parentesco de sangre, adopción o matrimonio e incluso por aquellos que simplemente tienen una unión consensual y estable.

Coloquialmente, una familia se considera como tal cuando se tienen hijos, por lo que, de acuerdo con Ackerman (1977), entre sus funciones se encuentran satisfacer las necesidades afectivas, físicas y de supervivencia de los mismos, permitir su desarrollo individual, estimular su aprendizaje y creatividad, promover la socialización y proveerles de un sistema de valores e ideología. Aunado a ello, la familia debe propiciar el desarrollo de una autoestima adecuada y habilidades sociales en los hijos, así como prepararles para enfrentar retos, asumir responsabilidades y compromisos (Palacios y Rodrigo, 1998 en Di Domenico, 2008). Por consiguiente, la familia influye en las expectativas, roles y creencias de los menores, en su desarrollo físico, emocional, social y cognoscitivo (Hartup, 1989 en Di Domenico, op. cit.).

Idealmente, se espera que las familias permanezcan unidas en el espacio y en el tiempo, pero en muchas ocasiones no es así debido a diferentes causas como, por ejemplo, la ruptura conyugal que se ha hecho más frecuente en los últimos años. En nuestro país, el número de vínculos conyugales que son disueltos aumenta constantemente⁷ dejando a muchos hijos en custodia de uno de los padres, lo que tiene numerosas consecuencias en el desarrollo de estos últimos debido a la pérdida, el abandono, la desatención, el rechazo o la dependencia -de uno o ambos padres- (Bahamón et al., 2010; Bird, op. cit.) reales o percibidos por los hijos y, sobre todo, por su experiencia individual y subjetiva de la separación.

⁷ De acuerdo con el Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI), en el año 2011 hubo 21 divorcios por cada 100 enlaces registrados en el Distrito Federal y en el año 2000 hubo 14.1 divorcios, mientras que en 1970 solo se realizaban 3.1 divorcios por cada 100 matrimonios.

A pesar de que la vivencia del divorcio o la separación de los padres es distinta para cada persona, pueden identificarse algunas características en común ya sea en el impacto que tiene en su desarrollo o en sus respuestas a ese evento dependiendo de la edad que tengan cuando se da la separación (Mikulincer y Shaver, op. cit.). Dicho impacto puede ser experimentado por los menores desde edades muy tempranas, aunque es mayor si la ruptura conyugal sucede cuando tienen entre 3 y 8 años de edad debido a la importancia que tiene este periodo en el desarrollo de los individuos (Bird, op. cit.) pues, entre otras cosas, se caracteriza por la presencia del complejo de Edipo (Freud, 1900), la identificación con los padres (Freud, 1924) y las etapas de Iniciativa frente a Culpa y Productividad frente a Inferioridad de Erikson (1968).

El complejo de Edipo⁸ se refiere al conjunto organizado de deseos amorosos y hostiles que todo niño experimenta hacia sus padres cuando tiene entre 3 y 5 años de edad y que puede presentarse en sus dos formas: una positiva -en la que los deseos amorosos están dirigidos al padre del sexo opuesto y los hostiles al padre del mismo sexo que el menor- y una negativa -donde los deseos amorosos son encaminados al progenitor del mismo sexo y los hostiles hacia el del sexo opuesto-. Ello, con la finalidad de permitir la elección del objeto de amor, el acceso a la genitalidad, la constitución del superyó, la interiorización de la prohibición del incesto y la identificación con los padres (Laplanche y Pontalis, 1996). Esta última, posibilita configurar la identidad sexual del niño diferenciada en términos de masculino y femenino, lo que lleva al desarrollo del género, al reconocimiento del otro sexo y a la elección de objeto, razón por la que más tarde otras figuras significativas pueden presentar algunos rasgos de las figuras parentales (Yáñez et al., 2001).

⁸ Para una revisión más detallada del complejo de Edipo, se sugiere consultar las siguientes obras de Freud: "La interpretación de los sueños" (1900), "Tres ensayos para una teoría sexual" (1905) y "La disolución del complejo de Edipo" (1924).

Por otro lado, de acuerdo con Erikson⁹ (1968 en Santrock, 2006), entre los 3 y los 5 años de edad sucede la fase psicosocial de Iniciativa frente a Culpa. En ella, el niño debe lograr un sentido de iniciativa que supere su sentido de culpa, lo que depende en gran medida de la manera en que sus padres respondan a sus iniciativas. De este modo, los padres fomentan la iniciativa de sus hijos si les permiten realizar distintas actividades, responden a sus preguntas y no se burlan de ellos ni minimizan sus fantasías o juegos; o, por el contrario, promueven un sentido de culpa si le hacen sentir a los menores que sus actividades son torpes, sus preguntas molestas y sus juegos o fantasías tontos o triviales, lo que podría persistir en años posteriores dificultando otras tareas del desarrollo (Elkind, 1970 en Santrock, Ídem.). Luego de esta fase, se encuentra la de Productividad frente a Inferioridad que comprende desde los 6 hasta los 12 años de edad. Durante esta, el menor dirige su energía hacia el desarrollo del conocimiento y de las habilidades intelectuales (Santrock, Ídem.), lo que fomenta el sentirse competente y productivo si se hace exitosamente, o inferior en el caso contrario.

Tanto en el complejo de Edipo como en el proceso de identificación y en las fases de Erikson anteriormente mencionadas, la presencia de los padres es fundamental. Es por ello que el desarrollo del niño se ve comprometido cuando éstos se divorcian o se separan debido a la pérdida que suponen, a los enfrentamientos entre los padres y a la disminución de sus funciones de paternidad (Buchanan, Maccoby y Dornbusch, 1992 en Vallejo et al., 2004).

Cuando la ruptura familiar ocurre en edades preescolares, es decir, entre los 3 y los 5 años, los niños manifiestan altos niveles de tristeza, temor y soledad (Vallejo et al., Ídem.), los cuales se acompañan de algunas conductas regresivas (Mercado, 2011; Riquelme, 2005), un aumento de la ira y la agresividad (Mercado, op. cit.; Riquelme, op. cit.; Vallejo et al., op. cit.), una alta demanda afectiva, menos autoestima (Mercado, op. cit.) y una importante negación simbólica de la separación (Kelly y Wallerstein, 1977 en Bird, op. cit.).

⁹ Para mayor información sobre las fases del desarrollo psicosocial de Erikson, puede revisarse su obra titulada "Identidad, juventud y crisis" (1968).

Frecuentemente, los hijos de esta edad se culpan de la separación de los padres y esperan su reconciliación (Mercado, op. cit.; Riquelme, op. cit.) pues les atemoriza el derrumbe de la estructura familiar, no volver a ver al padre que se fue de casa (Vallejo et al., op. cit.) y que sus padres les abandonen (Riquelme, op. cit.; Vallejo et al., op. cit.), les rechacen o dejen de quererlos (Mercado, op. cit.).

De acuerdo con Wallerstein y Blakelee (1989 en Vallejo et al., op. cit.), el desajuste que produce la ruptura conyugal en los padres es diferente según el sexo del menor. Los varones tienen mayores dificultades para superar la crisis y parecen sufrir más por ella, dirigen su ira hacia el exterior, se vuelven más problemáticos en la escuela, lloran en repetidas ocasiones y presentan juegos en los que predomina la violencia (Bird, op. cit.; Riquelme, op. cit.). En cambio, las mujeres –aparentemente- se sobreponen a esa crisis con facilidad y rapidez (Cantón y Justicia, 2007 en Cortés, 2010) aunque suelen volcar su ira hacia el interior tornándose irritables, caprichosas, mandonas y -en algunos casos- pueden presentar depresión (Bird, op. cit.).

El que la separación de los padres se dé en esta etapa, puede dificultar tanto el proceso de identificación como el sepultamiento del complejo de Edipo al ser probable que el menor considere cumplidas sus fantasías libidinales hacia el padre del sexo opuesto al de él cuando quien abandona el hogar es el otro progenitor (Bird, Ídem.). Aunado a ello, se asocia con bajos niveles de confianza e intimidad en los vínculos con los pares (Di Domenico, op. cit.) y puede promover la creencia de que las relaciones románticas armónicas y estables no existen, lo que puede perdurar a lo largo de la vida (Wallerstein y Kelly, 1980; Wallerstein y Blakelee, 1989; Hetherington y Kelly, 2002; Wallerstein y Lewis, 2004 en Vallejo et al., op. cit.).

Cuando los menores tienen entre 6 y 8 años de edad, las reacciones ante la separación de los padres y los efectos que ésta tiene en su desarrollo son un poco distintos. Sus respuestas a la ruptura conyugal incluyen miedo, ira, tristeza constante (Riquelme, op. cit.) –que puede derivar en depresión- y un sentimiento

importante de privación afectiva (Bird, op. cit.). Se sienten solos, traicionados, impotentes y confundidos, creen que sus padres no los quieren y que el que se va de casa les abandona o rechaza (Riquelme, op. cit.), lo que no repercute en la preocupación que tienen por éste aun cuando algunos niños asumen la responsabilidad de cuidar al padre que tiene la custodia (Mercado, op. cit.).

Asimismo, los infantes se sienten culpables por la separación y desean que sus padres vuelvan a estar juntos (Mercado, Ídem.; Riquelme, op. cit.); tienen una baja autoestima y a veces pueden ser muy demandantes o manipuladores (Mercado, op. cit.); se concentran menos tanto en el juego como en las tareas escolares y tienen un bajo rendimiento académico (Mercado, Ídem.; Riquelme, op. cit.). Además, presentan dificultades sociales (Amato, 1994 en Mercado, op. cit.) y emocionales –como un apego inseguro (Zimmermann, Fremmer-Bombik, Spangler y Grossmann, 1997 en Grossmann y Grossmann, 2010) o la reaparición de la ansiedad por separación (Bird, op. cit.; Orgilés et al., 2007)-; lloran por casi cualquier motivo (Bird, op. cit.) y son altamente agresivos (Ram y Hou, 2005 en Cortés, op. cit.).

En cuanto a las diferencias de acuerdo con el sexo de los menores, se ha encontrado que los niños manifiestan más problemas conductuales que las niñas, las cuales desarrollan más dificultades emocionales (Cantón et al., 2002) y tienden a idealizar a la figura paterna –quien suele ser la que deja el hogar- para protegerse de su sensación de abandono y desamor (Bird, op. cit.; Mercado, op. cit.).

Todos estos efectos que tiene la ruptura conyugal de los padres en los niños de entre 3 y 8 años, no se limitan a la duración de la misma ni a los meses que le siguen sino que, en mayor o en menor medida e intensidad, persisten a lo largo de la vida (Wallerstein, 1994 en Mercado, Ídem.; Turkat, 2002 en Vallejo et al., op. cit.). De hecho, es en la adolescencia cuando los efectos duraderos que tiene en los hijos pueden observarse claramente (Bird, op. cit.) debido a que los conflictos

subyacentes no fueron resueltos con anterioridad y se extrapolaron fuera del entorno familiar (Horrocks, 1990 en Lillo y Tapia, op. cit.).

Entre esos efectos se encuentran que, con frecuencia, los adolescentes hijos de padres divorciados o separados tienen baja autoestima (Henry y Holmes 1998; Santrock, 2004 en Fino et al., op. cit.); presentan trastornos de ansiedad, depresión (Bayrakal y Kope, 1990 en Fino et al., Ídem.), anorexia o bulimia y tienen -o han tenido- ideas o intentos de suicidio (Mercado, op. cit.); consumen alcohol y otras drogas (Bayrakal y Kope, 1990 en Fino et al., op. cit.; Mercado, op. cit.; Santrock, op. cit.) y; tienen un bajo aprovechamiento escolar (McLanahan y Sandefur, 1994 en Cantón et al., op. cit.; Mercado, op. cit.).

Algunos, tienen una percepción negativa de sus padres (Bayrakal y Kope, 1990 en Fino et al., op. cit.), en especial de aquel que no tiene la custodia –generalmente el padre- pues su relación con él suele ser distante y conflictiva (Fino et al., Ídem.), lo que en el caso de las mujeres puede deberse a la creencia de que les abandonó y es culpable de la separación, así como a la insatisfacción con el poco contacto que tuvieron con él después de la misma (Henry y Holmes, op. cit.). Otros -voluntaria o involuntariamente- se vuelven el cuidador de uno de sus padres, lo que afecta el desarrollo del adolescente quien, en ocasiones, puede decidir permanecer con aquél en detrimento de otras áreas de su vida (Castells, 2005) e incluso puede pretender ocupar el lugar del padre que se fue en una relación íntima con el progenitor que tiene la custodia (Bird, op. cit.).

En cuanto a las relaciones que mantienen con sus iguales, tienden a ser poco satisfactorias (Santrock, 2004 en Fino et al., op. cit.) pues les cuesta trabajo relacionarse con los demás debido a que no les perciben como alguien que da seguridad, confianza y compañía (Fino et al., Ídem.), por lo mismo, muchas veces les atemoriza iniciar relaciones románticas (Bird, op. cit.). En éstas, las mujeres suelen mostrar una gran preocupación porque su pareja les abandone, lo cual tal vez sea causado por la ausencia paterna que les dificultó aprender cómo vincularse con un figura masculina (Bird, Ídem.) fomentando la creencia de que no

son valiosas y de que no tienen mucho control en las relaciones pues, para ellas, los hombres se van¹⁰. Por esa razón, mantienen distancia emocional y acostumbran terminar sus relaciones con el objetivo de protegerse del malestar que supone ser dejadas por un hombre (Henry y Holmes, op. cit.). Además, suelen buscar parejas mucho mayores que ellas (Bird, op. cit.) y tener relaciones sexuales desde temprana edad (Bird, Ídem.; Castells, op. cit.; McLanahan, 1999 en Cortés, op. cit.; Santrock, 2004 en Fino et al., op. cit.), lo que les da mayor probabilidad de ser madres en la adolescencia (McLanahan, 1999 en Cortés, op. cit.; Roberts, M. y Steinberg, op. cit.; McLanahan y Sandefur, 1994 en Vallejo et al., op. cit.).

De esta manera, parece que los efectos que tiene la ruptura conyugal de los padres tienen importantes repercusiones en el desarrollo de los adolescentes dificultando principalmente la relación con el otro, lo que interfiere en el logro del objetivo final del sistema de apego, es decir, en la creación de un vínculo afectivo estable con una pareja sexual como principal figura de apego (Bowlby, 1980; Oliva, op. cit.).

Aun cuando se cree que la disolución del vínculo conyugal de los padres influye en el apego desde el inicio por la inseguridad emocional que conlleva (Cantón y Cortés, 2007 en Cortés, op. cit.), la investigación de las consecuencias que esto tiene en el largo plazo durante la adolescencia, es escasa pues son pocos los trabajos que directamente relacionan el apego con los adolescentes hijos de padres separados. Estos estudios, por lo general, concluyen que disminuye el apego al padre que no tiene la custodia y que predomina en los adolescentes un estilo de apego inseguro de acuerdo con la clasificación de Ainsworth et al. (Fino et al., op. cit.; Pérez et al., op. cit.) –sin especificar si es ambivalente o evitante- y un estilo preocupado según el modelo de Bartholomew y Horowitz (Henry y Holmes, op. cit.). Por lo tanto, se conoce poco acerca de los estilos de apego que

¹⁰ En cuanto a la manera en que los hombres se vinculan en las relaciones románticas, no existe mucha investigación al respecto. En la literatura revisada para el presente trabajo solo se encontró que los varones aprenden que tienen mucho poder en las relaciones y que fácilmente pueden irse de ellas (Henry y Holmes, 1998).

presentan los adolescentes cuyos padres están separados ya que, por ejemplo, la investigación de Fino et al. (op. cit.) solo se concentra en mujeres, en sus relaciones de amistad, en el contacto corporal con sus padres y en las emociones de rabia, tristeza y alegría; mientras que la de Henry y Holmes (op. cit.) deja un poco de lado los estilos de apego -aunque reporta la frecuencia de estilos en su muestra femenina- y se enfoca en las dimensiones de ansiedad y evitación, siempre comparándolas con adolescentes provenientes de familias conflictivas e intactas.

Conocer cuáles son los estilos de apego que presentan los adolescentes hijos de padres separados resulta importante debido a que permite tener una aproximación de los posibles efectos emocionales causados por la separación que se dio en edades tempranas, de cómo son los vínculos afectivos que forman los adolescentes y de la percepción que tienen de sí mismos y de los demás, lo cual influye en la confianza que tendrán para afrontar las tareas propias de la adolescencia y para desarrollarse satisfactoriamente en las etapas subsecuentes. Por ello, la presente investigación pretende ahondar en las relaciones de amistad y románticas que tienen estos adolescentes, en su percepción de los otros significativos y de sí mismos, en la regulación emocional que presentan y, sobre todo, en su vivencia particular y subjetiva de la ruptura conyugal de sus padres lo que, de acuerdo con la literatura, repercute en sus modelos de trabajo internos.

Método

El número de divorcios o separaciones ha aumentado considerablemente a lo largo de los últimos quince años, lo cual ha dejado a muchos hijos producto de dichas relaciones en custodia de uno de los padres con consecuencias en el corto, mediano y largo plazos para los menores, tal como se ha visto en diversas investigaciones.

Cabe resaltar que es en la adolescencia cuando pueden observarse los efectos duraderos que la ruptura conyugal de los padres tiene en el desarrollo de los hijos, sobre todo cuando está implicado el abandono, la desatención o la dependencia de uno o ambos progenitores (Bird, 1990). Ello da lugar a que para los hijos de padres separados, tanto el sistema de apego como la ansiedad por separación generalmente sean más fuertes y dolorosos.

Tomando en cuenta lo anterior y partiendo de que el apego a los iguales durante esta etapa es de gran importancia para el desarrollo y bienestar del individuo, resulta importante conocer cuáles son los estilos de apego que presentan los adolescentes cuyos padres están separados para tener una aproximación de cómo son los vínculos afectivos que forman y la percepción que tienen de éstos, las estrategias de regulación emocional que presentan y la percepción que tienen tanto de sí mismos como de los demás. Esto influirá, en gran medida, sobre la confianza que tendrán para afrontar las tareas propias de la adolescencia y para desarrollarse satisfactoriamente en las etapas subsecuentes.

Por esta razón, el objetivo general de la presente investigación consistió en:

Conocer si la vivencia de la ruptura conyugal de los padres influye en las formas de vinculación afectiva de los hijos adolescentes.

Para lo cual, también se contemplaron los siguientes objetivos específicos:

1. Identificar el estilo de apego que presentan los adolescentes hijos de padres separados.
2. Conocer la percepción que tienen dichos adolescentes tanto de sí mismos como de las personas que son significativas para ellos.
3. Conocer la percepción de estos adolescentes acerca de las relaciones románticas, sobre todo las de largo plazo.
4. Conocer las estrategias de regulación emocional que los adolescentes presentan ante situaciones de estrés emocional.

Participantes

Cinco adolescentes voluntarios, tres del sexo femenino y dos del sexo masculino, que tienen entre 16 y 20 años de edad y que acudieron al Departamento de Psicopedagogía de una escuela pública de nivel medio superior para solicitar atención psicológica –la cual les brindé bajo la supervisión del Jefe del Departamento durante el periodo que fui prestadora de servicio social en dicha institución- debido a los siguientes motivos generales: bajo rendimiento escolar y conflicto con los padres. En la tabla 1 se muestran sus características.

(Tabla 1)

Características de los participantes

Nombre ^a	Sexo	Edad	Escolaridad	Lugar que ocupa en la familia	Status marital de los padres	Edad en la que se dio el divorcio o la separación de los padres	Padre con el que vive	Proceso psicoterapéutico
Analí	M	16	Bachillerato (curso el 2do año)	La menor de 3 hijos	Divorciados	7 años	Padre y madre	Actual
Gabriela	M	18	Licenciatura (curso el 1er año)	Hija única	Separados	6 años	Madre	Finalizado
Joaquín	H	20	Bachillerato (trunco)	El menor de 4 hijos	Separados	6 o 7 años	Madre	Finalizado
Mauricio	H	19	Bachillerato (trunco)	El menor de 2 hijos	Divorciados	5 años	Padre	Finalizado
Pamela	M	18	Bachillerato (curso el 2do año)	La menor de 3 hijos	Separados	1 año ^b	Madre	Actual

^a Seudónimos

^b A pesar de que la separación de sus padres sucedió cuando ella tenía 1 año de edad, Pamela la vivió hasta los 6 años cuando -luego de convivir con su padre por primera vez- éste se fue de casa nuevamente.

Instrumentos

Se realizó una entrevista semi-estructurada a cada uno de los participantes a lo largo de varias sesiones (entre una y ocho) hasta cubrir los temas señalados en la siguiente guía de entrevista¹¹:

- **Experiencia dentro del entorno familiar.**
La relación que los adolescentes mantienen con los padres tanto antes como después de la separación y en la actualidad, así como su vivencia de ese acontecimiento.
- **Experiencia fuera del entorno familiar.**
Las relaciones de amistad y románticas que han entablado con otras personas, y las estrategias de regulación emocional que emplean los adolescentes ante situaciones de estrés a las que se han visto expuestos.
- **Percepción de sí mismo y de los otros significativos.**
Aspectos como la autoestima, la confianza en sí mismo y en el otro, la accesibilidad y la dependencia de y hacia el otro.

Procedimiento

El proyecto de investigación fue presentado al Jefe del Departamento de Psicopedagogía del plantel, quien concedió el permiso para que se llevara a cabo con los adolescentes que acudieran al Departamento en busca de atención psicológica y cuyos padres estuvieran divorciados o separados.

A estos adolescentes se les comentó el objetivo general de la investigación, se les preguntó si deseaban participar en ella y solo en un caso, por ser menor de edad, se solicitó el consentimiento del tutor para realizar una entrevista con el fin de obtener la información pertinente.

¹¹ Para una versión detallada de la misma, ver *Apéndice Guía de entrevista*.

Posteriormente, se concertó la primera sesión de entrevista con cada participante en el horario que mejor les acomodase y en un espacio brindado por el Departamento de Psicopedagogía dentro del plantel. En esta sesión, se dio a los participantes una introducción informativa (Kvale, 2011) en la que se les volvió a exponer el objetivo general de la entrevista; se les dijo que ésta podría durar más de una sesión y se les pidió su consentimiento tanto para grabar cada una de ellas como para tomar extractos de las mismas e incluirlos textualmente en el presente trabajo; se les aseguró completa confidencialidad, el uso de seudónimos y se les dijo que podían no responder alguna pregunta o abandonar la investigación por cualquier razón sin ninguna represalia. Una vez dicho eso, se les preguntó nuevamente si deseaban participar, a lo que todos respondieron afirmativamente y a partir de ese momento, comenzó la entrevista.

El lugar de las sesiones en que se realizó la entrevista siempre fue dentro del plantel -excepto en el caso de Analí ya que debieron hacerse en su domicilio a petición de su tutor- y los horarios de las mismas se adecuaron al tiempo libre de cada participante para que no comprometieran alguna otra actividad y ello tuviera repercusiones en la entrevista.

El número de sesiones en el que se realizó la entrevista y la duración de la misma fueron diferentes para cada participante (ver tabla 2).

(Tabla 2)

Número de sesiones y duración total de las entrevistas

Participante	Número de sesiones	Duración total
Gabriela	1	2 h 30 m 51 s
Mauricio	3	4 h 12 m 38 s
Joaquín	3	4 h 04 m 37 s
Pamela	4	5 h 43 m 47 s
Analí	8	7 h 06 m 00 s

Así, se efectuaron 19 sesiones con una duración de 23 h 37 m 53 s que, una vez finalizadas, comenzaron a transcribirse variando en el tiempo que se precisó para hacerlo y en el número de páginas resultantes por cada participante (ver tabla 3). Ello derivó en un total de 86 h 54 min de transcripción y de 332 cuartillas de texto.

(Tabla 3)

Tiempo de transcripción de las entrevistas y número de páginas resultantes

Participante	Tiempo de transcripción	Número de páginas
Gabriela	9 h 15 m	39
Mauricio	12 h 00 m	57
Joaquín	21 h 02 m	63
Pamela	18 h 28 m	72
Analí	26 h 09 m	101

Después se llevó a cabo un análisis de contenido, siguiendo las recomendaciones de Kvale (2011) para el análisis de entrevistas. En este caso, la codificación, es decir, la asignación de una o más palabras clave a un fragmento de la transcripción de las entrevistas sirvió para identificarlos posteriormente (Kvale, 2011). Estas *categorías* fueron: la percepción que los participantes tienen de sí mismos y de los demás; las estrategias de regulación emocional que presentan cuando se encuentran en una situación estresante; sus relaciones de amistad y sus relaciones románticas; así como su vivencia particular de la ruptura conyugal de sus padres. Simultáneamente, se realizó una *interpretación del significado* (Kvale, 1996) que consistió en hacer interpretaciones más profundas del contenido de las entrevistas contextualizándolo en los marcos de referencia dados por la literatura revisada.

Para la interpretación -que se hizo caso por caso- primero se localizó la información que estuviera relacionada con los objetivos específicos 2, 3 y 4 de la investigación, es decir, aquellos que versaron sobre la percepción que tienen los participantes tanto de sí mismos como de los otros significativos; la percepción de las relaciones románticas, especialmente las de largo plazo y; las estrategias de regulación emocional que llevan a cabo. Al mismo tiempo, se hizo una interpretación de lo dicho por los adolescentes con base en la literatura, lo que permitió identificar los rasgos de los estilos de apego que mostraban, cubriendo así el primer objetivo específico.

Luego, se identificó el orden cronológico de sus relaciones románticas y el curso de cada una tomando en cuenta cómo conocieron a su pareja, cómo iniciaron la relación, cómo era y cómo se sentían en ella, su duración, la manera en que terminó y sus sentimientos al respecto. Todo esto con la finalidad de observar similitudes entre las relaciones románticas que habían tenido hasta el momento en que se llevaron a cabo las entrevistas y conocer si en cada una de éstas se relacionaban con su pareja de la misma forma.

Enseguida, se hizo un vaciado de las características que el participante le atribuyó a cada una de sus parejas románticas para averiguar cuál es la percepción que tiene de ellas y si había semejanzas entre éstas, con lo cual pudiera determinarse si existía o no un tipo de pareja predominante. Después, se identificaron las razones por las que el participante decía que le gustaba la relación y/o su pareja romántica con el fin de conocer su percepción de las relaciones románticas, qué le hacía permanecer en ellas o con su pareja y, en dado caso, las funciones que cumplían una y otra.

Asimismo, se realizó un vaciado de las características atribuidas por el adolescente a cada uno de sus padres tanto para saber la percepción que tiene de ellos como para conocer si se identifica con uno o ambos. Más tarde, esas características se compararon con las de las parejas románticas del participante para indagar si éstas compartían algunas con los padres, ello con el fin de conocer

si los rasgos que perciben en éstos eran desplazados a las parejas de los participantes o buscados en ellas.

Ulteriormente, se prestó atención a los motivos y a la forma en la que se dio el divorcio o la separación de los padres y a la vivencia que el participante tuvo a raíz de este acontecimiento, lo que permitió conocer su impacto en el adolescente. En un segundo momento, esta experiencia se comparó con la vivencia de la ruptura de las relaciones románticas del participante, con la manera en que terminaron y con los motivos subyacentes para saber si, de alguna manera, se asemejaban a lo sucedido con sus padres.

Finalmente, toda esa información se integró en un análisis de caso para cada participante. Para ello, se utilizaron -a modo de método expositivo- las siguientes categorías: percepción de sí mismo, regulación emocional, percepción de los amigos, percepción de cada uno de los padres, historia y vivencia del divorcio o la separación de los mismos, percepción de las parejas, y de las relaciones románticas. Al final, con todo lo anterior, fue posible identificar los rasgos de estilos de apego que los participantes manifestaron de acuerdo con el modelo de Bartholomew (1990) y Bartholomew y Horowitz (1991).

Asimismo, se tomaron en cuenta las siguientes consideraciones éticas con base en el Código Ético del Psicólogo (2010):

- Se solicitó el permiso de las autoridades del plantel para llevar a cabo la investigación.
- Se comentó a los participantes el objetivo general de la misma en el momento en que se les invitó a formar parte de ella.
- Se obtuvo el consentimiento de cuatro de los adolescentes y el asentimiento de aquella que es menor de edad, así como el consentimiento del tutor de ésta última para participar.
- Se le pidió su autorización a los participantes tanto para grabar cada una de las sesiones de entrevista como para tomar algunos extractos de ellas y citarlos textualmente.

- Se les aseguró total confidencialidad, lo que incluyó el uso de seudónimos.
- Se les dijo que podían no responder alguna pregunta o abandonar la investigación en cualquier momento sin ninguna represalia.
- Además, cada uno de los participantes tenía o había tenido un proceso psicoterapéutico al momento de realizar la investigación.

Resultados

A continuación, se presentará el análisis que se llevó a cabo de cada una de las historias de los adolescentes, el cual está orientado para cubrir los objetivos de esta investigación partiendo de los marcos de referencia dados por la literatura revisada con anterioridad. Posteriormente, se realizará una integración de los hallazgos obtenidos con el fin de observar las semejanzas existentes entre las historias y vivencias de los cinco casos, lo que permitirá tener una perspectiva más general del fenómeno.

Analí

A sus 16 años, Analí es una muchacha que parece bastante seria y reservada pero, al hablar con ella, se muestra parlanchina, se expresa con soltura, hace bromas y ríe como una forma de manejar la ansiedad durante la entrevista.

Actualmente vive con sus padres y su hermana mayor, pero esto no siempre ha sido así ya que sus padres se divorciaron cuando Analí tenía 7 años debido a la infidelidad de ambos y a conflictos económicos. Al divorciarse sus padres, Analí vivió con su madre, su abuela materna y sus dos hermanos durante unos años, hasta que estos dos últimos se mudaron con su padre para estar más cerca del bachillerato al que ingresaron. Poco después, su hermano regresó al hogar materno del que Analí se mudó por la misma razón que sus hermanos tuvieron para hacerlo y, a partir de entonces, ha vivido con su padre y su hermana aunque, desde el fallecimiento de su hermano, su madre también vive con ellos.

Analí se presenta como una persona segura de sí misma y tiene una imagen de independencia emocional aparente y defensiva pues, en realidad, es altamente

dependiente. Se considera una chica abierta, comprensiva, compartida, “muy aprehensiva y celosa”, tranquila, soñadora, con muchas aspiraciones, solitaria y “huraña” que afirma tener alta autoestima y nunca haberse sentido inferior o superior a los demás por quienes, con frecuencia, cree ser criticada, juzgada, “discriminada” y “excluida” lo que, si bien dice no importarle, le hace sentir “agredida”.

Suele ser intolerante, especialmente con las figuras de autoridad, pero se vuelve bastante complaciente con quienes tiene un lazo emocional, a quienes asegura apoyar y demostrarles lo que siente. Sin embargo, tiende a reprimir sus emociones, sobre todo el enojo ya que cree que puede lastimar al otro porque se vuelve “no empática”, “respondona” y un poco agresiva física y verbalmente. A pesar de ello, como respuesta inicial a los conflictos, intenta dialogar y encontrar soluciones adecuadas, lo cual piensa que solo puede hacer con sus mejores amigos: una mujer y un varón, que conoce desde hace casi un año, capaces de contenerla y hacerla “sentir mejor”.

A ambos, a quienes considera un “apoyo de estudio”, los percibe como personas “abiertas”, comprensivas, compartidas, maduras, “buena onda”, “súper geniales”, “bromistas” y relajadas con las que puede identificarse (en mayor medida con el varón), pasar mucho tiempo y platicar de muchos temas porque no son “chismosos” ni piensan en “tonterías o banalidades”. También confían y dan confianza, la entienden, la escuchan, la apoyan y le “hacen favores”, por lo que recurre a sus amigos cuando tiene problemas y, aunque le dan consejos, no cree “recargarse” en ellos.

Si yo tengo un problema y lo tengo que hablar con alguien... a quien le digo más es a mi mejor amiga, luego le digo a mi amigo y entonces ya entre ellos me dicen “no, pues puedes hacer esto”, ¿no?, o sea, me dan como que más de una alternativa, entonces yo digo “pues... ésa”.

Dado que no la juzgan y la aceptan como es, sus amigos constituyen figuras altamente valoradas e importantes para ella pues, además, los considera la familia

que ha elegido, principalmente a su amiga a quien ve como una “hermana”. Esta última figura parece ser indispensable para Analí ya que, si no está presente, prefiere aislarse de las demás personas y, a veces, cree que la “cambia” por alguien más, que “no le da un lugar” y la ignora, situación que molesta a Analí pues cree que ella siempre está para su amiga.

Otras figuras muy importantes para Analí son su abuela materna y su hermano. A la primera, la considera la única persona de su familia que en verdad la conoce y que la cuidó durante gran parte de su vida, razón por la que parece fungir como una figura materna a la que Analí aprecia mucho. Al segundo, lo veía como alguien con quien podía convivir y hablar de lo que fuera, alguien que la entendía, la apoyaba y “hacía cosas que sus papás nunca hicieron” con ella.

A sus padres los percibe como muy parecidos entre sí ya que ambos son “conservadores”, “sobrep protectores”, impositivos y “mal pensados”, pero “buena onda”, “bromistas” y “consentidores”. Los dos siempre han sido figuras más o menos ausentes que descuidan, confunden por los “dobles mensajes” que le dan, no reaccionan igual ante un mismo problema, “no cambian”, juzgan, critican, desesperan, no saben dar consejos, no resuelven conflictos y, por ser “extremistas”, “sacan las cosas de proporción”.

Según Analí, sus padres no la conocen, no la comprenden y la tratan como si fuera menor de lo que es, no la felicitan por sus logros, minimizan sus sentimientos y no confían en ella ni le dan confianza ya que creen que siempre trama u oculta algo y esperan a que se equivoque para “echarse la culpa” entre sí.

Por lo anterior, Analí lleva con ellos una relación “desgastada” e “insana” como un “teléfono descompuesto” en la que, poniéndose “barreras” como una manera de protegerse, la comunicación se reduce a un nivel superficial y descriptivo sin contenido emocional porque -aparte de que cree que sus padres solo pueden darle “dinero, comida y un hogar”- no le importa lo que piensen de ella ya que confía en sí misma y “no necesita de nadie más”, al grado de que procura buscar apoyo en sí misma antes que en otra persona.

Además de las características mencionadas percibe a su padre, con quien se siente identificada, como alguien reflexivo, tranquilo, “machista” y mentiroso que la subestima y la hace ver como la “mala del cuento” ante los demás pero que la escucha, la apoya y a veces le da “buenos consejos” porque cree ser guía de Analí.

Mientras que a su madre, adicionalmente la considera una persona “incompatible” con ella e “indeseable” como un “dolor de muelas” porque es “melodramática”, “exagerada”, necia, “hipócrita”, rencorosa, “inquisidora”, inmadura y vigilante como un “policía” que muchas veces invade la privacidad de su hija.

Asimismo, es alguien que siempre está a la defensiva, se victimiza, incomoda, chantajea, “harta” y no presta atención; que no da apoyo emocional y expresa sus emociones de manera desbordada; que busca controlar a Analí a quien “prejuicia” e interroga; que no acepta sus errores y los encubre como “bromas”; que cree que hay que estar con alguien físicamente atractivo aunque le trate mal porque le importan mucho las apariencias; y que hace que su hija “se ahogue en sus problemas”. Todo lo cual, hace “horrible” la relación con su madre aunque Analí cree que tiene beneficios, principalmente económicos, por los que tiene que pagar “un precio muy caro”.

Esta percepción no siempre ha sido la misma pues, cuando era pequeña, Analí veía a su madre como “una santa” y a su padre como “un maldito” porque, debido a la partida tan repentina y sin explicaciones de éste, su madre le decía que su padre era una “mala persona” que no entendía ni quería a su familia, razón por la cual Analí le guardó mucho resentimiento a partir del divorcio. Tiempo después, Analí conoció los motivos de la ruptura, pero no entendía muchos aspectos de los mismos por la edad que tenía aun cuando creía un poco de la versión de cada uno de sus padres porque estaba consciente de que tenían problemas.

Como su padre se fue, durante algunos años Analí vivió con su madre, sus dos hermanos y su abuela materna, siendo esta última quien se encargaba de cuidarla pues su madre trabajaba hasta muy tarde y, cuando llegaba a casa, hablaba por

teléfono, veía televisión o salía, de modo que no convivía con ella, lo que algunas veces era doloroso para Analí y otras, como defensa, le era indiferente. Sin embargo, no fue sino hasta que sus hermanos se mudaron con su padre que Analí sintió un “vacío” y mucha “soledad” porque, aunque platicaba frecuentemente con su abuela, no estaban ni sus padres ni sus hermanos.

Durante ése tiempo, sus padres le prometían que pasarían tiempo con ella pero como generalmente no lo hacían, ilusionaban y desilusionaban a Analí quien al principio se entristecía por ello pero, poco a poco, empezó a evadirlo pues, de cualquier manera, convivir con sus padres era incómodo para ella.

Por lo mismo, dice que nunca extrañó a su padre y que no tuvo problema con que su madre tuviera otra pareja la cual, desde que Analí recuerda, ha sido “un sol” porque pasaba tiempo con ella, le enseñaba cosas, se acordaba de su cumpleaños y le daba un regalo pero, sobre todo, porque hacía cosas que su padre no, con lo que Analí podía sentirse “en una familia”.

Aun cuando dice que no tiene nada que reclamarle a su padre, no tarda en mencionar que no lo ha perdonado por haberla “abandonado” desde el divorcio, no saber nada de él en mucho tiempo, no estar cuando ella tenía problemas, subestimarla y no reconocer sus logros como a ella le gustaría, cuestiones que Analí prefiere olvidar y evadir. Lo anterior, aunado a la ausencia de su madre, hizo que desde pequeña Analí se viera en la necesidad de enfrentar por sí sola sus problemas, lo que le reclama a ambos padres.

En la actualidad, intenta perdonarlos, especialmente a su padre a quien ve como el más “culpable” y con quien prefiere estar, lo que es interpretado por su madre como un rechazo de Analí hacia ella ya que constantemente le pide que se vaya de casa ahora que sus padres viven juntos, lo que evoca una rivalidad característica de edades más tempranas.

De acuerdo con Analí, el divorcio de sus padres ha tenido repercusiones en su vida tales como tener ideas diferentes a las de los demás acerca de las relaciones

románticas; que en estas ahora sea exigente, no se involucre con cualquiera y no permanezca con alguien si algo no le gusta; que “llene [los] vacíos” causados por la ausencia de su padre y de su hermano que piensa afrontar -pero no ahora porque “no se han salido de control”- ; y que no tenga muchas expectativas sobre los otros, que intente controlar sus sentimientos hacia ellos y no se haga ilusiones al respecto porque “lo que sea, es bueno”.

Mis expectativas con mi familia eran de “ah, pues seguro me van a hablar por teléfono en mi cumpleaños, mi papá seguro va a venir por mí o el día del padre va a estar conmigo”, ¿no? [...] pero no, las cosas no salen como tú las quieres y cuando te das cuenta de eso hay un poco de frustración porque pues... te creas ilusiones... por eso ya no me creo ilusiones de nada, a veces sí me emociono pero intento que no se salga de mis manos y sea una emoción mega grandota porque pues no sé, resulta que no se pudo o no se va a poder, ¿no?... así ya no me frustró tanto.

No obstante, considera que el divorcio de sus padres fue lo mejor porque “no se soportaban”, pero que debieron separarse poco a poco y hablarlo con Analí y sus hermanos en lugar de alejarse de repente y descuidarlos, lo que tal vez hicieron porque estaban tristes u ocupados.

Ahora que sus padres viven juntos, Analí cree que tienen muchos conflictos porque continúan enojados y resentidos por lo que pasó antes de que se divorcieran y, si bien a veces piensa que intentan manipularla para que se ponga de parte de uno u otro, le agrada que estén juntos porque es más cómodo para ella ya que no tiene que desplazarse de una casa a otra cada fin de semana, lo que le molestaba porque le quitaba mucho tiempo.

En general, para Analí las separaciones son necesarias cuando hay desacuerdos que no se pueden solucionar, cuando las personas no se casan “por amor” o cuando alguno de los miembros de la pareja exige demasiado al otro, aunque ella comenta que se separaría si su pareja le fuera infiel o fuera un “mantenido”. Pero

como de pequeña le incomodaba ver a una familia “muy unida” con padres e hijos juntos, dice que no le gustaría tener el “estereotipo de familia feliz” porque es “muy falso”, además de que, en vez de casarse, prefiere viajar y trabajar para sí misma, aunque después manifiesta que quisiera intentar tener una “familia feliz” porque no sabe en qué consiste y no puede decir que no a algo que nunca ha experimentado.

Tener algo así le parece poco probable porque sus relaciones románticas no han durado más de seis meses, lo que atribuye a su “inestabilidad” y alta exigencia que acepta y niega alternadamente. Esto podría estar relacionado con el divorcio de sus padres ya que la historia del mismo y su vivencia durante y después de éste, parecen repetirse en cuatro de las cinco relaciones románticas que considera importantes quizá como un modo de resolver ese conflicto. En tres de ellas, el otro le fue infiel; en una, su pareja se fue repentinamente sin darle ninguna explicación haciendo que Analí se sintiera abandonada; y en la restante, el otro se cansó de no tener la intimidad sexual que deseaba con Analí. Todo ello hizo que, después de que cada una de sus relaciones románticas terminara, Analí dejara de tener contacto con los chicos que fueron sus parejas a pesar de que, más tarde, ellos continuaron buscándola.

Dos de esas relaciones románticas menciona haberlas tenido para estar con alguien, tener con quien salir y platicar. La primera, en la que Analí cree haberse enamorado y a la que considera “el peor error de su vida”, la tuvo con un chico que al inicio percibía como alguien simpático, divertido, extrovertido, “súper buena onda”, “rebelde” y detallista con quien compartía muchos gustos y que la tenía como su prioridad. Con el tiempo, esa impresión cambió y para Analí se convirtió en un “naco”, “mujeriego”, “patán” y celoso que no era confiable, no cambiaba aunque dijera que iba a hacerlo y ocultaba que tenía una relación romántica con ella. Mientras que la segunda fue una relación con un “buen chico” que era “tierno”, detallista y “espontáneo” pero que, al final, fue visto por Analí como alguien que daba pena por ser “fachoso”, que incomodaba, engañaba y desconfiaba de ella.

Las otras dos relaciones románticas cuyas rupturas se parecen también a la de sus padres, cree haberlas tenido para poder presumir a su pareja ante los demás aun cuando afirma que no le importan las apariencias. Cuando conoció a ambos muchachos, le parecían muy atractivos, “lindos”, detallistas, “artísticos” y “espontáneos” pero, luego de estar con ellos, se volvieron para Analí personas “flojas” y egoístas que “no dan buena espina” ni son confiables, que no le prestan atención, son “desesperantes”, “mujeriegos” y “presumidos”. Uno de ellos era cuatro años mayor que Analí, lo mismo que el chico con el que sostuvo su relación romántica más reciente pues dice preferir la convivencia con varones más grandes que ella porque su hermano también era cuatro años mayor y porque, generalmente, la cuidan más.

Esta última pareja –con la que tuvo una de las relaciones románticas que considera importantes- era para Analí “todo lo que buscaba” pues lo consideraba alguien “perfecto” y “grandioso” ya que era “muy buena onda”, “muy activo”, inteligente, “ñoño”, alegre, agradable, “lindo”, detallista, responsable, “complaciente” y tranquilo. Era una persona que le “convenía” porque constituía “una escapada, un respiro” de su familia; era “cálido” y “acogedor” como un “refugio”; se preocupaba por ella, la cuidaba, la apoyaba, la entendía y le daba consejos; la “hacía feliz”, la veía como su prioridad y la ayudaba a superarse porque Analí lo veía como una competencia. Además, era alguien con quien podía hablar debido a que tenían intereses en común y a que era muy parecido a Analí pues, de acuerdo con ella, estaban tan “conectados” que incluso pensaban y sentían lo mismo, con lo que da la impresión de que se volvía uno con él.

Esa percepción cambió luego de algunos meses y comenzó a percibir a su pareja como un “niño pequeño” agresivo, enojón, “dramático”, celoso e “hipócrita” que no era confiable ni empático; ingería grandes cantidades de alcohol; exageraba y se sentía “atacado” constantemente; le exigía mayor intimidad y cercanía de los que Analí deseaba; la subestimaba y parecía no conocerla; la “opacaba” y avergonzaba en muchas ocasiones; no medía las consecuencias ni el “peligro” de sus actos; se mostraba ansioso ante los conflictos porque no controlaba sus

emociones; le causaba problemas porque la “chantajeaba” y la “presionaba” para que hiciera lo que él deseaba y, cuando Analí no cedía, la “castigaba” haciéndola sentir mal y culpable.

Si bien el comportamiento de esta pareja le cansaba porque era “como su mamá” y le insistía en tener relaciones sexuales, Analí permanecía en esa relación porque “lo bueno [que tenía y predominaba antes] se compensaba con lo malo”. De tal modo, parece mantener una relación por lo que pueda brindarle esta o la pareja en sí misma, por lo que puede obtener de ellas y por las funciones que les confiere.

Para lograrlo, Analí minimizaba los conflictos, justificaba el comportamiento del otro, buscaba estar con él y lo defendía ante los demás pues era “como su hermano”, “tenía algo que valía la pena”, ya lo había involucrado mucho en su vida y servía tanto para llevarles la contraria a sus padres como para demostrarles que se equivocaban porque le decían que terminara esa relación.

Aunque no se le dificultaba terminar otras relaciones románticas, en este caso hacerlo la ponía “nerviosa” pues creía que el otro la vería como la culpable de la ruptura y porque su pérdida le dolía debido a que “habían vivido muchas cosas”. Sin embargo, asegura no quedarse o sentirse sola al no tener una relación romántica ya que no necesita al otro pues, sin problema, “mañana tiene otro novio”.

Por ello, Analí manifiesta que no se aferra a las relaciones porque no duda en terminarlas si algo no le gusta y, al minimizar la importancia de la relación romántica y del otro, la partida de éste y la ruptura “le dan igual”, lo que sucede muy a menudo ya que tiende a aburrirse de las relaciones cuando sus parejas quieren estar “pegadas” a ella, se siente sobreprotegida, no la dejan hacer nada por sí misma, le exigen más tiempo o le piden cosas que no quiere dar o hacer.

Como una manera de prevenir que eso suceda, Analí busca parejas con las que tenga gustos en común –aunque después también lleguen a aburrirle-, que sean complacientes –ya que a ella no le gusta serlo- y que la consideren su prioridad

porque así le demuestran que es importante pues, de no hacerlo, cree que sus parejas la cambian por alguien más, que no les interesa y por eso la “abandonan” o “botan”, cuestión con la que parece ponerles a prueba.

Las relaciones románticas parecen tener mucha relevancia para Analí, comenta que le gustaría tener una de largo plazo para compartir experiencias, aprender cosas junto a su pareja y enseñarse otras. Dicha relación desearía tenerla con alguien que la entienda, la acepte y no la juzgue; que la cuide pero no la sobreproteja, no intente controlarla, la ayude lo necesario y la haga “sobresalir”; alguien con quien pelear de vez en cuando pero no por “cosas absurdas”, que comparta sus mismos gustos e intereses y sea “un consejero o un guía espiritual”, “un mejor amigo al que besa” y al que puede contarle todo, alguien que sea justo “como su mejor amiga”.

Desear una relación así le genera un conflicto pues al buscar tenerla con cualquier persona se vuelve poco selectiva pese a que diga ser todo lo contrario, lo que le lleva a tener vínculos superficiales porque, al mismo tiempo, le atemoriza la posibilidad de terminar frustrada y lastimada por no haber obtenido la relación que tanto desea, razón por la que procura controlar sus sentimientos hacia el otro a pesar de que tiende a volcarse en él debido a que la pareja y las relaciones románticas son su prioridad solo después de la escuela.

Tal vez por eso, como defensa, Analí tiene por ideal de relación romántica una que no implica una carga erótica y, en consecuencia, a su último novio, “perfecto” para ella, lo veía como madre y hermano, lo que –probablemente por el tabú del incesto- le hacía negarse a tener relaciones sexuales con él tan tajantemente que ni siquiera lo consideraba una posibilidad en el futuro.

Ambas figuras, su madre y su hermano, parecen haber tenido el rol de figura paterna para Analí. Sustituir dicha figura con las personas con las que se involucra emocionalmente es algo que parece haber hecho a lo largo de su vida pues, en cuanto su padre se fue, su madre ocupó el lugar de éste pero, por su ausencia, el hermano de Analí se volvió un padre para ella. Empero, al mudarse fue sustituido

por una pareja de Analí y, al fallecer, lo fue por otra y, en menor medida, por sus amigos a quienes también les adjudica funciones paternas aunque no tiene muy claro cómo debe ser un padre.

Aunado a ello, y teniendo en cuenta que todas las parejas de Analí comparten algunos rasgos de personalidad propios de su madre y de su padre a la vez, puede decirse que la imagen que tiene de ambas figuras -por no estar diferenciadas y quizá como un intento de resolver el conflicto causado por su ausencia- es desplazada a sus parejas y que el vínculo que forma con éstas es el mismo que estableció con sus padres pues, de la misma manera, las idealiza para luego tener una percepción negativa de ellas.

Como puede notarse, Analí es una persona que tiene una percepción positiva de sí misma (Bartholomew, s.f., 1990; Bartholomew y Horowitz, 1991), un nivel moderado de autoconfianza y una percepción negativa de los demás –con una función probablemente defensiva-; que afirma no importarle lo que estos piensen de ella; que tiende a mostrarse defensiva durante la entrevista evitando tocar el tema del divorcio de sus padres; que se aburre fácilmente en las relaciones románticas y que le incomoda cualquier signo de dependencia en sus parejas. Dichas características, según Bartholomew (s.f.), forman parte del estilo de apego rechazante-evitante.

También lo son el que evite la intimidad, busque mantener una imagen de independencia emocional (Bartholomew, Ídem., 1990; Bartholomew y Horowitz, op. cit.; Griffin y Bartholomew, 1994; Rosenstein y Bartholomew, 1996 en Fino et al., 2008; Simpson y Rholes, 1998), marque una distancia defensiva de sus padres y su figura paterna sea distante (Levy, Blatt, y Shaver, 1998 en Yárnoz et al., 2001).

Además de esos rasgos, de acuerdo con Bartholomew (s.f.), presenta otros que son propios del estilo de apego temeroso-evitante, tales como: una recurrente risa nerviosa durante la entrevista; describirse como solitaria (Bartholomew, 1990; Simpson y Rholes, op. cit.); ser altamente dependiente de las personas con las

que se involucra emocionalmente, y mostrar un alto nivel de celos y ansiedad ante la poca disponibilidad de la figura de apego (Bartholomew, s.f.; Simpson y Rholes, op. cit.); así como no ser capaz de diferenciar a la figura del padre de aquella de la madre (Bartholomew, 1990); percibir a ambos como poco expresivos, desorganizados, controladores y conflictivos, y haber sido sobreprotegida a la vez que poco cuidada por ellos (Pérez et al., s.f.).

Por otro lado, una vez que tiene implicación emocional con una persona, Analí manifiesta características de un estilo de apego preocupado, a saber: tiene una percepción positiva del otro porque al inicio lo idealiza pero después lo devalúa -exceptuando tal vez a sus amigos- (Bartholomew y Horowitz, op. cit.); tiende a involucrarse constantemente en relaciones románticas que constituyen una prioridad para ella y en las que se vuelve demandante (Bartholomew, s.f.); percibe a los demás como más parecidos a sí misma de lo que en realidad son y se identifica con figuras masculinas (Yárnoz et al., 2001).

Para concluir, podemos decir que el estilo de apego rechazante-evitante es el modo en el que Analí tiende a relacionarse con los demás, probablemente como una manera de protegerse del daño que estos podrían causarle al tener como referencia experiencias tempranas con figuras de apego iniciales que no proporcionaban cuidado ni apoyo emocional, no estaban disponibles y lastimaban por su ausencia. Lo cual, se relaciona con los rasgos que presenta del estilo de apego temeroso-evitante pues, de manera más o menos consciente, desconfía de los otros significativos y le atemoriza que se vayan por lo que -también como defensa y mostrando rasgos del estilo de apego preocupado que le permiten minimizar la distancia con ellos- Analí se ve en la necesidad de idealizarlos al tener una implicación emocional con estos, pero siempre en vínculos no eróticos quizá porque, de otro modo, serían mucho más amenazantes para ella por el grado de intimidad, cercanía e interdependencia que suponen.

Gabriela

Gabriela tiene 18 años y es hija única. Al inicio, da la impresión de ser una chica tímida aunque eso cambia al hablar con ella pues se vuelve bastante risueña, expresiva y desenvuelta. Cuando tenía 6 años, sus padres se separaron debido a peleas recurrentes y a la infidelidad del padre, de la que Gabriela se enteró durante la pelea en la que terminaron la relación. Desde entonces, vive con su madre y pasa poco tiempo con su padre quien viaja constantemente por cuestiones laborales.

Gabriela se considera una persona tranquila, calmada y “centrada” que se esfuerza por conseguir lo que quiere y “sigue adelante” sin ayuda de nadie, lo que parece responder a una defensiva necesidad de ser autosuficiente ya que, para ella, depender del otro o recibir ayuda de éste implica alguna incapacidad de su parte.

De acuerdo con ella, está abierta al diálogo ante los conflictos aunque, al principio, cuando está completamente segura de tener la razón, suele reaccionar de manera explosiva pero no tarda en calmarse y solucionarlo. Además, cree que es capaz de expresar sus sentimientos hacia los demás, de tal modo que puede reconocer y regular sus emociones adecuadamente.

Si estoy triste, estoy triste y lo digo, si estoy feliz, estoy feliz y lo digo, si no me gusta algo, lo digo, o sea, yo sí demuestro mis sentimientos.

Esto solo sucede consigo misma y con sus seis amigos íntimos, pues con ellos dice poder expresar lo que siente y piensa sin temor a ser juzgada ya que los percibe como personas divertidas y activas con las que puede hablar y compartir cosas; son una compañía no amenazante e incondicional que le brinda apoyo y la ayuda cuando lo necesita, que reconforta, confía y da confianza de manera recíproca y que busca tanto contacto e intimidad como ella, por lo que constituyen un aspecto muy importante en su vida e incluso los considera los “hermanos” que nunca tuvo.

[sobre una de sus mejores amigas] Nos llevamos muy bien, nos tenemos confianza... Sí, es una buena amistad con ella, siento que es una buena amiga, que se puede confiar en ella, o sea, que puedo recibir lo mismo que yo le doy a ella, sé que... sí, que soy correspondida en su amistad.

La figura materna también es muy significativa para Gabriela pues, además de identificarse con ella porque es fuerte, trabajadora e independiente, siempre la ha visto como alguien que la apoya, le hace compañía, está cuando la necesita y le motiva a superarse. Si bien es una figura altamente valorada y la admira mucho, Gabriela es capaz de reconocer que también “tiene sus defectos” tales como enojarse con frecuencia, ser violenta, agresiva, hiriente, rencorosa y resentida; características que, durante la adolescencia temprana y media, comenta que no le permitían confiar en su madre pues era una figura amenazante que podía enojarse y rechazarle, lo que le motivaba a mentirle para evitar esas posibles consecuencias.

No encontraba la forma de... de acercarme a ella así, con total confianza porque yo sentía que, por lo mismo de que todo el tiempo estaba enojada, yo sentía que decirle lo que me había pasado, si me había pasado algo malo, algo bueno, sentía que se iba a enojar.

A pesar de la relación conflictiva y llena de desconfianza que ambos comportamientos propiciaban, su madre ha sido una figura en la que Gabriela busca refugio cuando se siente triste o estresada, especialmente ahora que la relación ha mejorado porque, según Gabriela, hace caso omiso a los comentarios de su madre que pueden conducir a una pelea.

Mientras tanto, a su padre lo percibe como alguien tranquilo, proveedor, abierto al diálogo, atento y buen escucha. No obstante, se muestra ambivalente hacia él ya que continuamente lo devalúa y no le gusta ni cómo es ni “su forma de pensar [ni] su forma de vida”, pero lo necesita sin saber muy bien para qué y le gustaría estar

más con él aunque no por mucho tiempo pues cree que su presencia le incomodaría.

Solamente lo extraño porque lo quisiera ver más seguido y así, pero ya no que esté ahí conmigo porque igual ya no me adaptaría con él, estar con él todo el día o así, que viviera conmigo pues no. [...] No, no me gustaría, no me adaptaría, o sea, me gusta verlo y platicar con él así, un ratito, pero así, ¿ya para vivir?... no.

Lo considera una persona difícil de entender que no cambia; que es cariñosa pero no lo demuestra porque hacerlo es signo de debilidad; que lastima pero después le “habla bonito” para que no se enoje; que no se toma nada en serio por su inmadurez; que es inteligente pese a que “no usa su inteligencia” y se equivoca reiteradamente; que tiene muchos problemas que no afronta; no tiene metas y es conformista, flojo e indeciso; tiene una percepción negativa de sí mismo, suele estar triste y antes ingería grandes cantidades de alcohol. Todo ello le hace desear a Gabriela, en una especie de inversión de roles, que su padre fuera “un niño chiquito [pues] así, lo agarraría, lo haría dormir en sus brazos y le diría ‘ya, cálmate, todo va a pasar’”.

Debido a que su infidelidad fue el motivo de la separación, Gabriela cree que “es un tonto” y que “tiene la culpa” de que la relación haya terminado así, por ello no confía en él pues probablemente mienta y engañe de nuevo. Por lo mismo, “no es una buena persona”, no piensa en el daño que hace o ha hecho dado que, desde la separación, Gabriela siente que realmente no le importa pues no le presta atención ni se preocupa por conocerla o ayudarla más allá de lo económico y no está cuando lo necesita, siendo así una figura inconstante cuya ausencia le produce malestar incluso después de tantos años.

Me hace sentir mal porque pues es mi papá y siento que él debería de estar más pendiente de mí, o sea, conmigo. [...] Siento feo y se lo he dicho muchas veces, pero pues no, no cambia, es igual siempre.

Aun cuando manifiesta no haberle costado trabajo entender la separación porque presenciaba las peleas tan frecuentes entre sus padres y agradecía que ya no hubiera tales, sintió que no habían pensado en ella pero no fue sino hasta los 10 años que empezó a extrañar a su padre al compararse con una amiga que tenía una figura paterna de tiempo completo. En ese momento, Gabriela le pidió mayor atención a su padre, pero como esa demanda nunca se satisfizo, poco a poco fue acostumbrándose a la ausencia de esa figura que ya no considera una autoridad.

Según Gabriela, eso no le hace estar resentida con su padre aunque con regularidad le hace reclamos sutiles que muestran su enojo e inconformidad por su ausencia que le ha generado un “espacio”.

No siento que tenga ninguna obligación con él [...], ahora sí que cada quién su vida, cada quién que se las arregle como pueda porque pues él lo decidió, ¿no?, él decidió estar lejos, él decidió hacer otra familia, pues él lo decidió así y a mí decidió verme cuando se le antoja o cuando se acuerda o no sé, pues igual, si a él no le importa tanto estar al pendiente de mí pues a mí tampoco me importa tanto estar al pendiente de él sino que cuando él se acuerde de mí, yo también me acuerdo de él.

A partir de entonces, dicho “espacio” ha sido llenado por su madre a quien Gabriela busca complacer, no fallarle y llenar sus expectativas porque tiene una “responsabilidad” hacia ella, casi como una manera de pagarle todo lo que ha hecho.

Luego de vivir el duelo de la separación completamente “distantes”, Gabriela y su madre se unieron para apoyarse mutuamente pues “se resignaron a que su papá no iba a estar con ellas y que ellas tenían que salir adelante como fuera”, lo que da la impresión de que existe una alianza entre ellas que ya no tiene razón de ser ahora que sus padres llevan una buena relación e incluso, de acuerdo con Gabriela, muestran deseos de volver a estar juntos.

Ya desde que iba en la secundaria sentía que su padre la usaba como pretexto para estar con su madre haciéndola sentir triste, enojada y muy celosa, lo que tal vez explica su conducta antes retadora. Pero, en el momento en el que se sugiere una reconciliación de manera concreta, Gabriela se muestra ambivalente: le gustaría que sus padres vivieran juntos siempre que no vivieran con ella quizá debido a sus celos y, a la vez, no le gustaría porque afirma que no funcionaría y que tendría que compartir a su padre con sus otros hijos quienes son el recordatorio de su infidelidad o, peor aún, que podría engañarla a ella y a su madre otra vez.

Teniendo en cuenta la relación de sus padres antes de separarse, piensa que fue una buena decisión que terminaran su relación, no así la forma en la que se dio pues el motivo le parece “de lo peorcito que puede hacer una persona”. Empero, opina que las separaciones son necesarias cuando la relación es muy dañina y que deben darse antes de que la pareja tenga hijos ya que a estos les afecta, por ello no deben tenerse hasta que exista la completa seguridad de que siempre estarán juntos.

Gabriela comenta que la separación de sus padres no le afectó mucho en comparación con conocidos de su edad cuyos padres también se separaron y que ya tienen hijos o problemas escolares y de adicciones, aunque durante un tiempo ella también ingería alcohol en grandes cantidades. Sin embargo, tal vez en un intento de resolver ese conflicto que todavía le genera malestar, la historia de la separación de sus padres, su vivencia durante y después de la misma, parece repetirse en la relación que tuvo con el único novio con quien se ha permitido involucrarse emocionalmente pues buscaba tener contacto e intimidad con él al creer que la relación romántica que éste mantenía con otra persona, a quien ella devaluaba, no era “seria”. Fue hasta que él tuvo un hijo cuando Gabriela se resignó y se acostumbró a la ausencia de este chico que, en ocasiones, la hacía sentir usada, lo que no impide que desee estar con él.

A esa pareja, de la que cree estar o haber estado enamorada, la percibe como alguien que está más allá de su alcance por tener familia, ser muy atractivo físicamente e involucrarse con muchas mujeres de manera indiscriminada sin importar que tenga pareja, demostrando así que “no respeta ni se compromete” a nada. No le presta atención, no se toma nada en serio por su inmadurez, no es confiable, miente y engaña, es infiel, no cambia, ingiere grandes cantidades de alcohol, lastima por sus acciones y su ausencia, la hace sentir utilizada, no se preocupa por ella y solo le “habla bonito” para que no se enoje con él.

Si bien las otras dos parejas románticas que ha tenido eran todo lo contrario: respetuosas, agradables, tranquilas, atentas, tímidas, cariñosas y le mostraban su afecto hacia ella; con ninguna se involucró de manera emocional, les restaba importancia y, como defensa, minimizaba sus sentimientos pues sentía que buscaban más contacto, cercanía e intimidad de los que ella deseaba.

Cuando me decía “te amo”, yo le decía “¿cómo crees?, o sea, no”, yo le decía “no, tú no me amas, estás mal, tú me quieres mucho”.

Pese a que busca tener vínculos íntimos fuertes y duraderos, solo lo ha logrado en sus relaciones de amistad pues las tres relaciones románticas que ha tenido para ella solo fueron un medio en el cual “experimentar” y no sobrepasaron los dos meses de duración. El que fueran relaciones cortas lo interpreta como un “desecho” de ambas partes, mientras que si hubieran tenido mayor duración significaría una “necesidad” mutua.

Sobre esas relaciones románticas de largo plazo, Gabriela piensa que solo se dan entre personas que “encontraron al amor de su vida” y que saben arreglar sus problemas a través del diálogo siendo capaces de calmarse y controlar sus emociones. Tener una pareja así, “que esté con ella hasta que sean unas pasitas”, le gustaría mucho porque con ella podría ser quien es, compartir y compartirse sin temor al rechazo.

Desear una relación con esas características le causa conflicto pues al mismo tiempo le atemoriza por la latente posibilidad de ser lastimada por el otro. Este conflicto le lleva a ser tímida con los varones por miedo a que la rechacen o no la tomen en serio aunque muchas veces ella misma lo propicia con su comportamiento (e.g. besando a alguien que tiene pareja), por lo que prefiere que estos tomen la iniciativa mientras ella se limita a aceptar siendo poco selectiva al elegir una pareja con quien, de manera defensiva, no se involucra emocionalmente. De igual forma, incluso después de terminar una relación romántica tiende a ser indiferente, a minimizar y negar sus emociones al respecto.

Asimismo, como defensa, evita tener una relación romántica porque se vuelve una “distracción” que podría suponer un obstáculo en su éxito escolar y laboral en el futuro. Dejar de lado las relaciones románticas no constituye un problema pues, de cualquier modo, para ella no hay una gran diferencia entre “novio” y “amigo” ya que el primero solo es una etiqueta que indica mayor intensidad de las emociones y compromisos existentes en la amistad tales como la responsabilidad, el respeto, el cariño y la fidelidad. Y como una relación de amistad parece ser menos amenazante porque “no hay ningún lazo muy fuerte”, tiene bastantes amigos superficiales e inclusive colocó en ése nivel a sus exnovios pues, al ser vínculos no eróticos, podía tener una relación íntima duradera con ellos sin una implicación emocional importante.

No obstante, no pudo colocar en ése nivel al chico con el que sí se involucró emocionalmente quizá porque -al desplazar sobre éste algunas de las características de su padre- formó con él un vínculo igual al que estableció con la figura paterna, probablemente con la intención de resolver el conflicto causado por su ausencia a partir de la separación.

Como puede notarse, Gabriela tiene una percepción más realista, tanto de sí misma como de los demás (Mikulincer y Horesh, 1999 en Yárnoz et al., 2001); presenta mecanismos de regulación afectiva flexibles e integrados (Bartholomew, s.f.); se considera a sí misma y a los demás como accesibles y confiables

(Horowitz, Rosenberg y Bartholomew, 1993; Simpson y Rholes, 1998) aunque solo sea a su madre y a sus amigos de quienes, al igual que de sí misma, tiene una percepción positiva (Bartholomew, 1990, Bartholomew y Horowitz, 1991); presenta una autoconfianza moderada; y a sus amistades, que son altamente importantes para ella, las caracteriza como íntimas, cercanas y mutuas, por lo que busca su compañía y se siente cómoda mostrándoles cosas de sí misma, llorando frente a ellas y expresándoles sus emociones negativas. De acuerdo con Bartholomew (s.f.), las características anteriores corresponden a un estilo de apego seguro.

Siguiendo a esta última autora, Gabriela presenta otros rasgos del apego seguro, tales como utilizar una amplia variedad de estrategias de afrontamiento efectivas que incluyen acudir a otros significativos como una fuente de apoyo cuando se encuentra en problemas o situaciones estresantes; y mostrarse amable durante la entrevista que lleva a cabo con un buen grado de elaboración y escasas defensas.

Además de los rasgos ya mencionados, también presenta otros que son parte del estilo de apego rechazante-evitante, a saber: alta identificación con la madre a la vez que una figura paterna muy distante (Levy, Blatt, y Shaver, 1998 en Yárnoz et al., 2001); minimización de la importancia de las relaciones (Bartholomew, s.f., 1990; Bartholomew y Horowitz, 1991; Griffin y Bartholomew, 1994; Rosenstein y Bartholomew, 1996 en Fino et al., 2008; Simpson y Rholes, op. cit.); búsqueda de autosuficiencia, distancia e independencia emocional de manera defensiva (Bartholomew, s.f.; Simpson y Rholes, op. cit.; Yárnoz et al., s.f.); percepción negativa de los otros tales como su padre y sus parejas románticas, a quienes considera poco confiables o muy entusiasmados como para hacer compromisos de largo plazo (Simpson y Rholes, op. cit.); falta de intimidad, cercanía y expresión de emociones en sus relaciones románticas donde se involucra menos que sus parejas; y estar enfocada en el éxito como una manera de explicar su falta de interés en las relaciones románticas (Bartholomew, s.f.).

Para concluir, podemos decir que Gabriela muestra un estilo de apego seguro con sus figuras de apego femeninas ya que con ellas puede tener una implicación

emocional sin carga erótica y, por ende, sin la posibilidad de ser lastimada que considera inherente a un involucramiento tan íntimo como una relación romántica. Por ello, con las figuras de apego masculinas con las que sí puede mantener un vínculo erótico, Gabriela muestra un estilo de apego rechazante-evitante debido a su experiencia inicial con una figura paterna más o menos ausente que no proporcionaba cuidado; situación que la ha llevado a sentirse vulnerable ante el rechazo, la falta de apoyo y la poca disponibilidad de la figura de apego, así como a desconfiar de los varones y a evitar el contacto íntimo con ellos.

Joaquín

A sus 20 años de edad, Joaquín da la impresión de ser una persona seria y reservada, pero una vez que se siente cómodo con su interlocutor se vuelve desinhibido y hasta verborreico.

Actualmente vive con su madre y dos de sus tres hermanos mayores debido a que, cuando tenía alrededor de 6 o 7 años, sus padres se separaron luego de una pelea en la que hubo violencia física y verbal por parte de ambos. Días más tarde se reconciliaron y todo volvió a la normalidad pero Joaquín nunca supo el motivo de su disputa. Con el tiempo se dio cuenta de que las peleas y las separaciones que les seguían eran algo frecuente entre sus padres, aunque considera que ninguna tuvo comparación con la primera que, por su impacto e intensidad, le afectó tanto. Durante una de esas separaciones, cuando iba en la secundaria, vivió con su padre porque no deseaba seguir las reglas de su madre pero, luego de una fuerte discusión con su padre regresó al hogar materno donde vive desde entonces.

Joaquín se presenta como una persona muy segura y parece tener un buen autoconcepto pero, al igual que su independencia en los vínculos emocionales, solo es aparente y tiene una función defensiva. Se considera alguien sincero, tranquilo, “aislado”, solitario, cerrado y explosivo; por ello, aunque ante los

conflictos intenta dialogar, sus emociones le rebasan y no es capaz de controlarlas ni manejarlas adecuadamente por lo que, a veces, derivan en “depresiones” o en un comportamiento impulsivo.

Venía yo bien feliz a la escuela y que me la encuentro [a su amiga] así, de frente. Le digo “Hola, mira qué es lo que está aquí, es un regalo”... y había un bote de basura al lado y bien encabronado que la aviento [una llave], “ahí está tu pinche amistad”, así le dije, “ahí está tu pinche amistad” y la tiré al bote de basura y ya, me fui.

Suele ser rencoroso y despectivo hacia las personas, a quienes procura utilizar ya sea para no ser utilizado o para sobreponerse al creer haberlo sido con anterioridad, lo que para él es una forma de “balancearlo”. Por lo mismo, le cuesta trabajo confiar en los demás pues le “han fallado muchas veces” y, con el fin de que no vuelvan a hacerlo, emplea un método que él denomina “puntos de confianza” en el que, a través de sus acciones, el otro “gana” o “pierde” puntos que le permiten a Joaquín saber con quién relacionarse y en quien es seguro confiar.

Si bien vigila el comportamiento del otro para probarlo y calificarlo constantemente, dice no emplear dicho método con sus amigos íntimos pero, en realidad, solo es flexible con ellos pues necesitan hacer algo muy grave para perder su cariño y confianza ya que, en general, los percibe como personas divertidas y “espontáneas” que confían y dan confianza, que se preocupan por él y que le ayudan y apoyan cuando lo necesita. También son idealistas, soñadores, agradables y educados; son aquellos con los que puede convivir al compartir intereses en común y con los que puede expresar sus emociones sin miedo al rechazo. Todo ello hace que Joaquín mantenga un fuerte vínculo con sus tres amigos íntimos a quienes, además, considera la familia que ha escogido.

Los amigos son como la familia porque ahí puedes escoger a tu hermano o a tu papá... como una figura paterna, una figura de

hermano mayor, de hermano menor. Es como la familia que tú quisieras.

De manera consciente, el rol de padre y hermano mayor se lo da al amigo que percibe como alguien que le guía, le enseña, le cuida y le apoya; que a veces es repetitivo y, al igual que Joaquín, consume grandes cantidades de alcohol; alguien con quien se identifica, tiene una gran implicación emocional y es una figura altamente valorada para él.

Mi mejor amigo, mi primo, mi hermano, mi papá... No sé, él es como que todo en esas cuestiones, tal vez porque es muy importante en mi vida. [...] Lo quiero mucho, lo amo al wey, es de las personas por las que sí arriesgaría mucho, mi vida por él.

Para Joaquín, las amistades son tan importantes que la partida repentina de uno de sus amigos íntimos cuando era pequeño le hizo sentir abandonado pues fue una experiencia tan dolorosa que reafirmó la idea, aun presente, de que en cualquier momento las personas pueden irse. De acuerdo con Joaquín, esa posibilidad le da miedo, le lleva a aislarse y a esforzarse en mantener sus escasos vínculos mediante su preocupación e interés por el otro procurando su bienestar, conviviendo, siendo complaciente con él y expresándole sus emociones pues cree que así se fomenta la confianza lo que, a su vez, fortalece el “lazo” que tiene con él.

Pese a que para Joaquín la confianza es un componente fundamental en sus relaciones de amistad, no cree tenerla del todo con su única amiga pues desconfía de él quien, en respuesta, ya no confía tanto en ella. Asimismo, la considera una persona que escucha pero que es exagerada y problemática; que es explosiva, violenta y agresiva ante los conflictos -que regularmente evade-; que se victimiza, es “cerrada” y conformista. La percibe como “casi un hombre”, lo que sumado a su dependencia, le quita el atractivo como posible pareja romántica, motivo por el que permanece en el nivel de amistad constituyendo así el único lazo íntimo que mantiene con una mujer fuera del entorno familiar. De este modo, parece que solo

puede involucrarse con una figura femenina a través de un vínculo no erótico donde existe implicación emocional que, a pesar de resultarle problemática o “desgastante”, es más segura.

A sus padres los percibe de manera indiferenciada, ambos son figuras más o menos ausentes que confunden por los mensajes contradictorios que dan a sus hijos, no confían ni dan confianza, imponen y obligan, evaden los problemas, se vuelven impulsivos, explosivos y violentos ante los conflictos y se preocupan por mostrar una imagen de bienestar familiar ante los demás.

Aunado a lo anterior, a su padre lo caracteriza como alguien a quien se sentía muy “apegado” cuando era niño; alguien a quien no le importa puesto que no le apoya; que es una “molestia” y le estresa por victimizarse, enojarse, ser poco tolerante, quejumbroso, egoísta, egocéntrico y “machín”; que es trabajador y desobligado pero en ocasiones fue “buena onda” y divertido. Mientras que a su madre la percibe además como una persona “histérica”, exagerada, sumisa, religiosa, fuerte, “guerrera” y exigente que no le protege y que perdona cualquier falta, especialmente del padre, lo que hace inminente su reconciliación luego de cada separación.

Durante la primera pelea presenciada por Joaquín que culminó en separación, se sentía tan triste y ansioso que le llamó a la mayor de sus hermanas, quien ya no vivía con él, para que fuera a ayudarlo. Cuando su hermana llegó, su padre ya se había marchado y comenzó a decirle a su madre que se divorciara, proposición que le enojó mucho a Joaquín y le hizo ver a ambas –a quienes busca cuidar cuando es mayor- como los “ogros” que querían destruir a su familia, lo cual no sucedió pues días después sus padres se reconciliaron.

No tardó en percatarse de que la secuencia pelea-separación-reconciliación entre sus padres, si bien tenía diferentes duraciones, era habitual e incluso cíclica pues había temporadas específicas en las que se peleaban, lo que aun cuando le ayudaba a acostumbrarse, seguía afectándole haciéndole sentir que no les importaba. Con el paso del tiempo, empezó a aceptar a sus padres y la relación

tan conflictiva que siempre han tenido aunque cree que no debieron casarse “si iban a terminar así”.

Esta dinámica solía ser disfrazada por la familia para aparentar no tener ningún problema frente a la familia extensa, lo que enoja mucho a Joaquín quien no se daba cuenta de ello cuando era pequeño pues le parecía una coincidencia que solo en público no hubiera violencia y “la familia estuviera feliz”.

Debido a esa interacción familiar en la que además había indiferencia y distancia emocional, Joaquín comenta que se sentía solo y que desde edades tempranas se vio en la necesidad de afrontar sus problemas por sí mismo. Así, la autosuficiencia que al inicio era obligada y por la que parece guardarle rencor a sus padres, poco a poco se volvió una necesidad constante que le sirve para protegerse del exterior.

Nunca me quité de ése, como de esa rebelión, de esa línea de que pues yo independiente y yo empiezo a hacer mis cosas y no te pido nada, no me estés chingando. [...] ya no estaba como para seguir las reglas de ella [su madre] cuando yo ya hacía otras cosas que no eran como que mi responsabilidad.

Teniendo en cuenta la falta de apoyo emocional en su familia, Joaquín solo busca apoyo económico en ella sosteniendo una relación que le genera ambivalencia pues evita estar con su familia porque le desagrada y le molesta a la vez que la tiene altamente valorada, busca mejorar su relación con ella y manifiesta no desear cambiarla, lo que tal vez se deba a su capacidad para integrar las experiencias positivas y negativas dentro de su familia, pese a que estas últimas son las que “han gobernado”.

Aun cuando la relación con sus padres fue altamente conflictiva desde niño, en la actualidad opina que ha mejorado porque convive menos con ellos. De esta manera, parece que la distancia física y emocional con sus padres le genera al mismo tiempo malestar y bienestar.

Joaquín considera que las constantes separaciones de sus padres le han afectado pues le hacen estar en su contra –debido al enojo que siente hacia ellos- y tener “miedo a relacionarse”, lo que reafirma al ver que sus hermanos han tenido relaciones románticas poco satisfactorias que se disuelven eventualmente. Por ello, como defensa, tiene un número reducido de vínculos íntimos.

No obstante, piensa que las separaciones son “buenas” y necesarias cuando algún miembro de la pareja comete un “error” (e.g. dejar de “poner de su parte” en la relación) pues constituyen una forma de corregirlo que lleva implícita una sensación de derrota y por eso las considera “la última salida” que, de ser preciso, llevaría a cabo.

Si bien manifiesta no querer seguir el mismo patrón de su familia, Joaquín se ha permitido involucrarse emocionalmente solo con personas con las que no está seguro del tipo de relación que mantienen ni del papel que juega en ellas, justo como sucede entre sus padres.

 Mi papá prefiere estar ahí echando el chisme que estar un día
 atendiendo a su... pues a la mamá de sus hijos, no sé cómo se llame...
 si esposa o... no sé, digo, se siguen dando besitos, dando abrazos,
 pero pues no sé qué sean todavía, no sé qué sea.

Tal vez como un intento de resolverlo, la historia de las separaciones de sus padres y su vivencia de las mismas parecen repetirse, por un lado, con su única amiga y, por otro, con la única relación romántica que buscó formalizar. Con su amiga –sobre la cual parecen ser desplazados algunos rasgos de personalidad de los padres de Joaquín- tiene muchos conflictos, ante los cuales ambos se comportan agresiva y explosivamente haciendo que el contacto entre ellos termine por un tiempo, aunque después vuelva a entablarse como si nada hubiera pasado. Mientras que la chica con la que intentó tener una relación formal, le rechazó y, de pronto, se alejó de él sin darle muchas explicaciones, siendo éste el antecedente por el que Joaquín prefiere no arriesgarse a ser rechazado ni lastimado otra vez y

deja de intentar formalizar su relación con las chicas, aun cuando cree estar o haber estado enamorado de una de ellas.

Por consiguiente, nunca ha tenido una relación romántica pues le “cuesta trabajo estar bien con alguien más” y con las que ha deseado tener una, “no han querido”. A estas últimas las percibe como divertidas, “exóticas”, extrovertidas, alegres, risueñas, graciosas, atractivas, inteligentes, cuidadosas, más “maduras” que la mayoría, seguras de sí mismas, “fachosonas” y “hippie fresonas”. Las considera personas que buscan tanto contacto e intimidad como él y que, por no enojarse, constituyen un refugio que le tranquiliza. Sin embargo, en el momento que le rechazan las devalúa y se tornan poco atractivas, poco inteligentes, celosas y problemáticas.

Por otra parte, Joaquín se relaciona de manera superficial con mujeres que concibe como decididas pero poco importantes ya que ni siquiera le parecen atractivas y, aunque buscan contacto e intimidad insistentemente, de manera defensiva las evade para no tener más de un encuentro con ellas pues, de lo contrario, podría llegar a involucrarse emocionalmente, lo que le atemoriza por la posibilidad de ser lastimado.

Ambas formas de relacionarse, especialmente aquella sin implicación emocional, han sido para él un “negocio” en el que hay que maximizar las ganancias y minimizar las pérdidas; un medio en el cual puede experimentar y aprender cosas nuevas, así como practicar otras ya aprendidas; han sido creadoras de muchas emociones placenteras, un alivio para su soledad y una forma de entretenimiento.

Con esta representación de sus relaciones, da la impresión de tener más interés en la experiencia que en la persona que la implica o promete, quizá porque eso le permite mantener una imagen de autosuficiencia y desapego al otro pues, de esa manera, si se va o le aburre –lo que sucede con gran frecuencia- puede reemplazarlo por alguien más que garantice la misma experiencia, haciendo irrelevante y menos dolorosa su partida.

Entonces quiero conocer más, otra persona más, quiero seguir ex...
abriendo el... el libro y leyendo hojas para saber cuál es mi hoja
favorita, cuál es mi tendencia de hojas... [...] Entonces eso es lo que
busco, ¿no?, leer libros y que el que me sirva lo puedo ocupar o lo que
pueda aprender de él lo pueda este... manipular de una manera que a
mí me sirva.

Dado que busca no involucrarse emocionalmente, alegando estar enfocado en logros escolares y laborales, minimiza tanto sus sentimientos hacia el otro como el impacto que tiene el rechazo en él y presenta vínculos superficiales que se desvanecen con rapidez, lo que dice no afectarle.

A pesar de ello, cree en el amor, en “las medias naranjas”, y le gustaría tener a alguien con quien estar “el resto de su vida” para tener una relación romántica en la que haya un alto grado de implicación emocional, identificación con el otro, diálogo y solución de conflictos sin violencia. Relación que, según él, solo puede darse entre personas fuertes y valientes que, teniendo comunicación y confianza entre sí, corrigen sus errores, saben perdonarse, se ayudan y se complementan uno al otro por lo que cree que, además, la persona con la que la tenga tiene que ser parecida a él al ser honesta, buscar superarse, lograr sus metas y ser feliz. Con esos requisitos, considera difícil tener y mantener una relación como ésta.

El deseo tan grande de una relación así le genera conflicto pues le hace ser poco selectivo al ir probando, a modo de ensayo y error, con quién puede tenerla a la vez que le atemoriza por el posible rechazo y el alto grado de implicación emocional que supone. Estos temores le llevan a ser “muy tímido”, a encontrar difícil nombrar sus sentimientos hacia el otro y a evitar tajantemente la frase “estoy enamorado de ti” porque para él significa idealizar.

Como puede notarse, Joaquín tiene una percepción aparentemente positiva de sí mismo y una percepción negativa de los demás (Bartholomew, s.f., 1990; Bartholomew y Horowitz, 1991); tiende a involucrarse menos en los vínculos con el sexo opuesto de quien, además, su dependencia le incomoda; se aburre con

facilidad en las relaciones; y dice no tener una relación romántica ya sea por estar enfocado en sus logros o porque desea experimentar con muchas posibles parejas. Todo lo cual, según Bartholomew (s.f.), corresponde a un estilo de apego rechazante-evitante.

De igual manera, son parte de ese estilo el evitar la intimidad y desactivar el sistema de apego para lograr el mantenimiento defensivo de su autosuficiencia (Bartholomew, Ídem., 1990; Bartholomew y Horowitz, op. cit.; Griffin y Bartholomew, 1994; Rosenstein y Bartholomew, 1996 en Fino et al., 2008; Simpson y Rholes, 1998); tener una figura paterna muy distante y marcar una distancia defensiva con sus padres (Levy, Blatt y Shaver, 1998 en Yárnoz et al., 2001); considerar a los otros significativos como poco confiables o muy entusiasmados para hacer compromisos de largo plazo (Simpson y Rholes, op. cit.); y mantener amistades que están más basadas en intereses o actividades comunes que en cercanía emocional (Bartholomew, s.f.).

Empero, caracteriza a sus amistades como íntimas, cercanas y mutuas, por lo que tiende a buscar su proximidad, a sentirse cómodo mostrándoles aspectos de sí mismo y a expresarles sus sentimientos negativos, lo que de acuerdo con Bartholomew (Ídem.) es propio de un estilo de apego seguro. Mientras que su alto grado de identificación con los otros significativos -a quienes percibe más similares a sí mismo de lo que en realidad son (Yárnoz et al., 2001)- y su tendencia a idealizarles y luego devaluarlos (Bartholomew y Horowitz, op. cit.), forman parte de un estilo de apego preocupado.

Por otro lado, su escasa autoconfianza (Bartholomew, s.f.; Bartholomew y Horowitz, op. cit.; Fino et al., op. cit.; Horowitz, Rosenberg y Bartholomew, 1993); su reiterada percepción de soledad (Bartholomew, s.f., 1990; Simpson y Rholes, op. cit.); sus pocas amistades que tomaron años en consolidarse y; su dificultad para involucrarse en relaciones románticas (Bartholomew, s.f.), constituyen rasgos característicos de un estilo de apego temeroso-evitante. Asimismo, presenta otros rasgos pertenecientes a éste estilo, tales como su miedo consciente al rechazo

anticipado de los otros (Bartholomew, 1990; Bartholomew y Horowitz, op. cit.; Fino et al., op. cit.; Griffin y Bartholomew, op. cit.; Simpson y Rholes, op. cit.; Yárnoz et al., s.f.); su falta de claridad en relación a sí mismo con los demás a causa de la nula diferenciación entre sus figuras parentales por la percepción negativa que tiene de ambas (Bartholomew, 1990); su capacidad para diferenciarse de ellos, no idealizarlos tanto y tener una representación coherente de ambos a pesar de relatar una infancia difícil (Levy, Blatt y Shaver, 1998 en Yárnoz et al., 2001).

Para concluir, podemos decir que Joaquín presenta un estilo de apego temeroso-avoidante tanto con las figuras de apego femeninas como con las masculinas debido a su experiencia inicial con figuras parentales más o menos ausentes que le lastimaban y no fungían como una base segura. Al tener este vínculo de apego poco satisfactorio como referente, Joaquín se sabe vulnerable ante el rechazo, la falta de apoyo y la poca disponibilidad de la figura de apego. Por ello, y para protegerse del rechazo y del daño potencial que implica relacionarse con el otro -sobre todo en vínculos eróticos- Joaquín desconfía y evita el contacto íntimo con los demás manifestando rasgos del estilo de apego rechazante-avoidante.

Con el mismo fin, presenta características del estilo de apego preocupado ya que le permiten tanto minimizar la distancia existente entre sí mismo y el otro significativo como mitigar el miedo que tiene a que éste se vaya. Lo que sucede también con sus amigos aun cuando con ellos manifieste algunos rasgos del estilo de apego seguro quizá porque, durante todo el tiempo que les ha tomado consolidarse como tales, Joaquín vigiló su comportamiento que, sin indicios de rechazo ni ausencia, le hizo dejar de desconfiar de ellos.

Mauricio

Mauricio es un muchacho de 19 años que, al inicio, parece rudo y serio aunque al hablar con él esa impresión cambia pues se muestra como una persona tranquila e

incluso un poco retraída que suele colocar las manos entre las piernas y reír como una forma de manejar la ansiedad.

Actualmente vive con su hermana, su padre, la esposa de éste y un medio hermano producto de dicho matrimonio debido a que, cuando tenía 5 años, sus padres se divorciaron luego de una fuerte pelea que incluyó violencia física por parte de ambos. Los motivos de la separación nunca han sido muy claros para Mauricio pues su madre dice que su padre fue quien “ya no se sentía a gusto” y éste menciona que ella era violenta con sus hijos.

Después de la pelea vivió con su padre una semana y, al ser incitado por su hermana, se mudó con su madre un año, pero regresó con su padre y permaneció con él uno o dos años para luego volver con su madre durante dos o tres meses hasta que sufrió violencia física por parte de ella y decidió no volver. Sin embargo, en promedio convive con ella una vez al mes.

Mauricio se considera una persona “bromista” y agresiva que busca ser independiente, que “vale la pena” aunque no tenga “una autoestima muy alta” y que se siente atacada, criticada y juzgada con frecuencia, razón por la que tiende a cuestionar y analizar el comportamiento del otro con el fin de saber si puede o no confiar en él.

Además, se presenta como una persona segura con una imagen de independencia emocional que es aparente y defensiva pues, en realidad, es altamente dependiente. Para poder mantener esa imagen, Mauricio minimiza y reprime sus emociones, especialmente la tristeza pues le resulta inconcebible llorar frente al otro -excepto sus amigos-, quizá porque este comportamiento lo aprendió dentro de su entorno familiar en el que, según comenta, es una práctica común.

Mi familia como que siempre ha estado en la onda de... pues como de guardarte las cosas, ¿no? y aguantar como para no hacer sufrir a los demás con tu... carga. Entonces, incluso cuando lloras, no lloras y lloras con el otro, o sea, realmente te escondes para llorar.

Tal vez por eso Mauricio no se comunica con los demás y también reprime y evade otras emociones que considera negativas. Estas son acumuladas por él para evitar un conflicto y, cuando son muchas, se convierten en un “enojo o rencor” que le hace explotar y le lleva a buscar vengarse de lo que le han hecho como una manera de que el otro, al ver “lo que se siente”, aprenda a no hacerlo de nuevo.

Lo anterior se relaciona con que Mauricio se esfuerce tanto para lograr que el otro “no pueda con él”, es decir, para no dejarse vencer, para no rendirse y no mostrarle a nadie que ha sido lastimado, lo que denota una gran fortaleza que, aunque defensiva, le ha sido de ayuda a lo largo de su vida en la que se ha enfrentado a experiencias que podrían haber socavado su estructura yoica.

Aun cuando sí me dan en la madre muchas cosas y tal vez sí me llego como a deprimir y a dejar ciertas cosas... sigo sin creer que me vencieron. Entonces, sigo con la onda de “voy a seguir adelante, voy a seguir adelante, voy a seguir adelante y sí, me siento de la chingada y estoy dejando un montón de cosas y tal vez hasta la estoy cagando más, pero... voy a seguir adelante, sé que voy a salir de esto y todo va a pasar”.

Empero, le cuesta trabajo tanto tomar decisiones como manejar y solucionar problemas principalmente familiares y escolares, los cuales le estresan mucho porque no puede dejar de pensar en ellos. Debido a que a veces se siente incapaz de afrontarlos por sí mismo, le cuesta calmarse y se muestra hostil y agresivo, tendiendo a reaccionar de manera explosiva e impulsiva ante cualquier provocación por pequeña que esta sea.

En esos momentos, Mauricio comenta que necesita que sus amigos lo “controlen” pues le ayudan a calmarse porque son un “apoyo” para él ya que siempre están cuando los necesita. Así, cuando tiene algún problema, se refugia en ellos desde que sus padres se divorciaron.

Son como de “aquí estoy, cualquier pedo... aquí estoy, tranquilo... si quieres llorar, llora, no hay pedo... aquí estoy”. Como que me siento

seguro con ellos en ése momento... Me han ayudado por lo menos a... volverme a levantar.

Considera a sus amigos personas que piensan antes de hacer las cosas, que no pelean ni tienen muchos problemas porque pueden controlarse en situaciones estresantes o complicadas, aunque a veces sean capaces de lastimar sin la intención de hacerlo. Son personas que se preocupan por él, que no critican ni juzgan a los demás, que confían, dan confianza y le guían en los momentos difíciles. Y es con estos, dos varones a los que conoce desde el primer año de secundaria, con quienes mantiene una relación muy íntima en la que parecen volverse uno.

Confiamos entre nosotros, entonces no nos vemos siquiera como una persona aparte sino casi, casi, como si estuviéramos juntos en todo.

Sobre sus padres, Mauricio dice identificarse mucho con ellos en cuanto a “defectos” como la dificultad para manejar el enojo de una manera que no sea agresiva. Al inicio, muestra una percepción positiva de sus padres, pero no tarda mucho en describirlos como personas en las que no puede creer porque no confían en él ni dan confianza, que en lugar de solucionar los conflictos los evaden, que guardan sus sentimientos hasta que explotan y no pueden controlarlos, que “no se dejan vencer” y que, después de su divorcio, nunca estuvieron con él aunque económicamente nada le faltó.

Desde entonces, su padre ha sido distante física y emocionalmente. Mauricio ve su relación con él como un cumplimiento de roles paterno-filiales en el que no son “realmente unidos” pues su padre es agresivo y no suele estar ni comunicarse con Mauricio, lo que hace que éste piense que no puede confiar en él aun cuando muchas veces se muestra comprensivo ante los problemas que presenta su hijo.

A la figura materna -que también es distante física y emocionalmente- Mauricio la percibe como alguien que “ha tenido muchas cosas buenas”, que lastima sin intención de hacer daño y que incluso “se siente mal” cuando hay algún conflicto. Sin embargo, no le gusta estar con ella ya que también la considera una persona agresiva, insegura y obstinada que constantemente está a la defensiva; que se enoja con frecuencia, se

estresa con facilidad y se victimiza; que no comunica y no confía en el otro aun cuando exige confianza de éste; que busca más intimidad y contacto de los que él desea; que exagera porque generalmente expresa las emociones de enojo y tristeza de una manera desbordada; y que es dependiente especialmente de sus hijos.

Como que simplemente no lograba congeniar muy bien con mi mamá. No me agradaba ni cómo me hablaba ni... que no era realmente algo malo pero, o sea, sus actitudes, o sea, no me... no sé, como que sentía que ni siquiera era... No me gustaba, simplemente no me gustaba, no me sentía cómodo estando ahí.

Luego del divorcio, cada miembro de la familia vivió el duelo que dicho evento supone sin ningún apoyo de los demás, lo que le dejó a Mauricio un sentimiento de soledad constante y una sensación de vulnerabilidad pues, desde ese momento, se vio en la necesidad de lidiar por sí mismo con sus problemas.

No pienso en que otro va a llegar a defenderme, entonces como que lo veo como un “pues tengo que aprender a... defenderme a mí mismo” y pienso las cosas como si fuera yo solo en ése momento. [...] Analizo más las cosas porque sé que justamente estoy solo y si la cago muy probablemente me dé en la madre yo.

Ello contribuyó a que, alrededor de los 12 años de edad, se sintiera engañado por sus padres pues no quedó nada de “la relación perfecta” que tenían en la que se estaba con el otro de manera física, se preocupaban por el bienestar de cada uno y realmente no era posible que se estuviera “mal” porque estaban juntos, aunque no hubiera una implicación emocional importante.

Para Mauricio, el divorcio fue “un error” de sus padres debido a la manera tan violenta y explosiva en la que se dio y a que no solo los afectó a ellos sino también a sus hijos, amigos y familiares. No obstante, considera que las separaciones a veces son necesarias y benéficas para ambas partes cuando ya no se pueden solucionar los conflictos y que deben darse de mutuo acuerdo a través del diálogo.

Pensando en cómo se sintió después del divorcio de sus padres, Mauricio cree que decidió, inconscientemente, evadir todo al respecto porque consideraba no poder enfrentarlo, lo que parece haberle permitido sobrellevarlo y no desestructurarse por ello.

Lo que hice en ese entonces fue yo también... evadir un poco la realidad y... realmente creo que en ese entonces fue lo mejor que pude haber hecho... Creo que sí me hubiera tirado un rollo que me hubiera tal vez madreado al grado de... pues tal vez de no volverme a parar (risas)... No fue una forma consciente, fue como mero instinto el decir "voy a hacer algo... no voy a pelar esto" como por sentirme bien.

A pesar de asegurar que no desea cometer el "error" de sus padres, quizá como un intento de resolverlo, la historia del divorcio y su vivencia durante y después del mismo parecen repetirse en las cuatro relaciones románticas que ha tenido, las cuales no son consideradas por él como serias, a diferencia de su relación actual que, además, es la única que ha dudado iniciar por ser a distancia ya que la convivencia física es fundamental para él.

La que guarda más parecido es la que tuvo con la única chica con que se involucró emocionalmente, pues también desconocía los motivos por los que la relación terminaba, después se refugió en sus amigos, se sintió engañado porque ella le había mentido y negó sus verdaderas emociones al respecto. Mientras tanto, con las demás al final experimentó soledad y también buscó refugio en sus amigos.

Estas parejas románticas son vistas por Mauricio como personas inseguras, agresivas, complicadas y problemáticas que, a la vez, son tímidas y/o pasivas; que no cambian su manera de ser con los demás; que no confían ni dan confianza; que buscan mayor intimidad y/o contacto de los que él desea; que expresan la tristeza de manera desbordada; que no les importa cómo se siente él y minimizan sus sentimientos; que hacen daño sin que haya una razón para hacerlo; que son una "compañía" que puede distraerle de sus problemas y que "sí vale la pena", aunque poco después no la valga porque cree que no sabe apreciarlo.

Tal vez no llegamos a ser la relación súper aferrada, pero yo pude haber dado mil y un cosas más, fue como un “no supo, tampoco, aprovecharme”, por así decirlo. Entonces, si ella cree que no lo hice no fue porque realmente no pudiera, no, realmente no me provocó sacar más. Lo pudo haber hecho pero me cambió por alguien más, “va, no vale la pena por eso, yo sí valgo la pena y si no me sabe apreciar, pues ya, por lo menos no vale la pena seguirla buscando”.

Si bien al inicio de sus relaciones románticas Mauricio consideraba que su pareja tenía algo “bueno”, que no era agresiva ni “una persona mala”, con el paso del tiempo esa imagen cambiaba y comenzaba a ver en ellas características solo negativas que, al final, le hacían terminar la relación porque estar con ellas “era otra cosa”.

No obstante, como considera que las relaciones románticas valen la pena ya que tienen “beneficios”, extendía las suyas tanto como fuera posible aunque eso implicara ser complaciente pues creía que cada una de sus parejas le brindaba diversión y alivio a su soledad.

Si puedo aumentar las posibilidades de lograrlo, de sí volver a tener una relación así, controlándome... pues mejor (risas), es realmente aumentar las posibilidades, es más, me haría sentir incluso mejor conmigo.

Sin importar sus intentos por permanecer en esas relaciones y “salvar lo que se pudiera” de ellas, Mauricio cree que no ha logrado tener una relación íntima de larga duración y por eso admira a las relaciones de largo plazo pues considera que quienes las mantienen han tenido la capacidad y la fortaleza necesarias para resolver los conflictos que pudieron haber tenido a lo largo del tiempo que han estado juntos.

Tampoco considera haber tenido la relación íntima que tanto quiere: una en la que haya confianza total y mutua a la vez que apoyo y ayuda incondicional. Para él es tan importante conseguir una relación así, que su enorme deseo de tenerla le lleva a buscarla en cualquier persona sin importar quién sea y -sin que haya una razón

específica para estar con ella o no- lo intenta casi a modo de ensayo y error hasta encontrarla, lo cual le parece difícil.

Empiezas una nueva relación, no vas pensando en que va a terminar mal... pero tampoco vas así como diciendo “no, sí, y esta va a ser perfecta y esta es la buena, y esta tiene que ser, esta tiene que ser”. Si no es, pues ya ni modo, pues... una más que... que no fue, sigues adelante (risas), no por eso te vas a rendir. [...] Realmente quiero buscar una relación que me haga sentir así, sea con quien sea, sea amigo, sea novia, sea... pareja, sea... papás o familiar, lo que sea...

Quizá esta intensa necesidad de buscar una relación íntima tiene que ver con la relación que Mauricio tiene con su madre pues, además de que se ve identificado con ella, sus parejas presentan rasgos de esta en mayor o en menor medida siendo aquella con la que tuvo su relación más duradera, la que comparte más rasgos con su madre.

Aunque tiende a idealizar a esta última como una “buena madre” sin saber muy bien en qué consiste serlo, Mauricio prefiere apartarse de su lado en cuanto convive con ella porque su imagen real se hace palpable impidiéndole sustentar su imagen idealizada, la cual probablemente le sirve para sobreponerse al hecho de que su madre siempre ha sido una figura más o menos ausente que, desde pequeño, no le proporcionaba el cuidado necesario, no procuraba su bienestar llegando a hacerle daño física y emocionalmente y que, de un día para otro, se fue de casa cuando más la necesitaba.

Dado que lo mismo sucede con sus parejas románticas -las idealiza para luego tener una percepción negativa de ellas- y que comparten algunos rasgos de personalidad con su madre, puede decirse que la representación inconsciente que Mauricio tiene de esta es desplazada a sus parejas, a la vez que el vínculo de apego que forma con ellas es el mismo que estableció con su madre.

Lo cual, aunado a que da la impresión de desaparecer volviéndose uno con cada una de sus parejas y a que busca la satisfacción de sus necesidades de atención, cuidado y cariño en ellas de manera muy demandante, muestra que, de algún modo, la pareja es

vista por él como una figura materna, quizá en un intento de resolver el conflicto con aquella figura de la que ha carecido a partir del divorcio.

Como puede notarse, Mauricio constantemente idealiza y devalúa a los otros de manera alternada (Bartholomew y Horowitz, 1991); tiene dificultad para solucionar sus problemas sin la ayuda de los demás; busca mayor intimidad de la que el otro desea y tiende a ser altamente absorbente, dependiente y demandante en las relaciones íntimas, lo que es un poco más marcado en las amistades que son muy importantes para él aun cuando las descuide al estar involucrado en una relación romántica. Las anteriores, según Bartholomew (s.f.), son características de un estilo de apego preocupado.

De la misma manera, corresponden a ese estilo de apego el que tenga una percepción negativa de sí mismo y una percepción positiva del otro (Bartholomew, 1990; Bartholomew y Horowitz, 1991) si bien esto solo sucede en las relaciones de amistad; muestre una escasa regulación emocional que deriva en emociones desbordadas (Oliva, 2011); que idealice a sus padres (Levy, Blatt y Shaver, 1998 en Yárnoz et al., 2001); y presente una pobre diferenciación con la figura materna (Yárnoz et al., Ídem.) a quien además caracteriza como benevolente y punitiva a la vez (Levy, Blatt y Shaver, 1998 en Yárnoz et al., Ídem.).

Sus deseos de relacionarse profundamente con el otro y considerar que, en el caso de sus padres, se muestran reacios a hacerlo (Simpson y Rholes, 1998); sus bajos niveles de confianza en las relaciones percibidos tanto en sí mismo como en el otro (Collins y Read, 1990; Simpson, 1990 en Simpson y Rholes, Ídem.); y su ansiedad por la poca disponibilidad de la figura de apego (Bartholomew, s.f.; Yárnoz et al., 2001) que incluso en un noviazgo le motivó a terminar la relación, también son rasgos de un estilo de apego preocupado.

De acuerdo con Bartholomew (s.f.), además presenta rasgos del estilo de apego rechazante-evitante tales como una risa defensiva que aparece al hablar de sus relaciones románticas y de sus padres durante la entrevista; tendencia a evadir y no expresar sus emociones; desagrado por llorar frente a los otros (Bartholomew, Ídem.;

Bartholomew y Horowitz, op. cit.); evitar los conflictos con los demás -a quienes les muestra muy poco de sí mismo-; mostrar un grado moderado de autoconfianza (Bartholomew, s.f.); buscar autosuficiencia, distancia e independencia emocional de manera defensiva (Bartholomew, Ídem., 1990; Bartholomew y Horowitz, op. cit.; Griffin y Bartholomew, 1994; Simpson y Rholes, op. cit.; Yárnoz et al., s.f.); y la falta de intimidad y expresión de emociones dentro de sus relaciones románticas en las que presenta una percepción positiva de sí mismo y una percepción negativa del otro (Bartholomew, 1990; Bartholomew y Horowitz, op. cit.). Aunado a ello, muestra una gran identificación con la figura materna a la vez que una figura paterna distanciada y una marcada distancia defensiva hacia ambos (Levy, Blatt y Shaver, 1998 en Yárnoz et al., 2001).

Para concluir, podemos decir que el estilo de apego rechazante-evitante es el modo en el que Mauricio tiende a relacionarse con las figuras femeninas -con quienes podría tener un vínculo erótico- tal vez como una manera de protegerse del posible daño que para él supone involucrarse emocionalmente con alguien debido a su experiencia con una figura de apego inicial que no le brinda cuidado y que en muchas ocasiones no está disponible, lo cual ha llevado a Mauricio a desconfiar y evitar el contacto íntimo con los demás. A pesar de ello, una vez que se implica emocionalmente con alguien, Mauricio presenta un estilo de apego preocupado que le permite reducir tanto la distancia con los demás como el miedo a que se vayan, lo que sucede principalmente con sus figuras de apego masculinas.

Pamela

Pamela tiene 18 años y, a primera vista, parece una persona ruda, seria y cortante. Sin embargo, esta impresión cambia al hablar con ella pues no tarda en mostrarse sensible, risueña y dispuesta a tocar temas de los que casi nunca habla por la ansiedad que provocan, tal como se vio en la entrevista.

Actualmente vive con su hermano mayor, su madre y el esposo de ésta pues, cuando Pamela tenía 1 año, su padre se fue de casa sin dar explicaciones luego

de haberse casado con una mujer que no era la madre de Pamela, lo que dejó a su familia en una difícil situación económica de la que salieron adelante gracias al trabajo de su madre y a la ayuda de su abuela materna.

Durante los siguientes cinco años no tuvieron contacto con el padre hasta que éste los buscó para pasar unas horas con ellos, luego volvió a irse sin decir nada y regresó casi tres años después para verlos un momento tras el cual se fue sin explicación alguna. Dos años más tarde, se comunicó vía telefónica con Pamela y sus hermanos quienes, pasados tres años más, le llamaron para decirle que Pamela cumplía 15 años. Desde entonces no saben nada de él.

Pamela se considera “un poco ruda”, seria, agresiva, impulsiva, celosa, solitaria y “bipolar” porque tiene un humor cambiante. Dice tener muchas ganas de salir adelante y muchos planes a futuro; cree estar “bien loca” y tener una perspectiva negativa de la vida; le gusta ir a fiestas porque se desinhibe al ingerir grandes cantidades de alcohol y, aunque ahora cree ser más sociable, continúa evitando el contacto con los demás porque no le interesan ya que no son “indispensables” y le aburren.

No confía en sí misma, cree que no puede dar consejos y que no es “una persona a la que sean capaces de soportar” los demás, por lo que les hace “un favor” alejándolos de ella pues puede lastimarlos mucho con sus palabras y sus acciones consciente o inconscientemente. Así, tiene una baja autoestima, un pobre autoconcepto y no sabe quién es realmente, pero considera que gracias a un proceso psicoterapéutico que lleva desde hace algunos meses, ha aprendido a conocerse más y a darse valor a sí misma.

Generalmente está a la defensiva, cualquier gesto, por mínimo que sea, puede hacerle sentir triste o enojada. Además, suele ser intolerante, pero es más o menos flexible y, en ocasiones, totalmente complaciente con quienes tiene un lazo emocional.

Afirma confiar en los demás, pero desde pequeña desconfía de ellos. Ya entonces creía que los amigos no existen porque “todos te dan la espalda algún día” y que “nadie le quería y que no iba a querer a nadie” porque cree que le van a fallar al no entenderla, al cambiar, al alejarse, al dejar de quererla y terminar la relación que tienen.

Tal vez por eso Pamela da la impresión de ser hipervigilante pues constantemente pone a prueba y analiza el comportamiento del otro para saber si es seguro o no acercársele y confiar en él. Esa técnica, como ella la denomina, le hace sentir bien porque puede protegerse del probable daño del otro y, a la vez, le hace sentir mal porque no deja que se le acerquen personas que sí “valen la pena” y a las que tiene una gran necesidad de conocer pues, de manera idealizada, piensa que son muy parecidas a ella aunque, cuando las conoce, le parecen todo lo contrario.

Pamela se presenta como una persona segura, tiene una imagen de independencia y de fortaleza que es aparente y defensiva pues en realidad es altamente dependiente, “sensible”, “tierna” y “cursi”. Esta imagen de autosuficiencia le hace sentir a salvo y, así como busca mantenerla, quisiera quitársela porque cree que no está bien ya que no todas las personas son así.

Para poder tener esa imagen, minimiza y reprime sus emociones, especialmente la tristeza. Para ella, llorar frente al otro y mostrar que es sensible resulta inconcebible ya que son signos de inferioridad y debilidad, es mostrarle al otro que se es vulnerable, lo que es peligroso pues podría usarlo en su contra. Sin embargo, le gustaría poder expresar lo que siente verbal y físicamente, pero no cree ser capaz de hacerlo por el miedo a que el otro no sienta lo mismo, justo como le ha sucedido en experiencias pasadas.

Aunado a ello, le cuesta trabajo identificar claramente sus emociones, con frecuencia no sabe cuáles son y las confunde o las mezcla; y como no las expresa tiende a acumularlas hasta que llega un punto en el que ya no puede reprimirlas más y, sin que pueda controlarlas, se desbordan derivando en un comportamiento explosivo, agresivo e hiriente, sobre todo cuando la emoción subyacente es el

enojo. Cuando esto sucede, Pamela se enoja mucho consigo misma porque alguien la vio vulnerable, pero considera que al hacerlo se quita un peso de encima.

Nunca me había gustado que me vieran mal por alguien o por algo. Entonces, cuando me empezaron a ver mal por... bueno, cuando terminé con él, fue como... como que le pegaron a mi orgullo, le pegué yo a mi orgullo con que me vieran mal, con que me vieran llorar todos los días.

Si bien en esos casos evita acudir a alguien en busca de apoyo emocional, cuando “ya no puede consigo” se resigna a hacerlo con su única y mejor amiga desde la secundaria quien funge como medio de contención para Pamela porque solo ella la tranquiliza, la entiende, la hace ser “flexible” y “expresiva”.

Dicha amiga es percibida por Pamela como “una gran persona” que “vale la pena” porque es inteligente, fuerte, “sensata”, “centrada”, “muy cuerda”, divertida, graciosa, “positiva”, alegre, sentimental, tierna, “nena”, “fresita” y “muy niña”. Es alguien que busca salir adelante a pesar de los problemas, expresa lo que siente, brinda apoyo incondicional, confía, da confianza y, además, se interesa en Pamela y la hace sentir segura.

Por todo lo anterior, es una figura importante y altamente valorada para Pamela quien la considera una “hermana” por la gran implicación emocional que tiene. No obstante, eso no siempre fue así pues al inicio de su relación Pamela era cortante e hiriente con ella para alejarla porque, como estaba segura de que a su lado podía ser quien era en verdad, le asustaba salir lastimada si se iba. A pesar del trato de Pamela durante los primeros años de su amistad, su mejor amiga no se alejó demostrando con ello que le importa, motivo por el que se vuelve importante para Pamela.

Además de su mejor amiga, tuvo otra durante el primer año del bachillerato a la que consideraba una persona divertida, agradable y amable; creía que era alguien

que “daba amor”, alguien con quien se podía pasar mucho tiempo y hablar de muchas cosas. Al inicio pensaba que era “una buena persona” pero, con el tiempo, se dio cuenta de que no le gustaba cómo pensaba cuando tenía problemas –lo que era muy frecuente- pues se volvía un “caos”.

En esos momentos, su amiga era “chocante”, se autoagredía, ingería grandes cantidades de alcohol, era impulsiva y solo buscaba “vivir el momento”, evadía la situación y su responsabilidad, no se dejaba ayudar y no escuchaba ni entendía lo que le decían, pero se enojaba si no estaban de acuerdo con ella. Así, esa amiga se convirtió en “alguien a quien tenía que soportar”, en una “carga” que tenía que cuidar ya que por sí misma “no encontraba su camino”, lo cual desesperaba y enojaba a Pamela porque la hacía sentir tanto “ahogada” como “atascada”.

Ahora que ya no tiene una relación con ella se siente más “tranquila”. Empero, siempre buscó ayudarla y se sentía tan responsable de ella que era “como [su] mamá” debido a que, según comenta, se veía reflejada en su amiga, de tal modo que la ayudaba porque cuando ella necesitaba ayuda no tenía a nadie y deseaba que alguien la “hiciera reaccionar”.

Sentir que está sola ha sido algo común a lo largo de su vida, también lo ha sido creer que nadie la comprende, ni siquiera su familia de quien espera ser juzgada sobre todo por su hermana mayor y su madre, percepción que ha cambiado un poco a partir de las “depresiones” que éstas han tenido ya que, según ellas, gracias a eso han podido entender cómo se sentía Pamela algunas veces. A partir de ello, ambas, principalmente su madre, se han vuelto personas con las que Pamela dice poder mostrarse sin necesidad de protegerse.

Sin embargo, no existe mucha implicación emocional con ellas. La relación con su madre es vista por Pamela como un mero cumplimiento de roles materno-filiales en que quiere a su madre porque debe hacerlo mas no porque en verdad así sea. Comenta que “no le sale amor” hacia su madre, que solo siente agradecimiento por todo lo que le ha dado económicamente, por su apoyo y protección. Sentirse

así la hace pensar que es “malvada” y culpable por no saber agradecer pues, además, le parece “absurdo no sentir nada por quien le dejó vivir”.

Caracteriza a su madre como una persona tranquila, fuerte, trabajadora y “chapada a la antigua” que no cambia, que busca salir adelante y a la que le importan mucho las apariencias. También se preocupa por el bienestar de sus hijos, los protege, los ayuda más en lo económico que en lo emocional y siempre ha buscado que tengan una buena imagen de su padre. “No es mala”, pero Pamela cree que su madre no la conoce, la critica, la compara con sus hermanos, la hace sentir “oveja negra” y la lastima porque a veces minimiza lo que ella siente.

Quando empecé con mi etapa yo intentaba como contarle lo que sentía y ella era esa persona que me decía “está en tu cabeza, solo está en tu cabeza y puedes sacarlo y ya”, yo sentía que no le daba importancia.

Lo anterior, aunado a que le desespera por ser “hiperactiva” y a que tiende a ser sumisa con sus parejas, hace que Pamela no pueda convivir mucho con su madre, que no tenga “necesidad” de estar con ella, que le “pierda el respeto” y que tenga una relación conflictiva con esa figura tan valorada, admirada e importante para ella.

Mientras tanto, su padre -una figura importante que Pamela devalúa regularmente- es definido como “el peor extraño que pudo conocer”. Le han dicho que era detallista, trabajador, amable y atento; pero para Pamela es una persona problemática, agresiva, egoísta, “peleonera”, irresponsable e impulsiva que “no pensaba bien las cosas”, que evade sus problemas y que consume grandes cantidades de alcohol.

Es alguien cobarde, que traiciona y engaña, que incomoda, que hace promesas que no cumple, que “no da nada” y que está solo porque así lo quiso. Es alguien al que no le importa su familia, que no se preocupa por ella ni la busca luego de haberla abandonado, que lastima por lo que ha hecho y que no se arrepiente de nada.

Aun cuando ella no recuerda la separación de sus padres porque era una bebé cuando se dio, se ha apropiado de experiencias y recuerdos sobre su padre que, al “recrearlos” gracias a lo que le han contado su madre y sus hermanos, vive como si le hubieran sucedido, quizá como un modo de tener un lazo con el padre cuya ausencia dice sentir mucho desde niña.

La idea de no tener padre siempre le frustró porque se le enseñó que tenía uno, le dolía más que existiera pero no estuviera con ella y que no la buscara pues, si bien su madre nunca le prohibió que lo viera, Pamela solo ha tenido contacto con él en cuatro ocasiones desde la separación. Las primeras dos veces, a los 6 y a los 8-9 años, fueron en persona, mientras que las otras dos fueron vía telefónica cuando Pamela tenía 11-12 y 15 años. En las dos primeras dice que, aunque iba con sus hermanos, se sentía muy confundida e incómoda, no sabía qué hacer ni cómo comportarse con su padre, casi no interactuaban y deseaba preguntarle por qué no estaba con ella, pero nunca lo hizo.

Recuerda que en cada ocasión, en persona o no, estaba presente la emoción de estar con él y unas cuantas palabras siempre seguidas de un llanto descontrolado entre los brazos de su madre. Para ella, esos encuentros “no fueron relevantes” y no tuvieron “un buen momento”, por eso le gustaría olvidarlos, lo que probablemente se deba a que resultaban dolorosos pues después de cada uno había otro abandono.

Desde su niñez y hasta los primeros años de su adolescencia, justificaba la conducta de su padre antes, durante y después de la separación, tenía una imagen idealizada de él tal vez para sobreponerse a la imagen real de una figura que, aunque ausente, lastimaba mucho. Asimismo, buscaba tener contacto con él pues deseaba “a alguien a quien le pudiera decir ‘papá’” con lo que da la impresión de que no era necesaria la persona en sí sino el rol de figura paterna que tenía.

En la actualidad, ya no desea tener comunicación con él pues, aunque antes lo quería porque sentía que debía hacerlo y después lo odió por todo lo que hizo,

ahora solo le tiene mucho coraje por “pisotear” a su madre, por no importarle sus hermanos y por ocultar que eran su familia.

Pese a que, según Pamela, no tiene que perdonarlo por algo que le haya hecho, entre lágrimas reporta que le duele más lo que le hizo a ella pues, aunque fue la hija más esperada según su madre, la dejó y no le importó. A ello, se suma su dolor por nunca haber tenido un momento “sano y feliz” con su padre y porque no la conoce ni la valora ya que incluso se siente como un objeto para él.

De manera defensiva, aunque tiene un lazo emocional con su padre, afirma no tenerlo, que ya no le importa y que, si ella vive, “solo va a ser para verlo morir” aunque ya lo da por muerto pues así se sobrepone a su desinterés, a su olvido e indiferencia ya que, de acuerdo con ella, es la única manera de poder “sacar y olvidar el coraje” que siente hacia él.

Para Pamela, la historia de su familia y la separación de sus padres son como una “telenovela” que le hubiera gustado que fuera diferente porque afectó en gran medida tanto a su madre como a sus hermanos y a ella misma a quien, como puede notarse, la ausencia de su padre aún le produce mucha ansiedad, enojo y dolor, los cuales desea dejar de sentir porque está consciente de que no le permiten “estar bien”.

Cree que la separación de sus padres no fue lo mejor por la manera en la que se dio ya que su padre fue “muy cobarde” e irresponsable. No obstante, intenta verle el “lado bueno”: si no hubiera sido así tal vez su madre no hubiera tenido el coraje para sacarlos adelante. Además, piensa que gracias a ello es quien es ahora, está consciente del daño que puede hacer una persona, evita dar algo por quien no da nada por ella y su familia está más tranquila y unida.

En el fondo, sé que lo que más nos une es el querer cuidarnos uno al otro de no seguir... sufriendo por una ruptura... (el llanto aumenta de intensidad). En el fondo es como si yo me imaginara que cada uno de nosotros cuatro: mi mamá, mis dos hermanos y yo... tenemos una

grieta que él [su padre] causó porque yo sé que sí la hizo... y creo que eso es lo que nos hace estar más juntos... soportarnos más... ayudarnos más.

En general, Pamela considera que las separaciones son buenas porque tienen algún beneficio, pero que deben darse a través de un diálogo sincero y tomar en cuenta a los otros que pueden salir afectados además de la pareja. Manifiesta que se separaría si ya no puede “rescatar” nada de la relación pero no quiere casarse ni vivir en unión libre con alguien porque actualmente “ya nadie cumple” lo que implica, porque es una “cadena”, una imposición que obliga a estar con alguien y que, como monotonía, aburre haciendo que se engañe al otro por el deseo de “experiencias nuevas” inherente al ser humano que, tal vez si ama mucho, podría ser diferente.

A pesar de que dice no querer casarse para no “pasar por lo mismo” que sus padres, tal vez como un intento de resolverlo, ya le ha sucedido algo similar pues la historia de la separación y su vivencia después de la misma parece repetirse en las dos relaciones románticas formales que considera importantes.

En la primera, también había muchos conflictos y el muchacho desapareció sin darle una explicación mientras que, en la segunda, además de los numerosos conflictos, su pareja era una figura más o menos ausente que ocultaba la relación que tenía con Pamela -quien lo justificaba-, que se involucró con alguien más, que se alejó de repente sin dar explicaciones y sin terminar formalmente la relación, después de lo cual el contacto se volvió intermitente.

La que guarda mucho más parecido es esta última que tuvo con un varón a quien, al principio, percibía como serio, misterioso, de carácter fuerte, tierno, divertido, maduro, responsable y decidido que tenía buenos temas de conversación y objetivos claros, que estaba centrado en la escuela y buscaba salir adelante, por todo lo cual era un “modelo” a seguir para Pamela quien lo admiraba y se identificaba mucho con él. También, era una persona que no confiaba pero daba

confianza, que la entendía y la escuchaba sin criticarla ni imponerle nada, que la hacía sentirse alguien y estar completa.

Con el tiempo, esa percepción se modificó y fue visto por Pamela como una persona cambiante, agresiva, impulsiva, celosa y posesiva que se enojaba con frecuencia, que no expresaba lo que sentía, no quería algo serio, no la buscaba ni la respetaba; que la hacía sentir rechazada, desplazada y sin importancia pero que, por sus ligeras muestras de afecto a solas, le hacía continuar su relación con él a quien veía como un “capricho” y un “reto” porque debía lograr que la quisiera.

La otra relación romántica cuya ruptura también se parece a la de sus padres, la tuvo con una pareja a la que, al inicio de la relación, consideraba “una gran persona” con la que se identificaba mucho porque tenía los mismos gustos y problemas que ella, era detallista y buscaba salir adelante, por lo que también lo veía como un “modelo” a seguir. Era alguien que, como Pamela parecía importarle, se volvió importante para ella pues también constituía un refugio, un “flotador” que le permitía olvidar sus problemas aunque después la lastimara tanto por ser rudo, agresivo y rechazante.

Aun con ése trato, Pamela permanecía en esa relación porque cree que lo necesitaba, aunque ahora le parece haber sido una “tonta” por haber continuado con una relación tan “enfermiza” en la que era “como mamá” de su pareja pues buscaba ayudarlo y se sentía responsable de su bienestar. Dicho rol parece ser muy importante para ella pues comenta que le dolía mucho ya no poder desempeñarlo después de que la relación terminó.

Además, sostuvo una relación romántica con dos personas -mayores que ella- con las que no se involucró emocionalmente. A una la ve como una persona sociable, a veces divertida pero generalmente aburrída, celosa y conformista que no buscaba superarse y se “enganchaba” muy rápido en las relaciones. A la otra, la percibe como alguien sociable, tranquilo, maduro, serio, confiable, de carácter fuerte, respetuoso y responsable con deseos de superarse aunque no tenga objetivos claros.

De acuerdo con Pamela, esta última pareja es alguien con quien puede estar y divertirse, que se preocupa por el hijo que tiene, que no cambia su actitud frente a los demás, que la escucha sin juzgarla ni imponerle nada, que la protege, la busca, la tranquiliza y la hace sentir segura de sí misma. De manera simultánea, cree que es una persona celosa que no la conoce, que no cambia y suele desconfiar de ella; que es muy sensible pero no expresa lo que siente; que busca una relación más seria, es “muy romántico, muy empalagoso” y “cariñoso”, lo cual “presiona”, “aplasta” y asusta a Pamela porque demanda más atención y afecto de los que ella desea darle.

Por esa razón, no estaba segura de iniciar una relación con él. No se sentía capaz de tomar una relación en serio y estaba segura de que ella iba a fallarle en algún momento ya que, por ejemplo, acostumbra tener encuentros casuales –en los que solo menciona besos- con otros chicos. Por consiguiente, terminó esa relación debido al miedo a que hubiera una ruptura por decisión de él y al alto grado de cercanía e intimidad que implicaba. Al final, su relación se volvió una amistad.

El que cada una de sus relaciones románticas haya sido conflictiva, según Pamela, influye en que no desee tener una de largo plazo pues, adicionalmente, considera que es una atadura, un “amarre”, un “ancla”, una “responsabilidad” que le “agobia” y le asusta por el alto nivel de cercanía, intimidad y probabilidad de daño de ambas partes.

En consecuencia, busca relaciones superficiales que le permiten no involucrarse emocionalmente con el otro pero, al necesitarlo para sentirse completa y querida dice que le gustaría tener una misma relación romántica durante mucho tiempo pero sin demasiada implicación emocional. De este modo, desea una relación en la que cada quien tenga “sus cosas” pues, como “tarde o temprano las cosas terminan”, necesita tener un “respaldo” porque si el otro se va, ella se queda con “un hueco” que no se siente capaz de volver a llenar.

Para ella, terminar una relación, sobre todo sin explicaciones de por medio, significa que no es importante para el otro, que no vale lo suficiente y que no la

quiere, por eso la “abandona”. Ante ello, Pamela sufre mucho y sus emociones se desbordan hasta derivar en cuadros psicopatológicos tales como depresión y trastornos alimenticios, ambos diagnosticados.

Debido a que le cuesta trabajo aceptar la ruptura definitiva y sobreponerse al malestar que genera, le da “pánico” que la rechacen, le preocupa y le atemoriza que el otro se vaya. Pamela está consciente de que ése pensamiento le hace daño por toda la aflicción que le causa y que intenta manejar a través del enojo y de la minimización de sus sentimientos por el otro.

Con el fin de no enfrentarse a la ruptura, Pamela es capaz de permanecer en una relación a pesar de conflictos muy graves. Busca tanto mantener una relación que, si es necesario, puede acceder a las prohibiciones del otro para demostrarle que es importante; decirle todo lo que hace o hará para que no le reclame; cambiar lo que al otro no le guste de ella; justificar los celos y el mal trato que recibe, verle beneficios e incluso discutir con sus amigos para defender a su pareja.

Desear una relación romántica le causa conflicto pues al mismo tiempo que le atemoriza por la probabilidad de daño, le necesita para poder confiar en los demás, para tener una persona que “le haga sentir alguien” y que le guíe. Con ello, da la impresión de estar perdida sin una pareja al grado de que su indisponibilidad le produce mucha ansiedad. De esta manera, parece que se involucra con el otro por las experiencias y/o emociones que implica o promete, por el rol y las funciones que ella le confiere y no tanto por la persona misma.

Quizá por ello no tiene muy claro el tipo de relación que tiene con el otro, con frecuencia dice tener una relación “entre amigos y novios” luego de asegurar que se trata de un noviazgo formal, lo cual le permite no involucrarse emocionalmente ni “engancharse” a las personas o “encariñarse” con ellas aunque en realidad tienda a hacerlo.

Y precisamente porque se encariña con facilidad, como defensa, terminó su última relación romántica convirtiéndola en una de amistad ya que, de este modo, puede

sobrellevarla más y, como dice, sentirse “tranquila”. Así, parece que su relación de amistad es menos amenazante que la romántica que tenían porque para ella tiene menor implicación emocional, lo que hace a éste vínculo no erótico más seguro. Sin embargo, no lo es del todo pues le cuesta trabajo confiar en los hombres, lo que tal vez se deba a la experiencia temprana que tuvo con su padre y que le hace pensar que la van a abandonar en cualquier momento.

Yo todo lo veo como un abandono. Decir “se fue”, “me dejó”, “no dijo adiós” me cuesta mucho decirlo... creo que esas palabras son las que frustran mi vida [...] Desde que tengo memoria recuerdo que esas palabras siempre me han dolido mucho... odio que las digan, no me gustan, no me gustan, siento que son palabras que me lastiman.

Esta figura paterna parece ser central pues Pamela se ve identificada con ella al compartir algunos rasgos de personalidad y, quizá en un intento de resolver el conflicto causado por su ausencia, sus parejas también presentan algunas de sus características. Por lo tanto, puede decirse que la imagen que tiene de su figura paterna es desplazada a sus parejas y que el vínculo que forma con las figuras de apego masculinas es el mismo que estableció con su padre pues, de igual manera, las idealiza y después tiene una percepción negativa de ellas.

Como puede notarse, Pamela también tiene una percepción negativa de sí misma caracterizada por una baja autoestima (Bartholomew, s.f., 1990; Bartholomew y Horowitz, 1991; Fino et al., 2008; Simpson y Rholes, 1998) y poca autoconfianza (Bartholomew, s.f.; Bartholomew y Horowitz, op. cit.; Fino et al., op. cit.; Horowitz, Rosenberg y Bartholomew, 1993). Se describe como solitaria (Bartholomew, s.f., 1990; Simpson y Rholes, op. cit.) y le cuesta trabajo responder adecuadamente a los conflictos; se le dificulta expresar sus emociones y evita llorar frente a otras personas aunque está consciente de su malestar; no busca soporte emocional en los demás (Bartholomew, s.f.; Bartholomew y Horowitz, op. cit.) y como tiene una percepción negativa de ellos, desconfía constantemente (Bartholomew y Horowitz, Ídem.; Griffin y Bartholomew, 1994); además, se le dificulta involucrarse en

relaciones románticas y cuando lo hace es altamente dependiente, insegura y celosa. De acuerdo con Bartholomew (s.f.), las características anteriores forman parte del estilo de apego temeroso-evitante.

De igual manera, son rasgos de ese estilo el que, durante la entrevista, Pamela tuviera acceso inmediato a recuerdos dolorosos y haya compartido información muy íntima que le generó mucha ansiedad (Bartholomew, Ídem.; Shaver y Mikulincer, en Garrido-Rojas, 2006); que tenga una sola amiga que tardó años en consolidarse como tal (Bartholomew, s.f.); le produzca un alto nivel de ansiedad la poca disponibilidad de la figura de apego (Bartholomew, Ídem.; Simpson y Rholes, op. cit.); y sea extremadamente sensible a cualquier signo de rechazo, el cual le atemoriza demasiado (Bartholomew, 1990; Bartholomew y Horowitz, op. cit.; Fino et al., op. cit.; Griffin y Bartholomew, op. cit.; Simpson y Rholes, op. cit.; Yárnoz et al., s.f.) y, por su percepción pesimista de la relación con el otro (Bartholomew y Horowitz, op. cit.; Mikulincer, 1995; Mikulincer y Florian, 1998 en Mikulincer et al., 2003), evita tanto mostrar aspectos íntimos de sí misma como tener relaciones cercanas a pesar de su deseo de tenerlas (Bartholomew, 1990; Bartholomew y Horowitz, op. cit.; Fino et al., op. cit.; Griffin y Bartholomew, op. cit.; Simpson y Rholes, op. cit.; Yárnoz et al., s.f.).

Además de los rasgos anteriores, presenta otros que son parte del estilo de apego preocupado, a saber: manifestar un alto contenido emocional y llanto durante la entrevista (Bartholomew, s.f.); tener una percepción positiva de su mejor amiga y una menos negativa de su madre –con quien parece no tener un vínculo de apego- en comparación con su padre (Bartholomew, Ídem., 1990); sentirse incomprendida (Simpson y Rholes, op. cit.); reaccionar exageradamente ante los conflictos y tener poca regulación de sus emociones -que con frecuencia se ven desbordadas- (Oliva, 2011); y depender de los otros para sentirse bien consigo misma (Bartholomew, 1990; Griffin y Bartholomew, op. cit.).

Asimismo, corresponden a un estilo preocupado el que perciba a los demás como más parecidos a ella de lo que en verdad son (Yárnoz et al., 2001); se inquiete

porque su pareja no la quiera realmente o pueda dejarla (Bartholomew, s.f.; Simpson y Rholes, op. cit.); haya tenido un gran deseo de ayudar o de “arreglar” a sus parejas (Bartholomew, s.f.); permaneciera en sus relaciones románticas a pesar de problemas severos (Bartholomew, Ídem.); y que estas contuvieran más afecto negativo (Simpson, 1990 en Simpson y Rholes, op. cit.), bajos niveles de confianza, compromiso, satisfacción e interdependencia (Collins y Read, 1990; Simpson, 1990 en Simpson y Rholes, Ídem.) y presentaran formas de amor obsesivas, celosas y posesivas (Hazan y Shaver, 1987; Hendrick y Hendrick, 1989; Levy y Davis, 1988 en Simpson y Rholes, Ídem.).

Por otro lado, da la impresión de que la mayoría de la gente le desagrada (Bartholomew, s.f.); presenta una imagen de distancia e independencia emocional (Bartholomew, Ídem., 1990; Bartholomew y Horowitz, op. cit.; Griffin y Bartholomew, op. cit.; Rosenstein y Bartholomew, 1996 en Fino et al., op. cit.; Simpson y Rholes, op. cit.; Yárnoz et al., 2001); se siente incómoda con la intimidad, la cercanía y las muestras de afecto; considera a los otros como poco confiables para hacer compromisos de largo plazo (Simpson y Rholes, op. cit.); evita el compromiso, minimiza la importancia de las relaciones (Rosenstein y Horowitz, 1996 en Fino et al., op. cit.), rápidamente se aburre de ellas; y presenta tanto una figura paterna muy distante como una distancia defensiva hacia sus dos padres (Levy, Blatt, y Shaver, 1998 en Yárnoz et al., 2001), todo lo cual, de acuerdo con Bartholomew (s.f.), corresponde a un estilo de apego rechazante-avoidante.

Para concluir, podemos decir que Pamela presenta un estilo de apego temeroso-avoidante con las figuras de apego tanto masculinas como femeninas, debido a su experiencia con una figura paterna que no proporcionaba cuidado y lastimaba mucho por su ausencia que era vivida por ella como un abandono, lo cual le ha llevado a sentirse vulnerable ante el rechazo, la poca disponibilidad y la falta de apoyo de la figura de apego; a desconfiar de las personas y a evitar el contacto íntimo con ellas por el probable daño que implicaría hacerlo, sobre todo en vínculos eróticos.

Por ello, Pamela busca protegerse y para lograrlo emplea algunos rasgos del estilo de apego rechazante-evitante que, al permitirle no involucrarse emocionalmente, se vuelven la manera en la que ella tiende a relacionarse con el otro. Sin embargo, en cuanto existe implicación emocional con éste manifiesta un estilo de apego preocupado que le ayuda a minimizar la distancia con el otro y el miedo a que se vaya, lo que sucede principalmente con sus parejas románticas con quienes, además, se vincula de la misma manera en la que su madre lo hace con sus propias parejas pues, al igual que ella, busca permanecer con estas tanto como sea posible a pesar de numerosos conflictos.

Análisis e interpretación de resultados

El análisis del contenido de las entrevistas realizadas mostró las características particulares que hacen único a cada caso y, al mismo tiempo, hizo posible observar las semejanzas –de las que hablaremos en este apartado- que existen entre las historias y vivencias de estos adolescentes.

En primer lugar, se encontró que todos los participantes -cuatro de los cuales dicen tener muchos planes a futuro- se presentan ante los demás como personas seguras con una imagen de independencia emocional que les permite proteger un Yo frágil o vulnerable pues, en realidad, son altamente dependientes. Además, cuatro de ellos presentan una escasa regulación emocional, con frecuencia sus emociones se desbordan y al no ser capaces de controlarlas por sí mismos, tienden a derivar en un comportamiento violento o explosivo a la menor provocación.

Entre los entrevistados destacó la importancia de las amistades pues, para ellos, los amigos son personas que confían y dan confianza, son aquellos con quienes pueden pasar gran parte de su tiempo, hablar de muchas cosas y compartir otras tantas debido a que son como la “familia” o los “hermanos” que aunque existen

-excepto en el caso de Gabriela- creen no haberlos tenido realmente por la distancia emocional que hay con ellos.

Por otro lado, el padre es visto por todos como una figura ausente que evade los problemas y que nunca los resuelve. Las mujeres reportaron que su padre no las conoce, mientras que los varones lo perciben como alguien explosivo y distante. La madre, en cambio, es vista por cuatro de los participantes como una persona fuerte que no confía en ellos y que no les da confianza. De acuerdo con tres de éstos, le importan mucho las apariencias; y para los varones, además es una persona explosiva que tampoco resuelve los conflictos.

En todos los casos, la ruptura conyugal de los padres sucedió cuando los participantes tenían entre 5 y 7 años de edad; el caso de Pamela puede ser incluido porque si bien ésta se dio cuando tenía 1 año, ella no sintió la partida de su padre sino hasta los 6 años de edad cuando, por primera vez, convivió con él. Respecto a los motivos de dicha ruptura, las peleas más o menos recurrentes entre los padres fueron mencionadas en los cinco casos; la infidelidad del padre solo se encontró en las informantes -quienes además son las únicas que conocen claramente las razones del divorcio o la separación de sus padres-; y la violencia física y/o verbal solo fueron reportadas por los varones -quienes comentaron haberse sentido tristes cuando se dio la separación-.

A partir del divorcio, la mayoría de los adolescentes ha vivido más tiempo con su madre. Estos, piensan que no le importaron a ninguno de sus padres porque no pensaron en ellos cuando terminaron su vínculo conyugal y, aún después de tantos años, manifiestan sentir enojo y/o resentimiento hacia el padre que dejó el hogar. Empero, solo las mujeres dicen no reclamarle nada, aunque en realidad sí lo hacen y no le perdonan que les haya “abandonado” o “dejado”. Además, tres de los participantes creen que el que sus padres se separaran ha tenido diferentes repercusiones en sus vidas, entre ellas el rechazo y/o desagrado hacia el progenitor de su mismo sexo que, solo en un caso, es el padre que se fue de casa.

Aunado a ello, los cinco adolescentes comentaron tener o haber tenido una sensación de “vacío” o “soledad” luego de que sus padres se separaran, principalmente por la indiferencia, distancia y falta de apoyo emocional –así como por sus promesas no cumplidas en el caso de las mujeres- de uno o ambos que generaban tanto una relación conflictiva con los mismos como incomodidad en la convivencia. De ahí que tres casos no buscaran –ni antes ni ahora- apoyo emocional en ninguno de ellos. Sin embargo, todos los participantes mantienen un lazo emocional con el padre que se fue.

Para las mujeres, la ruptura conyugal de sus padres fue “lo mejor” o “una buena decisión” pero, al igual que los varones, consideran que la manera en la que lo hicieron no fue la correcta y por ello, no desean imitar su patrón. No obstante, se observó que la historia y su vivencia durante y después del divorcio o la separación de los padres, parecen repetirse en las rupturas de las relaciones románticas de los cinco adolescentes quizá como un intento por resolverlo, lo cual se hace mucho más palpable en dos casos. En uno, la entrevistada parece haber repetido un momento de la relación de sus padres con una de las relaciones románticas que ha tenido para después, con otra de ellas, repetir cómo se llevó a cabo su separación, dando la impresión de que sus relaciones románticas han sido una reproducción de la historia de sus padres como pareja; mientras que en el otro, si bien no sucede con una pareja sino con su única amiga, el participante mantiene una relación que prácticamente emula la de sus padres.

En cuanto a las parejas románticas, cuatro de los participantes las perciben como personas tranquilas que no cambian y que buscan más intimidad y contacto de los que ellos desean. Tal vez por esa razón, tienen un número reducido de vínculos íntimos y, dado que la intimidad les atemoriza, en los cinco casos prefieren vínculos no eróticos a la vez que evitan involucrarse emocionalmente en aquellos que sí lo son, es decir, en las relaciones románticas.

Además, cuatro de los entrevistados idealizan a su pareja al inicio de la relación -aunque no tardan mucho en devaluarla- y desean una relación romántica de largo

plazo, pero les asusta tener una por la posibilidad de ser lastimados o rechazados. Para reducir esta probabilidad de daño, suelen permanecer en una relación que no les gusta del todo o es altamente conflictiva, aun cuando consideran que las separaciones a veces, son necesarias. De cualquier modo, cuando la relación termina, minimizan su importancia como una manera de protegerse y sobrellevar la pérdida que es dolorosa, en mayor o en menor medida, para todos los casos.

Asimismo, de manera defensiva, los cinco participantes minimizan sus sentimientos por el otro durante o después de la relación la cual, generalmente, buscaron y/o mantuvieron por lo que pudiera brindarle ésta o la pareja en sí misma, ya sea por las funciones que les conferían o por las experiencias que prometían, especialmente en el caso de Joaquín quien parece solo relacionarse con el otro considerando lo que éste le ofrezca.

El deseo tan grande de tener una relación romántica –especialmente de largo plazo- está presente en todos los participantes, lo cual les genera conflicto y hace que se vuelvan poco selectivos al momento de involucrarse con alguien pues parecen ir probando, casi a modo de ensayo y error, con quién tener la relación que tanto anhelan, en la cual solo los varones dijeron desear confianza mutua.

En los cinco casos, las parejas románticas –y en Joaquín, su única amiga- comparten algunos rasgos de personalidad con uno o ambos padres de los participantes, por lo que puede decirse que las representaciones que tienen de sus figuras parentales están siendo desplazadas a las personas del sexo opuesto con las que llegan a involucrarse íntimamente, sobre todo en relaciones románticas, y que el vínculo de apego que forman con ellas es el mismo que establecieron con el padre que se fue de casa luego del divorcio o la separación, o con ambos padres en el caso de aquellos que los perciben de manera indiferenciada.

Sobre los estilos de apego, a continuación se muestran aquellos que pudieron identificarse en los cinco participantes (ver tabla 4).

(Tabla 4)

Estilos de apego identificados en los participantes

Participante	Seguro	Preocupado	Temeroso- evitante	Rechazante-evitante
Analí		X	X	X
Gabriela	X			X
Joaquín	X	X	X	X
Mauricio		X		X
Pamela		X	X	X

Los estilos preocupado, temeroso-evitante y rechazante-evitante fueron los que estuvieron más presentes entre los participantes; cabe resaltar el hecho de que estos muestran rasgos de al menos dos y hasta cuatro estilos de apego distintos, ya sea con diferentes personas al mismo tiempo o en distintos momentos de la relación que mantienen con una sola figura de apego.

En general, los cinco adolescentes mostraron características del estilo de apego rechazante-evitante ya que evitan el contacto íntimo con el otro y buscan mantener una imagen de independencia emocional; todo lo cual les sirve para protegerse de la alta probabilidad de daño que, para ellos, conlleva involucrarse en vínculos íntimos principalmente eróticos. De manera defensiva, dichos rasgos son detectados en tres de estos adolescentes cuando intentan, en cierto modo, enmascarar características propias del estilo de apego temeroso-evitante referentes a la ansiedad que produce la poca disponibilidad de la figura de apego y su pérdida (Bartholomew, s.f.; Simpson y Rholes, 1998). Aunado a ello, el temor a la pérdida de la figura de apego parece estar presente en cuatro de los casos, quienes lo minimizan al manifestar rasgos del estilo de apego preocupado cuando llegan a involucrarse emocionalmente con otra persona, pues les permiten reducir la distancia con ésta (Yáñez et al., 2001) y así, disminuir su ansiedad.

Además, en todos los entrevistados se detectaron algunos rasgos de los estilos de apego ya mencionados. Entre ellos, se encuentran la gran importancia que las amistades tienen para los adolescentes, lo que corresponde al estilo de apego preocupado (Bartholomew, s.f.); que se describan como personas solitarias o decir que se sienten solos, característico del estilo de apego temeroso-evitante (Bartholomew, Ídem, 1990; Simpson y Rholes, 1998); y que tienen una percepción negativa del otro (Bartholomew, s.f., 1990; Bartholomew y Horowitz, 1991), una figura paterna muy distante (Levy, Blatt, y Shaver, 1998 en Yárnoz et al., 2001) y un mantenimiento defensivo de autosuficiencia e independencia emocional (Bartholomew, s.f., 1990; Simpson y Rholes, op. cit.; Yárnoz et al., s.f.) que corresponden a un estilo de apego rechazante-evitante.

En cuatro casos, se identificaron rasgos del estilo de apego preocupado tales como idealizar y devaluar constantemente al otro (Bartholomew y Horowitz, 1991), desear relacionarse profundamente con éste (Hazan y Shaver, 1987) y ser altamente dependientes y/o demandantes (Bartholomew, s.f., 1990; Bartholomew y Horowitz, op. cit.; Griffin y Bartholomew, 1994); así como rasgos del estilo de apego rechazante-evitante como una percepción positiva de sí mismo -la cual podría enmascarar una un tanto negativa- (Bartholomew, s.f., 1990; Bartholomew y Horowitz, 1991) y una distancia defensiva con los padres (Levy, Blatt y Shaver, 1998 como se citó en Yárnoz et al., 2001).

Adicionalmente, se hallaron similitudes –que también son relevantes- entre tres de los casos. Por ejemplo, se encontró que tienden a reprimir el enojo y/o la tristeza; se sienten atacados, criticados y juzgados por los demás, excepto por sus amigos; e idealizan y devalúan a sus padres alternadamente, a pesar de identificarse con la figura paterna. Por otro lado, aun cuando consideran que sus parejas son agresivas y que no confían en los demás, se esfuerzan por continuar la relación que tienen con ellas –principalmente minimizando los conflictos- porque les han dado una función de “compañía”. De este modo, parecen aferrarse al otro para poder estar con alguien sin importar nada más, lo que puede tener relación con el hecho de que se han sentido solos a lo largo de su vida.

Asimismo, se encontró que algunos de los entrevistados tuvieron que enfrentar sus problemas por sí mismos desde edades muy tempranas, debido a la ausencia de sus padres luego del divorcio o la separación. Probablemente por ello, aun cuando suelen creer que el otro es problemático, les gustaría tener una relación romántica en la que existiera apoyo y ayuda mutua, pero piensan que es difícil o poco probable tener una relación así.

Se observó también que dos de las mujeres y uno de los varones consideran a sus parejas –que generalmente han sido de mayor edad que ellos- como personas celosas que constituyen un refugio en el que se resguardan de problemas principalmente familiares. Suelen buscar a alguien con quien identificarse y lo perciben como más parecido a ellos de lo que en verdad es y tienden a aburrirse en las relaciones.

Mientras tanto, una tercia distinta de los adolescentes mencionó tener encuentros casuales con personas del sexo opuesto que incluyen besos y caricias sin llegar a tener relaciones sexuales. Con frecuencia, se les dificulta definir claramente el tipo de relación en la que están involucrados -en términos de amistad y noviazgo- y perciben a sus parejas como poco confiables o muy entusiasmadas para hacer compromisos de largo plazo.

Por último, se hallaron otros datos interesantes, a saber: tres participantes reportaron ingerir o haber ingerido grandes cantidades de alcohol igual que su padre; tres casos comentaron haber padecido “depresión”, pero solo en uno fue clínicamente diagnosticada; y algunos participantes parecen buscar al padre que dejó el hogar luego del divorcio o la separación en personas con las que se involucran emocionalmente, las cuales son parejas románticas en dos casos. Además, dos participantes manifestaron deseos de cuidar al padre del sexo opuesto casi en una inversión de roles y uno de ellos dijo querer tomar “el papel de su papá” en relación con su mamá.

Como puede notarse, los hallazgos obtenidos a lo largo de esta investigación son numerosos y cada uno de ellos resulta ser de gran importancia al proporcionar un

entendimiento tanto global como específico del impacto que ha tenido la vivencia de la ruptura conyugal de los padres en el desarrollo actual de los adolescentes. Esto, aunado a las repercusiones que tiene también en su desarrollo posterior, se discutirán en el siguiente capítulo.

Discusión

La ruptura conyugal de los padres constituye un evento muy estresante para los hijos y tiene numerosas consecuencias en el corto, mediano y largo plazos para éstos, principalmente en su desarrollo social, emocional y cognitivo. Existen diversas investigaciones al respecto (por ejemplo, Fino et al., 2008; Henry y Holmes, 1998; Orgilés y Samper, 2011; Seijo y cols., 2009; Valdés y Aguilar, 2011; Watty y Bielak, 2007); sin embargo, aun cuando se asume que los efectos duraderos que tiene la ruptura en los hijos son claramente visibles en la adolescencia (Bird, 1990), la mayoría de los estudios que se han realizado se enfoca en su impacto durante la niñez y deja de lado las consecuencias que tiene en los menores cuando, años más tarde, son adolescentes.

Dado que, de acuerdo con Horrocks (1990 en Lillo y Tapia, 2004), esta vivencia puede tener algunos conflictos subyacentes que tal vez no han sido resueltos con anterioridad y que se extrapolan fuera del entorno familiar en la adolescencia -especialmente en cuanto a la relación con el otro-, resulta importante conocer cómo influye la vivencia de la separación de los padres en las formas de vinculación afectiva de los adolescentes, ya sea en relaciones de amistad o románticas.

Para tener una aproximación a ello –el objetivo general de la presente investigación-, se llevaron a cabo entrevistas semi-estructuradas con adolescentes hijos de padres separados tomando como punto de partida la teoría del apego y, más específicamente, el modelo de apego de Bartholomew (1990)¹² con el fin de identificar cuáles eran los estilos de apego que mostraban, lo que constituyó uno de los objetivos específicos de este trabajo. Por esta razón -también como objetivos específicos- se buscó conocer la percepción que tienen los adolescentes

¹² El cual también fue utilizado por Bartholomew y Horowitz (1991).

tanto de sí mismos como de las personas que son significativas para ellos, las estrategias de regulación emocional que presentan y su percepción acerca de las relaciones románticas. Asimismo, se prestó especial atención a su vivencia de la separación de sus padres que, al final, resultó ser una especie de hilo conductor.

Entre los participantes, llamó la atención el hecho de que la ruptura conyugal de los padres sucedió cuando todos tenían entre 5 y 7 años de edad, justo dentro del periodo en el que Bird (op. cit.) considera que el impacto que tiene en los hijos es mucho mayor y quizá por este motivo, los adolescentes buscaron atención psicológica, aunque no por esa razón¹³.

Entre los hallazgos de la investigación, se encontró que si bien las vivencias de cada uno de los participantes son distintas por la subjetividad inherente al ser humano, comparten algunas características entre sí. Por ejemplo, todos mencionaron haber sentido tristeza, temor y soledad cuando se dio la ruptura conyugal, aunque los varones fueron los únicos que dijeron haber experimentado un alto nivel de ansiedad, dando la impresión de haber sufrido más por la separación que las mujeres, lo cual coincide con lo señalado por Bird (Ídem.) y Riquelme (2005). Asimismo, creyeron que sus padres no los querían porque no pensaron en ellos cuando decidieron terminar su relación de pareja y que el progenitor que se iba de casa los abandonaba; sin embargo, esto no repercutió en su preocupación e interés por éste pues como un modo de protegerse de su sensación de abandono -principalmente las mujeres- le idealizaron (Bird, op. cit.; Mercado, 2011).

Al mismo tiempo, algunos parecen haber asumido la responsabilidad de cuidar a uno de sus padres -sin importar si tenía la custodia o no- casi en una inversión de roles, probablemente porque los veían como figuras vulnerables, lo que persiste hasta el momento pudiendo afectar el desarrollo de los adolescentes pues por

¹³ Los motivos de consulta fueron bajo rendimiento escolar y conflicto con los padres.

permanecer con sus padres, dejan de lado otras áreas de su vida (Castells, 2005). Aunado a ello, fue un hallazgo interesante el que uno de los participantes deseara ocupar el lugar de su padre como pareja de su madre, lo cual puede deberse a que luego de la separación se vieron cumplidas sus fantasías libidinales hacia esta última pues quien dejó el hogar fue la figura paterna (Bird, op. cit.), lo que ha dificultado sepultar el complejo de Edipo.

Desde que los padres se separaron, los adolescentes no han recibido el apoyo emocional suficiente de ellos debido a que en general éstos han sido ausentes, inconsistentes y a veces rechazantes, lo que ha generado en ellos inseguridad sobre la disponibilidad de sus figuras de apego primarias (Bowlby, 1978 en Brando et al., 2008) y enojo (Bowlby, 1980) hacia ambas pues aun cuando uno de sus padres obtuvo su custodia, éste no fue una base segura para los menores, de modo que a causa de la separación, perdieron no solo a uno sino a ambos progenitores ya que sus funciones parentales disminuyeron considerablemente, tal como dicen Buchanan, Maccoby y Dornbusch (1992 en Vallejo et al., 2004) que sucede cuando los padres terminan su vínculo conyugal.

Debido a lo anterior, muchos de los adolescentes tuvieron que valerse por sí mismos desde edades tempranas, en una independencia que aunque al principio fue obligada, después se volvió una necesidad. Además, en lugar de autorregularse siguen necesitando, en gran medida, la regulación del otro y presentan estrategias de regulación emocional que se ubican en dos extremos pues subregulan sus emociones -al grado de que a veces se desbordan llegando a derivar en cuadros que se acercan a una manifestación psicopatológica (Oliva, 2011)- o por el contrario, las sobrerregulan para desactivar el sistema de apego (Mikulincer et al., op. cit.) y distanciarse emocionalmente de los demás (Garrido-Rojas, 2006). Así, algunos suelen reprimir las emociones de enojo y tristeza quizá porque no la saben controlar a causa de su impulsividad y porque creen que les hace ser vulnerables ante los demás, respectivamente.

Esta idea de vulnerabilidad parecen tenerla muy presente, con frecuencia se sienten atacados, criticados o juzgados por los demás y, como piensan que necesitan protegerse, generalmente están a la defensiva. De ahí que hayan creado una imagen de sí mismos invulnerable a los demás, inmune a su rechazo o a la opinión que tengan de ellos; una imagen positiva de sí mismos que parece enmascarar una un tanto negativa (Bartholomew, 1990) –tal vez causada por la creencia de no ser suficientemente valiosos por las experiencias tempranas con sus padres- y que se mantiene al negar defensivamente el valor tanto de la intimidad como de las relaciones cercanas -y evitarlas- por las expectativas negativas que tienen de los otros (Bartholomew, Ídem.; Horowitz, Rosenberg y Bartholomew, 1993).

Por lo mismo, justo como mencionan Bartholomew y Horowitz (1991) y Griffin y Bartholomew (1994), procuran tener una imagen de independencia emocional dándole mucha importancia a la libertad y al logro (Bartholomew, s.f., 1990; Bartholomew y Horowitz, op. cit.; Griffin y Bartholomew, op. cit.; Rosenstein y Bartholomew, 1996 en Fino et al., op. cit.; Simpson y Rholes, 1998), distanciándose de los otros e intentando no mostrar signos de ansiedad al separarse de alguien significativo (Bartholomew, 1990). Todo ello tiene como objetivo protegerles del daño que para ellos supone involucrarse íntimamente con alguien, lo que parece deberse a su experiencia con unas figuras parentales que luego de la separación les han dejado una sensación de “vacío” o “soledad” que, de alguna manera, dificulta el que los adolescentes confíen en los demás.

En general, los participantes tienen una percepción negativa de sus padres -sobre todo de aquel que no tiene la custodia-, lo que es congruente con Bayrakal y Kope (1990 en Fino et al., op. cit.) pues su relación con él es distante y conflictiva debido a su ausencia e inconstancia. Para protegerse del daño que ha producido dicha ausencia, sobreponerse a ella y poder acercarse a sus padres –especialmente al que se fue de casa-, los adolescentes tienden a idealizarles; sin embargo, cuando conviven con ellos o recuerdan todo lo que ha pasado desde que se separaron, les devalúan. De esta manera, existe una ambivalencia constante sobre todo hacia

el progenitor que no tiene la custodia, al cual quieren cerca por la imagen que tienen de él, por las funciones que le dan e incluso sin una razón en específico -tal vez porque así debería ser de acuerdo con nuestra cultura-, pero en cuanto están con él desean no estarlo más pues lo que buscan es la imagen idealizada, no la real.

En consecuencia, los adolescentes se mantienen distanciados de sus padres para protegerse del daño e incomodidad que provoca estar con ellos, distancia que aunque podría parecer normal y sana -dado que el logro de la autonomía de las figuras parentales es una tarea de la adolescencia (Sander, 2004)- no lo es en estos casos ya que tiene una función defensiva. Dicho distanciamiento -y la ausencia de los padres- desde edades tempranas, trajo consigo un aumento significativo del apego a los iguales que si bien se espera que suceda hasta la adolescencia, en los participantes se presenta desde la ruptura conyugal de sus padres, lo cual impidió que se reformularan sus modelos de trabajo internos pues no tenían el pensamiento formal necesario para ello cuando comenzaron a tener vínculos afectivos con sus pares (Allen, 2008 en Oliva, op. cit.).

Así, desde niños, las necesidades de apego de los participantes han sido satisfechas por sus amigos -y no por sus padres- pues además les han conferido funciones parentales, razón por la que quizá son tan importantes para ellos pues, contrario a lo que dicen Fino et al. (op. cit.) respecto de las amistades de los adolescentes hijos de padres separados, aquéllos actúan como soporte y compañía, lo cual podría explicar su gran dependencia de los amigos pues parecen ser las figuras de apego que han tenido de manera constante a lo largo de sus vidas.

Aunado al apego a los iguales, se encuentra la identificación con éstos. Aun cuando ello sea un fenómeno propio de la adolescencia, en los participantes sucede de manera exacerbada ya que incluso algunos parecen confundirse con el otro hasta volverse uno con él a pesar de que, según la literatura, deberían ser capaces de diferenciarse claramente del otro (Rodríguez-Tomé, 1972 en Lehalle,

1990). Ello, con la finalidad de minimizar la distancia que hay entre ambos dando la ilusión de un vínculo mucho más fuerte para, simultáneamente, reducir la ansiedad por su probable pérdida.

Algo similar parece ocurrir con la figura paterna –que en la mayoría de los casos es quien se fue de casa luego de la separación- pues los adolescentes reportaron identificarse con ella tal vez como una forma de tener algo que les relacione con la misma, de mantener un vínculo con su padre aunque él no esté. De hecho, todos los participantes tienen un vínculo afectivo con el padre que no tiene la custodia, un lazo con una figura ausente que -como diría Ferrant (2008)- está muy presente psíquicamente, pero a lo lejos. Por ello, aunque este vínculo afectivo es de baja calidad (Diamond, 2001 en Vargas et al., 2005), se mantiene, lo cual contradice a Fino et al. (op. cit.) quienes aseguran que el apego al padre que se va de casa disminuye.

No obstante, en la actualidad todos los adolescentes sienten enojo y/o resentimiento hacia éste, aun no le han perdonado que se fuera y no han resuelto el conflicto causado por la separación. Las mujeres creen que su padre es el culpable de la misma, que no las conoce y que les ha abandonado, lo cual es congruente con Henry y Holmes (op. cit.) y puede ser la causa de su dificultad para confiar en los hombres y de la percepción negativa de sí mismas que tienen algunas adolescentes.

Por otro lado, se encontró que algunos participantes ingieren o han ingerido grandes cantidades de alcohol, han presentado un bajo aprovechamiento escolar en algún momento de sus vidas y, al menos uno, ha sido diagnosticado con trastornos depresivos y de alimentación, tal como mencionan Bayrakal y Kope (1990 en Fino et al., op. cit.), McLanahan y Sandefur, (1994 en Cantón et al., 2000); Mercado (op. cit.) y Santrock (2006) que sucede frecuentemente entre los adolescentes cuyos padres están separados.

De acuerdo con algunos de los participantes, la ruptura conyugal de sus padres ha tenido diferentes repercusiones en su vida como, por ejemplo, en la manera en

que se relacionan con los demás. Empero, no se han percatado de muchos de sus efectos ni del impacto real que ha tenido principalmente en sus relaciones románticas.

En éstas, todos los adolescentes afirman buscar lo contrario de lo que tuvieron en la relación con sus padres o en la relación de pareja de los mismos; aseguran no querer repetir ese patrón y, sin embargo, de manera inconsciente parecen buscar precisamente eso pues aun cuando tienen oportunidad de algo diferente que puede ser más parecido a su ideal de relación romántica, le dejan de lado y no se involucran en ello. En cambio, tienen relaciones en las que se establecen interacciones similares a las que ellos mantienen con sus padres o a las que estos tuvieron como pareja. De hecho, una de las participantes da la impresión de emular en algunas de sus relaciones románticas diferentes momentos del vínculo entre sus padres y todos los adolescentes parecen repetir tanto la historia de la separación como su vivencia de la misma en las rupturas de sus propias relaciones, tal vez como un intento de resolver ese conflicto que después de tantos años les sigue generando malestar.

El que no resuelvan este conflicto y continúen repitiendo el patrón consecuente, tiene que ver con que las representaciones que los adolescentes tienen de sus padres parecen ser desplazadas a las personas del sexo opuesto con las que llegan a involucrarse íntimamente, lo cual -también como un modo de resolver el conflicto- podría deberse a un complejo de Edipo que no ha sido sepultado y que puede observarse también en el rechazo o desagrado de algunos de los adolescentes por el progenitor de su mismo sexo.

Debido a que además, las parejas románticas de los participantes comparten algunos rasgos de personalidad con el padre que dejó el hogar luego de la separación -o de ambos en el caso de aquellos que los perciben indiferenciadamente-, los adolescentes les idealizan pues de esa manera pueden acercárseles al volverlas menos amenazantes y menos parecidas a sus padres de lo que en verdad son. No obstante, tal como sucede con sus figuras parentales,

una vez que conviven con su pareja no son capaces de sostener la imagen idealizada que tienen de ella ya que su imagen real se va haciendo, poco a poco, más palpable y prevaleciente. Cuando eso pasa, comienzan a devaluarle en lo que considero una forma de justificar que la relación no haya funcionado, que la hayan terminado por sí mismos o aún más, que el otro se haya ido pues así pueden deslindarse de su grado de responsabilidad en la ruptura.

Por ello, la percepción que tienen de sus parejas románticas es generalmente negativa, lo mismo que sus expectativas hacia ellas en las relaciones románticas, es decir, en vínculos eróticos. No obstante, algunos les dan una función de compañía para aliviar su constante soledad y otros les adjudican funciones parentales como un modo de sustituir al padre que se fue de casa o compensar su pérdida, lo que es más marcado en los adolescentes que se han involucrado con parejas varios años mayores que ellos -justo como considera Bird (op. cit.) que acontece entre las mujeres hijas de padres separados-, aunque en esta investigación se encontró que también los varones pueden buscar parejas mayores.

Probablemente por estas funciones, los adolescentes son altamente dependientes y demandantes en sus relaciones románticas, las cuales suelen ser más asimétricas que horizontales a diferencia de lo que se espera en la adolescencia tardía (Scharf y Mayseless, 2007 en Oliva, op. cit.). Por consiguiente, parecen aferrarse al otro y buscan permanecer en una relación romántica a pesar de que no les agrada del todo o sea muy conflictiva (Bartholomew, s.f.) debido a su visión utilitaria de la pareja -pues le buscan y mantienen consigo por lo que pueda brindarles, por las funciones que les confieren y no tanto por la persona en sí misma- y a que, además, terminar una relación les produce mucho malestar que, en algunos casos, no son capaces de manejar adecuadamente.

Así, aun cuando creen que las separaciones son a veces necesarias, parece que la vivencia de la ruptura conyugal de sus padres ha hecho que las eviten tanto como pueden incluso llegando a minimizar los conflictos, de modo que también

existe una ambivalencia hacia la separación pues es algo benéfico y -en mayor o en menor medida- doloroso a la vez ya que la ansiedad por separación es bastante fuerte en estos adolescentes, lo que es congruente con Bird (op. cit.).

Asimismo, los participantes manifestaron desear una relación romántica –sobre todo de largo plazo- en la que solo los varones dijeron querer que hubiera confianza mutua, lo cual puede deberse a su relación con una figura materna que no confía ni da confianza. Este gran deseo, tal vez sea causado por la idealización que tienen de las relaciones íntimas –principalmente románticas- debido al anhelo de un vínculo afectivo satisfactorio que no han tenido ni siquiera con sus padres, razón por la que quizá también desean relacionarse profundamente con el otro (Hazan y Shaver, 1987) casi como si fuera una necesidad que, al no haber sido satisfecha con anterioridad, esperan que alguien más satisfaga sin importar qué haya que hacer para lograrlo, aunque les parezca difícil.

Lo anterior les causa mucho conflicto pues, al mismo tiempo que lo desean, les atemoriza (Bird, op. cit.) ya que involucrarse íntimamente con alguien compromete su imagen de independencia emocional y conlleva una alta probabilidad de ser lastimados o rechazados por el otro. Esta creencia de un daño inherente a vincularse afectivamente está relacionada con la experiencia temprana de los adolescentes con figuras parentales que por su ausencia más o menos constante, provocaban malestar. Ello les ha hecho desconfiar del otro y en el caso de las mujeres ha dificultado su capacidad para acercarse a los hombres pues, como dice Bird (Ídem.), no aprendieron a vincularse con una figura masculina aunque considero que, de igual manera, los hombres tampoco aprendieron a vincularse con una femenina. A pesar de ello, tanto hombres como mujeres desean a tal grado una relación romántica, que se vuelven poco selectivos pues parecen intentar tenerla con quien sea -probando a modo de ensayo y error- hasta encontrar una que les satisfaga.

El temor de los adolescentes a vincularse profundamente con el otro se debe a su miedo a la intimidad, que está relacionado con un vínculo afectivo poco

satisfactorio con sus padres y relaciones de pareja en las que ello se repite de una u otra manera. Por esa razón, evitan la intimidad que para ellos significa un daño inminente causado principalmente por el probable rechazo o la pérdida de otro vínculo afectivo que, en su caso, suelen ser más dolorosos de lo normal (Bartholomew, s.f.; Bartholomew y Horowitz, op. cit.; Fino et al., op. cit.; Griffin y Bartholomew, op. cit.; Simpson y Rholes, op. cit.; Yárnoz et al., s.f.) aun cuando no lo externalicen.

Por lo mismo, prefieren vínculos no eróticos -como las amistades- porque implican un menor grado de intimidad y cuando llegan a involucrarse en relaciones románticas –en vínculos eróticos- lo hacen en aquellas donde la intimidad es prácticamente nula. Así, también con la finalidad de protegerse y evitar la intimidad, algunos han tenido encuentros casuales con personas del sexo opuesto que incluyen besos y caricias sin llegar a tener relaciones sexuales, lo que contradice a autores como Bird (op. cit.), Castells (op. cit.), McLanahan (1999 en Cortés, 2010) y Santrock (2004 en Fino et al., op. cit.) quienes aseguran que existe promiscuidad en las adolescentes hijas de padres separados pues en esta investigación se encontró que no es así en todos los casos ya que, en realidad, tanto las mujeres como los hombres exploran su sexualidad igual que la mayoría de los adolescentes sin que ello implique ser promiscuos.

Quizá también de manera defensiva, a algunos de los participantes les cuesta trabajo definir claramente -en términos de amistad o noviazgo- el tipo de relación que mantienen con el otro pues les permite no involucrarse tanto en la relación o restarle compromiso a la misma, aunque es probable que simplemente no sepan en qué consiste una relación de noviazgo –como sucedió en uno de los casos- tal vez por la falta de un referente adecuado. De igual manera, minimizan sus sentimientos hacia el otro durante y después de sus relaciones románticas, algunos tienden a aburrirse de ellas y las mujeres prefieren terminarlas antes de que sus parejas lo hagan tal vez para, de acuerdo con Henry y Holmes (op. cit.), no volver a experimentar el malestar que supone ser abandonadas por un hombre.

Todo ello -aunado a que el vínculo de apego que establecieron con el padre que no tiene la custodia es el mismo que mantienen con sus parejas románticas- compromete en años posteriores el logro del objetivo final del curso evolutivo del sistema de apego, es decir, la creación de un vínculo afectivo estable con una pareja sexual como principal figura de apego (Bowlby, 1980; Oliva, op. cit.).

En cuanto a los estilos de apego de los adolescentes, se observó que en mayor medida presentan rasgos del rechazante-evitante que, en ocasiones, enmascaran otros propios del estilo temeroso-evitante relacionados con la ansiedad causada por la escasa disponibilidad de la figura de apego y su pérdida (Simpson y Rholes, op. cit.). Ello, con el objetivo de evitar la intimidad con el otro y mantener una imagen de independencia emocional que les permite protegerse de lo que tanto les atemoriza: el daño que para ellos implica involucrarse con los demás. Sin embargo, cuando los adolescentes se relacionan íntimamente con alguien, los rasgos rechazantes disminuyen y comienzan a mostrarse rasgos del estilo preocupado que, de alguna manera, les llevan a aferrarse al otro y a minimizar la distancia con éste para así reducir la ansiedad que les genera su probable pérdida.

Posteriormente, por una u otra razón, la relación termina y la pérdida del otro se vuelve tangible. En ese momento, los adolescentes experimentan mucho dolor y ansiedad, lo cual intensifica tanto la desconfianza en el otro como el miedo a vincularse y por ende, sus defensas aumentan poniendo nuevamente en marcha rasgos del estilo rechazante-evitante. De este modo, ocurre una especie de círculo vicioso que va del temor a vincularse íntimamente con el otro a la ansiedad por su pérdida la cual, al suceder, incrementa el temor a involucrarse y así sucesivamente.

El que los adolescentes presenten este patrón que repiten una y otra vez en cada relación romántica en la que se involucran íntimamente, tiene que ver tanto con el vínculo poco satisfactorio que han tenido con sus padres a partir de su separación como con que los participantes llevan a cabo un comportamiento que -basado en

éste- favorece en el otro uno *complementario* al suyo, lo cual reafirma sus modelos de trabajo internos que, al mismo tiempo, les llevan a repetir ese comportamiento y a quedarse estancados en el estilo de relación que conlleva (Bowlby, 1980; Horowitz, Rosenberg y Bartholomew, op. cit.).

Cabe resaltar que todos los adolescentes presentaron rasgos de al menos dos y hasta cuatro estilos de apego ya sea en diferentes relaciones a la vez o en distintos momentos de una misma relación, tal como se considera posible en el modelo de apego de Bartholomew (1990). Con ello, puede decirse que si bien el estilo de apego es una característica individual, depende en gran medida del comportamiento del otro y de la expectativa que se tenga de éste, lo que puede ir ajustando o reafirmando los modelos de trabajo internos que se tengan de un tipo de relación o de una relación con alguien en específico. De esta manera, los participantes parecen tener un modelo de trabajo interno sobre las amistades y otro sobre las relaciones románticas que se asemeja mucho al de la relación con sus padres.

Siguiendo la misma línea, un hallazgo interesante fue el que uno de los casos parece salir un poco del modelo de apego utilizado en esta investigación. Al relacionarse, no se siente cómodo con la intimidad como el estilo seguro y no necesita el contacto ni volverse íntimo con alguien como el preocupado. Tampoco evita relacionarse con el otro ni la intimidad porque le atemorice tanto como al temeroso-evitante o porque no le interese como al rechazante-evitante, sino que busca relacionarse con los demás con base en lo que pueda obtener ya que para él, la intimidad está en segundo plano; lo importante es qué puede brindarle el otro. Esto, junto con su creencia de solo encontrar la relación íntima que desea con alguien parecido a sí mismo, podría hablarnos quizá de un estilo de apego distinto con una orientación narcisista y una visión predominantemente utilitaria de los demás, aunque también puede ser una estrategia defensiva más o una interacción común en la actualidad debido a que cada vez con mayor frecuencia –y de manera más marcada- parece procurarse la sola satisfacción de las propias

necesidades, tal como considera Bauman (2000) desde una perspectiva más sociológica.

En este punto, el impacto de la separación de los padres puede resultar bastante trágico o desolador por el desarrollo social y emocional que los adolescentes han tenido a partir de ello. Empero, hay que destacar el hecho de que a pesar de su vivencia de la ruptura, los participantes han sido capaces de hacer frente a esa y otras experiencias –usualmente relacionadas con la separación de sus padres– que podrían haber socavado su estructura yoica, mostrando una gran fortaleza.

Por lo mismo, aun cuando dicha vivencia ha influido en distintos aspectos, no ha sido un grave impedimento para el desarrollo global de los adolescentes pues, de cualquier modo, han podido desenvolverse en su entorno de forma más o menos adecuada y funcional. Así, igual que la mayoría de los adolescentes, tienen muchos sueños y planes a futuro, continúan buscando una relación íntima distinta de las que han tenido a pesar de la experiencia con sus padres y, si bien se han involucrado en relaciones casuales carentes de intimidad, no han tenido relaciones sexuales desde edades tempranas que podrían constituir una conducta de riesgo.

De la misma manera, aunque algunos han consumido alcohol en grandes cantidades, ninguno mencionó hacerlo de modo que suponga propiamente una adicción ni reportaron haber consumido sustancias adictivas ilegales. Asimismo, parecen no haber presentado ideas o intentos suicidas¹⁴ y cuando consideran tener algún problema que no creen poder resolver por sí mismos, son capaces de buscar ayuda profesional e iniciar y continuar un tratamiento¹⁵, por lo tanto, existe la posibilidad de una intervención psicoterapéutica¹⁶ con estos adolescentes.

¹⁴ Aun cuando este aspecto no fue propiamente explorado debido a que no formaba parte de los objetivos de la investigación, puede pensarse que no estaba presente en los participantes a partir de que en ningún momento fue reportado por los mismos.

¹⁵ Tres de los casos también lo concluyeron.

¹⁶ Dentro de la escuela en la que se realizó este trabajo existe un Centro de Atención Psicológica para los alumnos.

Antes de pasar a ese tema –que será abordado en el siguiente capítulo- comentaré algunos de los desafíos que debieron enfrentarse durante la realización de esta investigación. Entre ellos, se encuentra la dificultad para encontrar a los participantes por el limitado acceso que se tenía a los alumnos -hijos de padres separados o divorciados- que acudían al Departamento de Psicopedagogía en busca de atención psicológica, razón por la que los únicos criterios de inclusión consistieron en que fueran: (a) adolescentes y (b) hijos de padres separados o divorciados, con el fin de tener el mayor número de participantes. Sin embargo, como este número en realidad fue reducido, se hizo un análisis más profundo de cada caso para enriquecer la investigación a partir de los objetivos planteados.

Para cubrir dichos objetivos, se realizaron entrevistas semi-estructuradas a lo largo de un número de sesiones distinto para cada participante, lo cual también fue un reto debido a que, al no tener una cantidad predeterminada, se hicieron las necesarias para obtener la información pertinente¹⁷. De igual forma, los horarios y el lugar de las entrevistas constituyeron un reto pues fue necesario ser flexible y adaptarse tanto al tiempo libre de los adolescentes para no comprometer ninguna otra actividad –lo que podría tener repercusiones en las entrevistas- como al lugar disponible para llevarlas a cabo ya que incluso, en uno de los casos, debieron hacerse a domicilio. Aunado a ello, la transcripción de las entrevistas fue un desafío puesto que se precisaron casi 87 h para elaborarla.

Por otro lado, aun cuando la teoría del apego es más o menos reciente en comparación con otras teorías acerca del desarrollo socioemocional de los individuos, el enfoque que tiene fue apropiado para abordar el tema de esta investigación ya que permitió una aproximación a las relaciones afectivas de los adolescentes hijos de padres separados, partiendo de sus experiencias de apego primarias con sus figuras parentales luego de la ruptura conyugal de las mismas, lo cual influyó no solo en los modelos de trabajo internos acerca de las figuras de apego, sino también de los otros en general.

¹⁷ El número de sesiones varió entre una y ocho.

Asimismo, el modelo de apego adulto de Bartholomew (1990) fue el más adecuado para conocer los estilos de apego de los participantes en tanto toma en cuenta las dos dimensiones de los modelos de trabajo internos que el mismo Bowlby planteó y porque, además, introduce la posibilidad de combinar distintos rasgos de los estilos de apego en diferentes relaciones o dentro de una misma relación, lo que no se considera en otras clasificaciones donde solo se puede tener uno general.

Empero, como el modelo de Ainsworth et al. (1978) es el que más se emplea en la investigación sobre apego, no existen muchos estudios que utilicen el modelo de Bartholomew, lo que fue otro reto para el presente trabajo pues hay muy poca información disponible acerca de las características de los distintos estilos de apego, especialmente respecto a la regulación emocional que presentan y los rasgos de personalidad –y trato- de los padres. Por ese motivo, se revisaron tanto el sitio web de Bartholomew como los trabajos que, para ella, eran los más importantes sobre su modelo y se tomó lo que estaba relacionado con regulación emocional y los padres aunque la autora no lo especificara como tal. Asimismo, se consultaron otros trabajos y autores que retomaban este modelo para añadirlo a lo que planteaba Bartholomew y emplearlo, en conjunto, como el marco teórico de la investigación.

De igual manera, otros retos consistieron en la falta de estudios que relacionen los estilos de apego durante la adolescencia con la ruptura conyugal de los padres -que sucedió en edades tempranas-, y el que las pocas investigaciones sobre el tema se limiten a clasificar a los individuos sin ahondar en cómo ha influido la separación ni en los rasgos que presentan. Por ello, se consultaron los que pudieron encontrarse y se revisaron otros escritos que hablaban de los efectos que tiene la separación de los padres en niños de diferentes edades y del impacto que podría tener en el largo plazo aun cuando no relacionaran al apego con la adolescencia y la ruptura conyugal de los padres, lo cual me permitió tener una perspectiva más integral de esta problemática.

A pesar de las dificultades que se presentaron, se encontraron resultados interesantes que apoyaron o no lo ya dicho en la literatura sobre el tema y que, sin duda, deben ser estudiados más a fondo en otros trabajos, especialmente aquellos que no fueron el foco de esta investigación. Como puede notarse, aún queda mucho por conocer acerca del impacto en los hijos de la ruptura conyugal de los padres -sobre todo en lo que refiere a la relación con el otro en años posteriores a la misma-, con el fin de tener una mejor comprensión del fenómeno y de la problemática que conlleva lo que, posteriormente, puede contribuir al desarrollo de estrategias de prevención e intervención psicoterapéutica.

Conclusiones

Partiendo del objetivo general de la presente investigación, de los objetivos específicos de la misma y de todo lo que se ha abordado a lo largo de ésta, puede decirse que el impacto que ha tenido la ruptura conyugal de los padres en los adolescentes no se limitó a la duración de la misma ni a los meses que le siguieron sino que, en mayor o en menor medida e intensidad, ha persistido luego de muchos años expresándose -actual y principalmente- en el modo en que se relacionan con los demás, tal como lo señalan Bird (1990), Henry y Holmes (1998), Turkat (2002, en Vallejo et al., 2004) y Wallerstein (1994, en Mercado, 2011).

Así, justo como se observó entre los adolescentes, la vivencia de la separación, de la partida de uno de los padres y de la pérdida de éste o de ambos -y no la ruptura conyugal por sí misma- marca a los menores¹⁸, especialmente cuando ocurre en un periodo tan importante de su desarrollo como lo es aquel que comprende de los tres a los ocho años de edad y cuando está permeada por el abandono o el rechazo –reales o percibidos- de uno o ambos padres (Bahamón et al., 2010; Bird, op. cit.) y por la disminución de sus funciones parentales (Buchanan, Maccoby y Dornbusch, 1992 en Vallejo et al., op. cit.).

La vivencia de las experiencias tempranas con los padres durante y después de la separación –que ha sido la base de los modelos de trabajo internos de los adolescentes- ha influido en la percepción que estos últimos tienen de sí mismos y de los demás, en sus expectativas sobre el otro y en su comportamiento hacia éste (López, 2006 en Delgado et al., 2011), en las estrategias de regulación

¹⁸ Lo cual puede observarse claramente en uno de los casos pues a pesar de que la separación de sus padres sucedió cuando era apenas un bebé -y no fue consciente de ello-, con el pasar de los años fue construyendo una vivencia de su pérdida de la figura paterna ayudándose de los recuerdos de los demás miembros de su familia.

emocional que presentan, en su criterio para encontrar y elegir a sus figuras de apego (Amar y Berdugo de Gómez, 2006), así como en que tanto su sistema de apego como su ansiedad por separación sean más fuertes y dolorosos (Bird, op. cit.). Por consiguiente, ha repercutido en la manera en que viven sus relaciones románticas (Hazan y Shaver, 1987), en el grado de confianza que tienen en su pareja y en la clase de vínculo afectivo que forman (Connolly, 1999; Connolly et al., 1996; Feiring, 1996; Martin, 1990 en Roberts y Steinberg, 1999), a la vez que parece haber promovido en algunos adolescentes la creencia de que las relaciones románticas armónicas y estables no existen, tal como se menciona en la literatura.

Debido a la vivencia que han experimentado, los adolescentes han creado una imagen positiva e independiente de sí mismos que disfraza una un tanto negativa y que, por su función defensiva, les hace invulnerables al rechazo u opinión de los demás al negar el valor tanto de la intimidad como de las relaciones cercanas (Bartholomew, 1990; Horowitz, Rosenberg y Bartholomew, 1993). Sin embargo, continúan necesitando del otro para regular sus propias emociones, es decir, no son capaces de autorregularse adecuadamente porque subregulan o sobrerregulan sus emociones tendiendo a reprimir, sobre todo, la tristeza y el enojo.

En todos los casos, son los amigos quienes les ayudan a regular sus emociones. Estos han tenido un papel esencial en la vida de los adolescentes pues, a partir de la separación, han satisfecho las necesidades de apego que los padres ya no satisfacían. En consecuencia, las amistades llevan a cabo funciones parentales que, en combinación con las funciones de compañía y soporte, les vuelven figuras de apego muy importantes para los adolescentes quienes, por esa razón, son altamente dependientes de ellos.

Asimismo, como un modo de sobreponerse a la ausencia y la falta de cuidado de sus figuras de apego primarias, los adolescentes han idealizado a sus padres para enmascarar la imagen negativa que tienen de ellos y convivir con los mismos

aunque, una vez que esto ocurre, desean alejarse y comienzan a devaluarles. A pesar de eso, mantienen un vínculo afectivo con el padre que no tiene la custodia, el mismo vínculo que establecen con sus parejas románticas.

Puede ser que, por ese motivo, los adolescentes se involucren en relaciones donde existan interacciones similares a las que ellos mantienen con sus padres o a las que estos tuvieron entre sí cuando eran pareja e incluso parecen repetir la historia y la vivencia de la separación de sus padres en cada una de las rupturas de sus propias relaciones románticas, aun cuando aseguran buscar algo completamente diferente y no desean repetir ese patrón.

Como sucede con los padres, las parejas también son idealizadas por los adolescentes con el fin de volverlas menos atemorizantes y menos parecidas a sus padres de lo que en verdad son, ya que las representaciones que los adolescentes tienen de sus figuras parentales parecen ser desplazadas a las personas del sexo opuesto con las que llegan a involucrarse íntimamente sobre todo en vínculos eróticos. De igual manera, cuando la imagen real de las parejas se hace más palpable y prevaleciente, los adolescentes les devalúan.

Dado que la percepción y las expectativas que los adolescentes tienen del otro son predominantemente negativas, les cuesta trabajo confiar en los demás e involucrarse íntimamente con ellos ya que, además, consideran que hacerlo supone una alta probabilidad de daño por el posible rechazo o pérdida de otro vínculo afectivo. Es por ello que le temen a la intimidad y la evitan prefiriendo vínculos no eróticos puesto que implican un menor grado de intimidad que aquellos que sí lo son -como las relaciones románticas- y aun cuando llegan a involucrarse en éstos, la intimidad es prácticamente nula. Empero, al mismo tiempo desean relacionarse profundamente con el otro quizá por la falta de un vínculo afectivo satisfactorio con sus padres que parece haberles hecho idealizar las relaciones íntimas, especialmente románticas. De esta manera, existe una

ambivalencia de los adolescentes hacia las relaciones románticas, al igual que hacia las parejas, las separaciones¹⁹ y las figuras parentales.

Al relacionarse con la mayoría de las personas -especialmente en vínculos eróticos-, presentan rasgos del estilo de apego rechazante-evitante con el objetivo de evitar la intimidad y mantener una imagen de independencia emocional que les permite protegerse del daño que para ellos conlleva involucrarse con los demás. En ocasiones, estos rasgos enmascaran otros característicos del estilo temeroso- evitante relacionados con la ansiedad por la poca disponibilidad y la pérdida de la figura de apego (Simpson y Rholes, 1998); y disminuyen cuando los adolescentes se involucran íntimamente con alguien pues, cuando eso sucede, comienzan a manifestar rasgos del estilo preocupado para reducir la distancia con el otro y así minimizar la ansiedad que les genera su probable pérdida.

En el momento en que esta se vuelve real, los adolescentes suelen experimentar mucho dolor y ansiedad. Ello, intensifica la desconfianza en el otro y el miedo a vincularse íntimamente; razón por la que después de cada pérdida, las defensas de los adolescentes aumentan promoviendo la presencia de rasgos rechazantes que actúan con mayor fuerza. De esta forma, los adolescentes pasan del temor a vincularse íntimamente con el otro a la ansiedad por su probable pérdida que, al ocurrir, incrementa el miedo a vincularse y así sucesivamente en lo que resulta una especie de círculo vicioso en el que, además, llevan a cabo el mismo estilo de relación una y otra vez.

Con todo lo anterior, puede observarse que en los resultados de la presente investigación se cumplieron las hipótesis 1 y 3 de las cuatro hipótesis básicas de la teoría del apego (Simpson y Rholes, Ídem.), a saber:

1. Las orientaciones de apego se forman durante la niñez en respuesta a interacciones con las figuras de apego primarias.

¹⁹ Para los adolescentes las separaciones son benéficas y dolorosas a la vez.

2. Las orientaciones de apego permanecen relativamente estables al menos desde la niñez tardía y adolescencia temprana a la adultez.
3. Las experiencias tempranas de apego influyen en las relaciones durante la adultez.²⁰
4. Las orientaciones de apego de los padres actúan en la naturaleza del apego de sus hijos hacia ellos.

No obstante, contrario a lo que plantea la segunda hipótesis -que tiene de trasfondo la idea de que existe un solo estilo de apego en el individuo para todos los vínculos que éste tenga-, los adolescentes combinaron rasgos de distintos estilos de apego a la vez ya sea en diferentes relaciones al mismo tiempo o en distintos momentos de una misma relación, justo como considera Bartholomew (1990)²¹. Por lo tanto, el estilo de apego depende no solo del individuo sino también del comportamiento del otro y de la expectativa que se tenga de éste, lo cual permite que los modelos de trabajo internos de una persona sobre un tipo de relación o una relación con alguien en específico puedan ser distintos. De ahí que estos adolescentes tengan un modelo de trabajo interno sobre las amistades diferente de aquel de las relaciones románticas que, a su vez, es similar al de la relación con sus padres.

Aún después de tantos años –como ya se dijo-, los adolescentes no han resuelto el conflicto causado por la ruptura conyugal de sus padres y si bien ello no ha sido un total impedimento para su desarrollo global, ha tenido diferentes repercusiones en este lo que, en combinación con el desajuste emocional propio de la adolescencia, tiene un gran impacto en sus vidas. Si esta situación continúa, sus efectos en el largo plazo podrían incluir la falta de relaciones satisfactorias –que podría incluso impedir el logro del objetivo final del sistema de apego²²- y de

²⁰ En este caso, en las relaciones presentes durante la adolescencia tardía que se parecen más a las propias de la edad adulta.

²¹ El modelo de Bartholomew (1990) es el único dentro de la teoría del apego que considera posible la combinación de los estilos de apego.

²² El objetivo final consiste en la creación de un vínculo afectivo estable –y seguro- con una pareja sexual como principal figura de apego (Bowlby, 1980; Oliva, 2011).

estrategias de regulación emocional efectivas, así como la presencia de un importante desgaste emocional, la probable aparición de trastornos psicológicos –como ya sucedió en uno de los casos- y la repetición de la dinámica de estilos de apego que presentan, del estilo de relación que esta conlleva, de la historia de la separación de sus padres y de su vivencia de la misma.

Tomando en cuenta lo anterior, la intervención clínica se hace necesaria para mejorar el desarrollo –principalmente emocional- de los adolescentes y contribuir a su bienestar. Dicha intervención puede tener muy buenos resultados debido a que no han tenido mucho tiempo de haber empezado a experimentar en las relaciones románticas y, además, los estilos de apego en la adolescencia –incluyendo las expectativas tanto de los otros como de las relaciones y sus emociones y comportamientos característicos, así como su estrategia de regulación emocional (Fraley y Shaver, 2000; Shaver y Mikulincer, 2002 en Mikulincer et al., 2003)- son especialmente plásticos y modificables (Allen et al., 2004 en Oliva, 2011). Ello, hace posible la reestructuración de los modelos de trabajo internos si es que existen experiencias que lo propicien, de ahí que dos de los adolescentes presenten rasgos del estilo de apego seguro pues, en uno, la figura materna brindó un soporte más o menos adecuado y, el otro, no encontró evidencias de rechazo o abandono en sus amigos.

Considero que, de acuerdo con la teoría del apego, dicha intervención debería estar enfocada precisamente en la modificación de los modelos de trabajo internos. Para ello, sería necesario trabajar lo siguiente:

- Vivencia de la separación.

La percepción que tienen de sus padres, la vivencia de la pérdida -en mayor o en menor grado- de ambos y la sensación de abandono y soledad que experimentaron a partir de la ruptura, esto con el fin de resolver el conflicto causado por la misma.

- Percepción de sí mismos.

Su imagen de invulnerabilidad e independencia emocional, la percepción un tanto negativa que tienen de sí y sus características de personalidad positivas, con lo que se buscaría una imagen más integral y menos defensiva de sí mismos.

- Regulación emocional.

La identificación de sus emociones tanto positivas como negativas para lograr su adecuado manejo y expresión, a través de estrategias efectivas de regulación afectiva y de afrontamiento.

- Percepción del otro.

La imagen y las expectativas que tienen sobre los demás, así como la manera en la que se relacionan con ellos tanto en relaciones románticas como de amistad, con el fin de modificar tanto la percepción que tienen de los otros como el comportamiento que, en conjunto, les llevan al estilo de relación que presentan.

- Relaciones románticas.

La percepción que tienen de ellas, el desplazamiento de las representaciones de sus padres a las personas del sexo opuesto con las que se relacionan íntimamente, la repetición de la separación de sus padres en las rupturas de sus propias relaciones románticas y su miedo a la intimidad. Todo con la finalidad de lograr relaciones íntimas más horizontales y satisfactorias caracterizadas por la confianza, el compromiso y la interdependencia.

- Estilos de apego.

Los rasgos de estilos de apego que presentan en sus distintos vínculos afectivos y el paso de unos a otros –a modo de círculo vicioso- que repiten en sus relaciones románticas, con el objetivo de terminar con ese patrón disminuyendo los rasgos inseguros y aumentando los del estilo seguro.

Los puntos anteriores constituyen únicamente una guía general de lo que se considera necesario trabajar con los adolescentes cuyos padres están separados pues, evidentemente, en cada caso existen particularidades que llevarán a incluir otros temas o, por el contrario, a excluir algunos de los planteados. Sin embargo, me parece que es un bosquejo de los conflictos de los adolescentes con esta problemática que resulta un punto de partida útil para desarrollar un modelo de intervención enfocado a ello.

Con lo dicho a lo largo de este trabajo, el divorcio o la separación de los padres puede ser considerado como un evento negativo aunque, por sí mismo, no lo sea debido a que es la vivencia de éste la que tiene repercusiones a lo largo de la vida de los hijos. No se trata de evitar la ruptura conyugal –que en ocasiones puede ser necesaria- sino que, en caso de suceder, los padres no dejen de lado sus funciones parentales ni la responsabilidad que tienen hacia sus hijos; y les ayuden tanto a comprender la separación como a manejar adecuadamente la nueva dinámica familiar y así, conseguir un mejor ajuste a la misma. Esto, no solo es tarea de los padres pues le atañe a todos los adultos cercanos a los menores; de modo que, junto a nosotros los psicólogos –que podríamos trabajar con su vivencia subjetiva-, se forme una red de apoyo para ellos la cual, idealmente, actuase desde el momento en que ocurre la separación hasta la adolescencia, que es cuando al parecer los conflictos latentes salen a la superficie. De esta manera, se podría lograr que la separación marital de los padres no fuera una limitante para el desarrollo socioemocional de los hijos e incluso constituyera una experiencia enriquecedora.

Referencias

- Ackerman, N., (1977). *Diagnóstico y tratamiento de las relaciones familiares*. Buenos Aires: Hormé.
- Ainsworth, M. (1991). Attachments and other affectional bonds across the life cycle. [Apego y otros vínculos afectivos a través del ciclo vital.]: En Murray, C., Stevenson-Hinde, J. y Manis, P. (Eds.). *Attachment across the life cycle*. (pp. 33-76). London and NY: The Tavistock Institute of medical Psychology.
- Ainsworth, M., Blehar, M., Waters, E. y Wall, S. (1978). *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*. [Patrones de apego: un estudio psicológico de la Situación del Extraño.]. Hillsdale, N.J.: Erlbaum.
- Amar, J. y Berdugo de Gómez, M. (diciembre, 2006). Vínculos de apego en niños víctimas de la violencia intrafamiliar. *Psicología desde el caribe*, 18, 1-22. Recuperado de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S0123-417X2006000200002&script=sci_arttext
- Arteaga, A. (2005). *El estrés en adolescentes*. (Tesis de Licenciatura en Psicología). Universidad Autónoma Metropolitana, Distrito Federal. Recuperado de <http://148.206.53.231/tesiuami/UAMI12176.pdf>
- Bahamón, J., Muñetón, M., Duque, L., Giraldo, A. y Zapata, M. (diciembre, 2010). Relaciones existentes entre características afectivas, psicosociales y cognitivas de niños y niñas entre los 7 y 11 años de edad, hijos de padres separados y no separados, de una institución educativa de la ciudad de Pereira. *Revista Electrónica de Psicología Social Poiésis*, 20. Recuperado de <http://funlam.edu.co/revistas/index.php/poiesis/article/viewFile/53/26>
- Barreto, M. (2004). *Perspectivas de la vida en pareja de los adolescentes cuyos padres se encuentran separados*. (Tesis de Licenciatura en Psicología). Universidad Nacional Autónoma de México, Distrito Federal.
- Bartholomew, K. (s.f.). *Peer attachment prototypes*. [Prototipos de apego a pares.]. Recuperado de <http://www.sfu.ca/psyc/faculty/bartholomew/prototypes.htm>
- Bartholomew, K. (agosto, 1990). Avoidance of intimacy: an attachment perspective. [Evitación de la intimidad: una perspectiva de apego]. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7(3), 147-178.
- Bartholomew, K. y Horowitz, L. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. [Estilos de apego entre jóvenes adultos: una prueba de un modelo de cuatro categorías]. *Journal of Personality and*

Social Psychology, 61(2), 226-244. Recuperado de http://www.sfu.ca/psyc/faculty/bartholomew/attachmentpub_files/bh1991.pdf

Bauman, Z. (2000). *Modernidad líquida*. Argentina: Fondo de Cultura Económica de Argentina.

Bird, L. (1990). *Los hijos frente al divorcio*. México: Diana.

Bisquerra, R. y Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación*, 21(10), 61-82. Recuperado de <http://www.uned.es/educacionXX1/pdfs/10-03.pdf>

Bowlby, J. (1969/1993). *El vínculo afectivo*. España: Paidós. Psicología Profunda.

Bowlby, J. (1980). *La pérdida afectiva. Tristeza y depresión*. España: Paidós.

Brando, M., Valera, J. y Zarate, Y. (2008). Estilos de apego y agresividad en adolescentes. *Psicología – Segunda época*, 27(1), 16-42. Recuperado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/repsi/v27n1/v27n1a03.pdf>

Buist, K., Dekovic, M., Meeus, W. y Van Aken, M. (noviembre, 2004). Attachment in Adolescence: A Social Relations Model Analysis. [Apego en la adolescencia: un análisis del modelo de relaciones sociales.]. *Journal of Adolescent Research*, 19(6), 826-850.

Cantón, J., Cortés, M. (2000). *El apego del niño a sus cuidadores: evaluación, antecedentes y consecuencias para el desarrollo*. Madrid: Alianza

Cantón, J., Cortés, M. y Justicia, M. (2002). Las consecuencias del divorcio en los hijos. *Psicopatología Clínica, Legal y Forense*, 2(3), 47-66. Recuperado de <http://www.masterforense.es/pdf/2002/2002art16.pdf>

Castells, P. (2005). *El adolescente ante la separación de los padres*. Trabajo presentado en el XVI Congreso de la Sociedad Española de Medicina del Adolescente. Recuperado de http://www.adolescenciasema.org/ficheros/Congreso16/MR_Separacion_Padres.pdf

Collins, A. y Sroufe, A. (1999). Capacity for Intimate Relationships. A Developmental Construction. [Capacidad para las relaciones íntimas. Una construcción del desarrollo.]. En Furman, W. (1999). *The development of romantic relationships in adolescence* (pp. 125-147). Estados Unidos de América: Cambridge University Press.

- Cook, S. W. (1980). Temas éticos en la realización de investigación en relaciones sociales. En Selltiz, C., Wrightsman, L. S. y Cook, S. W. *Métodos de investigación en las relaciones sociales*. (pp. 227-344). Madrid: Rialp.
- Cortés, M. (2010). *Adaptación psicológica de los hijos al divorcio de los padres*. Trabajo presentado en el Primer Congreso de Interferencias Parentales, Separación y divorcio: interferencias parentales. Recuperado de <http://www.ase mip.org/system/files/1217/original/Ponencias-I-Congreso-Interferencias-Parentales-ASEMIP-V2-2010.pdf?1341991727>
- Delgado, I.; Oliva, A. y Sánchez-Queija, I. (enero, 2011). Apego a los iguales durante la adolescencia y la adultez emergente. *Anales de Psicología*, 27(1), 155-163. Recuperado de <http://digitum.um.es/jspui/bitstream/10201/26451/1/Apego%20a%20los%20iguales%20durante%20la%20adolescencia%20y%20la%20adultez%20emergente.pdf>
- Di Domenico, R. (junio, 2008). La experiencia familiar de niños provenientes de hogares intactos y hogares con sus padres separados. *Revista de Psicología Escuela de Psicología, Universidad Central de Venezuela*, 27(1), 62-87. Recuperado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/repesi/v27n1/v27n1a05.pdf>
- Fernández-Berrocal, P. y Extremera, N. (2002). La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela. *Revista Iberoamericana de Educación*, 29, 1-16. Recuperado de http://extension.uned.es/archivos_publicos/webex_actividades/4980/iegfernandez6.pdf
- Ferrant, A. (2008). La ausencia y sus efectos. *Revista Uruguaya de Psicoanálisis*, 107, 90-106. Recuperado de <http://www.apuruguay.org/apurevista/2000/16887247200810712.pdf>
- Fino, D.; Rosas, D. y Sanabria, N. (2008). *Tipo de apego que predomina en adolescentes provenientes de familias intactas y de familias separadas*. (Tesis de Especialización en Desarrollo Personal y Familiar). Universidad de La Sabana, Bogotá. Recuperado de <http://intellectum.unisabana.edu.co:8080/jspui/bitstream/10818/2245/1/121836.pdf>
- Fonagy, P. (1999). Persistencias transgeneracionales del apego: una nueva teoría. *Aperturas Psicoanalíticas*, 3. Recuperado de <http://www.aperturas.org/articulos.php?id=0000086&a=Persistencias-transgeneracionales-del-apego-una-nueva-teoria>

- Gallagher, L. (Ed.). (2007). *Thesaurus of Psychological Index Terms. [Tesauro de términos índice psicológicos]* (11^a. ed.). Washington, DC: American Psychological Association.
- Garcia-Borés, J. (2000). Neurosis postmoderna: un ejemplo de análisis psicocultural. *Anuario de Psicología*, 31(4), 163-184. Recuperado de <http://www.raco.cat/index.php/AnuarioPsicologia/article/view/61562/88418>
- Garrido-Rojas, L. (2006). Apego, emoción y regulación emocional. Implicaciones para la salud. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 38(3), 493-507. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/rlps/v38n3/v38n3a04.pdf>
- Griffin, D. y Bartholomew, K. (1994). Models of the self and other: Fundamental dimensions underlying measures of adult attachment. [Modelos del sí mismo y del otro: Dimensiones fundamentales subyacentes a las medidas de apego adulto.]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(3), 430-445. Recuperado de http://www.sfu.ca/psyc/faculty/bartholomew/attachmentpub_files/so1994.pdf
- Grossmann, K. [Karin] y Grossmann, K. [Klaus]. (2010). Impacto del apego a la madre y al padre durante los primeros años, en el desarrollo psicosocial de los niños hasta la adultez temprana. *Center of Excellence for Early Childhood Development*. Recuperado de <http://www.encyclopedia-infantes.com/documents/grossmannespxp.pdf>
- Guerra, M. (trad.) (2010). *Manual de Publicaciones de la American Psychological Association. Versión abreviada.* (2^{da}. ed.). México: Manual Moderno.
- Guerra, M. (trad.) (2010). *Manual de Publicaciones de la American Psychological Association.* (3^{ra}. ed.). México: Manual Moderno.
- Hazan, C. y Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. [Amor romántico conceptualizado como un proceso de apego.]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524. Recuperado de <http://www2.psych.ubc.ca/~schaller/Psyc591Readings/HazanShaver1987.pdf>
- Henry, K. y Holmes, J. (1998). The intimate relationships of individuals from divorced and conflict-ridden families. [Las relaciones íntimas de individuos provenientes de familias divorciadas y conflictivas.]. En Simpson, J. y Rholes, S. *Attachment Theory and Close Relationships.* (pp. 280-313). New York: Guilford Press.
- Horowitz, L., Rosenberg, S. y Bartholomew, K. (1993). Interpersonal problems, attachment styles, and outcome in brief dynamic psychotherapy. [Problemas

interpersonales, estilos de apego, y resultados en psicoterapia dinámica breve.]. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61(4), 549-560. Recuperado de http://www.sfu.ca/psyc/faculty/bartholomew/attachmentpub_files/ipattach.pdf

Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática. (2011). *Estadísticas a propósito del 14 de febrero, matrimonios y divorcios en México. Datos del Distrito Federal*. Recuperado de <http://www.inegi.org.mx/inegi/contenidos/espanol/prensa/aPropositom.asp?s=inegi&c=2827&ep=83>

Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática. (2011). *Nupcialidad. Conjunto de datos*. Recuperado de http://www.inegi.org.mx/lib/olap/consulta/general_ver4/MDXQueryDatos.asp?#Regreso&c=12238

Kvale, S. (1996). *InterViews: An Introduction to Qualitative Research Interviewing*. [EntreVistas: Una introducción a la entrevista en investigación cualitativa.]. United States of America: SAGE Publications.

Kvale, S. (2011). *Las entrevistas en Investigación Cualitativa*. España: Ediciones Morata.

Laplanche, J. y Pontalis, J-B. (2004). *Diccionario de psicoanálisis*. Argentina: Paidós.

Lehalle, H. (1990). *Psicología de los adolescentes*. México: Grijalbo.

Leung Fai, W. (2007). Peer relations in preadolescence: Associations between friendship quality, peer acceptance, and parental management in peer relations. [Relaciones entre pares en la preadolescencia: asociaciones entre calidad de la amistad, aceptación de pares y manejo parental en relaciones de pares.]. Recuperado de <http://lbms03.cityu.edu.hk/oaps/ss2007-5790-lfw768.pdf>

Lillo, M. y Tapia, M. (2004). Percepción de un grupo de adolescentes hombres y mujeres hijos de padres separados y padres no separados, de estrato socioeconómico medio-alto, frente a la separación matrimonial. (Tesis de Licenciatura en Psicología). Universidad de Chile. Recuperado de <http://www.tesis.uchile.cl/bitstream/handle/2250/112696/cs39mtc60.pdf?sequence=1>

Martínez, V., Castañeiras, C. y Posada Ma. C. (julio, 2011). Estilos de apego y autoconcepto: bases para una adolescencia positiva. *Psicología, cultura y sociedad*, 11(1), 27-42. Recuperado de

http://www.palermo.edu/cienciassociales/publicaciones/pdf/Psico11/11Psico_02.pdf

Mercado, R. (2011). *Duelo de los hijos por el divorcio*. (Tesina de Diplomado en Tanatología). Asociación Mexicana de Tanatología. Recuperado de <http://www.pjbc.gob.mx/instituto/ALIENACIÓN%20PARENTAL/ENSENADA/04%20Duelo%20de%20los%20hijos%20por%20el%20divorcio%20.pdf>

Mikulincer, M. y Shaver, P. (2007). *Attachment in adulthood. Structure, dynamics, and change*. [Apego en la adultez. Estructura, dinámica y cambio.]. NY, London: Guilford Press.

Mikulincer, M., Shaver, P. y Pereg, D. (junio, 2003). Attachment theory and affect regulation: the dynamics, development, and cognitive consequences of attachment related strategies. [Teoría del apego y regulación afectiva: su dinámica, desarrollo y consecuencias cognitivas de las estrategias relacionadas con el apego.]. *Motivation and emotion*, 27(2), 77-102. Recuperado de <http://psychology.ucdavis.edu/labs/Shaver/site/Publications/mikulincerpere03.pdf>

Minuchin, S., (1977). *Familias y terapia familiar*. Barcelona: Gedisa.

Oliva, A. (julio, 2011). Apego en la adolescencia. *Acción psicológica*, 8(2), 55-65. Recuperado de <http://e-spacio.uned.es/fez/eserv.php?pid=bibliuned:AccionPsicologica2011-numero2-5050&dsID=Documento.pdf>

Orgilés, M. y Samper, M. (noviembre-diciembre, 2011). El impacto del divorcio en la calidad de vida de los niños de 8 a 12 años de edad en la provincia de Alicante. *Gaceta sanitaria*, 5(6). Recuperado de http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0213-91112011000600009&script=sci_arttext&tlng=entarget=_blank

Papalia, D. (1997). *Desarrollo humano*. México: Mc Graw Hill

Pérez, D., Fernández, I., Campos, M., Zubieta, E. y Casullo, M. (s.f.). *Apego seguro, vínculos parentales, clima familiar e inteligencia emocional: socialización, regulación y bienestar*. Recuperado de http://www.uned.es/dpto-psicologia-social-y-organizaciones/paginas/profesores/ltziar/IE_AEstres06.pdf

Riquelme, M. (2005). El hijo de padres separados. *Pediatría Integral*, 9(9), 673-680. Recuperado de [http://www.sepeap.org/imagenes/secciones/Image/_USER_/Hijo_padres_separados\(1\).pdf](http://www.sepeap.org/imagenes/secciones/Image/_USER_/Hijo_padres_separados(1).pdf)

- Roberts, M. y Steinberg, L. (1999). Adolescent romance and the parent-child relationship. A contextual perspective. [Romance adolescente y la relación padre-hijo. Una perspectiva contextual.]. En Furman, W. (1999). *The development of romantic relationships in adolescence*. Estados Unidos de América: Cambridge University Press.
- Santrock, J. (2006, 10ª. Ed.). *Psicología del desarrollo: el ciclo vital*. España: McGraw-Hill.
- Sander, J. (2004). Investigación en adolescencia: tópicos y tendencias contemporáneos. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 36(3), 383-389. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80536302>
- Seijo, D., SoutoGestal, A. y Arce, R. (2009). *Separación y divorcio y su repercusión en la salud física y mental de los hijos*. Trabajo presentado en Actas del X Congreso Internacional Gallego-Portugués de Psicopedagogía, Braga, Universidad de Minho. Recuperado de <http://www.educacion.udc.es/grupos/gipdae/congreso/Xcongreso/pdfs/t5/t5c159.pdf>
- Simpson, J. y Rholes, S. (1998). *Attachment Theory and Close Relationships*. [Teoría del apego y relaciones cercanas]. New York: Guilford Press.
- Sociedad Mexicana de Psicología. (2010, 5ª. Ed.). *Código Ético del Psicólogo*. México: Trillas.
- Stierlin, H., (1981). *Terapia de familia: la primera entrevista*. Barcelona: Gedisa.
- Valdés, A. y Aguilar, J. (2011). Desempeño Académico en Hijos de Padres Casados y Divorciados. *Revista Mexicana de Orientación Educativa*, 8(20). Recuperado de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1665-75272011000100004&script=sci_arttext
- Vallejo, O., Sánchez-Barranco, F. y Sánchez-Barranco, P. (octubre-diciembre, 2004). Separación o divorcio: Trastornos psicológicos en los padres y los hijos. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 92, 91-110. Recuperado de <http://scielo.isciii.es/pdf/neuropsiq/n92/v24n4a06.pdf>
- Vargas, E. y Barrera, F. (2002). Adolescencia, relaciones románticas y actividad sexual: una revisión. *Revista Colombiana de Psicología*, 11, 115-134. Recuperado de <http://www.revistas.unal.edu.co/index.php/psicologia/article/viewFile/1203/1753>
- Vargas, J., Ibáñez, E. y Javier, S. (diciembre, 2005). Evaluación del vínculo en adolescentes problemáticos. *Revista electrónica de Psicología Iztacala*,

8(3), 28-57. Recuperado de
<http://www.ojs.unam.mx/index.php/rep/article/download/19417/18393>

Watty, A. y Bielak, Y. (2007). Relación entre divorcio y autoconcepto en niños con padres divorciados. *Psiquis*, 16(5). Recuperado de https://ae784fdd-a-62cb3a1a-s-sites.googlegroups.com/site/anaruthj/Relacinentredivorcioyautoconceptoenn.pdf?attachauth=ANoY7cpLN5afiduMunhcJkpfB-A8JpTD6UT_aLUMYFJayfeYxfZ6rX5ie3IK6HyZXIc1IPRL7w36OBTnRKc1tJtjTEGFFpVwR4pc8AcW3bFPrqOnycljONRRfKq2rEpDdKI-WDfqOvvH7o0EKE0E03S2tZSjTRcdMfiPYufqg6LJ7E2_qtmhxjR8lhZsQBjV4Jo8Mm43wxBPWS_08agvr_BJfE6rldT8S9a5C6wKf1p6PJF3QF_gsC4%3D&attredirects=0

Yárnoz, S. y Plazaola, M. (2007). Una intervención grupal enfocada desde la teoría del apego con personas divorciadas: evaluación subjetiva de los participantes postintervención y un año después. *Aperturas Psicoanalíticas*, 27. Recuperado de <http://www.aperturas.org/articulos.php?id=0000063&a=Una-intervencion-grupal-enfocada-desde-la-teoria-del-apego-con-personas-divorciadas-evaluacion-subjetiva-de-los-participantes-postintervencion-y-un-ano-despues>

Yárnoz, S., Alonso-Arbiol, I., Plazaola, M. y Sainz de Murieta, L. M. (diciembre, 2001). Apego en adultos y percepción de los otros. *Anales de Psicología*, 17(2), 159-170. Recuperado de <http://digitum.um.es/jspui/bitstream/10201/7985/1/Apego%20en%20adultos%20y%20percepcion%20de%20los%20otros.pdf>

Guía de entrevista

La siguiente guía de entrevista se desarrolló con el fin de obtener la información necesaria para cubrir tanto el objetivo general como los objetivos específicos de la presente investigación. Dicha guía contempla tres áreas a explorar en los adolescentes: su experiencia dentro del entorno familiar, su experiencia fuera de éste y la percepción que tienen de sí mismos y de los otros significativos. Cada una de estas áreas incluye distintos temas que, junto con algunas preguntas a modo de ejemplo, serán presentados a continuación.

El área que se abordó primero fue la Experiencia fuera del entorno familiar, la cual incluye las relaciones de amistad y románticas que han entablado con otras personas, así como las estrategias de regulación emocional que emplean los adolescentes ante situaciones de estrés a las que se han visto expuestos.

Los temas que se tocaron fueron:

- Relaciones románticas (actual y pasadas).
La manera en la que iniciaron, la duración que tuvieron, la interacción con el otro, los sentimientos durante y después de las mismas y, dado el caso, el modo en el que terminaron. Asimismo, la percepción que tienen los adolescentes de las relaciones románticas, sobre todo de largo plazo, y el posible proyecto de tener una.

Algunas de las preguntas que se hicieron para este apartado fueron:

- ¿Cuántos novios(as) has tenido?
- ¿Cómo fue que empezaron la relación?
- ¿Cuánto tiempo estuvieron juntos?
- ¿Cómo te sentiste cuando terminaste con él(ella)?

- Relaciones de amistad (las amistades -actuales y pasadas- más importantes para los participantes).

La manera en la que iniciaron, la duración que tuvieron, la interacción con el otro, los sentimientos durante y después de las mismas y el modo en el que terminaron.

Para este rubro se hicieron preguntas tales como:

- Me gustaría que me hablaras de tus amigos...
- ¿Desde cuándo son tus amigos?
- ¿Cómo te la pasas con ellos?
- ¿Qué hacen juntos?

- Regulación emocional

La forma en que los adolescentes expresan y manejan sus emociones, aunado a su reacción ante los conflictos con los demás o las situaciones de estrés emocional.

Las preguntas que se hicieron, principalmente en relación a las amistades y las parejas románticas, fueron:

- ¿Te has peleado con tus amigos?
- ¿Qué hiciste cuando estabas tan enojado(a)?
- ¿En qué situaciones no te puedes calmar?
- ¿Le decías cómo te sentías?

Posteriormente, se exploró el área de Experiencia dentro del entorno familiar. Esta, incluye la relación que los adolescentes mantienen con los padres tanto antes como después de la separación y en la actualidad, así como su vivencia de la ruptura conyugal.

Los temas que se abordaron son los siguientes:

- Relación con los padres

La percepción de esta relación y la interacción que se da en ella tanto en la actualidad como poco después y antes de la misma.

Se hicieron preguntas tales como:

- ¿Cómo te llevas con tus papás?
- ¿Cómo era la relación con tus papás antes de que se separaran?
- ¿Cómo era la relación entre tus papás?
- ¿Cómo te sientes cuando estás con tu papá o mamá?

- Divorcio o separación de los padres

La edad en la que se dio, los motivos que lo causaron y la vivencia de dicho evento, así como la percepción de éste y, en dado caso, el impacto que los adolescentes creen que ha tenido.

Algunas de las preguntas para este rubro fueron:

- ¿Cuántos años tenías cuando se separaron o divorciaron tus papás?
- ¿Sabes por qué se separaron o divorciaron?
- ¿Cómo te sentiste cuando eso pasó?
- ¿Qué piensas de que se separaran o divorciaran?

Respecto al área de Percepción de sí mismo y de los otros significativos –que incluye la imagen que los adolescentes tienen de ellos y de los demás, así como los temas de autoestima, confianza en sí mismo y en el otro, accesibilidad y dependencia de y hacia el otro-, se fue explorando dentro de las otras dos áreas con la finalidad de conocer tanto la percepción que tienen de los amigos, los

padres y las parejas románticas, como de sí mismos en su relación con cada uno de ellos.

Para esta área se hicieron preguntas como:

- ¿Cómo son tus amigos o parejas o papás?
- ¿Qué piensas de tus amigos o parejas o papás?
- ¿Cómo eres con ellos?
- ¿Confías en ellos?

Dado que las entrevistas fueron semi-estructuradas, las preguntas anteriores son únicamente un ejemplo debido a que no se hicieron las mismas -dichas exactamente igual- para todos los participantes. Asimismo, como estuvieron planteadas para cubrir los objetivos de la presente investigación –al igual que las áreas a explorar-, constituyen solo un punto de partida para aproximarse al fenómeno, de modo que pueden incluirse o excluirse algunos temas en estudios posteriores.