



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

**ANÁLISIS DEL APEGO Y SU RELACION CON LA
ELECCION DE PAREJA PARA EVITAR O PREVENIR
PATRONES DISFUNCIONALES.**

T E S I N A

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**P R E S E N T A:
DANIELA STEPHANIE SANTOS RUIZ**

**DIRECTORA DE LA TESINA:
LIC. LIDIA DIAZ SAN JUAN**

**COMITÉ DE TESIS:
MTRA. MA. DEL ROSARIO MUÑOZ CEBADA
MTRA. MA. ASUNCION VALENZUELA COTA
DR. JORGE ROGELIO PEREZ ESPINOSA
LIC. DAMARIZ GARCIA CARRANZA**



Ciudad Universitaria, D.F.

Septiembre, 2014.



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

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

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

AGRADECIMIENTOS

A mis padres que estuvieron en los buenos y malos momentos a lo largo de mi vida, por su amor y apoyo en cada paso de mi vida como estudiante y como persona. A ti mamá por hacerme ver que soy una persona más fuerte y que nada me detiene, que la sensibilidad no es cuestión de debilidad y que todo cuesta, pero que también cuando se logra se disfruta. A mi papa porque “la gota no abre la piedra por su fuerza, si no por su constancia”, gracias por ser constante y perseverante en tus creencias, y siempre estar para mí, tu amor me engrandece, te admiro, eres un ejemplo para mí. Los amo.

A mi hermano por alegrarme la vida con su llegada. Admiro mucho tu ingenio por aprender y siempre lograr lo que te propones. Gracias por ayudarme con los problemas técnicos. Es increíble tenerte como hermano y cómplice para toda la vida y saber que estaremos para apoyarnos y querernos.

A mi mis abuelitos, por abrirme las puertas de su casa y corazón desde que los conocí y en los momentos de dificultad, gracias por su amor infinito. Por ser siempre incondicionales y consentidores. Muchas gracias, por dejarme cerrar ciclos tan importantes. Abuelita esto también es para ti. Abuelito ese apoyo si se ve!, te quiero.

A mi abuelito que está conmigo todo el tiempo, y que desde allá, me hacía recordar “para que te preocupas, mejor ocúpate”, por su amor y pasión a la vida, por todos los momentos de alegría y creer en mí.

A mis tios, por apoyarme en momentos importantes y estar al pendiente de mi, por lograr que también concluyera este ciclo, por insistirme a pesar de los obstáculos y dificultades que me llevo lograr mis metas. Muchas gracias

A mi papa, hermana, abuetitos, tios y primos, que con este nuevo comienzo, me enseñaron que no importa que tan lejos se este, el cariño nos une y nuestros corazones son los mismos. Me alegra volver a tenerlos conmigo y compartir con ustedes un momento tan importante para mí, gracias por creer en mí, gracias por todo y recibirme con amor.

A ti, que estuviste conmigo en momentos de alegría, amor, locuras, aventuras, de estudio. Por tu apoyo en momentos buenos pero también malos. El coincidir y tomar tu mano ha sido de las cosas más bellas y apreciadas en mi vida. Gracias por

todo tu amor, apoyo, dedicación, constancia y perseverancia. Que increíble es ver todo lo que logramos y aprendimos juntos.

A mis amigos, con los que compartí sueños, aventuras y crecimiento a lo largo de mi vida, Gracias por hacerme constantemente revalorar aquellas cosas importantes en la vida, gracias por su amor, cariño y presencia.

Agradezco también a mis profesores, los admiro y respeto, gracias por todo el conocimiento transmitido, su tiempo y apoyo.

RESUMEN

El presente trabajo se basó en una revisión de la historia del arte, en el que se abordan las teorías del apego, su desarrollo, características, función, tipo de apego, las figuras de apego y el apego adulto, explicando la relación e influencia de la elección de pareja.

La manera en la que el vínculo es constituido entre los objetos primarios y el niño, durante las primeras experiencias de vida, determinara los comportamientos, y relaciones futuras, así como la forma en la que se desarrolla, asimila y se expresa en el medio en el que crecerá, así como la forma en la que percibe el mundo externo.

A lo largo del trabajo se explican algunos conceptos como el apego, desde el nacimiento hasta la etapa adulta, la pareja y la elección de pareja, así como algunos trastornos relacionados con el apego, la calidad e influencia en las elecciones positivas o negativas de la elección de pareja y su evolución para evitar patrones disfuncionales.

En el capítulo uno, se hablara sobre el apego, comenzando por algunos autores que hacen referencia a este concepto, así como el desarrollo y evolución histórica del mismo desde la perspectiva etológica, conductista, psicoanalítica. Hablaremos sobre las principales teorías del apego, función, sus componentes, características, y manifestaciones. Describiré posturas referentes al apego y los tipos de apego de acuerdo a las figuras parentales y de crianza, sus manifestaciones, características y consecuencias sobre los individuos en etapas tempranas. Y por último el apego adulto, en el que se describen algunas diferencias con el apego durante la etapa infantil.

El capítulo dos, se enfoca en entender las bases teóricas, acerca de la pareja, su origen, los componentes y la relación con el afecto y la elección de pareja. Describiremos un poco como surgen este tipo de relaciones con los iguales, por lo tanto abarcaremos temas relacionados con el periodo de adolescencia, desarrollo, identidad, estructura social y cultural, ambiente en el que se establecen las primeras relaciones íntimas y románticas con los iguales.

Los elementos familiares forman un elemento importante, sin embargo las relaciones de pareja se convierten aquí en un desarrollo continuo del funcionamiento de los sistemas de apego, afiliaciones y sexualidad. Por ello se trata de entender a la pareja en este capítulo desde un estudio multifactorial, abarcando factores fisiológicos, afectivos y socio-culturales del individuo. Una revisión sobre la evolución de la pareja a través de la historia y el contexto actual.

Para el capítulo tres, nos centraremos en estudiar patrones de apego infantil, su origen y la relación con las primeras elecciones de pareja. Nos enfocaremos en el análisis de teorías, estudios sobre el apego, y relaciones parentales, mientras que por otro lado que influencia tendrán todos estos aspectos en las relaciones amorosas en etapas tempranas. Hablaremos sobre aquellas consecuencias que tuvieron la calidad del afecto, tipo de apego, y aquellos procesos de vinculación afectiva y proximidad en las relaciones cercanas ya sea satisfactorias o negativas.

Dedicaremos una parte de este capítulo a explicar algunas teorías sobre la elección de pareja, algunas de estas descripciones lo hacen algunos autores desde perspectivas evolucionistas, psicoanalíticas, afectivos, fisiológicos etc.

Y por último examinaremos algunos de los trastornos relacionados con el afecto y sus consecuencias, en aspectos desde fisiológicos, sociales y emocionales, que dificultan a el individuo en su desarrollo. Para concluir mencionaremos algunas alternativas y sugerencias con la finalidad de mejorar la forma en la que los padres pueden mejorar o prevenir patrones de apego disfuncionales, que posteriormente darán lugar a elecciones de pareja no satisfactorias.

ÍNDICE TEMÁTICO PROSPECTIVO

RESUMEN

INTRODUCCION

CAPITULO I

1. APEGO	2
1.1 Concepto de Apego	2
1.2 Perspectivas históricas y evolución del apego	5
1.3 Teorías del apego	11
1.4 Características del apego	13
1.5 Función del Apego	15
1.6 Tipos de Apego	17
1.7 Apego Adulto	20

CAPITULO II

2 PAREJA	27
2.1 Concepto de Pareja	29
2.2 Principales Autores relacionados	31
2.3 Antecedentes históricos (en México) y evolución	33

CAPITULO III

3 APEGO Y ELECCION DE PAREJA	37
3.1 Elección de pareja	39
3.2 Teorías sobre la elección de pareja	
3.3 Patrones disfuncionales en la Elección de pareja	53
3.4 Apego adulto y elección de pareja	64

CONCLUSION	66
------------	----

REFERENCIAS	74
-------------	----

INTRODUCCION

En Presente trabajo tiene como objetivo conocer la influencia del apego de las primeras experiencias y posteriores en el desarrollo y su relación en la elección de pareja para prevenir y evitar patrones disfuncionales. Está dirigido a Psicólogos y especialistas en general dedicados al estudio de la pareja.

La teoría del apego ha sido una de las perspectivas teóricas más importantes y estudiadas, y que a lo largo del tiempo ha sido vinculada con otras teorías sobre el amor y las relaciones de pareja, temas fundamentales que han podido explicar en términos de recuerdos y expectativas que esas experiencias generan en las elecciones de parejas futuras.

Las relaciones de pareja con el paso de los años, han sufrido de cambios y modificaciones, por influencias culturales, por la estructuración de las nuevas familias, por cuestiones sociales, económicos, religiosos, de aprendizaje entre otros e inclusive de las necesidades de los mismos, se van transformando paralelamente, por ello es que existe una gran necesidad de comprender lo que está sucediendo, para que este tipo de estudios sean un trampolín en un posible pronóstico de tratamientos relacionados con el apego y el vínculo en las relaciones tanto padre e hijos, como parentales, familiares o de relaciones de pareja, que favorezcan este tipo de relaciones con el fin de prevenir elecciones de pareja disfuncionales.

CAPITULO I

APEGO

1.1 Concepto

Sus inicios surgen a finales de los años 50's. El apego es un término introducido por Bowlby (1958 en Quezada & Repetur, 2005) que fue creado para tratar de explicar cómo es que los seres humanos son propensos a crear fuertes lazos afectivos con determinadas personas y que posteriormente fue estudiado por Ainsworth (1963, 1964, 1967 en Quezada & Repetur, 2005) Existen muchos significados que fueron creados por diferentes autores tratando de explicar este concepto.

Algunos Autores que hacen referencia de este concepto son:

Maslow (1955) que define el afecto como una forma deficiente e inmadura de amor (amor dependiente); Harlow (1955) por otra parte lo define, como una necesidad de amor; Bowlby (1973) conceptualiza el apego como una forma de conducta, que tiene como fin alcanzar o conservar la proximidad del otro individuo, definición que enfatiza una función biológica de protección; Rubín (1979) lo considera como un sinónimo del amor, dando importancia que el amor y el apego son componentes básicos de las relaciones de amor; Tzeng (1992) menciona que es un proceso que implica dinámicas emocionales y funcionales biológicas que conducen al amor romántico de tal forma que el apego adulto es similar al apego infantil con ciertas variables individuales; y Martínez Stack (1994) menciona que es un elemento básico del amor y un vínculo fundamental en las relaciones humanas, por lo tanto el apego es el subconjunto de conductas involucradas en las relaciones.

Mary Ainsworth (s/f; en Bowlby, 1980), una de las colegas más relevantes de Bowlby, define el apego como aquel lazo afectivo que una persona o animal forma el y una figura de apego; dicho lazo tiende a mantenerlos juntos en el espacio y tiempo, así mismo define la conducta de apego como aquella conducta que promueve la proximidad y el contacto.

En 1981, England define al apego como un proceso de maduración a través de la cual el cuidador principal durante la primera infancia adquiere la calidad de un objeto de amor (Rojas, 2006).

Rojas (2006) define el apego como una relación especial que un niño establece con un número reducido de personas, que les impulsa a buscar proximidad y contacto. Con una tendencia innata, adaptativa y de supervivencia, con la finalidad de sentirse seguro y hallar refugio, en las que puede enfrentarse a situaciones de ansiedad, tristeza, soledad o temor.

Bowlby posteriormente reformula el concepto de apego y con un respaldo de datos empíricos. De tal manera que define el concepto de apego como la conducta que tiene como resultado el que la persona obtenga o retenga la proximidad del otro individuo diferenciado o preferido, se concibe como más fuerte y/o sabio. También define al apego como un sistema de control, es decir un mecanismo que adapta a la conducta a fines determinados por las necesidades del momento, de tal forma que explica que este apego no es constante, si no que dependerá de factores tanto exógenos como endógenos.

Así mismo Bowlby asumió que aunque el sistema de apego es más frecuentemente activado en la infancia, este continúa funcionando a lo largo de la vida, relacionado con las necesidades de aproximación del momento y apoyo en adultos. (Mikulinger & Goodman, 2006)

1.2 Perspectivas Históricas del Apego

La herencia propone... el desarrollo dispone.

P. B. MEDAWAR (1967)

Existen diversas teorías que trataron desde sus inicios de explicar el vínculo del afecto en el desarrollo humano. Los estudios más detallados del fenómeno de apego fueron realizados primero por los etólogos, seguidos por psicólogos, psiquiatras y pediatras.

Como se mencionó antes, Bowlby es quien introduce el término del afecto en la década de los 50's, y posteriormente fue estudiado por Ainsworth, actualmente es utilizado por otros teóricos del desarrollo y el vínculo (Main, 1999)

Bowlby trabajó en el Departamento Infantil de la Clínica Tavistock en Londres, cuando en 1948 la Organización Mundial de la Salud (WHO) le mandó investigar las necesidades de los niños sin hogar, huérfanos y separados de sus familias, producto de la Segunda Guerra Mundial.

Se enfatizó en que la formación de una relación cálida entre el niño y la madre es crucial para la supervivencia y desarrollo saludable del niño, incluyendo el alimento, estimulación, cuidado y disciplina

La Teoría de Bowlby se basó no solo en la observación en la Clínica de niños institucionalizados, también obtuvo hallazgos importantes desde el estudio de la Etología, estudios con Primates y del aprendizaje programado (Bowlby 1976 en Quezada & Repetur, 2005) .

En 1960, Bowlby siguiendo con la rama y estudio de la etología, propone la teoría según la cual la naturaleza de los vínculos entre el bebe y su madre es la expresión del apego generalizado, donde explica que estas diferencias humanas, condicionan al bebe a ser cuidado y protegido por la madre por ser incapaz de seguirle, y la madre de interpretar las actitudes del pequeño.

Partiendo desde el punto de vista de la Etología, la Universidad de Wisconsin, genero observaciones a partir de pequeños primates en situaciones de separación parcial o total de su madre, en el que los pequeños primates emitían conductas como gritos agudos, intentaban reunirse con ella y corrían de manera desorientada en la jaula, mientras que sus madres aullaban y amenazaban al experimentador.

Posteriormente encontraron que al reencontrarse con la madre, establecían un contacto mas fuerte y se aferraban a su figura, como temor a la separación. (Bowlby, 1976 en Quezada & Repetur, 2005). Los efectos de tal estudio fueron devastadores, ya que los pequeños primates separados, mostraban retraimiento extremo, síntomas de depresión, incluso uno murió de probable inanición al rechazar la comida de su jaula.

También siguiendo dentro de las investigaciones de la Etología, otro de los estudios importantes es el Aprendizaje Programado o impronta (imprinting) por Konrad Zacharias Lorenz. Autor que descubre que los patos y los gansos inmediatamente después de su salida de cascaron siguen a cualquier objeto en movimiento, tal como si fuera su madre, siempre y cuando que dicho objeto sea el primero que observan y que no hayan pasado más de treinta horas después de nacer, conducta de supervivencia de vital ayuda para pasar a la madurez (Raju, 1999).

Algunos conceptos como la impronta y periodo crítico de desarrollo no fueron aplicables con humanos, sin embargo fueron fuente de inspiración para siguientes investigaciones en la especie humana.

Bowlby junto con la Teoría Etológica, llega a articular la Teoría del Apego utilizando también el Psicoanálisis como referencia, aunque es importante señalar, que difieren en muchos de los aspectos que maneja por ejemplo Freud.

Además propuso que los patrones de interacción con los padres son la matriz, desde la cual, los niños constituyen “modelos de trabajo internos” del sí mismo y de los otros en las relaciones vinculares; cuya función es interpretar, anticipar, planear y guiar el comportamiento. El cuidador estará allí para reestablecer el equilibrio. En estados de activación incontrolable, el niño ira a buscar proximidad física con el cuidador con la esperanza de ser calmado y de recobrar la homeostasis. La conducta del infante hacia el primer año de vida es intencional y aparentemente basada en expectativas específicas. Sus experiencias pasadas con el cuidador son incorporadas en sus sistemas de representación, que fueron llamados “modelos de trabajo internos”. (Bowlby, 1976, 1983, 1986, 1988 en Quezada & Repetur, 2005), aunque en realidad el término de “modelo de trabajo interno” es originario del Psicólogo Craik (Bretherton, 1990, 1999). También considerado un sistema regular bio-social homeostático abierto.

En cuanto a la postura y corriente conductista por ejemplo, se trató de explicar el afecto como consecuencias de procesos de asociación, en la que existe un condicionamiento de conductas y reforzamiento de otras emitidas por la persona de crianza, es decir vinculo madre e hijo, por ejemplo en el momento de satisfacer necesidades básicas como el alimento desde edades tempranas.

Hull (1943,1952; en Melero 2008) formulo su teoría de reducción del impulso, señalando que existe un número limitado de impulsos primarios fisiológicos (necesidades fisiológicas primarias) capaces de motivar la conducta, donde explica que la vinculación se produce cuando la reducción del impulso fisiológico primario es satisfecha de forma repetida por la madre, haciendo que el cuidador sea un reforzador secundario, conducta que genera una dependencia del niño hacia la

madre. En cambio para Skinner , el estímulo que actúa como reforzador, en este caso la madre, no reduce el impulso, sino como postula Hull el incremento de las conductas fomentadoras del vínculo (sonrisas, atención, etc.) son el refuerzo de las mismas. Es decir que el apego depende mucho de las contingencias ambientales, por tanto dependerá de las respuestas de los padres que tengan hacia el hijo para un apego hacia ellos.

A lo largo de esta investigación, veremos como otros autores ven el apego adulto desde un enfoque conductista, en donde mencionan que las dificultades en la manera de relacionarse adecuadamente, se deben a un aprendizaje disfuncional, por lo que en muchas situaciones el tratamiento se centra en tratar de generar nuevas formas de interacción por medio del aprendizaje, y no tanto en el análisis de cuestiones de afectividad. Lo que nos indica que a pesar de generar grandes cambios en cuanto a entrenamientos, no hay una explicación en el mantenimiento de vínculos afectivos (Melero, 2008). De forma que los conductistas encontraron limitaciones en esta corriente y además de tratar de incluir modelos cognitivos, por lo que por tratar de entender los desórdenes afectivos, que daban lugar a creencias disfuncionales y errores en procesamiento de la información, entre esos autores, Beck, Ellis y Grieger. De tal forma que ahora su atención se centró en disminuir en gran parte el malestar emocional en la pareja y fomentar e incrementar las conductas que generaran y reforzaran mayor satisfacción.

Desde la perspectiva de la teoría Psicoanalítica de Freud, fue la primera teoría psicológica que tuvo consideración en la afectividad y la sexualidad. Freud consideraba las experiencias intrapsíquicas como base del desarrollo posterior, manifestando que el organismo funcionaba en el principio del placer, denominando la libido como responsable del funcionamiento psicológico.

Dada la repercusión que tienen las relaciones de apego en el funcionamiento posterior John Bowlby (1969/1982) ya señalaba la necesidad de investigar cuales son los factores responsables de los distintos patrones de afecto. Según Bowlby, las experiencias con los cuidadores durante la primera infancia, niñez y adolescencia son determinantes principales en la conducta del individuo y de su sistema organizativo. Cuando los niños perciben que sus iniciativas de relación con la madre son exitosas, es probable que establezcan una interacción activa y feliz, y que establezcan unas relaciones seguras de apego.

La búsqueda de Antecedentes que expliquen la variabilidad de la seguridad ha estado centrada en la conducta de la madre (Seifer, Schiller, Sameroff, Resnick y Riordan, 1996). Estos estudios se basan en el supuesto de que es el adulto quien determina en mayor medida del ambiente de crianza necesario para el desarrollo de un apego seguro, dada su mayor sofisticación y flexibilidad cognitiva y conductual. Las pruebas sobre la influencia del cuidador principal proceden de los estudios observacionales de las interacciones padres/niño en muestras normales y de investigaciones que han analizado los efectos de variaciones contextuales extremas sobre la conducta del niño.

Ainsworth y sus colaboradores fueron los primeros en analizar la relación entre conducta materna en el hogar y la seguridad del apego (Ainsworth, Blehar, Waters y Wall, 1978). Una de las investigaciones importantes de este autor, consistió en observar veintiséis diadas madre e hijo de clase media de Baltimore durante el primer año de vida invirtiendo mas de setenta horas de observación en cada hogar.

Ainsworth y colaboradores evaluaron una gran variedad de dimensiones de la conducta de la madre en el hogar y encontraron que había cuatro escalas (sensibilidad, aceptación, cooperación y accesibilidad) que presentaban una fuerte relación con la seguridad del apego.

Además en 1978 desarrollaron un procedimiento de laboratorio llamado “la Situación Extraña” que consistía en establecer dos episodios de separación entre el niño y su cuidador, en el cual se clasifica la conducta de apego observada que ha manifestado durante la separación y sobre todo la actitud que este presenta en el reencuentro con el cuidador. Según los resultados obtenidos, se establecieron cuatro categorías de apego:

- A. Apego ansioso evitativo
- B. Apego seguro
- C. Apego ansioso ambivalente-resistente
- D. Desorganizado / Desorientado

Los investigadores llegaron a la conclusión de que el aspecto más importante de la conducta materna, normalmente relacionado con la dimensión seguridad-ansiedad del apego, se manifestaba de forma diferente en distintas situaciones, pero que en todos los casos emergía como una capacidad para responder de manera sensible a las señales y comunicaciones del hijo, es decir se identificó la sensibilidad de la madre (estado de alerta a las señales del niño, interpretación asociada de la respuesta. Rapidez de la misma, flexibilidad de la atención y de la conducta, nivel apropiado de control y negociación de objetivos conflictivos) como la variable clave en la predicción del patrón de apego.

1.4 Teorías del apego

La Teoría del apego constituye una de las construcciones teóricas más importantes y sólidas dentro del campo social y emocional. Desde los inicios de esta teoría en la década de los 50's ha experimentado diversas modificaciones y transformaciones por adaptaciones y aportaciones que le han dado solidez

Esta teoría no solo fue vista desde el Punto psicoanalítico como lo hizo Melanie Klein por ejemplo, que hablaba sobre el vínculo afectivo que existe entre madre e hijo en la interacción de alimentación. Bowlby representa una teoría con un enfoque etológico, dando un cambio crucial e importante a esta teoría, considerando que esta teoría era una conducta instintiva con un valor adaptativo.

Bowlby (1969) planteó que la conducta instintiva no es una pauta fija de comportamiento que se reproduce siempre de la misma forma ante una determinada estimulación, sino un plan programado con corrección de objetivos en función de la retroalimentación, que se adapta, modificándose, a las condiciones ambientales.

Teoría de la conducta instintiva

“Postula que el vínculo que une al niño con su madre es producto de la actividad de una serie de sistemas de conducta, es decir de una gran cantidad de conductas seriadas y variables, que como vimos antes no necesariamente son las mismas, cuya consecuencia previsible es aproximarse a la madre. Donde una vez iniciado el segundo año (periodo en el que el niño adquiere mayor movilidad), casi siempre se advierte una conducta típica que refleja los vínculos de apego creados.

Para entonces en la mayoría de los niños, puede activarse fácilmente el conjunto de tales sistemas de conducta, en particular ante la marcha de la madre o a causa de cualquier hecho que les produzca temor. A su vez, los estímulos que con mas facilidad interrumpen el funcionamiento del sistema, son el sonido, la vista o el contacto físico con la madre. Hasta los tres años, aproximadamente, los sistemas siguen activándose con suma rapidez.” (Bowlby, 1998)

De tal forma que estos sistemas de conducta se desarrollan en el bebe como resultado de una cuestión adaptativa como resultado de la interacción con el medio de adaptación evolutiva, en especial con la figura principal, la madre, no dando tanta importancia a la alimentación en el desarrollo. (Bowlby,1998)

1.4 Características del Apego

Fases del apego

Cuanto se tarda en desarrollar el apego

La mayoría de los niños dan signos de conductas de apego alrededor de 9 meses, aunque en algunos puede llegar a tardarse hasta el segundo año. Los datos reflejan que se debe a que, por alguna u otra razón reciben mucha menos estimulación social de la figura materna, que aquellos cuyo desarrollo ha sido mas rápido.

Caldwell (1962, 1998 en Bowlby) menciona que los periodos sensibles es algo complejo, mientras que Hinde (1963, 1998 en Bowlby) sugiere que cada reacción del bebe tiene su periodo sensible.

Bowlby en 1989 hace evidente que los bebes se muestran sensibles a formar un apego discriminado durante el segundo trimestre del primer año de vida. Después de esos seis meses, aumentan las dificultades para establecerlo, que para el segundo año incrementan y no disminuyen con el tiempo.

En general no hay una clara diferencia entre los datos y características exactas sobre los componentes de interacción sobre las relaciones de apego que tiene el hijo con la madre, pero si podemos saber que las condiciones en las que se presenta este suceso dan lugar a variaciones entre los niños.

Entre las muchas diferencias entre las pautas de interacción anotan las siguientes:

- la cantidad corriente de interacción entre un niño y su madre (en términos de porcentaje del tiempo de vigilia en que interactúa con ella)
- La extensión de sus cadenas de interacción y quien las inicia y quien las termina.

Un análisis del apego y su relación con la elección de pareja, para evitar o prevenir patrones disfuncionales

- El modo habitual de interacción de la pareja (mirada tacto, tomar los brazos y distancias entre ellos, las reacciones del niño ante la separación, las reacciones de este ante un extraño tanto cuando esta con la madre como cuando no lo está, las reacciones de la madre cuando si niño explora o se hace amigo de otras personas).

1.5 Función del Vínculo de Apego

Lopez (1993) menciona que es difícil tratar de entender el apego sin conocer su función adaptativa, tanto para el niño como para los padres o los cuidadores; una vez que definimos el concepto, nos preguntamos y cual es la finalidad del apego, por lo que Lopez (1993) y Lopez y Ortiz (1999) concretan las siguientes funciones:

- I. Desde el punto de vista filogenético, la función del apego es asegurar la supervivencia de la especie, mantener el cuidado y sobreguardar al bebe. El cuidador principal será el encargado de satisfacer sus necesidades fisiológicas (alimentarias, sueño, sed, calor..etc). Funcion que manifiesta la complementariedad en las conductas entre el bebe y los cuidadores.
- II. Desde el punto de vista subjetivo, ontogenético, su función es la búsqueda de seguridad física y emocional por medio de la presencia de figuras de apego.
Fuente segura para la exploración del mundo e interacción segura con los demás.
- III. Otras funciones complementarias:
 - Regular la estimulación necesaria acorde al desarrollo evolutivo, permitiendo su progreso en las áreas social, cognitivas y afectivas
 - Seguridad física y psíquica por medio del sentimiento de seguridad y confianza
 - Desarrollo de capacidades sociales por ,medio de la interacción , como empatía, conocimiento social, acceso a

modelos de identificación a través de la interiorización del modelo observado. Y es aquí donde el niño mantiene formas de contacto íntimo (besos , caricias...) y sistemas de comunicación desformalizados que posterior mente mediatizan todas las experiencias afectivas y sexuales.

- Proporcionar Placer: las conductas de apego tienen también un fin en si mismas, al tener una capacidad de convertirse en juego placentero.

Bowlby (1979) además añade que una de las funciones adaptativas es regular la sensación de malestar ante situaciones estresantes en el ambiente que por ende, el mismo no puede manejar.

Para la etapa adulta:

Algunos autores mencionan que prevalecen algunas funciones del vínculo para la edad adulta como por ejemplo, mantener el sentimiento de seguridad (Sroufe y Waters, 1977) dejando de lado las necesidades de supervivencia.

Existe una necesidad de formar otro tipo de relaciones íntimas que cubra ahora las nuevas necesidades afectivas del presente.

A diferencia del apego infantil, el adulto se basa en la expresión, el grado de dichas necesidades y la forma de restaurar esas necesidades. (Madero, 2008).

- Autoconfianza
- Contacto físico
- Efectos positivos en la salud física y psicológica

1.6 Tipos de Apego

Ainsworth (1991, en Casullo & Fernandez) en base a estudios observacionales naturalistas, sobre las diferencias individuales del afecto. Ainsworth refiere que la existencia de estas diferencias individuales en la manifestación del afecto están en función de las experiencias personales, condiciones genéticas e influencias culturales. Basándose en Bowlby (1982) desarrollo el conocido procedimiento de laboratorio, para observar los “modelos internos activos” en “La Situación Extraña”, que como resumimos antes, se clasifico el registro observacional de la conducta de los infantes en dos episodios de separación entre el niño y el cuidador, en una situación no familiar para ellos; hallo patrones organizadores de comportamiento infantil en función de las respuestas de estrés que los niños presentaban al encontrarse en una situación extraña, representando aquí los estilos de apego:

- Apego seguro: Los infantes exhibían una respuesta de estrés ante la ausencia materna, aunque se mostraban calmos y les aliviaba el regreso de la madre. En estas observaciones se advirtió la utilización de comportamientos exploratorios. Este estilo es favorecedor del reconocimiento de la angustia y, por tanto, de la búsqueda del apoyo.
- Apego inseguro-resistente o ansioso-ambivalente: los niños que respondían a esta descripción aparecían ansioso y ambivalentes, llorando y gritando ante la vuelta de la madre; cuando ellas intentaban calmarlos, continuaban enfadados. Este estilo involucra la aparición de cierta hipersensibilidad hacia las emociones negativas.

- Apego inseguro-evitativo: los infantes pertenecientes a este patrón parecían no molestarse ante la ausencia de la madre, comportándose fríamente en el regreso de la madre; estos individuos no buscaban en abrazo ni el confort materno, evidenciando una prematura autoconfianza, así como también respuestas defensivas. Este estilo de apego no favorece el reconocimiento del malestar.

En estudios iniciales sobre el apego adulto (Madero y Cantero, 2008) definen tres estilos por analogía a la clasificación tradicional del apego infantil, sin embargo investigaciones posteriores ampliaron la tipología a cuatro estilos de afectivos:

- Seguro: se caracteriza por tener un modelo mental positivo, tanto de sí mismo como de los demás, elevada autoestima, ausencia de problemas interpersonales serios, confianza en sí mismo y en los demás, tener deseo de tener intimidad sintiéndose cómodo con ella. Mantiene un equilibrio entre las necesidades afectivas y la autonomía personal.
- Huidizo alejado (o evitativo): se caracteriza por un modelo mental positivo de sí mismo pero negativo de los demás, una autoelevada suficiencia emocional, una baja activación de las necesidades de apego y una orientación al logro. Presenta incomodidad ante la intimidad. La repetida desactivación de su sistema de apego les lleva a dificultades en el procesamiento de la memoria relacionadas a cuestiones relacionadas con afectos negativos (Fraley, Garner y Shaver, 2000)
- Preocupado: tiene un modelo mental negativo de sí mismo y positivo de los demás y una elevada activación del sistema de apego. Son personas con baja autoestima dependientes, con necesidad de aprobación y preocupación excesiva por las relaciones interpersonales, además de buscar confirmación

por los otros, se sienten ineficaces socialmente, o incapaces de hacerse querer, mostrando temor a un posible abandono, que pudiera llevarle a la hostilidad, celotipia, conductas de posesión.

- Huidizo temeroso: tienen un modelo mental negativo, tanto de sí mismos como de los demás. Se caracterizan por sentirse incómodos en situaciones de intimidad, por una necesidad de aprobación, por considerar a las relaciones como algo secundario a cuestiones profesionales y laborales y por baja confianza en sí mismos y en los demás. Tienen sentimientos ambivalentes, ya que al mismo tiempo tienen la necesidad de recibir aprobación y al mismo tiempo tienen temor al contacto de la intimidad por lo que tienden a evitar situaciones sociales y relaciones de intimidad, por lo que sus relaciones no son satisfactorias.

1.7 Apego adulto

La conducta de apego se forma a lo largo del primer año de vida del individuo, sin embargo como menciona Bowlby en 1988 y Ainsworth en 1989 (en Yáñez, Alonso Arbiol, Plazaola & Sainz de Murieta, 2001), es una conducta que acompaña al individuo a lo largo de toda su vida.

Durante la adolescencia y la adultez temprana ocurren diversos cambios, incluyendo a las personas a las cuales se dirigen el apego con mayor o menor intensidad.

Según una investigación de Lopez (1993, Yáñez et al, 2001) a partir de la segunda parte de la adolescencia, las figuras de apego cambian significativamente, dando mayor importancia a los iguales hasta suplantar las figuras parentales. Y por lo tanto esto significara que los adolescentes en esta etapa se identifican más con sus iguales (amigos/ pareja) que con las figuras parentales.

En un estudio sobre apego adulto y percepción de los otros de Yáñez et al, (2001) observaron en los resultados, que existe una mayor identificación entre los individuos y sus madres, que estos con sus padres, de tal manera que la caracterización psicológica que hace una persona de sí misma, es más similar a la que hace de su madre que a la que hace de su padre. Sin embargo los mismos autores hacen referencia a que este resultado no les sorprende ya que fue aplicado a una población femenina, por lo tanto es posible que la influencia del género sea una variable importante en la identificación por el mismo sexo. Por otra parte, esta mayor identificación con la madre se pudiera entender como una consecuencia de

Un análisis del apego y su relación con la elección de pareja, para evitar o prevenir patrones disfuncionales

la presencia de ambas figuras parentales, materna y paterna, que pudiera facilitar una percepción de la diferencia de ambas figuras.

Este mismo estudio hace una diferenciación sobre los cuatro estilos de apego y la relación de las representaciones de sus padres de estos sujetos, encontrando que:

La distancia o percepción de la diferencia con respecto a los otros está regida por estrategias de regulación afectiva.

- Personas con estilo de apego rechazantes: tienden a inflar su percepción positiva y a percibir a los demás como diferentes de ellas mismas. Sus esfuerzos por maximizar la distancia con respecto a los otros pueden tener como resultado una infravaloración de la similitud entre el self y los otros. Adjudican tal importancia a la autorrealización y a la autoconfianza, que no reparan en los medios para lograrlas, aun a costa de perder la intimidad con el otro. Tienden a menos preciar los lazos afectivos como un intento defensivo ante al temor al contacto con los demás.
- Personas con estilo de apego preocupados: en su deseo de provocar el amor y la compasión de los otros, tienden a recibir a los demás como más similares a sí mismos, que en lo que en realidad son, con el objeto de sentirse unido y conectado a ellos. Tienden a minimizar las distancias, resaltando lo que le acerca a los demás, por encima de lo que les separa. (o ansioso) Aceptan similitudes de intimidad, buscándolas, aunque permanentemente experimentan temor a la desvalorización o al rechazo.
- Personas con estilo de apego seguro: tienen una visión más realista, tanto de sí mismos como de los demás, lo cual les permite regular los afectos sin gran distorsión en sus representaciones mentales.

Conservan una percepción positiva de sí mismos y de los demás, exhibiendo una adecuada predisposición tanto para el acercamiento hacia los otros, como para lograr involucrarse desde el punto de vista afectivo. Estas personas se sienten cómodas en situaciones de intimidad, como de autonomía como comportamiento predominante.

- Personas con el estilo de apego temeroso: no hay diferenciación de la figura del padre y la de la madre. Tienen una percepción negativa de ambos. Relacionado a una cuestión Psicanalítica y Edípica, según la cual la figura paterna y materna están percibidas de un modo indiferenciado, pues el sujeto no encuentra una buena ubicación con relación a sí mismo y a los demás.

Experimentan el deseo de la intimidad con el otro, pero como, por otro lado, muestran desconfianza respecto a ellos, evitan involucrarse sentimentalmente, resultado personas dependientes y con acentuado miedo al rechazo.

Bowlby señala tres componentes interrelacionales en los que se divide el sistema de apego, cognitivo, conductual y emocional.

- Cognitivo: integrado por creencias, pensamientos, actitudes relativas a cuestiones afectivas.

Es decir, cada persona tiene su propio modelo mental que se va desarrollando a través de las experiencias y el ambiente incluso social que va desde la interacción y observación de las figuras parentales, cuidadores, hasta factores en los que se desarrolla, como el ambiente.

Proceso por el cual la persona selecciona, analiza e interpreta sucesos de índole afectivo y posteriormente determina, las evaluaciones de las

emociones y conductas consecuentes. Creando y modulando su nueva visión del mundo.

Así mismo también va obteniendo información sobre las capacidades de uno mismo para pedir protección y afecto. Estas necesidades como vimos antes van siendo satisfechas empezando por los cuidadores, sin embargo como va creciendo el individuo, van pasando a amigos, compañeros, profesores, pareja u otras figuras significativas que podrían ser de gran influencia.

Sin embargo, el autoconocimiento de estos propios esquemas de la persona resulta valioso en la comprensión de si propia afectividad y de igual forma en las personas significativas y su relación con las mismas.

- **Conductual:** Se refiere a todas aquellas conductas derivadas de los esquemas mentales ante una determinada situación, es decir a las conductas de apego relacionadas con las figuras de vinculación y su función en la relación con el contexto.

Beisky y Cassidy (1994, en Madero, 2008) definen por ejemplo que en los niños existen tres clases de conductas para mantener la proximidad con los cuidadores: conductas señalizadoras como la sonrisa o las verbalizaciones; las conductas aversivas, como llorar o gritar y las conductas activas, como la aproximación y el seguimiento.

Mientras que en la etapa adulta observamos otro tipo de conductas que se relaciona con el número y con la intensidad. En la edad adulta se puede pasar más tiempo por ejemplo sin correr peligro sin el contacto de la figura de apego. Mientras tanto persisten conductas para mantener o lograr algún tipo de contacto con la figura de apego para recuperar el sentimiento de seguridad.

Sin embargo, cabe mencionar que también se observa ansiedad en relaciones con apegos patológicos.

- Emocional: La formación del vínculo de apego conlleva a una serie de emociones asociadas a el tipo de relación establecida, en la que intervienen tanto la figura de apego como a sí mismo.

Las emociones son consecuencia del esquema mental, así como hablábamos de la conducta.

Sin embargo, existe la posibilidad de que existan huellas generadas en los circuitos generales, permanezca a una memoria de emociones que se active en determinados hechos sin necesidad de un pensamiento cognitivo de nivel superior.

Así por ejemplo LeDoux (2000) por ejemplo se centra en explicar la emoción básica del miedo y relacionándola con el afecto es posible explicar que los niños sometidos a constantes situaciones de amenaza, dando la importancia misma a la amígdala en la formación de la memoria implícita ante situaciones de alta activación afectiva y que las emociones aparecen cuando nos hacemos de la actividad de un sistema emocional.

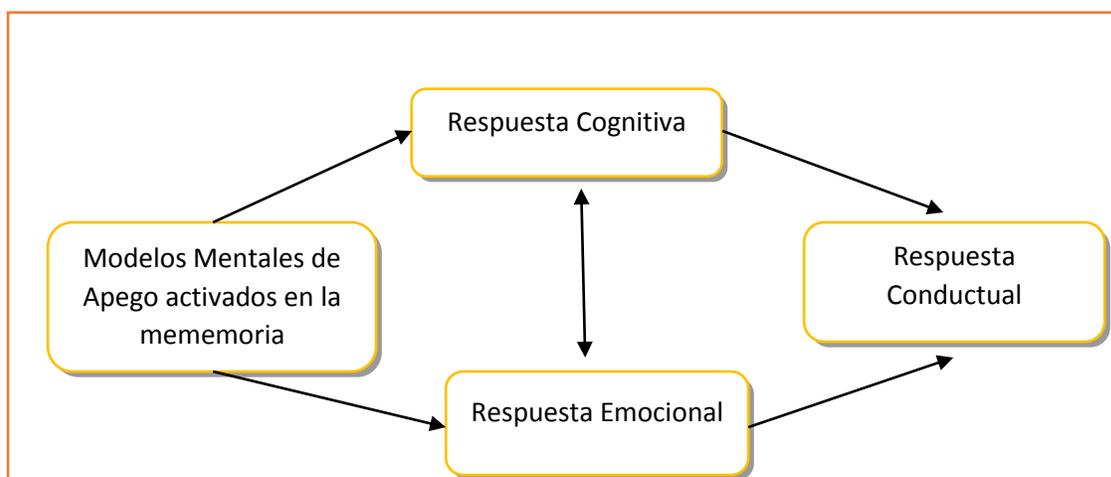


Fig.1 Funcionamiento de los modelos Mentales (Collins y Read, 1994)

Por lo tanto Collins y Read (1994) concluyen que los modelos mentales contribuyen de forma directa en las experiencias que tiene el individuo con las relaciones que establece de apego a través de la influencia emocional, cognitiva y emocional.

Pero cabe señalar que existen influencias que no señalamos y que sin embargo están implícitas como la memoria, las creencias y metas de la persona. Pero que éstas de acuerdo a su experiencia y aspectos internos psicológicos constituyen para la persona una cierta jerarquización del valor y peso de esta en la toma de decisiones a través de un proceso de interpretación y explicación de los hechos que llega a replantear o cambiar el esquema mental.

Bartholomew (1990, en Yáñez, 2001) refuerza la conclusión de que la identificación con personas del mismo género está relacionada con la seguridad en las relaciones y la valoración del si mismo.

Las mujeres con un estilo de apego preocupado o temeroso (con una idea negativa de si mismas) tienen a identificarse con figuras masculinas, es decir que se puede entender como un rechazo a los rasgos femeninos de su identidad o deficiencia de identidad de género. De tal manera que los preocupados y temerosos comparten una dependencia hacia los demás.

Existen más datos importantes, pues encontraron que existen similitudes entre los temerosos y seguros, como mecanismos de regulación afectiva más flexibles e integrados, pues los temerosos, aun teniendo una percepción negativa de sus padres son capaces de diferenciarse de ellos, al no idealizarlos tanto como ellos y de no marcar distancia defensiva como hacen

los rechazantes (Yañoz et al., 2001). Donde a pesar de tener infancias difíciles, representan posteriormente a ser padres con base segura para sus hijos (Levy, Blatt & Shaver, 1998).

Como revisamos anteriormente en la definición del apego, existen componentes o variables que logran activar el sistema de apego, los factores intrínsecos, como por ejemplo en el niño (hambre, sed, fatiga) y extrínsecas, relacionadas con el ambiente o contexto (presencia de situaciones amenazantes). De forma similares en su naturaleza sucede con el apego adulto, pues le promueven sentimientos de seguridad e inquietud como por ejemplo, y que estas además se van acompañando de guía, compañía, gratificación sexual, compartir intereses o experiencias comunes, sentimientos de competencia o alianza y asistencia.

Los elementos comportamentales del apego en la vida adulta muestran un deseo a la proximidad en situaciones de malestar.(Casullo & Fernández, 2004)

Barthomomew (1994) encontró que existían dos factores latentes mayores que subyacen al apego en la vida adulta: la ansiedad, frente al abandono o al amor insuficiente y a la evitación de la intimidad y de la expresividad emocional. De forma que se ven vinculadas con la representaciones del si mismo y del otro.

CAPITULO II

PAREJA

La relación de pareja ha sido durante tiempos antiguos objeto de atención desde hace aproximadamente 4000 años antes de Cristo; se pueden observar desde imágenes y frases románticas con respecto a la pareja (Páez, 2006), así como también la presencia de poemas, fragmentos, pinturas y esculturas sobre el tema (Maureira, 2011).

La psicología se ha dedicado a descubrir el origen, las características, componentes y la complejidad de estas conductas que se relacionan al amor, al afecto y a la elección de pareja. Por otro lado otras ramas científicas como la Biología y las Neurociencias, han tratado de explicar este fenómeno a través de parte anatómica, fisiológica y química.

De tal forma que para poder entender la complejidad, tratar de explicar y dar forma a el funcionamiento de la elección de pareja es necesario entender que se requiere un estudio multifactorial.

Sabemos que el hombre es un ser social, y la experiencia amorosa esta presente en todas las culturas (Jankwiak y Fisher,1992). De modo que para abordar el tema de elección de Pareja,

Durante la adolescencia, periodo de transición que media entre la niñez dependiente y la edad adulta autónoma (periodo que corresponde desde los 11 o 12 años , hasta los 17 o 18 años) Grinder (1984) es precisamente la etapa de desarrollo en la que surge la primera búsqueda de la pareja, las relaciones íntimas y románticas coinciden con el desarrollo de identidad y la búsqueda de independencia.

Erickson (1994) desde este sentido menciona que es en esta etapa en el que el adolescente se juzga a sí mismo a partir de la forma en la que los otros lo juzgan, comparándolo con ellos y al mismo tiempo juzga la manera en la que lo están juzgando, comparándose con los otros y en relación a los modelos que han sido importantes para el.

Anderson (1980) menciona en este aspecto que la familia es un elemento importante en la estructura social, ya que los miembros que la integran es la fuente principal de las relaciones afectivas.

En esta necesidad de búsqueda, se presenta justamente una transición en la que existe una separación de los padres y hermanos, y donde se establece una relación mas cercana con los pares y en especial con el sexo opuesto. (Clark, Lempers, Ho, 1990).

Por otro lado Furman y Wehner (1997) mencionan que las relaciones de pareja podrían ser una figura importante para el desarrollo continuo del funcionamiento de los sistemas de apego, afiliaciones y sexualidad.

Es por esto que la investigación del origen de las relaciones de pareja lo vuelve un estudio multifactorial, pues se relaciona con factores biológicos, afectivos, socio-culturales de cada individuo, de tal forma que de ellos dependerán la forma en la que perciben y actúan dentro de la relación.

2.1 Concepto de Pareja

Se entiende como la unión entre dos personas entre las que existe un deseo de unión exclusiva y un proyecto de vida en común, común claro sentimiento de compromiso entre ellos.

Expertos opinan que una de las características principales que definen a la pareja es el sentimiento de compromiso que existe entre ambos miembros (Wallerstein y Blakeslee, 1995). Rusbult (1980, y Rusbult y Buunk, 1993), por ejemplo definen el compromiso como un estado psicológico de orientación a largo plazo donde intervienen sentimientos de apego y deseo de mantener la relación. Además de como el sentimiento de compromiso refuerza el proyecto afectivo en común, promoviendo la estabilidad (Lauer y Lauer, 1986).

Tordjman (1981 en García, 2001) agrega que la pareja es un grupo, en el que las personas se unen para construir un vínculo propio, que funcionan bajo su propia organización, de tal forma que la pareja revela identidad distinta a la de cada uno de los individuos por separado. Diaz-Loving (1990 en Sánchez, 1995) al igual que Tordjman, propone que la pareja es una institución constituida en base a un sistema de normas y reglas de conducta, pero a diferencia menciona que las normas son parte de la cultura y herencia social derivadas del pensamiento común colectivo, religioso y filosófico que se transmite de generación a generación por medio del proceso de socialización

Para Alberoni (1997 en Garcia, 2001) considera a la pareja como una unidad dinámica, con duración temporal cuyo principal objetivo es el amor con un fuerte vínculo “(además de los que se establecen en la infancia con las figuras parentales)” capaz de unir a dos individuos adultos y resistir traumas, conflictos y decepciones.

Sánchez (1995 en Zacarias, 2009) ve la relación de pareja como una entidad compuesta entre dos personas de diferente sexo unidas por un compromiso emocional, más que legal y religioso con un propósito institucional social (familia) basada en ciertas normas específicas relacionadas a la cultura.

Como podemos ver la conceptualización de la pareja de los diversos autores mencionados anteriormente, coinciden en que la pareja es un grupo elegido, sin embargo, estas conceptualizaciones se van modificando por contextos sociales-históricos y que se van complementando por diversos factores, emocionales, de apego, culturales, incluso hasta económicos y personales.

2.2 Factores influyentes en la relación de pareja

Cada individuo debe establecer los requerimientos básicos para facilitar a las personas con las cuales entrar en relación, como el temperamento, carácter, experiencia de vida, forma de comunicación, experiencias previas, proyecto de vida, fidelidad, lealtad, respecto de si mismo y respeto por los demás, entre algunas otras.

Romero (1999) por otra parte menciona que parte de estas características importantes las definen las características psicológicas semejantes, sobre todo si se trata de necesidades psicológicas. Clasifica dos factores importantes, los inconscientes y sociales, determinantes en la estabilidad de la pareja.

Los estándares y expectativas en la elección de pareja juegan un papel principal en el posterior desarrollo de la calidad y estabilidad de la relación. Encontrando que las comparaciones que existen entre las expectativas de pareja ideal y la pareja real tienen un impacto en la valoración posterior de la relación. (Fletcher, Simpson y Thomas, 2000)

2.3 Autores relacionados sobre la evolución de la pareja a través de la historia

Linton 1970 en Chavez Fraustro, 2008) La formación de la pareja y la familia es muy antigua en la historia humana, siendo que para la sobrevivencia era necesario, la asignación de tareas y funciones para la mujer y el hombre, y que de no tenerlas había sido mas difícil la sobrevivencia.

Durante la Edad Media, ya se consideraba el matrimonio, cuyo significado era totalmente distinto al actual, ya que la pareja era considerada un patrimonio, que carecía de significado afectivo, pues el matrimonio era considerado un interés (Elias, 1987 en Chavez Fraustro, 2008). Los nobles obtenían rango y prestigio, y en los pobres por la supervivencia, adoptando un sistema patriarcal, donde las libertades eran para el hombre.

Durante este periodo también existía una fuerte influencia por parte de la Iglesia Católica y el Cristianismo (Diaz-Loving y Sanchez A, 2002) manifestando repudio y hostilidad hacia el sexo y una mayor formalidad al matrimonio, y con una postura de sometimiento a la mujer por parte del hombre.

Con respecto al matrimonio, desde el punto de vista del Cristianismo, solo se permitía entre sexos opuestos, , que para la iglesia se consideraban convenientes para que el hombre pudiera conseguir una salvación eterna (Magallon, 1965 en Chavez Fraustro, 2008) situación que causo un impacto en la control social de la época, manejando términos como la abstinencia, donde la única justificación sexual era para la procreación de la descendencia y como acto permitido después del matrimonio.

En el siglo XVIII, el matrimonio cambia su contexto, ya que para la mujer, significó una transformación, debido a que se vuelve una unión conyugal entre individuos, sin embargo fuera de la mujer era un ser socialmente y políticamente sin derechos, su poder recaía en el hogar.

Posteriormente en la modernidad, el amor de pareja dio un giro en la unión matrimonial, basándose supuestamente en el amor, la familia nuclear o de pareja.

Antecedentes Históricos en México

Ya vimos anteriormente que diferentes autores tratan de explicar el concepto de pareja, sin embargo, este mismo dependerá de muchos factores socio-demográficos, culturales, económicos etc. En México por ejemplo se ha venido observando una transformación en los valores culturales, influidos por la educación, los medios de comunicación, los estereotipos, la religión, aspectos socioeconómicos, culturales, innovaciones científicas, tecnológicas etc.

Algunos autores como Aguilar (1992), Peña (2002), Garduño (2002) y Bustos (1998) han encontrado que en México prevalecen valores tradicionales, es decir roles que se otorgan desde que la persona nace, tanto hombres como mujeres; las mujeres obtienen roles relacionados con el Hogar y a los hombres con la independencia y autosuficiencia, incluso emocionales.

Estos roles han se han transformado paulatinamente, dando lugar a nuevos valores y a nuevas estructuras familiares; situación que además influye directamente en otros contextos sociales.

Hoy en día la pareja se ha transformado, con lo que respecta a México, las estadísticas no revelan mucha información precisa, por ejemplo, hoy en día muchas parejas no se divorcian, solo se separan. En otras situaciones las parejas incluso solo viven juntos y viven en pareja y en no pocos casos se separan.

Gómez de León encontró que en México hay un pequeño incremento de divorcios, un aumento de uniones libres y disminución de matrimonios y de fecundidad. Mientras que Rabell (2001) menciona que la pareja no ha demostrado grandes cambios, ya que la mujer mantiene un esquema orientado a la crianza de los hijos mas que a la satisfacción de las necesidades de la pareja.

En México según Ayala y Gonzales (2001) “durante la época prehispánica, existían variedad de costumbres y principios matrimoniales, pero estos estaban regidas por los hombres.”

Primero en tiempos de Nezahualcoyotl , las castas pudientes entre los reyes y señores podían tener la cantidad de mujeres que quisieran y de entre todas ellas se tenía una por legitima, la cual se procuraba que tuviera mejor linaje, con ella se celebraba una ceremonia nupcial, y en este sentido la poligamia que fue una de las causas principales que dificultaron la evangelización de los indios ya que los señores no querían dejar estas costumbres, no habiendo forma de convencerlos de la monogamia.

En cuanto a las relaciones entre aztecas, también se menciona, primero que el hombre casado o soltero, además de tener cuantas mujeres quisiera, las relaciones transitorias y accidentales eran posibles,

CONTEXTO ACTUAL DE LA RELACION DE PAREJA

Como mencionamos al inicio del capítulo una de las características que dominan la relación de pareja es la estructura Psicosocial (Díaz Guerrero, 1968; en Chávez Fraustro, 2008) :

“ esta moldeada principalmente por el patrón dominante en la familia, estructurando a la familia mexicana y que se fundamenta en dos proposiciones básicas”

- a) *La supremacía*
- b) *El sacrificio de mujer*

Estas diferencias en la relación con los presupuestos socioculturales que sostienen que hay una superioridad biológica por parte del hombre hacia la mujer. Además distinguió algunos de los siguientes valores en mujeres y hombres.

MUJERES

Abnegación
Ser virtuosas y castas siendo solteras
Realización en el matrimonio
Obediencia
Dedicarse únicamente al hogar
Ser dedicada y afectuosa
No mostrar interés en el sexo

HOMBRES

No mostrar debilidad ni feminismos
Mostrar fuerza y valentía
Ser el sustento en el hogar
Mostrar virilidad
Hacer alarde del sexo
Ambivalencia en las relaciones
No mostrar emociones

Por ejemplo este tipo de diferencias para el hombre y para la mujer representa un significado de lo femenino y de lo masculino en la relación de pareja, formando así diferentes perspectivas de género en la relación así mismo como expectativas de la pareja, tanto conductuales, emocionales y afectivas.

En una investigación de Díaz-Loving sobre las normas socioculturales en México, se consideraron las emociones, cogniciones y conductas, que los mexicanos consideran que deben de vivir durante una relación de pareja, aplicado en hombres y mujeres de secundaria y preparatoria, contestaron que cada una de las etapas de acercamiento y alejamiento, a partir de las frases de canciones mexicanas, que hablaban sobre relación de pareja, y donde debían decir si estaban o no de acuerdo en las 280 afirmaciones obtenidas de las canciones, así como de los dichos populares.

Lo que se encontró que, en las normas de relación de pareja hubo más semejanzas que diferencias entre mujeres y hombres. Las diferencias entre mujeres y hombres en este estudio, fueron que el hombre le da más importancia a todo tipo de relaciones que sirven para el mantenimiento de grupo y la estabilidad social y que para las mujeres, es de más importancia las conductas relacionadas con el mantenimiento de las relaciones íntimas, en donde se habla de la confianza, amistad y amor.

CAPITULO III

APEGO Y ELECCION DE PAREJA

Como hemos visto antes, la mayoría de los estudios se han centrado en estudiar los patrones de apego infantil y su origen, muchos en medida haciendo informes retrospectivos en cuanto a experiencias infantiles con los padres.

De tal forma que este análisis se centra en reunir a dos enfoques importantes; el primero en analizar las teorías, estudios del apego y las relaciones padres e hijo, mientras que la segunda, se ocupa de las experiencias afectivas primarias, que tienen que ver con las relaciones amorosas de adultos, en específico con la elección de pareja.

El estudio de Hazan y Shaver (1987, en Cantón & Cortés 2000) exploran la teoría del apego con el fin de inferir de qué forma los adultos con diferentes tipos de apego son capaces de pensar, sentir y comportarse en sus relaciones íntimas. Estudio que consistía en leer las tres descripciones de relaciones (seguras, de evitación y ansiosas ambivalentes) y posteriormente hacer memoria sobre sus relaciones románticas y decidir a cuál de los tres tipos de relaciones la describen mejor. Dichas investigaciones han referido que los tipos de apego obtenidos de esta forma se relacionan con diversas variables de personalidad, conducta y experiencias en las relaciones estrechas.

Bartholomew (1990; Bartholomew y Horowitz, 1991) aportó una innovación a la teoría del apego adulto, en la que muestra dos dimensiones continuas, la perspectiva del yo en las relaciones y el punto de vista sobre otras personas significativas que definían cuatro (en vez de tres) estilos principales de apego

adulto. Tal combinación de estas dos dimensiones dieron a lugar a los siguientes estilos de apego: seguro, preocupado, miedoso-evitación y devaluador evitación. Las personas seguras tienen, un punto de vista positivo sobre si mismo y sobre los demás; mientras que los clasificados con apego evitación-temeroso se perciben positivamente y negativamente a los demás.

Bolwby (1982) menciona que los estilos de apego infantiles son similares a lo que mas tarde forman a ser los estilo de apego adulto en las relaciones amorosas, señala pocas diferencias ya sean entre padres e hijos o entre pares. Un adulto mantiene el mismo deseo de proximidad en situaciones de malestar, siente bienestar ante la presencia de la figura de apego y ansiedad si esta no es accesible.

3.1 Elección de pareja concepto

En Capitulo uno se habló con respecto al apego y los aspectos importantes sobre las relaciones familiares durante la infancia, y para muchos autores este aspecto es fundamental para el desarrollo socio-emocional no solo del niño si no más tarde del adolescente y el adulto. También conocemos que el apego determinara aspectos importantes pero además otros factores como el temperamento, otros agentes y contextos sociales.

El contexto en el que se desarrolla el niño influye principalmente por experiencias en la niñez temprana más allá del apego. Las relaciones interpersonales juegan un papel principal, empezando por la primer estructura en la que se encuentra, que son padres y hermanos principalmente. Existe gran variedad de estructuras familiares hoy en día, y estas a su vez influenciadas por patrones de generaciones anteriores.

Con forme el niño va creciendo sus necesidades cambian, el niño requiere de las relaciones entre iguales, que cada vez consumen más tiempo, nos referimos a iguales con niños de la misma edad o madurez, jugando un rol importante fuera del seno familiar. Una de las principales características del grupo de iguales es la identificación, por medio del intercambio de información y comparación.

Por otro lado, el concepto de elección de Pareja se entiende como el proceso mediante el cual una persona elige a otra persona para formar un tipo de vínculo estable, vínculos relacionales: vínculos sexuales, económicos, emocionales, de poder, culturales.

Se describe también como un proceso complejo en el que se consideran factores personales, biológicos, sociales, emocionales, psicológicos (Rice, 1997 en Valdez, et al. 2007).

Casado (1991) considera que la elección de pareja, es la forma en que dos personas se dan a conocer, y que la complementariedad se establece, en el nivel psicológico entre dos personas que buscan en el otro su complemento, experiencia por la cual se proyecta su experiencia como capacidad que poseen al adaptarse, de negociación, escucha al otro, la habilidad de comunicarse y conocer sus sentimientos (Aguilar en Valdez, Poblete y Vara, 2003)

A lo largo del estudio de las relaciones de pareja y las relaciones interpersonales en adultos se han intentado contestar diversos cuestionamientos relacionados con el apego adulto, como se relacionan, cuales son aquellos procesos que intervienen en su desarrollo, que tipos de relaciones existen, si las relaciones de apego infantil influyen en las relaciones posteriores, y de qué manera es que elegimos pareja (Martinez Stack, 1994) O como algunos otros que intentaron contestar en cómo la gente desarrolla y mantienen estos procesos de vinculación afectiva en las relaciones cercanas. (Bretherton, 1985).

Leñero (1987) considera que son tres los aspectos que influyen en la elección de pareja:

- Homogamia de origen: entendida como una norma de búsqueda de pareja entre quienes hay más categorías sociales comunes como: clase social, religión, etnia, edad, lugar de residencia, nacionalidad.
- Consenso general de valores relacionados con la forma de perspectiva de vida, objetivos o metas.
- Búsqueda de rasgos complementarios a la propia personalidad, es decir las condiciones psicológicas y sociales influyentes en las dos personas.

3.2 Teorías sobre la elección de pareja

Existen muchas Teorías, en la mayoría de tipo social, que tratan de explicar cómo es que una persona elige a otra como pareja, algunas de ellas se centran en aspectos sociales como buscar a una persona con semejanzas que no implique demasiados problemas (teoría del equilibrio); las ventajas y desventajas que implica la relación (Teoría del Intercambio de Thibaut y Kelley, 1959); la igualdad de ese intercambio (Teoría de la Igualdad de Walster et al. 1978); la complementariedad de las necesidades mutuas (Teoría de las necesidades complementarias de Winch, 1959,1967) o la de las atracciones alternativas de Levinger (1965) y Adams (1980) Ishwaran (1992) por ejemplo clasifica las teorías de selección de pareja en dos grupos:

Modelo de secuencia fija.

Se entra en los factores sociodemográficos y características psicológicas como raza, religión, clase social, medio, educación, valores, hábitos y apariencia

Tales filtros harían que la selección se pareja tuviera características semejantes, en los cuales se iría profundizando en el conocimiento de la personalidad y conducta del otro para saber si se puede establecer una relación duradera.

Se piensa que la relación de pareja también se maneja por estadios y que si se superan la relación continua hasta el matrimonio, y si no, se vuelve a empezar, sin embargo son teorías que no fueron demostradas empíricamente. (Rubin y Levinger, 1974; Stephen, 1985).

Modelo Circular-Causal.

Plantea que la relación puede cambiar la percepción de la idea que tiene el sujeto del mundo, de tal manera que se le da mas importancia a la relación y al compromiso basado en conocimiento mutuo. (Reis, 1981; Levinger, 1974; Stephen, 1985).

La relación en este modelo también pasara a través de filtros pero la comunicación crearía una interdependencia llevando a una estructura nueva (la pareja) que influiría en la conducta y creencia de los dos.

Estos autores manejan tres niveles de relación:

1. Nivel de consciencia. El sujeto se siente atraído en base a la monogamia (raza, edad, religión, clase social, educación), la proximidad espacial y el interés por otras personas. Cuya atracción le lleva a acercarse para interactuar y recabar información sobre aspectos atribuidos a esa persona, si se confirma, sigue la relación y si no, se aleja.
2. Nivel de contacto superficial. Basado en convencionalismos sociales y en él se evalúa el nivel de satisfacción comparado con relaciones semejantes (teoría del intercambio), la similitud percibida y la colaboración supuesta determinarían al afiliación. En este nivel influyen el tiempo y la oportunidad de contacto social e intercambio, la atracción visible de uno y la percepción de reciprocidad probable o cooperación en el otro.
3. Nivel de reciprocidad. Los dos comparten responsabilidades, se brindan conocimiento mutuo y formalizan de alguna manera su relación manteniéndola y tendiendo a aumentar la autoestima y satisfacción del otro. En este nivel existe agrado por parte del otro y satisfacción por relación

previa, la relación se hace mas profunda y se comunican sobre la misma, existe una acomodación y formación de reglas compatibles con las actitudes, valores y necesidades.

Como podemos ver ambos modelos manejan filtros que llevan a profundizar sobre el conocimiento del otro, sin embargo el primero , la información aporta datos para la decisión, y en el segundo el sistema de creencias, valores y actitudes se van adaptando al otro para crear una acomodación mutua , en el que ambos sistemas cognitivos se funden en uno mismo,

A diferencia, el Psicoanálisis, se plantea que la búsqueda de pareja se basa en el intento de recuperar una relación pasada “Encontrar al objeto es en el fondo reencontrarlo” Freud (1905). La calidad de esa relación dependerá de en que fase del desarrollo se ha fijado el individuo, relacionándolo a que tipo de relación desea recuperar: Una unión con la madre (relación preedípica), un sustituto del padre amado (relación edípica) o una persona en la que el sujeto, después de renunciar a los deseos edipicos, identificarse con el padre y con formar su personalidad, elige una pareja con la que interactuar (elección postedípica).

Diks (1967) plantea que para la elección de pareja se deben de tener en cuenta tres aspectos: el individuo (factores personales), factores socioculturales y factores inconscientes con los vínculos de amor-odio.

Este autor plantea tres niveles de la relación de pareja:

a) áreas de cooperación realista

b) área de imagines internas (lo que se proyecta en el otro y lo que se introyecta de el.

c) área de polarizaciones (representa las posibilidades y funciones de las que carece el otro.

En base a esto la elección de pareja podría ser de tres tipos:

1. Desplazamientos simples de expectativas de roles fundadas en las identificaciones directas con las actitudes de los padres y las culturas familiares, es decir buscar en la pareja la reproducción de la pareja de los padres o elegir en base a las características del padre amado.
2. Elegir lo opuesto al modelo de los padres o a las características del padre amado (defensa contra los deseos edipicos).
3. Búsqueda en el otro de los aspectos propios reprimidos, (lo que no acepto en mí, lo encuentro en el otro y lo vivo a través de él).

Es decir, que para este autor lo que se busca a través de la elección de pareja puede basarse en: 1 La búsqueda de imágenes parentales, 2. Elección de lo opuesto a las imágenes parentales, para protegerse de seseos edipicos y 3. Elegir en base a la defensa contra pulsiones peligrosas es decir, elegir a alguien que nunca despertara lo que tenemos.

El Psicoanálisis en realidad más que ver a la relación de pareja como un grupo, lo ve desde el punto de vista más personal, es por eso que sus teorías van más relacionadas con el vínculo, el afecto y la Relación Objetal.

Otro Autor como Laing (1961) introduce el termino de colusión que significa “juego de autoengaño mutuo” para poder explicar la elección de pareja, describiendo que “...la colusión del otro es necesaria para completar la identidad que el yo se siente impedido a mantener” Laing (1961), es decir que, se intenta que el compañero sea lo que uno necesita depositar en el, para poder mantener la imagen de si (self) que se quiere tener. Dicks (1967) utiliza en mismo término señalando que la elección esta motivada por el redescubrimiento en el otro de aspectos reprimidos y perdidos del Self.

Teoría de las Relaciones Objetales

Siguiendo con el punto de vista Psicoanalítico, Willi (1975, 1978), describe cuatro aspectos relacionales básicos en las constitución de la pareja:

1. Narcisismo. En el cual el desarrollo de si-mismo propio se opone a la autorrealización en el compañero y por medio de el.
2. La oralidad. Cuidado reciproco y la responsabilidad asumida hacia el otro.
La relación sádico-anal. Los dos polos son el control y poder frente a la dependencia y la entrega pasiva.
3. La relación fálico edípica. Aquí entran los roles “masculino” y “femenino”.

Teoría del Intercambio Social

Explica que en toda relación hay un intercambio de afecto, beneficios, costos y recompensas. Estos costos beneficios o recompensas dependerá de la subjetividad de cada individuo de la pareja, influenciada por ideales y aspiraciones, nivel de comparación, posturas reales e imaginables. Esta teoría va enfocada mas en términos comerciales y numéricos, es decir materiales y de adquisición. (Pedraza, 2006). De modo que la teoría trata a la pareja ya desde un enfoque matrimonial como un contrato, en el que los interesados se ven en un intercambio comercial.

Teoría Newcomb

“Newcomb basa su teoría en la afirmación de que a medida que los miembros de un grupo establecen una relación, cada individuo selecciona y dispone de información sobre objetos o intereses en común” (Pedraza, 2006)

Teoría que trata de explicar que durante el proceso de conocer a otras personas, la atracción la relaciona con actitudes que tienen en común otras personas hacia el mismo objeto, o el mismo interés.

Es decir que aquellos aspectos compatibles que nos gustan y nos disgustan, intereses y semejanzas de actitudes pudieran ser un factor determinante para elegir pareja.

Sin embargo esta teoría no es considerada muy cercana a la realidad hoy en día, ni exacta para poder elegir pareja, debido que para esta decisión influyen muchos otros factores y aspectos además de la actitud y semejanzas así como preferencias, si no también por ejemplo, el conocimiento de las mismas diferencias entre cada individuo y a su vez el efecto que tienen las mismas en la pareja. (Pedraza, 2006)

Teoría sobre el Principio de Semejanzas

Es una de las teorías que mantienen un enfoque más Social. Se refiere a la atracción que sienten las personas por aquellas que se asemejan en actitudes, rasgos y valores, tanto sociales como: raza, cultura, clase social, idioma, religión o psicológicos: comunicación, ideales, intereses (Pedraza, 2006)

Teoría que se enfoca en explicar que es muy posible que los miembros de la pareja compartan semejanzas en algunos aspectos, incluso que se perciban iguales, o que

durante la convivencia se perciban iguales, en estos casos, esta teoría se basa en la similitud de inicio de la relación.

Es una teoría de las cuales se apega más a la realidad hoy en día, pensando que socialmente se elige a la persona “compatible”, como aquella que se asemeja o comparte más características en común, que convive en un mismo ambiente, con los mismos valores e ideales o incluso metas de vida. Probablemente resulte a los miembros de la pareja una buena forma de economizar el buscar personas con estas características y no en tratar de empalmar con otra diferente.

Teoría de las Necesidades Complementarias

Hace referencia a la atracción a partir de las diferencias que al mismo tiempo crean complementariedad entre los miembros de la pareja. En otras palabras, la atracción surge en medida a las necesidades de que cada individuo satisface al otro.

Se propone dos motivos básicos por las cuales se atrae y sustenta esta teoría:

- Gratificación mutua de las necesidades. A los miembros de la pareja les parece confortable que el compañero muestre comportamiento recompensante a sus necesidades
- Atracción hacia el Yo Ideal (Pedraza, 2006)

Sin embargo no resulta ser una buena teoría para elegir pareja, pues los miembros de la pareja basan su estabilidad en depositar en el otro sus propias necesidades, por lo que no resulta del todo saludable.

Teoría de la Preservación de la Especie

Especialistas Biólogos, explican que existe una cierta “lógica” relacionada al elegir pareja.

- Los hombres se sienten atraídos por mujeres con características como que sean jóvenes, de piel suave, ojos brillantes, cabello sedoso, buena estructura, labios rojos, mejillas rosadas, etc, no porque significa que este de moda, si no porque representan síntomas de buena salud, características que significarían buena elección para procrear.
- Las mujeres escogen pareja con características como juventud y la salud física no son necesariamente para la función reproductiva masculina, ellas eligen parejas con asertividad, capacidad para dominar, resistencia emocional y habilidades económicas, características que significan garantía para la supervivencia familiar (Pedraza, 2006)

De manera que como lo dice su nombre, se basa en preservar la especie, con la idea de solo elegir pareja para procrear, sin embargo en la actualidad, vemos que esta teoría no resulta ser lo más cercano a la realidad, ya que existen muchos factores determinantes a la hora de elegir pareja, principalmente involucrando aspectos que resultan ser más importantes para algunos miembros de la pareja como emocionales, sociales y físicos; y que incluso se forman parejas, sin la necesidad de buscar tener hijos.

Teoría del Mercado de Virtudes y Defectos

La teoría de basa en que se elige a la Pareja creyendo que a lo largo del tiempo el otro se adaptara a el ambiente y a nosotros. Sin embargo resulta ser una idea irracional ya que todo individuo tiene ideas y creencias propias.

Esta teoría dice que se evalúa y se relaciona a la elección de pareja con aspectos de atracción física, económica, social de cada uno asi como de su personalidad. La suma de esta calificaciones darán un numero o valor, y si son aproximadamente equivalentes, se dará luz verde para elegir y se continuara con la relación.

En realidad no solo nos interesan características individuales, si no en su totalidad como persona, (Pedraza, 2006)

Teoría del Reconocimiento

teoría que sostiene que el factor importante en la elección de pareja es la búsqueda del reconocimiento para incrementar la valoración de nosotros mismos.

Sin embargo este tipo de teoría pudiera existir a falta de autoestima y que existe una presencia de necesidad de reconocimiento para sentirse seguro y feliz.(Pedraza, 2006)

Teoría de la Media Naranja

Establece una pérdida de la individualidad por un “nosotros” de la completud. Asociado con la fantasía de la pareja por la unidad para construir algo mejor, un yo

superior más elevado. Teoría que se basa en el mito de Zeus y Apolo en el Olimpo (Pedraza, 2006).

Postura Psicoanalítica de la Relación de Objeto

No es posible reflexionar sobre la psicología de la pareja y su elección sin antes hacer referencia al aporte psicoanalítico y aunque estos conceptos analíticos se refieren a la evolución mas del individuo que de los grupos, habría que entender que provienen no de entes aislados.

Freud en su texto sobre la psicología colectiva, dio una definición particularmente sobre el amor. Y por consiguiente, los trabajos de la escuela Kleniana, subrayaron las reacciones reciprocas del Objeto sobre el Sujeto, los procesos de escisión, de proyección e introyección, y sobre todo su dimensión imaginaria, permiten la utilización mas amplia y dinámica de este concepto de relación de Objeto para el estudio de la Pareja.

De esta forma sustentamos que para la comprensión del estudio de la pareja debemos hacer referencia a estos conceptos con el fin de esclarecer más estas teorías.

De este modo se podrá ver a la pareja como soporte de las proyecciones de un buen Objeto interiorizado o también como soporte de las proyecciones de un Objeto interiorizado o también como soporte de las Proyecciones de un Objeto absorbente, o como soporte de las proyecciones de un mal Objeto Interiorizado.

Vemos entonces que la elección de pareja va más allá de una respuesta que solo menciona habitualmente la descripción de un marco de circunstancias espacio-temporales al "azar". Para algunos psicoanalistas esta respuesta representa solo es desconocimiento y encubrimiento inconsciente de lo que han "atraído" tan profundamente el uno hacia el otro.

La organización y estructuración de la pareja, aun si después resulta mal adaptada, se apoya de las fuerzas profundas inconscientes, traducidas por el psicólogo clínico como necesidades, de tendencias, de presiones, expectativas para toda la vida. Y aunque estas fuerzas más adelante ya no se presenten en la relación de pareja, las satisfacciones que se trataron de encontrar permanecen en el origen de la relación a procesos personales y de pareja que evolucionan y se mantienen a lo largo de la vida.

Desde una perspectiva más social, en la actualidad, la elección de pareja pareciera que no se desarrolla bajo las mismas circunstancias que hace algunos años, aunque siguen sufriendo toda clase de presiones sociales.

A estas presiones podemos añadir como vimos anteriormente, factores como la edad, sexo, raza, religión, educación, clase social etc. Una red de determinaciones sociales que envuelve por todas partes a los jóvenes, sobretudo en el momento de la adolescencia, cuando tratan más o menos de pasar de un nivel social a otro, buscando la independencia y autosuficiencia, aproximándose a la vida adulta y al ejercer una profesión. Por lo tanto se cree entonces, que el núcleo familiar, juegan un papel importante en la influencia de esta primera elección. (Lemaire,1986)

Elección referida a las Imágenes Parentales

Leimare (1986) siguiendo con el punto de vista Psicoanalítico, nos dice que el primer Objeto sirve de referencia de base (imágenes parentales), por ello la frase: “tales padres, tales maridos”, pero cuando la referencia a la imagen parental es muy acentuada y exclusiva por los demás, aparecen consecuencias clínicas.

A propósito de la elección de Objeto de amor y más precisamente del tipo de elección por el apuntalamiento, hasta ahora solo hemos aludido al ejemplo más clásico: aquel en el que se elige al cónyuge por referencia directa, positiva o negativa, a la imagen parental del padre del sexo opuesto. Por ello representa solo uno de los elementos de elección, el más fácil de concebir (Lemaire, 1986).

Un ejemplo claro es el caso relativamente clásico de esas hijas que se casan jóvenes en un hombre mucho más maduro. Estas mujeres esperan del Objeto elegido la satisfacción de un gran número de necesidades, pero no solo de ser protegidas, esperan que además cumpla con las funciones parentales de la figura materna, esperando así un papel afectivo denso, completo, que gire en mayor o menor medida a la relación alimentaria, expresada de modo simbólico.

De igual manera, en el caso del hombre, también podemos ejemplificar, como puede ser conducido a elegir a su mujer en función de las características parentales y protectoras que ella simboliza para él, y que inconscientemente están a veces referidas directamente a la imagen de un padre. Lo que en vano busco en su padre y que sigue buscando nostálgicamente, lo encuentra en su mujer, y de modo inconsciente, le pide a ella que desempeñe ese papel.

Por lo tanto la elección de pareja y la relación del sujeto con las imágenes parentales, representan los deseos incestuosos debidamente reprimidos hacia cada uno de los padres. El Edipo y sus formas positiva y negativa (Lemaire, 1986).

3.3 Trastornos relacionados con el apego

A medida que el niño va creciendo y entrando a la Adolescencia, va utilizando las herramientas y diferentes estrategias que fueron adquiridas durante la infancia para enfrentar todos aquellos aspectos que tengan que ver con los vínculos interpersonales, los afectos, las emociones.

Como se vio en el primer capítulo, en los tipos de apego, existen estudios que tratan de explicar cómo es que de acuerdo a los estilos de apego que se desarrollan en conjunto con los estilos de crianza de los padres, es que los niños a lo largo de su desarrollo, pasando por la adolescencia, hasta llegar a la etapa adulta joven, estas pueden influenciar la forma en la que irán desarrollar vínculos y relaciones íntimas de manera positiva o negativa.

Con respecto las personas que desarrollaron por ejemplo un estilo afectivo Temeroso, las investigaciones muestran que suelen manifestar en esta etapa de adultez baja tolerancia a la frustración. Personas que no pueden soportar los problemas que anticipan en su relación. Es decir que los sentimientos negativos se presentan como intolerables y temen a la posibilidad de volver a ser heridos, asumiendo actitudes como de víctima. Se exigen resultados instantáneos sin requerir esfuerzo.

El apego desorganizado por lo general se caracteriza por la actuación parental estresante, confusa e incoherente para el niño, por ejemplo el maltrato, el abuso de poder, las negligencias, las conductas o sentimientos ambivalentes o patologías en los padres o cuidadores.

Otra de las posibilidades, es que estudios de familias sin patologías explican que niños sugieren traumas no resueltos como la pérdida de alguna figura de apego.

Fisiológicamente estos eventos pueden hacer que los circuitos simpático y parasimpático, estén hiperactivados y que segreguen niveles tóxicos de hormonas adrenocorticoideas que dañan la regulación del Sistema Nervioso Central (SNC) Schore (2000), incluso con posibilidad de desarrollar una desregulación agresiva en etapas posteriores. Incluso la experiencia de apego disfuncionales influyen en la respuesta neuroendocrina cerebral y predisponen al estrés, generando una mayor vulnerabilidad afectiva (Liu et al., 1997).

De modo que con esto podemos darnos cuenta que la falta de regulación afectiva en la infancia puede determinar de forma importante las situaciones de malestar al relacionarse en la edad adulta con las nuevas figuras de apego, reforzando a su vez este funcionamiento emocional. Añadiendo que existen no solo consecuencias a nivel emocional, incluso llegando a alterar cuestiones del sistema nervioso y por lo tanto de la respuesta de nuestro sistema inmunológico.

Por otro lado la teoría psicoanalítica plantea que el uso de comportamientos defensivos o mecanismos de defensa primitivos, como escisión y negación, tendrían consecuencias limitantes a su capacidad para un niño inseguro a la hora de mostrar el uso completo de sus potencialidades. Situación que dificulta las capacidades de la persona para desarrollarse en un ambiente psicológico adecuado (Fonagy, 1993)

Desde el punto de vista de la psicopatología, diversos estudios han demostrado relaciones significativas entre los tipos de vínculo inseguro y el aumento de sintomatología en niños y adolescentes

Aquellos con vínculo evitativo continúan en etapas posteriores con su agresividad, falta de complacencia y conductas de rechazo pasivo tales como evadir mirada voltear el cuerpo cuando la madre busca contacto con ellos. Los niños

ambivalentes presentan menos tolerancia a la frustración, son menos persistentes y, generalmente, menos

En adolescentes se ha observado que la inseguridad del vínculo se ha asociado con mayores niveles de ansiedad, resentimiento, depresión, alienación parental y consumo de alcohol. (Rosenstein, 1993) Incluso en mediciones en el vínculo de adolescentes, se ha visto que existe una correlación entre vínculo resistente y depresión, y entre vínculo evitativo y trastornos de la conducta alimentaria (Rosenstein, 1993).

Siguiendo los estudios de Rosenstein (1993) el abuso de drogas en adolescentes se correlacionó también fuertemente con un patrón de vínculo evitativo. Por su parte, Scott (2003) encontró que adolescentes con un patrón de vínculo ambivalente poseían niveles más elevados de ansiedad, depresión y trastornos del pensamiento.

En cuanto a rasgos de personalidad, Rosenstein en el mismo año describió rasgos narcisistas, antisociales, e histriónicos en adolescentes con vínculo evitativo. Rasgos de evitación del contacto interpersonal, dependencia, patrones de déficit interpersonales y sociales, y ánimo bajo se correlacionaron con la presencia de vínculo resistente.

Ya Bowlby (1977) señaló que los vínculos inseguros estaban en la base de una serie de rasgos desadaptativos de la personalidad. De hecho, ligó el vínculo resistente con la tendencia a realizar demandas excesivas a los otros, y con ser incapaz de tolerar adecuadamente la frustración cuando estas demandas no son satisfechas, situación que se observa también en los trastornos de personalidad dependiente e histriónico. Asimismo, relacionó el vínculo evitativo con la incapacidad posterior para crear relaciones profundas, lo que ocurre en las personalidades antisociales (Bowlby, 1976).

Rosenstein (1993) encontró una relación entre los trastornos de personalidad obsesivo-compulsiva⁶, histriónico, esquizotípico⁷ y límite con la presencia de vínculo ambivalente. El vínculo evitativo se observó relacionado con los trastornos de personalidad narcisista y antisocial. Por su parte, Blatt (2003) menciona que existen ciertos desórdenes de personalidad, entre ellos el histriónico, el dependiente y el límite, que están focalizados de diferentes formas y en distintos niveles de desarrollo en aspectos relativos a las relaciones interpersonales.

Las relaciones encontradas se hacen comprensibles por medio del entendimiento de las defensas y estilos que prevalecen en cada tipo de vínculo. Los sujetos con vínculo ambivalente poseen un “exceso” de preocupación respecto del objeto de apego, por tanto es el fracaso en la modulación del afecto y la labilidad afectiva la que suele caracterizarlos. En este caso su objetivo es activar las respuestas de cuidado a través de la exageración emocional

3.4 Apego Adulto y Elección de pareja

El sistema de apego adulto como modelos de trabajo de selección de la pareja “bajo circunstancias normales buscaran proximidad” y bajo “circunstancias anormales” los componentes del apego funcionarán como modelos de afrontamiento en caso de estrés o ansiedad, es decir aseguran en función de restaurar al sentimiento de seguridad básica Sroufe y Waters (1977 en Melero, 2008).

Hazan y Zeifam (1994) establecen que el apego con los cuatro componentes (búsqueda de proximidad, protesta de separación, refugio emocional y base de seguridad) lo convierten en un apego totalmente formado, es decir que solo se puede establecer con aquellas relaciones de apego es exclusivo tipo romántico y parentales. Por lo que se cree que el sexo juega aquí un rol central en el apego adulto y el establecimiento del apego en la elección de pareja.

Estos mismos autores establecen que para una relación romántica se necesita de dos años para considerarse un vínculo de apego.

Por lo que la pareja romántica pasa a ser la figura de apego principal.

También formulan un proceso de formación del vínculo de apego adulto, compuesta de cuatro fases:

➤ Pre-apego: Atracción y Cortejo.

- Que corresponde a la primer fase en la que se conocen y comienza la atracción entre dos personas.

- Se observan conductas universales, por las cuales se sienten atraídos, intercambiando: sonrisas, contacto ocular, charla animada, expresiones faciales de agrado, y gestos informales.
- Existe un interés especial por la conversación, así como una motivación elevada al contenido emocional del discurso y gestos.
- La feniletilamina es la hormona responsable del a elevada energía y empatía que se produce en esta fase.
- Búsqueda de proximidad, donde el sistema más implicado es el sexual (Zeifman y Hazan, 1997)

➤ Formación del Apego: Enamoramiento

- Elevada activación fisiológica.
- Falta de sueño y disminución del apetito
- Sensación de energía inagotable
- Idealización (Como característica principal de esta fase)
- La oxitocina encargada del contacto, es liberada en este clímax sexual.
- Cambios en la Calidad de voz
- Contacto visual y físico mucho más prolongados
- Aparición de Conductas “parentales” (abrazos, mimos, cuidados, etc.)
- Mayor intercambio de información íntima (secretos, experiencias dolorosas, etc.)
- Representa la otra parte, una fuente de apoyo emocional.

(Zeifman y Hazan 1999 en Melero, 2008)

➤ Apego definido: Amor

- Visión más realista de la pareja.
- Declina la frecuencia de la actividad sexual
- Aumenta la importancia de aspectos emocionales y del cuidado relativo a la satisfacción sexual
- Dialogo relacionado a la pareja en cuestiones externas.
- Habitación
- Liberación de endorfinas inductoras de clama y satisfacción.

➤ Corrección de metas: Fase post- romance

- Disminución de conductas de apego y actividad sexual
- Menos contacto visual, íntimo y físico.
- Existe la independencia
- Considerada base segura.

CONCLUSION

Los seres humanos estamos siempre en busca del amor y apego desde el momento en que nacemos. Como mencionamos antes el apego tiene una función adaptativa que es buscar la aproximación, seguridad física y emocional, pero también podemos ver que durante su desarrollo adquiere otro tipo de funciones.

De acuerdo a las investigaciones descritas en este documento, vemos que existen teorías la mayoría derivaciones de la teoría del apego de Bowlby que tratan de explicar este fenómeno, principalmente desde la perspectiva psicoanalítica.

Sin embargo la mayoría converge y concluye que la elección de pareja se relaciona con las relaciones parentales desde etapas tempranas, como símbolo de satisfacción de las primeras necesidades fisiológicas, físicas y emocionales del niño. Algunas otras concuerdan en que los padres son para sus hijos espejos psicológicos a partir de los cuales van ellos construyendo su propia imagen como lo estipula Bonet (1994 en Sánchez, 2000) Desde que nace el niño se mira en sus padres y va aprendiendo lo que vale y por lo que se siente que ellos le valoran.

Ahora bien, desde la perspectiva conductual, estos niños desarrollan estándares y reproducción de estas conductas. Por lo tanto la indiferencia parental, el exceso o carencia de afecto provocan diferentes tipos de autoconstructos y conductas que el individuo va desarrollando a través de la experiencia. Por lo tanto si las relaciones tempranas en la infancia fueron positivas, estos niños asumirán en la etapa adulta elecciones de pareja más positivas.

Es importante mencionar que otro de los factores importantes en estas teorías, es la etapa en la que se elige a las primeras parejas, que corresponde generalmente a la adolescencia, pues es la etapa o estadio según algunos autores en la que su desarrollo corresponde a la identificación. Etapa en la que existe una mayor distancia con las figuras parentales y un mayor acercamiento con los iguales. Heilbrun (1973, en Yárnoz, Alonso Arbiol, Plazaola & Sainz de Murieta, 2001) mencionan la identificación como factor determinante importante a la hora de elegir pareja, la identificación; como proceso de aprendizaje imitativo así como su relación con la autoestima, los rasgos de personalidad. Los primeros estudios que hacen referencia a la identificación fue a través de la teoría psicoanalítica de Freud, en la resolución del complejo de Edipo.

En resumen Yárnoz, Alonso Arbiol, Plazaola y Sainz de Murieta (2001) explican en una investigación de Roudinesco y Platón en 1997 que: “la identificación para el Psicoanálisis es uno de los procesos fundamentales para la formación de la personalidad y proceso central mediante el cual el sujeto se constituye y se transforma asimilando o apropiándose, en momentos claves de su evolución, de aspectos, atributos o rasgos de los seres humanos de su entorno”.

Otro autor que hace mención a este concepto importante fue Yárnoz et al. (2001), que desde una mirada psicoanalítica hace una clasificación:

La identificación primaria es la que permite la constitución del Yo mediante incorporación de los rasgos de las personas del entorno, por tanto, a través del otro. Así se va constituyendo la imagen que cada cual tiene de sí. La identificación secundaria subsiguiente a la frontera edípica, y que se realiza sobre la figura de los padres, padres sexuados y sexualmente diferenciados, permite configurar la identidad sexual diferenciada como masculino o femenino

en concordancia o no a su corporeidad, y consecuentemente el mayor o menor reconocimiento del otro sexo.

La relación entre diferenciación e identificación, conduce también a la elección de objeto. Así las elecciones de los objetos de la vida posterior (amistades, sexual, pareja, etc.) no están exentas de la identificación de algunos de sus rasgos con características de las figuras progenitoras. “

El Estudio del apego, no es simplemente una teoría explicativa, se ha transformado en objeto de estudio, pues su relevancia va más allá de cómo nos relacionamos y con quien nos vinculamos de forma positiva o negativa, también como mencionamos antes intervienen muchos más factores , que se relacionan con la autoestima, con la personalidad, la seguridad, la confianza, la angustia, la dependencia, posibles trastornos o inclusive problemas somáticos. De tal forma que con esto podemos darnos cuenta que al modificar la manera en que creamos estos vínculos seguros durante la infancia e influyamos en las experiencias, aprendizaje durante el desarrollo de las primeras experiencias de vida podrá influir la salud mental y física del individuo.

Existiendo evidencias de que la manera de vincularse, las fantasías, las experiencias tienen consecuencias directas en la manera que el niño percibe al mundo.

La relación de apego actúa como sistema de regulación emocional, cuyo objetivo principal es la experiencia de seguridad, creando así un sistema de regulación en la que las señales del bebe son entendidas y comprendidas por el cuidador para ser regulado estos estados (Fonagy, 1999) Pero que además tiene un gran impacto en la manera en la que el niño va organizando su conducta hacia sus cuidadores principales y posteriormente hacia los demás y hacia a su ambiente.

Entre algunos de estos aspectos, en específico, es que los niños se muestran más receptivos al cariño y afecto, es decir, pueden interpretar esta comunicación

y además expresarla de manera positiva, y además muestran conductas de cooperación.

Está comprobado que los niños con apego seguro desde el nacimiento también se muestran menos agresivos, más cooperativos y posteriormente más competentes y con mayor compasión en la interacción entre iguales (Fonagy, 1994). Mientras tanto en la parte cognitiva, los niños muestran una capacidad más desarrollada ante la reflexión

Incluso existen evidencias que el niño seguro tiene una mejor capacidad de comunicarse con espontaneidad, mientras que los niños inseguros daban respuestas de evitación de la madre o confusas (Bretherton, 1990) Asimismo, en tareas de resolución de problemas estos niños son más entusiastas, curiosos, persistentes y autodirigidos que los niños inseguros.

Los adultos con un desarrollo del apego seguro se asocian a un mejor manejo de las emociones, a un autoconocimiento y reconocimiento de las mismas y sobre todo a la capacidad de buscar apoyo y consuelo cuando lo necesitan.

Ahora bien, de acuerdo al análisis anterior, cada persona crea su propio modelo y esquemas mentales a lo largo de su desarrollo, en términos cognitivos; que se va formando a través de las experiencias, una de ellas por los modelos y estilos parentales, roles, o en términos de calidad y cantidad, que el individuo analizara, procesara, seleccionara e interpretara, en la que las emociones y pensamientos determinan un papel importante en las conductas posteriores y la forma en la que concibe el mundo.

Para todo ello se necesitó de un análisis exhaustivo sobre las primeras experiencias afectivas, sin embargo creo que es importante mencionar añadiendo a toda esta información que el autoconcepto, la identidad, la autoestima juegan un papel fundamental que representa una parte esencial en

la forma en la que el individuo se desarrolla emocionalmente a lo largo de la adolescencia, etapa en la que surgen en su mayoría, los primeros vínculos sociales con los pares, y las primeras elecciones de pareja.

Sabemos bien que al mencionar estos conceptos, podemos decir que estos también se moldean a partir de las relaciones con los padres, sin embargo, las experiencias con los iguales forman una red importante de intercambio de información, con la cual se identifican y experimentan nuevas habilidades para comunicar y relacionarse. De tal forma que dependerá de un autoconcepto y por lo tanto de un autoconocimiento de la misma persona sobre sus necesidades afectivas y sus habilidades para comunicar, pues resulta valioso y necesario para la comprensión de su propia afectividad como en la elección y toma de decisiones basadas en la elección de pareja.

Por otro lado no podemos responsabilizar totalmente la calidad de las primeras elecciones de pareja con las relaciones y/o figuras parentales. Las primeras elecciones de pareja, así como su experiencia en ella determinarán también la autoevaluación y el autoconocimiento de todas aquellas experiencias previas, ya que en la formación de la pareja hay un fuerte intercambio emocional, social y cultural. Algunos de los aspectos personales se ven influenciados por la actividad imaginativa, procesos de escisión e idealización enfocados en encontrar el objeto gratificador (función principal del afecto, así como el de proximidad y seguridad).

Con esto podemos decir que

El estudio de este documento tiene por lo tanto un alto impacto no solo a nivel individual o de pareja, tiene un impacto familiar, social y por lo tanto cultural; que incluso trasciende generacionalmente como mencionamos antes, ya que requiere la profundización de estudios y tratamientos que incluyan todas las etapas de desarrollo hasta llegar a la adultez.

Hasta ahora vimos lo que el apego, cuestiones intrínsecas, extrínsecas y como el ambiente en el que se desarrolla el individuo logra modificar las relaciones interpersonales.

La pareja siempre ha sido un estado permanente de cambios a lo largo de la historia, las cuestiones sociales, económicas, políticas, culturales, el nivel socioeconómico, y de globalización han modificado a tal grado a la familia y a los sistemas de crianza que ahora resulta imprescindible que padre y madre se enfrenten a una nueva organización y estructuración familiar, empezando por que la composición misma de la pareja es un cambio continuo.

El presente estudio trata de explicar de una manera más amplia el panorama actual.

La Terapia de Pareja Centrada en las emociones se ha desarrollado como un modelo de terapia de parejas basada en las evidencia y sus resultados terapéuticos han validado cambios duraderos.

Este modelo trata de centrarse en la experiencia emocional de la pareja, promoviendo el desarrollo de un apego más firme, tratando de fortalecer y nutrir este aspecto en ambos miembros de la pareja. Como ventaja de este tratamiento podemos ver que no requiere de manuales, si no que se desarrolla a las necesidades individuales de cada miembro, con el propósito de crear nuevas interacciones que redefinan la relación a través de la seguridad, la confianza y apoyo emocional favoreciendo la satisfacción.

Tal teoría integra varios aspectos fundamentales:

- Teoría del afecto
- Teoría de los Sistemas familiares
- Teoría Narrativa

Que permite procesar la experiencia de las emociones a través de la expresión de intenciones, deseos, miedos, recreando un ambiente seguro.

La psicoeducación para parejas tiene in lugar fundamental para la crianza de los hijos, la orientación ayuda a los padres a intervenir en la manera en la que se conducen a los hijos fomentando ambientes seguros y de confianza, con el fin de influenciar en las primeras experiencias de vida, haciéndolas más positivas, para crear lazos afectivos fuertes y seguros.

Finalmente este estudio lo que busca es aportar una serie de antecedentes teóricos que pese a algunas limitaciones deben ser consideradas.

En primer lugar la investigación no es sujeta a generalizaciones para las elecciones de pareja, ya que el hecho de que durante las primeras experiencias con los cuidadores o con las imágenes parentales no sean positivas, no quiere decir que necesariamente estos niños más adelante desarrollen elecciones de pareja negativas; como vimos anteriormente es una combinación de muchos factores, sin embargo no descartamos el hecho que las relaciones afectivas tienen gran impacto en el desarrollo posterior.

Es un estudio que se limita a explicar y describir investigaciones, un campo bastante amplio ya que de manera concreta abraza desde el apego primario hasta sus posibles repercusiones en la etapa adulta, cuyos hallazgos son susceptibles de utilizarse por otros expertos en la planeación de materiales, en talleres educativos y preventivos. Pero de igual manera profundizar en factores más individuales que influyan en las configuraciones de apego.

El análisis de estos estudios es un antecedente para ampliar el panorama en cuestiones de estilos de apego, estrategias de crianza en etapas tempranas, para prevenir en elecciones de pareja y patrones de apego disfuncionales con una intervención en conjunto con la consolidación de la identidad con adolescentes.

Además crear más instrumentos novedosos que nos permitan medir los tipos de apego en etapas tempranas para hacer mejores y efectivas intervenciones

Un análisis del apego y su relación con la elección de pareja, para evitar o prevenir patrones disfuncionales

(añadiendo entrevistas personales sobre las experiencias ante las figuras parentales).

Tales estudios como vimos antes no solo tendrán un impacto familiar, y de elección de pareja, se abarcará un amplio espectro de manera indirecta como: la autoestima, la seguridad, el autoconcepto, el cuidado, autocontrol, la ansiedad

REFERENCIAS

Adams, B. N. (1980). Mate selection in the United States: a theoretical summarization. En R. Wesley y R Burr (Eds.) Contemporary theories about the family. Glencoe, IL: Free Press

Aguilar, D. O. (1992). La representación social de la relación de pareja en adolescentes. Mexico. Tesis, Facultad de Psicología, U.N.A.M.

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. c., Waters, M. (1978): Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation, Hillsdale, NJ, Erlbaum.

Anderson, Michael. (1980) Sociología de la Familia. Ed. Fondo de Cultura Económica.

Azaya, Z. y Gonzales, T. (2001). El matrimonio y sus costumbres. Mexico. D.F: Trillas.

Bartholomew, k. & Horowitz, L. (1991) Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244.

Bartholomew, k. (1990) Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147-178.

Belsky, J. y Cassidy, J. (1994) Attachment and close relationships. An individual difference perspective. *Psychological Inquiry*, 5, 27-30

Un análisis del apego y su relación con la elección de pareja, para evitar o prevenir patrones disfuncionales

Bowlby, J. (1958). The nature of the child's tie to the mother, *Int. J. Psycho-nal.*, 39, 350-373

Bowlby, J. (1969/1998). Apego: El apego y la pérdida Vol 1. España: Paidós.

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

Bowlby, J. (1982). Attachment and Loss. (vol 1) New York: Basic Books

Bretherton I. (1985) Attachment theory: Retrospect and prospect. *Monographs of Society for Research in Child Development.* 50, 3-35.

Bustos, O. (1998). Percepción en la pareja Mujeres y Hombres, un análisis con enfoque de género. Mexico. U.N.A.M.

Cantón, J & Cortés, M. (2000). *El apego del niño a sus cuidadores.* España: Alianza Editorial, Psicología Educación. Pp. 75.

Cantón, J. & Cortes, M. (2000) *El apego del niño a sus cuidadores.* Madrid: Alianza Editorial.

Casado, L. (1991) La nueva pareja. España. Kairós.

Casullo, M. & Fernandez, M. (2004). Evaluación de los estilos de apego en adultos. *Secretaría de Investigaciones. XII Anuario de Investigaciones.* Facultad de Psicología UBA.

Chavez, J. (2008). El significado Psicológico de la Relación de Pareja. Tesis de Lic. Facultad de Psicología. U.N.A.M.

Clark, D. S., Lempers y Ho, C. (1991) Early, Middle and Late Adolescents Perceptions of their Relationships with significant others. *Journal of Adolescence Research*. 6 26-315.

Collins, N. R. y Read, S. J. (1994) Cognitive representations of attachment: The structure and function of working models. En K. Bartholomew y D. Perlman (Eds.), *Advances in Personal Relationships*. London: Jessica Kingsley Publishers

Diaz-Guerrero, R. (1968) Estudios de Psicología del Mexicano. México: Trillas.

Diaz-Loving, R y Sanchez, A. (2002) Psicología del Amor. Una visión integral de la relación de pareja. Mexico: Facultad de Psicología, U.N.A.M.

Dicks, H. (1967) *Marital tensions*. N.Y. Basic Books. Trad. Hormé.

Doherty, N. A y Feeney, J. A. (2004). The compotition of attachment networks throughout the adult years. *Personal Relathionships*, 11, 469-488.

Erickson, Eric. (1972) Sociedad y Adolescencia. Mexico: Siglo Veintiuno

Fletcher, G. J. O., Simpson, J. A. y Thomas, G. (2000) The measurement of perceived relathionship quality components: A confirmatory factor analytic approach. *Personality and Social Psychology Bulleton*, 26 340-354.

Fraley, R. C., Garner, J. P. y Shaver, P. R. (2000). Adult attachment and the defensive regulation of attention and memory: defensive regulation of attention and memory: The role of preemptive and postemptive processes. *Journal of personality and Social Psychology*, 79, 816-826.

Freud S. (1905) *Una teoría Sexual*. Buenos Aires. Amorrortu

Furman, Wy Wehner, E. (1997) Adolescent romantic relationships: A developmental perspective. S. Shulmal & W. A. Collins . *Romantic relationships in adolescence: developmental perspectives*. San Francisco: Jossey Boss.

Garduño, D. (2002). La significación cognoscitiva y las causas que determinan el noviazgo, matrimonio y unión libre en México. México: Tesis de Lic. Facultad de Psicología. U.N.A.M

Gomez de Leon, J. (2001). Los cambios de la Nuncialidad y la formación de familias. Algunos factores explicativos, en Gomez de Leon y Cecilia Rabell (Coordinadores) *La población de Mexico. Tendencias y Perspectivas Sociodemograficas hacia el siglo XXI*. (2). 207- 241. Mexico: CONAPO_F.C.E.

Jankowiak; Fisher, H. (1992) A cross-culttrue perpectiv of romantic love. *Ethos*. 31, 19-155

Laing, R.D. (1961). *The self and others*. Londres. Tavistock

Lauer, J. C., y Lauer, R. H. (1986) *Til dead do us part*. New York: Hawarth Press.

Le Doux, J. E (2000) Emotion circuits in the brain. *Annual Review of Neuroscience*, 23, 155-184

Lebovici, S. & Weil-Halpern, F. (2006) *La psicopatología del bebe*. Mexico: Siglo XXI editores.

Un análisis del apego y su relación con la elección de pareja, para evitar o prevenir patrones disfuncionales

Lemaire, J.G. (1986) *La Pareja humana: su vida, su muerte. La estructuración de la pareja humana*. México: Fondo de Cultura Económica.

Levinger, G. (1965) Marital Cohesiveness and dissolution: An integrative review. *Journal of Marriage and the Family*, 27, 19-28.

Levy, K. N., Blatt, S., & Shaver, P. R. (1998). Attachment styles and parental representations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 407-419.

Linton, R (1970) *Introducción a la historia natural de la Familia: La familia*. Fromm, Horkheimer y Parsons. Barcelona: Península.

Liu, D., Doiria, J., Tannenbaum, B., Caldji, C., Francis, D., Freedman, A., Sharma, S., Pearson, D., Plotsky, P.M y Meaney, M.J. (1997). Maternal Care, Hippocampal glucocorticoid receptors, and hypothalamic pituitary adrenal responses to stress. *Science*, 277, 1659-1662

Lopez, F. y Ortiz, M. J. (1999). *El desarrollo del apego durante la infancia. Desarrollo Afectivo y Social*. Madrid: Pirámide.

Lopez, F. (1993). *El apego a lo largo del ciclo vital. Teoría del Apego y relaciones afectivas*. Universidad del País Vasco: Bilbao.

Lopez, F. (1999). *Evolución del apego desde la adolescencia hasta la muerte. Desarrollo afectivo y social*. Madrid: Pirámide.

Maureira, F. (2011) Los cuatro componentes de la Relación de Pareja. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*. Chile 14, 1.

Un análisis del apego y su relación con la elección de pareja, para evitar o prevenir patrones disfuncionales

Melero, R (2008). La relación de Pareja. Apego, Dinámicas de Interacción y actitudes amorosas: consecuencias sobre la calidad de la relación. Tesis Doctoral. Facultad de Psicología. Universidad de Valencia

Melero, R. & Cantero, M. J. (2008). Los estilos afectivos en la Población Española: Un cuestionario de evaluación de Apego Adulto. *Clínica y Salud*. 19 (1) 83-100

Mikulinger, M y Goodman, G.S. (2006). *Dynamics of Romantic Love: Attachment, caregiving and sex*. New York: the Guilford Press.

Paez, J. (2006). Neurobiología del Amor y sustrato biológico de la monogamia. Seminarios posgrados multidisciplinarios biología celular. Universidad de los Andes, Venezuela.

Pedraza, R. (2006) Teorías sobre la Elección de Pareja. Recuperado el 7 de abril del 2014 en: (www.quiksilver.wordpress.com/2006/11/23/teorias-acerca-de-la-trato.medeeleccion-de-una-pareja)

Peña, P. (2002). Representación social de conceptos relacionados con la orientación sexual en hombres y mujeres homosexuales y heterosexuales. México. Tesis de Lic. Facultad de Psicología, U.N.A.M.

Rabell, C. (2001). Introducción: El Cambio demográfico en las sociedades modernas, en: Gómez de León, José y Cecilia Rabell (Coordinadores) *La población en México.....*

Reiss, I. L. (1981) Some observations on ideology and sexuality in America. *Journal of Marriage and Family*. 43, 271-283.

Rheingold, H. L (1961), <<The efecto of enviromental stimulation upon social and exploratory behavior in the human infant>>, en Dederminants of infant Behavior, vol. 1 I, edith. Bajo la direccion de B. M. foss, Londres, Methuen; Nueva York, Wiley.

Rojas, J. (2006). La familia, formación del apego y la autoestima. Investigación Revista: para conocer y transformar. Vol 1.1, junio, 65-85.

Rubin, Z. (1973) Liking and Loving: A invitation to social psychology. New York: Holt, Rinehart and Winston, Inc.

Satri, V. (2001) Nuevas relaciones humanas en el nucleo familiar. Mexico: Pax

Schore (2002) The neurobiology of attachment and early Personality organization. *Journal of Prenatal and Perinatal Psychology and Health*. 16, 249-264.

Seifer, R., Schiller, M., Sameroff, A. J., Resnick, S. y Riordan, K. (1996): <<Atachment, maternal sensivity , and infant temperament during the first year of life>>, *Develomental Psychology*. 32, 12-25

Sroufe, L. A. y Waters, E. (1977) Attachment as an organizational construct. *Child Develoment*. 48, 1184-1199.

Stephen, T. D. (1985) Fixed.sequience and circular-causal models of relationships development: divergent views on the role of communication in intimacy. *Journal of Marriage and the Family*, 47, 955-963.

Un análisis del apego y su relación con la elección de pareja, para evitar o prevenir patrones disfuncionales

Valdez, M., Poblete, M. y Vara, B. (2003) Elección de pareja en solteros y casados. *Psicología Iberoamericana*. 11(2), 83-87.

Valdez; J., Gonzalez, N., Arce, J y Lopez, M (2007) La elección real e ideal de la pareja: un estudio con parejas establecidas. *Revista interamericana de Psicología*. 41 (3), 305-311

Wallerstein J. y Blakeslee, S. (1995). *The Good Marriage*. New York: Warner Books.

Walster, E., Walster, G.W. y Berscheid, E.(1978). *Equity: Teory and research*. Boston. Allyn & Bacon.

Yárnoz, S., Alonso Arbiol, I., Plazaola, M. & Sainz de Murieta, L. M. (2001). Apego en adultos y percepción de los otros. *Anales de Psicología*, 17 (2) 159-170

Zacarias, M (2009) Autoestima y estilos de amor en la elección de pareja. Tesis de Lic. Facultad de Psicología. U.N.A.M.

Zeifman, D. y Hazan, C (1997). A process model of adult attachment formation. *Handbook of personal relationships*. New York: Willey..