



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO  
PROGRAMA DE MAESTRÍA Y DOCTORADO EN PSICOLOGÍA  
PSICOLOGÍA SOCIAL Y AMBIENTAL

***PAREJAS INTERMITENTES:  
UNA APROXIMACIÓN DESDE LA TEORÍA DEL APEGO***

TESIS  
QUE PARA OPTAR POR EL GRADO  
DE DOCTOR EN PSICOLOGÍA

PRESENTA:  
**MARTHA BEATRIZ CANTÚ RODRÍGUEZ**

Directora:  
Dra. Zuraya Monroy Nasr  
Facultad de Psicología, UNAM

Tutora adjunta: Dra. María Emily Reiko Ito Sugiyama  
Facultad de Psicología, UNAM

Tutora externa: Dra. Silvia Susana Robles Montijo  
Facultad de Estudios Superiores Iztacala

Jurado: Dr. Rolando Díaz-Loving  
Facultad de Psicología, UNAM

Jurado: Dra. Luciana Ramos Lira  
Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente

CIUDAD DE MÉXICO, ABRIL 2016



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 y hermano, por su amor incondicional y constantes ánimos para iniciar y concluir este proyecto a través de todos estos años. Sin ustedes no hubiera llegado hasta aquí.

A la Dra. Zuraya Monroy, por acompañarme en este camino de crecimiento y aprendizaje en una etapa tan importante de mi vida. Por la gran dedicación que tiene, no solo conmigo, sino con todos sus alumnos. Por estar pendiente de mí en todos los aspectos, al tener a mi familia lejos. Gracias por ser un ejemplo de persona.

A mi comité de tutores: Dra. Emily Ito, Dra. Susana Robles, Dr. Rolando Díaz-Loving y la Dra. Luciana Ramos-Lira. Agradezco a cada uno su tiempo, apoyo, consejos y la confianza para realizar esta tesis.

A la Unam y el Conacyt por todos los apoyos brindados.

A las participantes, por confiar en este proyecto y abrirse a compartir sus experiencias de relación de pareja para poder conocer mejor este fenómeno de las parejas intermitentes.

A las parejas que he tendido hasta hoy en día: gracias a cada uno por enseñarme su concepto más sincero de amor.

## ÍNDICE

<b>RESUMEN</b> .....	<b>5</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>6</b>
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	<b>7</b>
<b>PARTE I: MARCO TEÓRICO</b> .....	<b>16</b>
<u>CAPÍTULO 1. PAREJAS INTERMITENTES</u> .....	<u>16</u>
1.1 <i>¿Qué son las parejas intermitentes?</i> .....	17
1.2 <i>Investigaciones afines</i> .....	26
<u>CAPÍTULO 2. APEGO</u> .....	<u>34</u>
2.1 <i>Teoría del apego</i> .....	34
2.2 <i>Apego adulto</i> .....	38
2.3 <i>Medición del Apego</i> .....	42
2.4 <i>Apego y parejas Intermitentes</i> .....	47
<b>PARTE II: INVESTIGACIÓN EMPÍRICA</b> .....	<b>58</b>
<u>CAPÍTULO 3. MÉTODO</u> .....	<u>58</u>
3.1 <i>Planteamiento del problema</i> .....	58
3.2 <i>Objetivo general</i> .....	61
3.3 <i>Diseño</i> .....	61
<u>CAPÍTULO 4. FASE PREELIMINAR</u> .....	<u>62</u>
4.1 <i>Objetivo particular</i> .....	62
4.2 <i>Método</i> .....	62
4.2.1 <i>Procedimiento de recolección de la muestra</i> .....	62
4.2.2 <i>Participantes</i> .....	63
4.2.3. <i>Tipo de estudio</i> .....	63
4.2.4 <i>Instrumento</i> .....	63
4.2.5. <i>Procedimiento de análisis de datos</i> .....	63
4.2.6. <i>Consideraciones éticas</i> .....	64
4.3. <i>Resultados</i> .....	64
<u>CAPÍTULO 5. ESTUDIO PRINCIPAL</u> .....	<u>67</u>
5.1 <i>Objetivo particular</i> .....	67
5.1.1 <i>Objetivos específicos</i> .....	67
5.2 <i>Método</i> .....	67
5.2.1. <i>Participantes</i> .....	67

5.2.2. Tipo de estudio .....	68
5.2.3. Instrumento .....	69
5.2.4 Procedimiento de recolección de información.....	70
5.2.5. Procedimiento de análisis de datos.....	70
5.2.6. Consideraciones Éticas .....	70
<b>5.3. Resultados .....</b>	<b>71</b>
5.3.1 Categorías .....	72
Ansiedad.....	72
Evitación.....	73
Dependencia emocional.....	73
Inestabilidad .....	74
Desequilibrio de poder.....	74
Intercambio de roles .....	75
Ambivalencia .....	75
Falta de compromiso.....	76
Insatisfacción.....	76
Desconfianza.....	77
Incertidumbre.....	77
Violencia .....	77
5.3.2. Descripción de casos.....	78
5.3.3. Descripción de resultados por caso.....	88
Caso 1.....	89
Caso 2.....	93
Caso 3.....	97
Caso 4.....	101
Caso 5.....	106
Caso 6.....	112
Caso 7.....	118
5.3.4. Consideraciones generales.....	124
<b>CAPÍTULO 6. DISCUSIÓN .....</b>	<b>125</b>
6.1 Estilos de apego .....	126
6.2 Características del apego inseguro y parejas intermitentes.....	133
6.3. Socialización y roles de género.....	143
6.4. Recomendaciones para estudios posteriores.....	144
6.5. Conclusiones.....	146
<b>REFERENCIAS.....</b>	<b>154</b>
<b>APÉNDICES.....</b>	<b>162</b>

## Resumen

En la actualidad, han aparecido nuevos y diversos patrones de relaciones de pareja; entre éstos, se encuentra un tipo de relación caracterizada por el ciclo de unión y separación constante. Este estudio tuvo por objetivo analizar la experiencia de relación de pareja de individuos involucrados en parejas intermitentes, a partir del marco de la teoría del apego. Para llegar a este objetivo, se llevó a cabo un estudio de casos múltiples con siete participantes involucradas en este tipo de relaciones. A dichas participantes se les aplicó también el cuestionario *Experiences in Close Relationships (Experiencias en Relaciones Cercanas)* en su versión en español (Alonso-Arbiol, Balluerka y Shaver, 2007). Los resultados muestran que los cuatro estilos de apego descritos en la teoría están presentes en estas relaciones. Se encontró que una participante presenta estilo seguro, dos se ubican en el preocupado, tres en temeroso y una en rechazante. Coherentemente con la literatura, la mayoría se encuentran ubicadas en el espectro del apego inseguro, teniendo relaciones caracterizadas por ansiedad, evitación, dependencia emocional, inestabilidad, desequilibrio de poder, intercambio de roles, falta de compromiso, insatisfacción, desconfianza, incertidumbre y violencia. La teoría del apego mostró ser útil para hacer un primer acercamiento a este fenómeno, ya que coincide con los estados emocionales, cognoscitivos y el comportamiento observados en los individuos involucrados en estas relaciones.

Palabras clave:

Parejas, parejas intermitentes, apego, apego inseguro

## **Abstract**

Nowadays, multiple and diverse patterns of romantic relationships have been generated. Amongst those, there is one type that's characterized by the constant on-again/off-again cycle in which the members of these relationships live in. The main goal of this study was to analyze the relational experience of people involved in on-again/off-again relationships using an attachment theory framework. In order to achieve this, semi-structured interviews to seven female participants were conducted, along with the application of the Spanish version of the Experiences in Close Relationship scale (Alonso-Arbiol, Balluerka & Shaver, 2007). The results show that the four attachment styles described in the theory are present in the participants: one with secure, two with preoccupied, three with fearful and one with dismissing style. Coherent with the literature, most of them are placed in an insecure attachment dimension, having a relationship filled with anxiety, avoidance, emotional dependency, instability, unbalanced power, role switching, ambivalence, lack of commitment, dissatisfaction, lack of trust, uncertainty and violence. Attachment theory has shown to be appropriate in our initial approach to the study of this phenomenon, for it gave an accurate overview of the underlying behavioral, cognitive and emotional state of members involved in this kind of relationships.

Key words:

Relationships, on-again/off-again relationships, attachment, couples

## Introducción

La familia juega un papel fundamental dentro de la sociedad. En ella, los individuos aprenden las normas y reglas que les permitirán establecer relaciones interpersonales armoniosas en el futuro. En los primeros años de vida, los infantes conviven y aprenden a partir de lo que observan de sus cuidadores primarios, quienes comúnmente son sus padres. La pareja es el modelo a partir del cual los hijos introyectarán conocimientos, valores y patrones de comportamiento que tendrán como base para desarrollarse en diferentes ámbitos (Delgado, 1993; Parsons & Bales, 2002). Dado que en este grupo se establecen las pautas para actuar en la sociedad, su importancia se vuelve vital para el mismo.

En las últimas décadas, se han registrado cambios dentro de la composición y dinámica de las familias, los cuales tienen efecto sobre la manera en que funciona la sociedad (así como los cambios en ésta también afectan a la familia). La disminución de nacimientos y el incremento de la esperanza de vida, las uniones y disoluciones de matrimonios (Parsons y Bales, 2002), la prolongación artificial de vida, el desempleo, el auge del Internet y los medios de comunicación (desde la información que se transmite hasta los cambios en interacción que se dan a partir de éstos), la libertad de orientación sexual, la migración, la repartición del trabajo en la familia, la liberación femenina, la separación Iglesia-Estado y los cambios económicos, entre otros, son ejemplos de modificaciones que modulan el funcionamiento de la sociedad y, que al mismo tiempo, mueven el pilar sobre el cual se sostiene: la familia.

Podemos hablar sobre la existencia de la “familia patriarcal” o “monogámica” planteada por Engels (1991) desde 1884, o de la “familia tradicional” (Dicks, 1967), en la que existen patrones de estructura comunes que han predominado en gran parte de las familias en la historia. La familia tradicional está compuesta por la pareja de padres (hombre y mujer) y sus hijos; el padre es quien trabaja para traer dinero a la casa, mientras que la madre se dedica al hogar (cuidado de los hijos y tareas de la casa). Los hijos estudian hasta tener edad para trabajar, más adelante consiguen sus propias parejas y forman su propia familia. Este modelo familiar era

transmitido generacionalmente, siendo los padres quienes enseñaban a los hijos a mantener estos roles en sus futuras familias.

Aunque actualmente existen diversos tipos de estructuras familiares diferentes de la familia monogámica, este modelo patriarcal y monogámico es el que es el que ha prevalecido en nuestra cultura. Podemos encontrarlo desde las sociedades germánicas y romanas (Engels, 1991), hasta hoy en día principalmente en el Occidente (Delgado, 1993) y en regiones donde ha prevalecido la religión católica. Sin embargo, actualmente este modelo se ha visto en crisis (Parsons y Bales, 2002), teniendo cambios en su estructura básica. Las familias ya no están exclusivamente compuestas por parejas de un hombre y una mujer, sino que ahora también son monoparentales o incluso las parejas de padres pueden ser del mismo sexo. Por otro lado, la demanda de adopción de hijos por parte de parejas homosexuales se incrementa día tras día (aunque sólo sea legal en el Distrito Federal) (Cancino, 2010).

Los hijos conviven de una manera diferente con los padres y sus amigos como consecuencia de la tecnología (celulares, Internet) y reciben más información, cada vez más globalizada, gracias a los medios de comunicación (Joinson, 2003). En cuanto al trabajo, ahora no es sólo el padre quien trabaja, sino que la madre (y en algunos casos incluso los hijos) se incorpora a la fuerza laboral y tiene que dividir las tareas del hogar con las del trabajo. Como resultado, los hijos pasan menos tiempo con ella y pueden crecer con menos influencia parental, pudiendo tener estilos de vida, ideologías y valores muy diferentes,

De la misma manera, la tradición de este modelo ha sido interrumpida: las hijas ya no son necesariamente educadas para cumplir la futura función de esposas y amas de casa. Ahora son más alentadas a estudiar y formar su propia carrera, sin la necesidad o apoyo de una pareja masculina. Así mismo, las nuevas generaciones suelen posponer la edad del matrimonio (Delgado, 1993; Quilodrán, 2000), mientras que anteriormente se hubiera esperado que formaran una familia unos años después de acabar la adolescencia.

Por otro lado, en el último siglo, el divorcio ha tenido un auge que ha logrado transformar esta familia “tradicional”. A partir de la Constitución de 1917, se

aprueba la ley del divorcio en México, la cual permite a los matrimonios disolverse legalmente, independientemente del tiempo que lleven juntos y sin intervención de la Iglesia. Es así que, hoy en día, y dado que cada año aumenta el número de divorcios, la estructura familiar padre-madre-hijos también sufre un cambio (Delgado, 1993). Es común encontrar madres divorciadas manteniendo a sus hijos, o padres divorciados con la misma tarea. La palabra “divorcio” ya es común entre gran parte de los niños, los cuales conocen compañeros que viven bajo esta situación, o ellos mismos tienen que acostumbrarse a que sus padres vivan en casas separadas.

Sin embargo, gran parte de estos cambios en la sociedad no sólo afectan a las familias, sino que también han tenido un impacto importante en la pareja (que es la base de ésta) y su funcionamiento. Tradicionalmente, las parejas, al conocerse, pasaban algunos meses o años en la etapa de noviazgo, antes de llegar al matrimonio; mientras llegaba este evento, cada miembro de la pareja vivía en su respectiva casa con su familia, antes de mudarse finalmente con su esposo o esposa. Hoy en día, el panorama de las parejas no es claro. El noviazgo deja de ser una etapa importante para conocer a la pareja antes de llegar al matrimonio. Ubando (1997, en Márquez, 2005) plantea que hoy en día se ha reducido la importancia de tener relaciones de pareja de por vida, siendo sustituidas por relaciones “desechables y poco duraderas”. El narcisismo, la cultura “*light*”, el fomento del egoísmo y la individualidad, la crisis económica y el alza del índice de divorcios son algunos de los factores que provocan el desaliento en la formación de parejas estables. Lesthaeghe (1998) la llama la “segunda revolución demográfica”, la cual está caracterizada por:

1. Postergación del matrimonio.
2. Incremento de la población que vive sola.
3. Aumento de las uniones libres.
4. Incremento de la procreación fuera del matrimonio.
5. Aumento de divorcios y separaciones.
6. Elevación de las nuevas nupcias (rematrimonios).

Bauman, (2005; 2006) hace referencia a estos cambios en las relaciones amorosas como “amor líquido”, parte de lo que denomina “modernidad líquida”. La liquidez, según el autor, hace referencia a lo ligero y la fluidez de las cosas, así como de su dificultad por consolidarse. La “vida líquida” es aquella que es precaria y se vive en condiciones de incertidumbre constante, así como las relaciones y compromisos son guiados por la liviandad y la revocabilidad (Bauman, 2006). Específicamente, en cuanto al amor líquido, Bauman (2005) se refiere a la tendencia que tienen las relaciones a ser más fugaces, superficiales y con menor compromiso.

Giddens (1992), por su parte, acuña un concepto similar en referencia al mismo tema: el amor confluyente. Afirma que las relaciones en la actualidad no están guiadas por la idea de “amor eterno”, sino que no tienen una duración determinada y, más bien, duran mientras exista el interés mutuo de ambos miembros. Así mismo, están más enfocadas a la igualdad de género dentro de la relación. Las relaciones de pareja ya no sólo están conformadas por hombres y mujeres, sino que se abre paso a la homosexualidad; la monogamia y los estándares tradicionales de la pareja (bodas religiosas, vivir en el mismo hogar, acuerdos legales) también pierden cierta importancia, así como ahora se hace énfasis en enriquecer lo emocional y lo sexual recíprocamente (Giddens, 1992). Estos cambios se producen a la par de las modificaciones en la sociedad que se mencionaron anteriormente, como la revolución sexual y la femenina, el descubrimiento de los anticonceptivos, la aceptación del divorcio, entre otros.

Tenor (2010) estudió parejas en la actualidad, en México, a partir de la teoría de Giddens. Encuentra que existen tres tipos de pareja: las tradicionales, las que se encuentran en transición y las del “nuevo tipo”, siendo estas últimas las más semejantes al modelo de “amor confluyente” planteado por Giddens (1992). Sin embargo, afirma que estas parejas del “nuevo tipo” solo aparecen como una posibilidad para cierto tipo de poblaciones: aquellas con alto nivel educativo, capital cultural y económico, y que pertenecen a generaciones más actuales (Tenor, 2010).

Dados estos cambios y modificaciones que viven las parejas en los momentos actuales, es importante identificar y poner en práctica estrategias que permitan su crecimiento y sano desarrollo (es decir, inhibir elementos negativos, como la violencia en todas sus facetas, la angustia o ansiedad, entre otros), pues son la base de la familia y la sociedad (Garrido, Reyes, Ortega y Torres, 2007).

Es así que resulta relevante estudiar el funcionamiento de las parejas y las características de la relación que las llevan a una separación temporal o definitiva. En este contexto se ubica el estudio de las parejas intermitentes, es decir, aquellas que se separan y regresan en repetidas ocasiones. Este tipo de relaciones traen consigo, por un lado, una posible alteración de la salud mental de sus integrantes, y por el otro, dada la constante inestabilidad de la relación, se crea un desequilibrio en las dinámicas de pareja y familiar. Tomando en cuenta que este tipo de relación de pareja conlleva una serie de elementos como angustia, incertidumbre, peleas, abandono y dependencia emocional (por mencionar solamente algunos), se puede considerar que se pueda afectar la calidad de vida, la satisfacción personal y marital e incluso la salud psicológica de las personas en estas situaciones. Entender la dinámica de estas parejas resulta importante para poder, en un futuro, proponer acciones bien fundamentadas para mejorar el estilo de vida de las personas inmersas en este tipo de relaciones.

Es importante recalcar que este tipo de parejas no cuentan con un término determinado en español para referirse a ellas. Márquez las ha llamado “parejas irrompibles”, sin embargo, en este proyecto se hará referencia a ellas como “intermitentes”, aun y cuando hagan referencia al mismo fenómeno. Las razones para este cambio se expondrán en el siguiente apartado.

Márquez (2005) alerta sobre los mecanismos inconscientes que forman parte de los miembros de estas “parejas irrompibles”. Aunados a ciertos factores socioculturales presentes en la actualidad (como la globalización y la posmodernidad) influyen en la formación de este tipo de parejas. Factores tales como el narcisismo y el fomento de la individualidad son sólo algunos de los causantes de la formación de parejas en las que el compromiso y la estabilidad se ven claramente afectados. Cabe aclarar que no se intenta mantener a parejas

unidas a toda costa, sino permitir que sus miembros puedan seguir juntos conviviendo de una manera armónica (juntos o separados) o que sean capaces de conllevar el duelo y poder separarse sanamente.

El conflicto dentro de todas las relaciones de pareja es bastante común, y suele presentarse por una gran diversidad de motivos. Muchas veces estos surgirán a partir de choques de las personalidades de la pareja (Hardy, 1991, en Souza y Machorro, 1997) y ello impedirá que se tengan relaciones interpersonales sanas (Rage, 1999). Ahora bien, si en las “parejas intermitentes” el conflicto y la separación son elementos constantes, queda entonces a consideración el tipo de relaciones íntimas que los miembros de este tipo de parejas puedan sostener y qué tan saludable sea para su bienestar personal.

Es así que resulta conveniente empezar a analizar los nuevos tipos de relación de pareja que puedan surgir, los cuales pueden causar modificaciones en las dinámicas familiares en el futuro, y traer conflictos en diferentes ámbitos personales e interpersonales. Así mismo, hay que considerar las repercusiones que pueden tener este tipo de relaciones en los hijos de estas parejas, los cuales, creciendo en un ambiente de ambivalencia y conflicto, pueden generar diversos problemas emocionales y/o crecer aprendiendo los mismos estilos de relación y llevarlos a su futura relación de pareja, creando un ciclo de relación similar al de sus padres. Por ello, la presente investigación se orienta hacia el estudio de las características de las relaciones de parejas intermitentes.

Con la presente investigación, se pretende contribuir con mayor información al campo de conocimiento de las parejas intermitentes. Si bien en la actualidad se pueden encontrar algunas investigaciones al respecto (Dailey, Pfeister, Jin, Beck & Clark, 2009; Márquez, 2005; Souza y Machorro, 1999), aun es necesario profundizar en el tipo de funcionamiento bajo el que operan. Así mismo, dado que los estudios al respecto se enfocan más en datos como la prevalencia y aspectos generales del fenómeno, se hace necesario proporcionar explicaciones teóricas para el mismo. De esta forma, será posible entender por qué se da la formación y mantenimiento de relaciones intermitentes y generar posibles tratamientos para

parejas que ya se encuentran viviendo esta situación, y así evitar los efectos negativos que genere en sus integrantes y quienes le rodean.

La presente tesis se centra en el estudio de “parejas intermitentes”, esto es, parejas que se encuentran inmersas en un ciclo constante de uniones y separaciones y es caracterizada por múltiples aspectos negativos. Para hacer una aproximación a este fenómeno, se hizo uso de la teoría del apego; ésta plantea que los individuos crean lazos de apego en la infancia y estas relaciones tempranas son las que ayudan a formar esquemas mentales (modelos internos de trabajo) de uno mismo y los demás, los cuales guían las creencias y comportamientos de cómo deben ser las relaciones cercanas en el futuro, especialmente las relaciones de pareja. Debido a las grandes similitudes que presentan las parejas intermitentes con las características del apego inseguro, se buscó hacer una exploración a la experiencia de relación de individuos en este tipo de relaciones, tomando en cuenta diversos aspectos de la teoría del apego.

En el primer capítulo, se presenta la literatura existente con respecto a las parejas intermitentes, como son su prevalencia y algunas de sus características. En este mismo apartado, se presentan estudios que si bien no se enfocan específicamente al análisis de estas parejas, hacen referencia a fenómenos similares que pueden ayudar a entender y enriquecer la comprensión de estas relaciones.

Más adelante, en el capítulo 2 se presenta la teoría del apego, mencionando sus postulados principales así como sus más grandes exponentes y experimentos y estudios clásicos del tema. También, se explica la teoría del apego enfocada a relaciones adultas, específicamente relaciones de pareja. Aquí mismo se hace un recuento de cómo es que se ha realizado la medición de los estilos de apego (entrevistas, cuestionarios) y la manera de analizarlos (categóricamente o dimensionalmente). Finalmente, en este capítulo se añade un apartado denominado “Apego y parejas intermitentes”, en donde se apuntan todas las similitudes entre los apegos inseguros y este tipo de relaciones, así como estudios

de apego que facilitan la comprensión de por qué se mantienen los individuos en ellas.

Ya revisada la literatura al respecto, se procede a las etapas del trabajo, que constan de las fases preliminares y de entrevistas. En la primera, se realiza una encuesta de tamizaje para la selección de participantes que pasarán a la siguiente fase, en la cual se les realiza entrevistas semi-estructuradas y se les hace la aplicación del cuestionario de estilos de apego (*Experiences in Close Relationships*) en su versión en español (Alonso-Arbiol, Balluerka y Shaver, 2007). Posteriormente, se muestran los resultados del estudio, presentando individualmente los siete estudios de caso revisados para este proyecto, sus datos demográficos, un resumen de sus entrevistas y resultados de la escala de apego. Finalmente, se discuten los resultados obtenidos por estilos de apego de los participantes y, después, las categorías y características encontradas por medio de las entrevistas que demuestran la experiencia que vivieron las participantes en estas relaciones. Las categorías se obtuvieron a partir de la teoría del apego y la literatura disponible de las parejas intermitentes, éstas fueron: ansiedad, evitación, dependencia emocional, inestabilidad, desequilibrio de poder, falta de compromiso, insatisfacción, desconfianza, incertidumbre, violencia; a partir de las entrevistas, se encontró la presencia de una categoría más: intercambio de roles. Con esto, se suman un total de 12 categorías que caracterizaron las entrevistas con todas las participantes.

Si bien el estilo de apego no es un determinante para situar o no a una persona dentro de una relación intermitente, queda claro que el estar en una pareja de este tipo sí implica el tener un estilo de apego inseguro. Una vez que las necesidades de apego de los miembros de la pareja quedan satisfechas, es posible que la relación pierda su cualidad de intermitencia y el estilo de apego se incline más hacia el espectro de lo seguro. De la misma manera, las circunstancias y el contexto en el que una persona viva, así como la persona con la que se empareje y su estilo y necesidades de apego, pueden causar que una

persona establezca relaciones basadas en un apego inseguro y se propicie una relación intermitente.

Si bien el fenómeno es muy amplio, su estudio dentro del campo de la psicología se encuentra aún en su etapa inicial. Este trabajo, provee de una aproximación para poder dar base al análisis posterior de este tipo de relaciones de pareja que son tan numerosas en la actualidad y, al mismo tiempo, tan poco estudiadas.

## Parte I: Marco Teórico

### Capítulo 1. Parejas Intermitentes

Dentro del estudio de las relaciones de pareja, se han hecho abundantes investigaciones que se han encargado de analizar los diversos aspectos que conforman o tienen influencia en las parejas. Típicamente, la mayoría de las investigaciones y teorías en torno a este tema, han considerado a las parejas dentro de las clasificaciones “juntas” o “separadas” (“*on/off*”, “*separated/terminated*”). Sin embargo, pocos autores (Busboom, Collins, Givertz & Levin, 2002; Dailey *et al.*, 2009; Dailey, Jin, Pfeister & Beck, 2008; Patterson & O’Hair, 1992) consideran que la separación o terminación de una pareja puede ser simplemente una etapa más del desarrollo relacional de la pareja. Es decir, que se podría considerar a las terminaciones de la relación de una pareja como parte de un proceso, y no como un evento único que marca el final de una relación.

Dentro del campo de la psicología, no se observa mayor interés en estudiar la relación de la pareja después de la separación, particularmente cuando hay reconciliaciones, como se mostrará en el primer apartado de este capítulo. La mayoría de las investigaciones se han enfocado a estudiar el perdón, la infidelidad, la inestabilidad, el divorcio, las segundas nupcias, abuso en la pareja, ente otros procesos. Sin embargo, son muy pocas las investigaciones acerca de la relación post-separación en las parejas.

Específicamente, esta tesis está centrada en estudiar lo que sucede con las parejas en las que la terminación de la relación es una etapa más de la relación y no el fin; es decir, corresponde a la dinámica y funcionamiento de lo que se ha llamado “parejas irrompibles” (Márquez, 2005). Como se mencionó anteriormente, los términos de parejas irrompibles y parejas intermitentes hacen referencia al mismo fenómeno. En cuanto a su nominación, esta investigación se utilizará

preferentemente, el término “intermitente”. Se decidió hacerlo así dado que el término “irrompible” puede asociarse a parejas que perduran, mientras que el denominarlas “intermitente” permite que sea más fácil asociar el fenómeno con la dinámica más característica de este tipo de relaciones, es decir, el ciclo de terminar la relación y reconciliarse posteriormente.

### **1.1 ¿Qué son las parejas intermitentes?**

Patterson y O’Hair (1992) afirman que dentro de las relaciones de pareja, una separación (terminación o rompimiento de la relación) no es equivalente al fin de ésta. En muchas ocasiones, las parejas se pueden separar y reunir nuevamente. En la actualidad, es común encontrar parejas que se separan durante un tiempo indeterminado (que puede durar desde horas hasta varios años) y luego se vuelven a unir para continuar con la relación, la cual puede mantenerse permanentemente, terminar o entrar de nuevo en el ciclo de “unión-separación” (Dailey *et al.*, 2009). Este fenómeno se ha vuelto tan común que incluso ha sido representado en películas de grandes cineastas, tal como es el caso de “Secretos de un Matrimonio” de Ingmar Bergman, “Vicky Cristina Barcelona” de Woody Allen, y en canciones como “*On-Again Off-Again*” de Sean Lennon. Incluso lo podemos ver dentro de la historia, en parejas como Simone de Beauvoir y Jean Paul Sartre, así como Frida Kahlo y Diego Rivera. Dentro de estos ejemplos podemos encontrar, como una de las características principales en la historia, que en la relación de pareja de los personajes siguen existiendo reencuentros amorosos y separaciones entre ellos mismos aun después de que deciden terminarla.

Se puede decir que las parejas intermitentes son un fenómeno “actual” considerando que hace no muchas décadas (e incluso actualmente en lugares y en familias más conservadoras) la elección y relación de pareja se llevaban a cabo de una manera tradicional: se esperaba que las relaciones de noviazgo culminaran en matrimonio. De forma diferente, en la actualidad, es socialmente aceptable que se puedan experimentar varias relaciones de pareja y se manejen con mucho menos compromiso (Bauman, 2005; Giddens, 1992).

Podemos considerar que eventos como la Segunda Guerra Mundial, la inclusión de la mujer en el mundo laboral, el inicio de la revolución feminista y la aceptación social del divorcio (entre otros) llevaron a las mujeres a desarrollar una mayor independencia de los hombres (Giddens, 1992). De esta manera, las relaciones de pareja sufren diversos cambios; entre ellos, la inestabilidad y falta de compromiso de sus miembros (Bauman, 2005). Éstos son elementos que pueden estar produciendo fenómenos como el de las parejas intermitentes.

Como se mencionó antes, dentro de la psicología, el estudio de las parejas intermitentes ha recibido poca atención. Algunas investigaciones se han encaminado hacia el análisis de otras áreas de la relación de pareja, como lo son: el perdón y la reconciliación (Bevan, Cameron & Dillow, 2003; Patterson & O'Hair, 1992), la inestabilidad matrimonial (Karney & Bradbury, 1995), incertidumbre (Dainton, 2003; Lehnart & Neyer, 2006), abuso en la pareja (Henderson, Bartholomew, Trinke & Kwong, 2005), problemas de compromiso (Gonzaga, Keltner, Londahl & Smith, 2001), adicción al amor (Retana & Sánchez-Aragón, 2005), amor desesperado (Sperling & Berman, 1991), razones para la terminación de las relaciones (Kurdek, 2006; Simpson, 1987) y el entendimiento de éstas (Barry, Lawrence & Langer, 2008), acoso después de terminar la relación (Barbara & Dion, 2000), crecimiento personal después de una ruptura amorosa (Tashiro & Frazier, 2003), relación de amistad entre los miembros de la pareja después de la disolución (Busboom *et al.*, 2002), entre otros. Estos temas, que si bien no hablan específicamente sobre las parejas intermitentes, van de la mano con su estudio y comprensión dada su similitud con el fenómeno y que incluyen elementos que muchas veces se encuentran presentes en él, apoyando la comprensión del mismo.

Por otro lado, hay autores que han realizado investigaciones específicamente en torno a este tipo de relaciones de pareja. Aunque los estudios son pocos, aportan datos clave para ayudar a entender mejor este fenómeno. Ximena Márquez (2005), quien hace un análisis de este fenómeno en México, nombra a este tipo de relaciones “parejas irrompibles” y las define como aquellas relaciones

de pareja caracterizadas por “no poder mantenerse unidas y, al mismo tiempo, no poder separarse por completo” (p. 27). Esta situación, crea, a su vez, sentimientos de inestabilidad, incertidumbre e insatisfacción entre los miembros de la pareja. Desde un marco psicoanalítico, Márquez (2005) vincula a las parejas irrompibles (*intermitentes*) con patologías relacionadas con el duelo y la melancolía. Afirma que:

la relación del objeto amoroso de estos individuos es parcializada de manera permanente, al no lograr des-idealizar e integrar al otro con sus aspectos buenos o malos en todo momento de la relación (en el acercamiento y alejamiento). Esto indica que no pueden realizar un duelo psíquico ante la idealización como etapa “normal” en las relaciones de pareja. Lo patológico en este vínculo implica mantener una negación prolongada de la realidad para tratar de desconocer la pulsión de muerte en sus dos aspectos: destructor de sí y destructor del otro, a causa de lo amenazante que puede resultar la desidealización (p.38).

Es decir, que un individuo mantiene una idea “idealizada” de su pareja, con aspectos positivos reales y/o creados, negando aquellos negativos que sí existen, por lo que se le dificulta llevar a cabo una separación y éstas le son realmente difíciles de superar.

La autora también se encarga de hacer una revisión de las características generales de este tipo de parejas. Encuentra que las parejas que ella denomina “irrompibles”: (a) son una pareja amorosa (novios, esposos, amantes), (b) funcionan mediante mecanismos colusivos, siendo éstos el impulso recíproco de los comportamientos patológicos por parte de los miembros que llevan y acostumbran a un juego inconsciente y mantienen el conflicto (Willi, 2002); (c) los integrantes están inmersos en un círculo vicioso que fluctúa de la unión a la separación (que los deja siempre en un punto intermedio de indefinición e inestabilidad); (d) la pareja se quiere separar cuando está unida y cuando se separa, se añora y quiere regresar; (e) presentan como características principales dependencia emocional, inestabilidad, incertidumbre y ambivalencia entre el miedo a la fusión y el abandono; y (f) existen dificultades por parte de los miembros para integrar (a sí mismos y a sus objetos), para atravesar los procesos de duelo que

implican la desidealización (es decir, el dejar de idealizar al objeto de amor), la separación y el manejo de conflictos.

René Dailey, especialista en este tipo de parejas, se refiere a ellas como “*on-again/off-again relationships*”. Dailey, profesora de comunicación de la Universidad de Texas, con estudios en psicología y doctorado en comunicación en la Universidad de California, es quien ha dedicado gran parte de sus investigaciones a analizar este tipo de parejas. Hay que tomar en cuenta que la autora, hoy en día, dedica la mayor parte de sus análisis a los procesos de comunicación. Sin embargo, dada su formación como psicóloga, hace uso de teorías psicológicas dentro de sus estudios, como la teoría de interdependencia social (Thibaut y Kelley, 1959), lo cual constituye un antecedente adecuado para trabajar este fenómeno.

Para obtener una visión más completa sobre este tipo de relaciones, Dailey ha publicado tres artículos referentes a este fenómeno, los cuales se titulan: “On-again/off-again dating relationships: how are they different from other dating relationships” (Dailey *et al.*, 2009), “On-again/off-again dating relationships: what keeps partners coming back?” (Dailey *et al.*, 2008) y “A qualitative analysis of on-again/off-again romantic relationships: it’s up and down, all around” (Dailey, Rossetto, Pfeister & Surra, 2009b).

Dailey y sus colaboradores (2009), para efectos de sus estudios, consideran dentro de este rubro a parejas “comprometidas” en una relación romántica que hayan terminado la relación y la hayan renovado posteriormente al menos una vez. Se coloca la palabra “comprometidas” entre comillas, dado al rasgo característico de estas parejas en las que existe incertidumbre acerca del grado de compromiso que hay entre estas dos personas en los diferentes ciclos de la relación. A partir de una de las primeras investigaciones en torno a parejas intermitentes, liderada por Dailey y sus colaboradores (2009), la cual cuenta con dos estudios, se encuentra que el fenómeno de las parejas intermitentes tiene una prevalencia alta en una población universitaria. En el primer estudio, encuentran que en una muestra de 445 personas, el 60% había experimentado al menos una

relación en la que terminaran con su pareja y después se habían vuelto a unir al menos una vez; de este porcentaje, el 75% reportaron haber pasado por el ciclo de unión-separación al menos dos veces con una misma pareja. En el segundo estudio, casi el 40% de una muestra de 236 personas, reportó que su actual relación de pareja tiene una naturaleza similar o igual a aquella de las “parejas intermitentes”. Así mismo, encuentran que entre más veces pase la pareja por el ciclo de unión-separación, la relación se asocia con más aspectos negativos (peleas, inseguridad, desconfianza, insatisfacción, engaños) y menos positivos (compañía, seguridad, comunicación, interés, entre otros).

Así pues, este tipo de relación, aparte de estar caracterizada por vivir inmersa en un ciclo de unión-separación, está permeada por aspectos negativos que disminuyen la calidad de la relación (incertidumbre, inestabilidad, insatisfacción, ambivalencia, angustia, entre otros), tal como lo plantean los autores (Dailey *et al.*, 2008; Dailey *et al.*, 2009; Dailey *et al.*, 2009b; Márquez, 2005; Souza y Machorro, 1999). Una relación de pareja con ciclos de unión-separación pero con ausencia de los aspectos negativos antes mencionados, puede responder a un fenómeno distinto al de las parejas intermitentes.

Por su parte, Souza y Machorro (1999), en su libro *Dinámica y Evolución de la Vida en Pareja*, también se ha aproximado a este tipo de parejas, aunque no les proporciona un nombre. Considera a las parejas “intermitentes” como un patrón marital (o de pareja) patológico, haciendo referencia a ésta como un “doble parasitismo”. El autor menciona que las características de los miembros son incompatibles para la convivencia mutua, y generalmente exhiben mucha angustia y síntomas neuróticos múltiples. En este patrón de relaciones, los miembros no son capaces de vivir juntos ni de vivir separados: es así que encajan ampliamente con la frase “ni contigo ni sin ti” (Márquez, 2005; Souza y Machorro, 1999).

Este tipo de relación también se presenta en personas que tienen una compulsión de abandonar a su pareja. Ante la presencia de la más leve dificultad en la relación se hacen presentes deseos de abandonarla, lo cual se lleva a cabo, para después darse cuenta que el apego que le tienen a su pareja no los deja vivir

sin él o ella. En estas parejas, uno o ambos cónyuges tienen una tendencia y compulsión al abandono y, al mismo tiempo, un miedo enorme a que este suceda (Márquez, 2005; Souza y Machorro, 1999).

Los miembros de las parejas intermitentes tienen problemas con la intimidad: buscan el acercamiento recíproco, pero una vez que logran llegar a cierto grado de intimidad empiezan a tener angustia, por lo que uno u otro miembro de la pareja emplea sus propias técnicas y estrategias de distanciamiento (Kaplan, s/f, en Campuzano, 2001); después de que se logra una separación, empieza la ansiedad por querer estar juntos de nuevo, lo que los lleva a extrañarse y perdonarse, haciendo que vuelva a iniciar el ciclo de reunirse, desequilibrando la relación y convirtiéndose en una “pareja irrompible” (*intermitente*) (Márquez, 2005).

Johnson (1982, en Bevan *et al.*, 2003) utiliza como una explicación a este fenómeno el que la disolución de una relación puede ser demasiado intensa para una persona, y ésta es la que la hace actuar. Fisher, Brown, Aron, Stron y Mashek (2010) afirman que una pérdida o rechazo amoroso puede causar un serio sentimiento de pérdida, afectos negativos, e incluso puede inducir a una depresión clínica o, en casos extremos, al suicidio/homicidio. Esta intensidad asociada a la separación es la que puede llevar a la persona a intentar dar otra oportunidad a la misma relación para aminorar las emociones negativas y experiencias cognoscitivas que se pudieron haber suscitado a partir del rompimiento. Así mismo, Lannutti y Cameron (2003, en Bevan *et al.*, 2003) encontraron que los deseos de reconciliarse con una pareja están relacionados con tener un mayor contacto interpersonal con la misma, es decir, seguir en contacto con esa persona. De la misma manera, aquellos se vinculan con la existencia de una gran intimidad emocional y sexual cuando aún eran pareja. Otros autores (Bevan *et al.*, 2003; Patterson & O’Hair, 1992) afirman que es posible que las parejas se unan nuevamente debido a que tienen conocimientos previos sobre la otra persona así como patrones pre-establecidos de interacción entre ellos.

Esto concuerda con los resultados de la investigación de Dailey *et al.* (2008) en la que se buscaron algunas razones por las que se reconciliaban este tipo de

parejas. A partir de los resultados obtenidos, se encontraron elementos que incrementaban la probabilidad de que las parejas se reconciliaran. Algunos de estos elementos fueron: 1) tener inseguridad acerca de lo que significaba la terminación; 2) no haber salido con otras personas después de haber terminado y 3) haber sentido que el ciclo de unión-separación traía beneficios para ellos. Las razones para reconciliarse que citaron los participantes, en orden de frecuencia, fueron que: a) aún había sentimientos por la pareja; b) extrañaban la compañía, ya había familiaridad entre los miembros; c) pensaban que la pareja era “el elegido”, querían hacer que la relación volviera a funcionar; d) las percepciones sobre la relación cambiaron; e) la pareja cambió; f) no había mejores opciones de parejas; g) la separación fue un error; h) sentían simpatía por la pareja, por el tiempo y las memorias que habían invertido en la relación; i) había menos obstáculos para estar juntos y j) el no haber querido separarse desde un principio. Cabe destacar que estas razones, al ser evaluadas a través de las diferentes etapas de unión-separación (los autores midieron estos factores en etapas de primera separación, primera reconciliación, segunda separación, segunda reconciliación, y así sucesivamente) variaron dependiendo de cuándo se medían. Para llevar a cabo este análisis, se les pidió a los participantes describir el por qué querían renovar la relación de pareja. Se obtuvieron 605 razones, las cuales se codificaron a partir de tres fases (1. parejas con un solo ciclo de unión-separación, 2. Con dos ciclos y 3. Con tres ciclos) en las 13 categorías que se mencionaron anteriormente.

En un estudio cualitativo previo, Dailey *et al.* (2009b) encontraron que las razones para la renovación de la relación incluían factores como: 1) apego continuo (aún había afecto y apego hacia la pareja); 2) incremento en la efectividad de la comunicación; 3) encontrar atributos positivos de la pareja; 4) incremento de la intimidad y 5) no encontrarse satisfecho con las otras opciones de pareja.

Otro dato fundamental para comprender la dinámica de las parejas intermitentes es que la mayoría de los rompimientos entre los miembros son unilaterales, es decir, sólo un miembro de la pareja decide terminar la relación

(Dailey *et al.*, 2008). Según sus datos, si el último rompimiento fue mutuo, existen menos probabilidades de que se renueve la relación: existen el 32.5% probabilidades de que se reconcilien si el rompimiento fue mutuo, contra el 57.8% y 60.4% si el rompimiento fue iniciativa del participante del estudio o por la pareja, respectivamente. Así mismo, estos autores consideran que el haber salido con otras personas después de la separación, disminuye las posibilidades de una reconciliación (40% vs. 65.7%). No se reportan diferencias por género.

Siendo la incertidumbre una de las características principales dentro del ciclo de unión-separación de estas parejas, Dailey *et al.* (2008) hacen un análisis sobre esta cuestión. Las parejas intermitentes reportan una cantidad de incertidumbre en torno al estado de su relación (juntos/separados) mayor a la que reportan las parejas no cíclicas (estables). Esto se da principalmente porque los miembros de la pareja se sienten ambivalentes en torno a tomar la decisión de terminar la relación o debido a que un miembro de la pareja es intencionalmente vago en cuanto a la estrategia que utilizó para dejar o no abierta la posibilidad de la reconciliación (es decir, no deja claro si terminaron o siguen juntos, o si existe o no la posibilidad de regresar). Es así que la incertidumbre acerca del fin de la relación (si se separaron definitivamente, siguen juntos o en “receso” o “*break*”) puede ser una de las razones por las que se vuelvan a unir.

Para varios autores (Bevan *et al.*, 2003; Dailey *et al.*, 2008; Dailey *et al.*, 2009; Retana & Sánchez-Aragón, 2005; Simpson, 1987), estar involucrado en una relación intermitente implica una gran cantidad de desgaste emocional y estrés, debido a la incertidumbre, las constantes separaciones y las peleas. Dailey *et al.*, (2008) agrupan en seis categorías los mayores estresores de las parejas intermitentes, reportadas por miembros de este tipo de relaciones. Las tres categorías más prominentes fueron: 1) el sentirse con duda o decepcionados (de uno mismo, la pareja y/o la relación); 2) el sentirse emocionalmente frustrados y 3) la incertidumbre acerca del estado de la relación. Otras causas de estrés que se encontraron fueron: a) la ambivalencia; b) las influencias externas o de una tercera

persona y c) las expectativas desbalanceadas (cada miembro tiene diferentes expectativas acerca de la relación),

Con las investigaciones revisadas hasta el momento, sabemos que en las relaciones intermitentes predominan los aspectos negativos (inefectividad en la resolución de los conflictos, agresividad, incertidumbre) sobre los positivos (Dailey *et al.*, 2009). Sin embargo, es cierto que existen algunos aspectos positivos dentro de este tipo de relaciones. Uno de los principales beneficios reportados por personas que vivieron este tipo de relaciones es que la separación y la naturaleza cíclica de la pareja le ayudó a mejorar su relación, así como los ayudó a tener una nueva perspectiva acerca de su relación y su pareja (llegando a conocer mejor a ellos mismos y/o a la pareja, la forma de tratarse, etc.). Así mismo, se reportó que vivir una relación intermitente trae consigo experiencias que ayudan a que el individuo crezca personalmente o en sus relaciones románticas futuras (ya sea sabiendo manejar mejor los conflictos, sabiendo cuándo terminar definitivamente una relación, entre otros). Empero, hay que tomar en cuenta que entre más veces una pareja haya pasado por el ciclo de unión-separación, los aspectos de la calidad de la relación van disminuyendo y empeorando (Dailey *et al.*, 2008).

Así mismo, Márquez (2005) también presenta una serie de beneficios “inconscientes” de los que gozan las parejas intermitentes. Dentro de estas ganancias, se encuentra la comodidad que representa la distancia sin ruptura, lo cual lleva a vivir una “zona intermedia” entre la unión y la separación. Así mismo, se encuentra la ventaja de tener la oportunidad de decidir a conveniencia si se tiene pareja o no. Es decir, pueden tener los beneficios de tener una pareja (apoyo, muestras de afecto, intimidad) así como los de la soltería (libertad, autonomía, no exclusividad, libertad de compromisos, etc.): una “libertad comprometida”. Es importante mencionar que estos beneficios no siempre los gozan ambos miembros de la pareja, e incluso en algunas parejas ni siquiera se presentan ni están presentes concientemente.

## 1.2 Investigaciones afines

Por otro lado, diversos autores que no se especializan en el tema de las parejas intermitentes, realizan investigaciones (de carácter primordialmente empírico) que también nos ayudan a entender mejor este fenómeno. Tal es el caso de Bevan *et al.* (2003) quienes se enfocan a estudiar las estrategias usadas para la reconciliación entre parejas. Dentro de esta investigación, los autores establecen el hecho de que una persona quiera volver con su pareja y que la busque para intentar persuadirla a volver a unir la relación. Dentro de la investigación, analizan las estrategias utilizadas por los miembros de las parejas para volver a unirse. Afirman que un individuo, entre más sienta responsabilidad por la ruptura de la relación, estará más seguro de persuadir a la pareja para reconciliarse, así como sentirá el mayor control sobre la situación en el intento de reunión. Así mismo, establecen que antes de que se dé un intento de reconciliación es muy probable que se ofrezcan disculpas, ya que tan solo el pensar sobre la ruptura suscita sentimientos de dolor y tristeza.

Estos resultados sólo hacen referencia a quién siente la mayor responsabilidad con el rompimiento (no necesariamente por haberlo realizado) y quién se sentirá más seguro al persuadir a la pareja para reconciliarse. No obstante, se puede observar que estos hallazgos contrastan con lo encontrado por Dailey *et al.* (2008). En su estudio, una parte está dedicada a analizar quiénes son los iniciadores de las transiciones en las relaciones intermitentes, esto es, cuál miembro de la pareja es el encargado de decidir cuándo acaba la relación y cuándo se vuelven a unir como pareja. Lo que encuentran estos autores, es que los miembros de la pareja tienden a jugar el mismo rol a través de la relación intermitente: aquel que pone fin a la relación, es generalmente el que realiza esta acción cada vez que hay un rompimiento. Por ende, aquel que propone y lleva a cabo la reconciliación juega también este mismo rol a través del ciclo de la relación. De la misma manera, Hill, Rubin y Peplau (1976, en Busboom *et al.*, 2002), hacen un estudio para analizar las razones por las que ex-parejas pueden reunirse posteriormente como amigos. Encuentran que es más probable que

surgiera una amistad después de una relación romántica si la separación había sido mutua o por decisión del hombre.

Dentro de la misma línea de reconciliación, Patterson y O'Hair (1992) intentan hacer una aproximación a los modelos de desarrollo relacional. Los hallazgos de esta investigación, si bien no están directamente relacionados con nuestro objeto de estudio, dirigen a los autores a establecer que es inapropiado basarse en modelos de desarrollo en los que se presume la ruptura como el final de una relación, ya que la reconciliación puede ser solamente una fase en el desarrollo de las relaciones de pareja.

Arriaga (2001) se encarga de realizar un estudio longitudinal en el que evalúa el efecto de la satisfacción en la pareja con la estabilidad de la misma. Encontró que aquellos individuos que mostraron una mayor fluctuación en su satisfacción, eran los que tenían más probabilidad de estar dentro de una relación que terminara. Así mismo, encontró que aquellos individuos con menores niveles de compromiso tendrían menores niveles de satisfacción en su relación, y por ende, era más probable que la relación terminara. Esto concuerda con las características propuestas por Márquez (2005) y Dailey *et al.* (2009), en la que los bajos niveles de satisfacción, así como de compromiso, se presentan como un rasgo común en las parejas intermitentes.

Otro estudio consistente con estas características es el realizado por Barbara y Dion (2000). Su investigación gira en torno a la dificultad que pueden vivir cierto tipo de personas para lidiar con la ruptura de pareja. Afirman que estas personas poseen características como la dependencia emocional, desesperación, ansiedad y/u obsesión frente al otro miembro de la pareja. Ahora bien, si imaginamos que estas personas forman parte de parejas intermitentes, y se encuentran en la etapa de unión (antes de la separación, en la que más fácilmente podríamos observar las características antes mencionadas por Barbara y Dion), se podría ver que elementos como la dependencia emocional y la ansiedad coinciden también con los rasgos principales de los miembros de las parejas intermitentes. Tenemos claro que el tipo de personas que estudian Barbara y Dion no es el mismo objeto

que el del presente estudio. Sin embargo, esto tal vez podría ayudar a comprender una parte del fenómeno al ser estas personas las que generalmente son abandonadas (es decir, no son ellas quienes inician la separación de la relación) y se resisten a la separación. Por ello, realizan actos para volver a estar cerca de su pareja e intentan volver a establecer la relación que llevaban.

Es importante notar también que estas personas se inclinan por buscar parejas que tienen tendencias a abandonarlas; esto puede ser con la finalidad “inconsciente” de reforzar su baja autoestima y auto-concepto negativo. La situación resulta de mayor complejidad tomando en cuenta que depende principalmente de si la otra persona acepta o no volver a la relación (y el número de veces que se pueda llevar a cabo este ciclo de unión-separación). Es decir, si las personas que estudian Barbara y Dion se resisten a la separación, o en su caso, insisten en una reconciliación, dependerá de si su pareja acepta o no reconciliarse (y cuántas veces pasen por este ciclo) para que puedan estar viviendo también dentro de una “pareja intermitente”. En el estudio no se menciona si existen diferencias entre hombres y mujeres.

Otro artículo similar al de Barbara y Dion (2000) es el de Retana y Sánchez-Aragón (2005). Las autoras proponen una escala de adicción al amor en adolescentes. Se centran en el concepto de adicción al amor como una relación dañina y que perjudica la salud física y emocional sin que sea posible liberarse de ella. Mencionan que las personas adictas al amor soportan “cantidades increíbles de sufrimiento en las relaciones que establecen” (p.130) y que viven una co-dependencia constante hacia su pareja. Mencionan como características principales de las personas que sufren de adicción al amor la calidad compulsiva, el pánico ante la separación, el síndrome de abstinencia y la liberación. Podemos ver que sus características son similares a aquellas de las parejas intermitentes, principalmente en el miedo a ser abandonados. Sin embargo, el síndrome de abstinencia es la clave para ligarlos a la personalidad de los adictos al amor. Como se explicó en el párrafo anterior, una persona puede sufrir tanto al ser abandonada por su pareja que la única manera de calmarse y mejorar es volver

con su objeto adictivo (su pareja, en este caso). Si la pareja decide volver, será más difícil que el miembro “adicto al amor” supere su adicción y es posible que se sumerjan en el ciclo de unión-separación de las parejas intermitentes. Es por eso que la clave reside en si se da una reconciliación (o no) y cuántas veces puedan pasar por un ciclo de unión-separación para que una pareja pueda volverse intermitente.

Corroborando esta “adicción” al amor, Fisher *et al.* (2010) realizan un estudio en el que plantean que el dolor y la angustia por el rechazo de una pareja romántica puede ser el resultado de actividad en partes del cerebro asociadas con la motivación, la recompensa y la adicción. En esta investigación se les presentaban a personas que habían sufrido un rechazo o una separación amorosa una serie de fotografías de personas (desconocidos, amigos, familiares) incluida una de la persona de la que aún seguían enamoradas, pero habían perdido. Sus reacciones fueron medidas a través de una resonancia magnética funcional (fMRI), mientras los participantes contaban hacia atrás números de cuatro dígitos para así distraerlos de pensamientos románticos que pudieran aparecer gracias a las fotografías. A partir de esto, encontraron que un rechazo o separación amorosa comparte sistemas neurales con algunas adicciones, como la cocaína o el tabaco. Así mismo, el observar a una persona que los dejó, activa áreas que median la motivación y la recompensa, lo cual podría explicar el por qué pueden ocurrir reconciliaciones. Los autores concluyen que el amor romántico es un estado de motivación orientado a una meta, más que una emoción específica y confirman su hipótesis de que este tipo de amor es un estilo de adicción.

Por su parte, Dillow, Morse y Afifi (2007) exponen dos teorías implícitas en las que los individuos pueden basarse para decidir reconciliarse con sus parejas. Primeramente, se encuentran los teóricos del destino, quienes postulan que los individuos basan su éxito amoroso en si su pareja es “la elegida” o no; en esta posición, las personas suelen disminuir los aspectos negativos de su pareja y enriquecer los positivos. Esto puede prevenir que la pareja se separe, o bien, facilitar una reconciliación. Posteriormente, encontramos la teoría del crecimiento,

en la cual se afirma que las dificultades de pareja son meros obstáculos que se pueden superar, siempre y cuando la pareja esté dispuesta a trabajar para mejorar, los problemas podrán ser sobrellevados. Al igual que la teoría anterior, la teoría del crecimiento también da pie a que después de las peleas, las parejas se vuelvan a reconciliar, adentrándolas en un ciclo similar al de unión-separación de las parejas intermitentes.

Un elemento común entre las parejas intermitentes y las parejas mencionadas anteriormente es el de la dependencia o la co-dependencia a la pareja. Noriega (2004) define este concepto como un problema que existe dentro de las relaciones de pareja en la que existe una dependencia al cónyuge, que se caracteriza por fuertes estados de insatisfacción y sufrimiento personal. Es más común que las mujeres sean co-dependientes de su pareja y, en este caso, suelen enfocarse en atender todas las necesidades de su parejas, sin tomar en cuenta las propias. Así mismo, este comportamiento se asocia también con mecanismos de negación, un desarrollo incompleto de la identidad, represión emocional y una orientación rescatadora de los demás. Estas características, aunadas a la necesidad de estar con la pareja, con la finalidad de evitar la ansiedad y mantener la tranquilidad emocional (es decir, la dependencia emocional), son elementos presentes en las parejas intermitentes.

Finalmente, es importante no dejar a un lado dos aspectos relevantes para las parejas y, por ende, las parejas intermitentes: la edad y el tipo de relación. Es decir, cada estilo de relación (noviazgo, matrimonio, *free*, amantes) responde a diferentes deseos y necesidades de sus integrantes, así como la etapa de la vida en la que se encuentre cada uno de ellos. El mantenerse o no en una relación intermitente también puede ser consecuencia de algún elemento relacionado con la edad de los miembros y el tipo de relación en la que se encuentran. Es por eso que también hay que considerar dichas características para entender mejor por qué se mantiene el vínculo en dicha relación intermitente. Estos aspectos aun no han sido considerados dentro de la literatura de las parejas intermitentes.

Por ejemplo, un noviazgo en la adolescencia puede variar en duración (corta o larga), estas relaciones son poco firmes y poco estables dada la vulnerabilidad emocional por la que pasan los adolescentes. Se hacen presentes comportamientos de compañía, intimidad y cuidado, pero siempre matizados por la amistad (Brown, Feiring & Furman, 1999) y no específicamente por el compromiso (Schulman & Kipnis, 2001). Para Schulman y Kipnis (2001), el romance en esta etapa se vive como una experiencia intensa emocional, como el clásico “enamorarse” (*falling in love/infatuation*), y la relación se vive más como de compañía. A diferencia de las relaciones adultas, los individuos en la adolescencia se ven rodeados generalmente de una inmensa gama de opciones de pareja que sólo debilitan el compromiso. Sin embargo, conforme estas relaciones se vuelven duraderas, incrementa el compromiso y la exclusividad (Brown, Feiring & Furman, 1999). En esta etapa, las relaciones son transicionales (Schulman & Kipnis, 2001), pero deben ser tomadas en cuenta, ya que tienen una influencia directa en las relaciones futuras e, incluso, pueden evolucionar a relaciones en la adultez hasta llegar al matrimonio o a cohabitar (Meier, Allen y Falci, 2005). Así mismo, hay que tomar en consideración a aquellos adolescentes que, debido a circunstancias como el embarazo (planeados o no planeados), tienen que tomar responsabilidades correspondientes a etapas posteriores de la vida.

Durante la etapa de adulto joven –o “adulto emergente” (personas con edades entre 18 y 29 años), como le llaman Cui, Wickrama, Lorenz y Conger (2011)- las relaciones son más maduras, balanceadas, con capacidades de negociación, confianza, apoyo, estabilidad y, así mismo, existen más comportamientos de cuidado hacia la pareja. Schulman y Kipnis (2001) afirman que este último comportamiento sucede dadas las expectativas generadas por la sociedad hacia la pareja y específicamente en la mujer. Así mismo, las relaciones en el adulto joven involucran más planes a futuro, más reflexión de las acciones de ambos miembros de la pareja y se añade el elemento de la sexualidad. Durante esta etapa existen preocupaciones referentes a la individuación e independencia de los padres (que ya habían aparecido desde la etapa anterior), así como a mantener el balance entre la autonomía y una conexión emocional a ellos. A

diferencia de la adolescencia, en el adulto joven se deja a un lado la búsqueda – excesiva- por la independencia que se había deseado anteriormente y se transforma a un nuevo estado de co-regulación con la pareja romántica (Cui, Wickrama, Lorenz & Conger, 2011).

Posteriormente, en la adultez existen también diferentes tipos de relaciones románticas. Podemos encontrar desde noviazgos hasta matrimonios (más comúnmente). Estas relaciones adultas están caracterizadas por más comportamientos de cuidado y compromiso; también se forman relaciones más duraderas y con planes para el largo plazo. Existe más interdependencia, más intimidad y exclusividad (Furman, Brown & Fiering, 1999).

Ahora bien, que un individuo se encuentre en cierta etapa de la vida no implica que deba estar involucrado en determinado tipo de relación; es decir, pueden existir matrimonios en la adolescencia y noviazgos en la adultez. Otro elemento importante que se ha dado con los cambios en la sociedad es que la cohabitación de parejas es cada vez más común e involucra menos compromisos que una relación formal, y es una forma de obtener la intimidad que la persona requiera (Cherlin, 1992); esto ya que comparte cualidades con el matrimonio, como compartir una residencia y recursos, tener la exclusividad de la pareja y, en algunos casos, el tener hijos, sin tener los mismos compromisos que estar casados.

Así mismo, algunos adultos descartan el matrimonio debido a los cambios y/o los costos que pueda traer a su vida personal: cambios en la situación económica, las relaciones con amigos y familia, la satisfacción sexual propia, la libertad individual y la seguridad emocional (McGinnis, 2003). Por otro lado, Whyte (1990) menciona algunas de las modificaciones que han sucedido en las relaciones de pareja: el noviazgo se considera más en términos recreativos, así como provee una oportunidad para explorar la intimidad romántica con otra persona sin sentir el compromiso de un matrimonio.

Beck y Beck-Gernsheim (1995) mencionan que en las relaciones de pareja de cualquier naturaleza, deben de tomarse en cuenta factores no sólo como el sexo, la intimidad y el afecto, sino también elementos como la parentalidad, el trabajo y la economía, entre otros. Las parejas intermitentes, que pueden suceder durante cualquier etapa de la vida (aunque primordialmente en la adolescencia y el adulto joven), también involucran todos los aspectos de los estilos de relaciones antes mencionados, y todos éstos afectan la relación, ya sea para mantener a la pareja unida o separada. Por ejemplo, tener muchas opciones percibidas de pareja pueden facilitar las separaciones, pero tener hijos o compromisos sociales pueden forzar a los individuos a mantenerse con su pareja. Todos estos elementos aunados a necesidades y respuestas psicológicas (emocionales, comportamentales y cognoscitivas) individuales pueden verse involucrados en la formación de parejas intermitentes.

## Capítulo 2. Apego

Habiendo expuesto ya datos como la prevalencia, algunas características y elementos posiblemente relacionados con la formación y mantenimiento de las parejas intermitentes, se hace presente la necesidad de proveer con una explicación teórica a la dinámica característica (unión-separación) de las mismas. Esto se hará posible mediante el uso de la teoría del apego, cuyos autores y estudios principales se expondrán a continuación.

### 2.1 Teoría del apego

La teoría del apego se enfoca en estudiar los vínculos que existen entre los infantes y sus cuidadores, así como el efecto que esto tiene sobre el desarrollo del niño, su auto-concepto y la idea que tiene acerca del mundo (Collins & Read, 1990). John Bowlby es considerado el creador y pionero de esta teoría, quien quería determinar cómo y por qué los infantes se vuelven apegados emocionalmente a sus cuidadores primarios y las consecuencias que traía el separarlos. El apego, para Bowlby, hace referencia a los lazos afectivos íntimos que se desarrollan con determinados individuos a lo largo de la vida de una persona (Hazan & Shaver, 1987). Así mismo, el apego tiene la función de mantener al infante próximo a un adulto o algún cuidador que se pueda hacer cargo de él y, por ende, es un medio para cerciorarse de su seguridad y sobrevivencia (Bowlby, 1969).

El inicio de esta teoría surge a partir de la observación del comportamiento de los infantes que eran separados de sus cuidadores (principalmente la madre) por diferentes tiempos. Bowlby encuentra que los infantes humanos demostraban relativamente las mismas características que tenían los primates sometidos a la misma situación. Las principales conductas que llevaban a cabo eran la protesta, desesperación y rechazo ante la figura de apego. Dado que existía una gran semejanza entre las reacciones de los infantes humanos y primates, Bowlby empieza a considerar que esta conducta de apego está relacionada con mecanismos de sobrevivencia y evolutivos (Hazan & Shaver, 1987).

Justo después de la Segunda Guerra Mundial, Bowlby fue encargado por la Organización Mundial de la Salud de llevar a cabo una revisión de las consecuencias de la privación maternal (Murray, 2006). Esto se llevó a cabo dado que muchos niños fueron evacuados de zonas de riesgo y, por tanto, separados de uno o ambos padres. Este escrito fue publicado en 1953 con el nombre de “*Child care and the growth of love*”, y en éste se establecía que se le puede causar cierto tipo de daño a niños pequeños debido a la ausencia de su madre o “figura materna” (Murray, 2006).

Los hallazgos de Bowlby en esta área se cristalizaron en su trilogía “*Apego y Pérdida*”, la cual está compuesta de tres volúmenes publicados en diferentes años. *Apego*, el primer volumen, fue publicado en 1969, mientras que el segundo libro, *Separación* se publicó en 1973, y *Pérdida*, finalmente en 1980. En su primer volumen, así como en un artículo previo publicado en 1958 (en Murray, 2006), Bowlby desarrolla el tema de los lazos de apego de un niño hacia su madre. Aquí, reconoce que la madre no siempre está presente, así que hace referencia a quien cumple su rol como “cuidador primario”, “figura materna” (*mother figure*) o “figura de apego”. En el segundo libro, Bowlby demostró que las separaciones temporales de esta figura pueden suscitar diferentes emociones, como la ansiedad (a la cual llamó “ansiedad de separación”) o el enojo. Así mismo, afirma que estas emociones pueden llevar a dificultades o problemas en las relaciones que tiene el infante, así como en el desarrollo de su personalidad, los cuales pueden persistir aún y cuando la figura materna regrese.

En este periodo de publicaciones, durante su estancia en el *Tavistock Institute of Human Relations*, Bowlby reunió a un grupo de investigadores interesados por trabajar con su teoría del apego. Entre este grupo de investigadores se encontraba Mary Ainsworth, quien posteriormente investigó las interacciones madre-hijo en Ghana (Murray, 2006). Es ella a quien se le reconoce por hacer la distinción entre la fuerza o intensidad del apego y la seguridad del apego.

Posteriormente, Ainsworth regresa a Estados Unidos y es aquí donde empieza a desarrollar una teoría y un método para clasificar los patrones de apego entre padres e hijos. Para poner a prueba la teoría, desarrolla junto con un grupo de colegas el experimento de “la situación extraña” (*Strange Situation Test*) (Ainsworth *et al.*, 1978, en Simpson & Rholes, 1998). En este estudio, se analizaron las respuestas de los infantes a partir de la separación o la presencia de su cuidador primario (generalmente la madre), y éstas se catalogaron en los tres estilos de apego que resultaron. Con este experimento, se logró poner el estudio de los lazos de apego entre padres-hijos en una base firme dentro de la ciencia (Murray, 2006).

A partir de los resultados de la situación extraña, Ainsworth y su equipo de colaboradores (1978, en Simpson & Rholes, 1998) plantearon que existen tres estilos de apego: uno *seguro* y dos inseguros (*ansioso/ambivalente* y *evitante*). Años más tarde, su colega Mary Main añade una tercera categoría, el apego *desorganizado*, que Ainsworth acepta como categoría válida para integrar a su modelo (Main & Goldwyn, 1984, en Murray, 2006).

1. Apego seguro: el individuo se siente seguro, sabe que tiene a su objeto de afecto disponible; se encuentra libre de ansiedad o miedos aunque su cuidador no esté a la vista, ya que confía que estará disponible si lo necesita.
2. Apego (inseguro) ansioso/ambivalente: sienten una constante ansiedad hacia su objeto, ya que el objeto no muestra completa responsabilidad o disponibilidad si lo necesitan (ha estado disponible y no disponible cuando el infante lo ha necesitado).
3. Apego (inseguro) evitante: se muestran defensivos ante su cuidador; esto dado que alguna vez pudieron haber sentido rechazo de su objeto de afecto y esto causa que lo traten de evitar o rechazar para no volver a pasar por esa situación.
4. Apego (inseguro) desorganizado: muestran una conducta desorganizada ante la presencia y ausencia de su objeto. Pueden afectarse y estar tristes

cuando no se encuentren presentes, y mostrarse evitantes cuando sí lo están. Sufren de gran estrés ligado a la relación con su figura materna. Esto puede ser debido a que durante su infancia, su cuidador sufría de depresión, o se mostraba insensible y menos responsivo a la conducta del infante.

Según la teoría, durante su desarrollo, los individuos construyen modelos afectivos y cognoscitivos de ellos mismos y los patrones de interacción con sus otros significativos. Estos modelos son los que organizan el desarrollo de la personalidad y la conducta social futura del individuo (Ainsworth *et al.*, 1978, en Simpson & Rholes, 1998). Bowlby (1973, en Bartholomew & Horowitz, 1991) los llama “modelos internos de trabajo” o “modelos internos mentales”, e identifica que existen dos características esenciales a través de los cuales éstos funcionan:

- 1) si el cuidador primario puede ser considerado como una figura que le proveerá de protección responderá cuando el infante necesite de su ayuda o atención, y
- 2) si el individuo se considera una persona con quien los otros (especialmente su figura de apego) actuarán de forma útil en relación a sus necesidades.

Posteriormente, estos modelos son trasladados a nuevas interacciones, en donde guiarán las expectativas, la percepción y los comportamientos en las relaciones que lleve el individuo (Bowlby, 1973, en Bartholomew & Horowitz, 1991).

Estos modelos de trabajo, o modelos mentales, proveen un mecanismo para mantener la continuidad de los estilos de apego a través de los años. Es por esto que son una clave importante en la comprensión del rol que tienen estas interacciones tempranas en las relaciones futuras (Collins & Read, 1990).

## 2.2 Apego adulto

Sperling y Berman (1991) definen el apego adulto como “la tendencia estable de un individuo de hacer esfuerzos para buscar y mantener la proximidad, y estar en contacto con uno o varios individuos específicos que proveen de un potencial subjetivo para la seguridad física y psicológica” (p.8). Así mismo, mencionan que esta tendencia es mantenida y regulada por los modelos internos mentales, los cuales son esquemas cognoscitivos y afectivos y motivacionales que se construyeron a partir de su experiencia e interacción con el mundo.

Bowlby, así como Ainsworth, plantean en su obra que los estilos de apego formados en la infancia continuarán siendo importantes durante la vida adulta del individuo (Bartholomew & Horowitz, 1991). Así mismo, argumentó que las relaciones de apego tienen un impacto profundo en la personalidad en desarrollo del infante; la naturaleza y calidad de estas relaciones se determinará por la disponibilidad emocional del cuidador y su respuesta ante las necesidades del infante. A través de las interacciones, el niño desarrolla “modelos internos de trabajo”, que se conforman por una serie de creencias y expectativas que se tienen con respecto a su relación con su cuidador primario. Estos modelos luego se trasladan a relaciones futuras y guiarán su comportamiento en ellas. Estos modelos internos de trabajo posiblemente organizan el desarrollo de la personalidad y guían el comportamiento social subsecuente (Simpson, 1990).

Para Hazan y Shaver (1987), estos modelos de trabajo sirven como evidencia de que el estilo de apego romántico de una persona adulta es afectado por su historial de apego. Esta continuidad de los estilos de apego a través de la vida puede darse debido a la permanencia de modelos mentales de uno mismo y de los demás en un contexto familiar relativamente estable (Bowlby, 1973, en Bartholomew & Horowitz, 1991). Sperling y Berman (1991) afirman que estos modelos internos de trabajo están conformados por varios elementos, como (a) aspectos del *self*, (b) la figura de apego, (c) las invariantes situacionales en las interacciones de apego, y (d) el afecto que conecta a las dos figuras. Este esquema está basado en la historia de relaciones de apego previas, así como en

las interacciones actuales entre el *self* y la figura de apego, cuando el sistema de conductas de apego se activa. Así mismo, estos modelos internos de trabajo son los que definen las reglas a través de las cuales interactúan dos personas, que incluye comportamientos, pensamientos y sentimientos. Estas “reglas” permiten a los individuos anticipar y planear lo que una persona hará bajo una serie de acciones precedentes, lo cual puede provocar reacciones y comportamientos que pueden o no ser los más adecuados para la situación (Sperling & Berman, 1991).

Existen múltiples estudios empíricos que demuestran la existencia de estos modelos mentales, como los de Collins y Read (1990), Feeney y Noller (1990) y Hazan y Shaver (1987). Sin embargo, para Hazan y Shaver (1987), parece ser que la continuidad entre los estilos de apego de la infancia y en la adultez se rompe en cuanto el individuo va avanzando en la adultez. Esto es explicado porque una persona, a través de la vida, tiene la oportunidad de participar en varios tipos de relaciones (amistad o románticas), las cuales proveen de diferentes ocasiones para revisar los modelos mentales (del *self* y los otros) y hacer modificaciones en ellos.

Simpson (1990) menciona que individuos con un apego seguro tienden a desarrollar modelos mentales de ellos mismos como amistosos, bien intencionados y dignos de confianza. Aquellos con apego ansioso/ambivalente desarrollan modelos en los que se ven a ellos mismos como incomprendidos y no apreciados adecuadamente, mientras que ven a las figuras significativas como personas en las que no siempre se puede confiar o incapaces de comprometerse en una relación. Finalmente, aquellos con apego evitante desarrollan modelos de ellos mismos como sospechosos y escépticos, y de los demás como que son de poca confianza o que tienen mucho entusiasmo para comprometerse en una relación.

Hazan y Shaver (1987) son quienes inician con la tarea de aplicar la teoría del apego (la cual hasta el momento sólo era trabajada en términos de apego infantil) a las relaciones adultas. Comienzan traduciendo las tres categorías planteadas por Ainsworth a términos de apego adulto, así como desarrollando un cuestionario para medir estos estilos de apego en la adultez. En este cuestionario,

se les pide a los participantes elegir entre tres opciones, la que mejor caracterizara sus relaciones de pareja. Los ítems, que se presentan a continuación, son ejemplos que corresponden a cada estilo de apego:

Tabla 1. Ítems estilos de apego

Estilo Apego	Ítem
<b>Apego Seguro</b>	Me es relativamente fácil acercarme a otros y me siento a gusto dependiendo de ellos y que ellos dependan de mí. No me preocupo a menudo por ser abandonado(a) o que alguien se acerque demasiado a mí.
<b>Apego Inseguro (ansioso/ambivalente)</b>	Siento que los otros evitan acercarse a mí tanto como yo quisiera. A menudo me preocupa que mi pareja no me ame en realidad o no quiera estar conmigo. Me gustaría compaginar completamente con otra persona, y siento que este deseo algunas veces ahuyenta a la gente.
<b>Apego Inseguro (evitante)</b>	Siento disgusto al estar cerca de otros; es difícil que crea y dependa completamente en ellos. Me siento nervioso cuando alguien se acerca demasiado, y por lo general mis parejas amorosas quieren mayor intimidad, lo cual no me hace sentir bien.

A partir de los resultados encuentran que: a) los adultos con apego seguro tenían relaciones caracterizadas por felicidad, confianza y amistad, y b) los de apego ansioso tenían relaciones con fluctuaciones emocionales, celos y preocupación obsesiva por su pareja. Los autores concluyen que los adultos con diferentes estilos de apego difieren en la forma en que experimentan el amor, así como que los estilos de apego se relacionan significativamente a los modelos mentales de uno mismo y las relaciones con los demás y las experiencias de las relaciones con los padres durante la infancia.

Simpson (1990), por otro lado, lleva a cabo un estudio longitudinal para analizar los estilos de apego en las relaciones románticas adultas. Encuentra que, para hombres y mujeres, aquéllos con estilo de apego seguro tenían relaciones con más interdependencia, compromiso, confianza y satisfacción que los individuos con apego inseguro (ansioso/ambivalente y evitante). El tener apego inseguro se relacionaba con tener menos emociones positivas y más negativas y, finalmente, los que reportaban menos estrés después de la disolución de la relación eran los hombres con apego evitante.

Murray (2006), por su parte, afirma que la manera en que se desarrollaron los patrones de apego en la infancia, pueden influir (de buena o mala manera), en la seguridad, la confianza de sí mismo y la visión que tiene del mundo en la adultez. En su libro, *Love and loss*, lleva a cabo un proyecto en el que analiza los cuatro patrones de apego de la infancia y la relación que tienen con el apego adulto, sus relaciones y la manera en que manejan las pérdidas y el estrés. Durante el análisis de la influencia que tiene el apego en sus relaciones adultas, encuentra que los que tienen un apego seguro en la infancia desarrollan relaciones más seguras y viven menos estrés después de una pérdida. Aquellos con apego ansioso/ambivalente en la infancia estaban predispuestos a ser “empalagosos” o aferrados (*clingy*) y tendían a reaccionar con gran tristeza ante pérdidas durante la adultez. Esto se explica por que la persona con este tipo de apego tiene una falta de confianza en su habilidad para manejar la pérdida por sí mismo.

En comparación, aquellos con apego evitante durante la infancia, pareciera que han aprendido que el acercarse mucho emocionalmente con los demás puede ser peligroso (Murray, 2006). El tener este tipo de relaciones da lugar a desconfianza en los demás y constante auto-dependencia, así como inhibe la expresión de amor o de pérdida. El autor menciona que de la misma manera en que los ansiosos crecieron teniendo falta de confianza en sí mismos, y los evitantes con falta de confianza en los demás, aquellos con estilo de apego desorganizado crecen con falta de confianza en ellos mismos y en los demás. Las

personas con apego desorganizado tienden a ser muy ansiosos y son propensos a utilizar alcohol u otras drogas, lo cual los hace estar en peligro de hacerse daño a sí mismos (Murray, 2006).

### 2.3 Medición del Apego

A partir de 1980, se empiezan a vislumbrar los inicios de la forma de medir el apego adulto. Surgen dos tendencias principales, la de Mary Main y sus colegas (1985, en Bartholomew & Shaver, 1998) y la de Hazan y Shaver (1987). La primera propuesta fue la de Main *et al.*, quienes pensaron en la posibilidad de que los estados mentales o representaciones que se tienen con respecto al apego que se tuvo durante la infancia, afectan los estilos de parentalidad durante la adultez. Esto mismo tiene un efecto sobre el estilo de apego que desarrollan sus hijos. Para estudiar ésto, desarrollaron el *Adult Attachment Interview (AAI)*, una larga entrevista que evaluaba los recuerdos que un adulto tiene sobre su infancia y la relación que llevaba con sus principales figuras de apego. En esta entrevista, se evalúan la coherencia del discurso mientras se relatan las experiencias de la infancia, la estructura del relato y la habilidad para relacionarse con el entrevistador. Con estas entrevistas, se confirmaron las evaluaciones del apego de sus hijos.

Así mismo, encuentran que en el discurso de los individuos también se puede distinguir entre tres estilos de apego: seguro, evitativo y preocupado. Aquellos con apego seguro hablan coherentemente a través de la entrevista discutiendo objetivamente las experiencias positivas y negativas de sus relaciones de pareja. Los evitativos exponen representaciones de apego idealizadas, las cuales no se sostienen con la información de la entrevista; generalmente muestran ser muy defensivos durante la entrevista y devalúan la importancia de las relaciones cercanas además de enfatizar su independencia y autonomía. Por último, los preocupados llevan a cabo una descripción muy amplia de sus

relaciones y muestran sentimientos negativos cuando hablan de estos recuerdos (Main, Goldwyn y Hesse, 2002 en Creasy y Jarvis, 2008).

Por otro lado, retomando la idea de Weiss (1982, en Bartholomew & Shaver, 1998) de que la soledad crónica tiene relación con el apego inseguro, Hazan y Shaver proponen la idea de que los adultos jóvenes solitarios buscaban (sin éxito) una relación con apego seguro, y que las orientaciones que se tienen con respecto a las relaciones románticas pueden ser por causa de otras experiencias previas relacionadas con los patrones de apego. Es así que deciden inclinarse hacia analizar la asociación entre los estilos de apego y las relaciones románticas. Para ello, desarrollan un cuestionario de auto-reporte basado en las tres categorías (seguro, ansioso/ambivalente, evitante) de Ainsworth. En este cuestionario, los tres estilos de apego se presentaban en el cuestionario como párrafos descriptivos de las características principales de estas tres categorías. A los participantes se les pedía pensar en sus relaciones románticas pasadas, e indicar cuál categoría era la que mejor las describía (Bartholomew & Shaver, 1998). En esta tendencia de medición del apego, el foco de atención no era el aprendizaje que se tuvo en la infancia, sino más bien en la influencia de los patrones de apego en el ajuste personal y el efecto que tiene en las relaciones adultas.

En 1990, Bartholomew (en Bartholomew & Shaver, 1998), postula que los dos enfoques anteriores presentaban diferencias entre ellos. En primer lugar, la categoría de evitante que planteaba Main (a partir de su entrevista *AAI*) tenía como característica que los individuos negaban sentir estrés y minimizaban la importancia de la necesidad de apego. Por su lado, en el cuestionario de Hazan y Shaver, las personas en esta categoría presentaban altos niveles de estrés y miedo a tener cercanía con otros. Para resolver esta diferencia, Bartholomew propuso la existencia de dos formas del estilo evitante: a) rechazante (*dismissing*): quienes son motivados por un mantenimiento defensivo de la autosuficiencia, y b) temerosos (*fearful*): quienes son motivados por un miedo consciente del rechazo anticipado de los demás.

Como segunda diferencia entre los enfoques, Bartholomew argumenta que ambos se posicionan en diferentes dominios. El enfoque de Main correspondía a realizar descripciones retrospectivas de las relaciones entre padre-hijo. El enfoque de Hazan y Shaver se centraba en experiencias recientes en las relaciones románticas en la adultez. Finalmente, la última diferencia que identifica Bartholomew (en Bartholomew & Shaver, 1998) era que el uso de entrevistas y auto-reportes demuestran conceptualizaciones diferentes del apego adultos. Es decir, la entrevista propuesta por Main y sus colegas se enfoca en dinámicas de modelos internos que se revelan a través del discurso de los individuos acerca de sus relaciones en la infancia. Este modelo no asume que las personas están conscientes de estas dinámicas. En cuanto al cuestionario de auto-reporte, éste se enfoca en los sentimientos y comportamientos en las relaciones cercanas, en donde el individuo está atento y consciente y puede hacer una descripción acertada al respecto.

A partir de la revisión de estos dos enfoques, Bartholomew y Horowitz (1991) proponen una extensión de las clasificaciones propuestas por Ainsworth. En este modelo, se presentan las dos formas de apego evitante que se mencionaron anteriormente. Para evaluar este modelo, los autores utilizan una técnica de auto-reporte basado en las relaciones cercanas en general (*Relationship Style Questionnaire*) basado en los ítems del cuestionario de Hazan y Shaver (1987) y dos entrevistas: una enfocada en las experiencias infantiles y la segunda, en las relaciones de amistad y de pareja.

Finalmente, sistematizaron la concepción de los modelos internos que planteaba Bowlby en una clasificación de cuatro categorías. Así mismo, estos cuatro patrones de apego se definieron en términos de dos dimensiones:

- a) Positividad del modelo del *self*
- b) Positividad del modelo de los demás

		<b>Modelo del Self (dependencia)</b>	
		<b>Positivo</b> (bajo)	<b>Negativo</b> (alto)
<b>Modelo de los otros</b> (evitación)	<b>Positivo</b> (bajo)	<i>Seguro</i> (cómodo con la intimidad y autonomía)	<i>Preocupado</i> (preocupado con las relaciones)
	<b>Negativo</b> (alto)	<i>Rechazante</i> (evita la intimidad)	<i>Temeroso</i> (temeroso de la intimidad y evitante socialmente)

Figura.1 Modelo de dos dimensiones y cuatro categorías del apego adulto (Bartholomew & Horowitz, 1991).

El modelo de positividad del *self* hace referencia al grado en el que el individuo internalizó su propio valor, a diferencia de sentirse ansioso e incierto en cuanto al grado en que uno puede ser amado. Así mismo, se asocia al grado de ansiedad y dependencia que se tiene con respecto a la aceptación de los demás. Por otro lado, el modelo de positividad de los otros se refiere al grado en que se espera que los otros estén disponibles y proporcionen apoyo. Esta dimensión se asocia con la tendencia de las personas a buscar o evitar la cercanía en las relaciones (Bartholomew & Horowitz, 1991). En resumen, la dimensión del modelo del *self* se puede entender en términos de ansiedad en el apego y la dimensión del modelo de los otros en términos de evitación a la cercanía

Finalmente, las categorías que plantearon Bartholomew y Horowitz (1991), se pueden resumir en lo siguiente:

1. Seguro: está compuesto de una visión positiva del *self* y una positiva de los demás. El individuo internaliza su propio valor, tiene expectativas de que los demás son aceptantes y atentos y se siente cómodo con la intimidad en las relaciones cercanas.
2. Preocupado: es la combinación del modelo negativo del *self* y positivo de los otros. Estas personas tratan de buscar la aceptación y la validación de los demás, así como creen que pueden obtener seguridad si pudieran

lograr que los demás respondieran propiamente hacia ellos. Corresponde a la categoría de “ansioso/ambivalente” de Hazan y Shaver (1987) .

3. Temeroso: conformado de un modelo negativo del *self* y de los otros (piensan que los otros son rechazantes, indispuestos o no dignos de confianza). Estos individuos son dependientes de la aceptación y afirmación de los demás, pero a causa de sus expectativas negativas, evitan la intimidad para no tener que lidiar con el dolor de la pérdida o el rechazo. Para los autores, es similar a la categoría de “evitante” (la llaman evitante-temeroso).
4. Rechazante: tiene un modelo positivo del *self* y un negativo de los otros. Evita la cercanía por sus expectativas negativas. Tienen sentimientos de independencia e invulnerabilidad. Sin embargo, mantienen su sentido de valor propio al negar el valor de las relaciones cercanas. Esta categoría corresponde a la “evitante” planteada por Main *et al.* (1985, en Bartholomew & Horowitz, 1991).

Brennan, Clark y Shaver (1998), por su parte, desarrollan el cuestionario *Experiences in Close Relationships*, también llamado *Multi-Item Measure of Adult Romantic Attachment* (MIMARA). Los autores afirman que los estilos de apego pueden ser determinados a través del análisis de dos dimensiones conceptuales, la “ansiedad” y la “evitación”. A partir de estas dos dimensiones, se puede situar a un individuo en los cuatro estilos de apego planteados por Bartholomew (1990). La dimensión de ansiedad hace referencia al nivel en que las personas se muestran atentos en temas relacionados como el apego, siendo una persona con ansiedad alta aquella que muestre mucha preocupación (ante la falta de atención de su figura de apego). Por su parte, la dimensión de evitación hace referencia a la tendencia de los individuos de utilizar estrategias de evitación o de búsqueda para regular sus conductas y sentimientos relacionados con el apego y la proximidad. Personas altas en evitación usualmente se muestran desconectados de sus relaciones íntimas.

En la línea de investigación del apego y su asociación con las relaciones cercanas se ha generado la producción de múltiples escalas y cuestionarios de

auto-reporte. Estos instrumentos toman como base diferentes clasificaciones y dimensiones del apego para analizar sus resultados. Algunos ejemplos de estas escalas son: el cuestionario de auto-reporte de Hazan y Shaver (1987), *The Relationship Style Questionnaire* (Bartholomew & Horowitz, 1991), *Adult Attachment Scale* (Collins & Read, 1990), la escala de apego (sin nombre) de Simpson (1990), *Relationship Style Questionnaire* (Griffin & Bartholomew, 1994, en Fraley, Brennan & Waller, 2000), así como escalas adaptadas para la población mexicana como la de Sánchez-Aragón (2000) y Ojeda (1998).

## **2.4 Apego y parejas Intermitentes**

Ahora bien, es cierto que no existe literatura que muestre la asociación entre las parejas intermitentes y la teoría del apego, sino simplemente características que se le pueden atribuir a estas parejas (pero que no son exclusivas de éstas relaciones) y su relación con ésta teoría. Así mismo, después de una revisión entre información de ambas, se concluye que existen elementos de la teoría del apego que se asemejan con aspectos del comportamiento, pensamiento y afectos de las parejas intermitentes. Así mismo, debido a que el tipo de apego que se tiene con los padres en la infancia se asocia con los tipos de apego que se tiene con la pareja en un futuro, es posible vincular los conceptos de esta teoría con las parejas intermitentes. A partir de este supuesto, es concebible distinguir una línea que enlaza la teoría del apego con las parejas intermitentes:

El estilo de apego que uno desarrolla en la infancia se relaciona con aquel que tendremos de adultos en nuestras relaciones románticas (Bowlby, 1995; Feeney & Noller, 1990). Por tanto, el estilo de apego será un determinante del posible tipo de relación de pareja que se tendrá en un futuro. A partir de esto, se podría suponer que los miembros de las parejas intermitentes tienen un tipo de apego ansioso/ambivalente, ya que demuestran las principales características de este estilo de apego con su pareja (como lo son la ambivalencia de sentimientos de amor/odio y la ansiedad porque la pareja no siempre está disponible).

Primeramente, conviene recordar que según la teoría del apego, los infantes forman lazos afectivos muy fuertes, especialmente con su cuidador primario. En la infancia, estos lazos se forman con los padres, mientras que en la adultez se redirigen principalmente a la pareja romántica (Hazan & Shaver, 1987). Es así que, según la manera en que el infante se relacione con esta figura de afecto, se moldeará su desarrollo cognoscitivo y emocional, así como los estilos de apego que utilizará en sus relaciones futuras y adultas (Bowlby, 1995). Esta continuidad del estilo de apego es explicada por los modelos de interacción que crea el infante a través de sus primeras interacciones con sus cuidadores primarios. Posteriormente, estos modelos son trasladados a nuevas interacciones, en donde guiarán las expectativas, la percepción y los comportamientos de las relaciones que tenga el individuo (Bowlby, 1973, en Bartholomew & Horowitz, 1991). Por tanto, se entiende que una persona con cierto estilo de apego con su cuidador primario, posiblemente demostrará este mismo estilo en sus relaciones románticas.

Ahora bien, considerando las características de los estilos de amor adulto, podemos ubicar a las parejas intermitentes según su estilo de apego. Si en el apego adulto las personas con apego seguro muestran tener relaciones caracterizadas por aspectos positivos (como seguridad, confianza, satisfacción y felicidad) mientras que aquellos con estilos de apego inseguro se caracterizan por aspectos más negativos (cambios emocionales, envidia y preocupación) (Collins & Read, 1990; Hazan & Shaver, 1987; Simpson, 1990), podemos situar a las parejas intermitentes en el apego inseguro.

Recordando el experimento de la “situación extraña”, desarrollado por Ainsworth *et al.* (1978, en Simpson & Rholes, 1998), cuando se separaba a los infantes con apego ansioso/ambivalente de sus madres, su reacción era ambivalente, mostrando enojo y protesta cuando su cuidador se marchaba, y una inhabilidad del cuidador para calmarlos a su regreso. También son caracterizados por ansiedad ante la figura de apego, y piensan que esta figura no siempre estará disponible para cubrir sus necesidades y, por tanto, no siempre le proporcionará

seguridad. Estas características pueden ser fácilmente encontradas en los aspectos principales de las parejas intermitentes.

A partir de diversas investigaciones enfocadas al estudio del apego adulto, es posible encontrar la relación presente entre diversas características del apego ansioso y las parejas intermitentes. A continuación se muestran una serie de estudios que, con sus resultados, hacen posible hacer la comparación de las características.

Murray (2006) hace una descripción de los estilos de apego adulto y su relación con las figuras de apego y ante su pérdida. El autor describe los estilos de apego en función de la manera en que los infantes percibían a su figura de apego y la manera de comportarse en el futuro. En cuanto al apego ansioso/ambivalente, afirma que sus madres eran caracterizadas por ser ansiosas y controladoras, preocupadas por la seguridad del infante pero insensibles ante su necesidad de autonomía y exploración. Lo que se logra, es que el niño entienda el mundo como un lugar peligroso en el cual no sobrevivirán a menos que estén cerca de su madre (o figura de apego). Así mismo, es posible que crezcan con poca seguridad en ellos mismos y siendo preocupados y ansiosos, por lo que mantienen relaciones ambivalentes de pareja en las que son “empalagosos” o aferrados (*clingy*) y, generalmente, son con personas a las que ven como más poderosas que ellos.

Esta característica de ser “encimoso” o “empalagoso” con la pareja, generalmente es referida como “dependencia”. Incluso, es posible que sucedan dos cosas: que el individuo sea dependiente hacia sus padres o con su pareja. Cuando muestran dependencia ante sus padres, la pareja lo interpreta como un rechazo, mientras que cuando la dependencia es hacia la pareja, muchas veces ésta no puede tolerarlo. De ambas maneras, esta conducta de dependencia suscita sentimientos de incomodidad en la pareja. Según Murray (2006), estas personas suelen moverse de una relación a otra, al tiempo en que estas parejas los van dejando o se van separando de ellos. Por otro lado, afirma que los individuos con apego ansioso/ambivalente suelen vivir rodeados de mucha angustia ante la posible pérdida de su figura de apego. Sin embargo, menciona

que pueden aprender a mitigar la excesiva dependencia a su pareja a costa de vivir con un estrés “persistente”.

Por su parte, Feeny y Noller (1990) realizan un estudio en el que analizan la relación entre los estilos de apego, el historial de apego, las creencias de las relaciones, autoestima, enamoramiento, amor, adicción al amor y estilos de amor, a través de la aplicación de diversos cuestionarios a 374 estudiantes. Encuentran que la autoestima está relacionada con los estilos de apego, siendo los estilos inseguros con quienes se asocia negativamente. Estos individuos con apego inseguro y baja autoestima, eran caracterizados por relacionarse con manía, ansiedad consciente, dependencia emocional y enamoramiento. Así mismo, encuentran que los sujetos con apego ansioso-ambivalente tienen un deseo intenso por tener una relación comprometida, y cómo, por otro lado, son quienes tienen las relaciones menos duraderas y muestran mayor preocupación obsesiva con su pareja. Finalmente, los resultados demuestran que este grupo de personas tiende a tener un amor neurótico en vez de uno de compañía. Los autores discuten que a partir de los resultados es posible sustentar la afirmación de Hazan y Shaver, de que el estilo de amor manía, el enamoramiento y el apego ansioso-ambivalente, son constructos relacionados.

En un estudio longitudinal realizado por Simpson (1990), se analizó a miembros de 144 parejas (individualmente y en conjunto) para examinar su relación de pareja con los estilos de apego. Encuentra que las personas con apego inseguro mostraban tener menos emociones positivas frecuentes y más negativas. Además, obtuvo que los hombres con apego ansioso tienden a involucrarse con mujeres quienes obtenían resultados bajos en la escala de apego seguro; así mismo, sus relaciones se caracterizaban por tener poca confianza y menos satisfacción. Por su lado, las mujeres con apego ansioso se involucraban en relaciones caracterizadas por poco compromiso y poca confianza. En general, las personas con apego ansioso tenían relaciones de pareja en las que había poca interdependencia, confianza, compromiso y baja satisfacción. Así mismo, encontraron que estos individuos con apego ansioso tenían una gran preocupación constante por dilemas relacionados con la predictibilidad de su

pareja, así como el nivel de confianza y de dependencia hacia en ellos. Los autores mencionan que es probable que estas características puedan causar incomodidad en la pareja, lo que puede resultar en una baja cercanía y poco compromiso de su parte (Simpson, 1990).

Por otro lado, en el estudio pionero del apego adulto realizado por Hazan y Shaver (1987), se hizo la aplicación del cuestionario que desarrollaron, así como otro en el que pedían contestar ítems relacionados (respuestas dicotómicas) con su relación romántica más importante hasta el momento. A partir de los resultados, encontraron que los individuos con apego ansioso/ambivalente se encontraban en relaciones en donde estaban presentes los celos, tenían altas y bajas emocionales y deseaban ansiosamente la reciprocidad por parte de su pareja. Así mismo, fueron estos individuos los que tuvieron puntajes más altos en la escala de soledad. Finalmente, los autores hacen una afirmación muy importante: los individuos con apego ansioso buscan desesperadamente una relación romántica en la que exista una reciprocidad y una pasión intensa, algo para lo que encontrará muy pocos individuos dispuestos a tener una relación de este tipo.

Ahora bien, Collins y Read (1990) realizan una serie de estudios en los que se investigó la relación entre las dimensiones del apego y los modelos mentales, así como el rol del estilo de apego en el emparejamiento, en semejanzas con el estilo de cuidado (*caregiving*) de los padres y la calidad de la relación. En sus resultados, encuentran que los sujetos ansiosos-ambivalentes tienen creencias negativas acerca de ellos mismos y de los demás. Encuentran que a mayor ansiedad en una relación, se tiene más baja percepción del valor propio y la confianza de su *self* social. También presentan una falta de asertividad y autocontrol, así como una visión de los demás como menos altruistas y tienen un estilo de amor obsesivo y dependiente. Las mujeres con estilo de apego ansioso demostraron confiar menos en su pareja, así como tenerles menos fe, y pensaban que no se podía depender en ellos. También percibían más problemas en la comunicación y calificaron el nivel general de comunicación como bajo. Así mismo, tendían a pensar que su pareja era menos responsiva y que no existía mucha auto-divulgación (*self-disclosure*) y no eran buenos escuchando. En

general, este tipo de apego en mujeres se relaciona con más experiencias negativas y menos satisfacción en general con su pareja. En cuanto a los hombres con apego ansioso-ambivalente, los resultados demostraron que tendían a tener menos confianza en su pareja y pensaban que no se podía depender de ellas, pero se veían a sí mismos como con habilidad para relacionarse con las personas.

Los autores también llegan a una conclusión interesante. Afirman que la ansiedad de las mujeres es un excelente predictor de la satisfacción del hombre y de la calidad de la relación (Collins & Read, 1990). Ellos proponen la explicación de que esto sucede debido a que las mujeres pueden tener menos confianza y/o exhibir celos; ésto sólo ocasiona que su pareja entienda la inseguridad y dependencia de la mujer como una amenaza para su libertad. Esta situación puede ocasionar que la pareja abandone la relación. Sin embargo, los autores también mencionan que las mujeres ansiosas tendían a emparejarse con individuos percibidos como menos cálidos y responsivos, y que se sienten incómodos con la cercanía y el tener que depender en otros. Los autores sugieren que la ansiedad de la mujer puede ser meramente un reflejo de la falta de compromiso e intimidad en la relación, en vez de ser la causa de ésta.

En resumen, a partir de los resultados de estas investigaciones, es posible observar que ciertas características propias de las personas con estilo de apego ansioso-ambivalente coinciden con aquellas de las parejas intermitentes. Dentro de las características que comparten, se encuentran: ambivalencia, inestabilidad, dependencia emocional, falta de compromiso, incertidumbre, inseguridad, miedo a la fusión/abandono, inestabilidad, dificultad para separarse de la pareja, depresión, ira/violencia, ansiedad y preocupación, deseo por la reciprocidad, entre otras.

Por otro lado, podemos encontrar otras afirmaciones obtenidas de estas investigaciones que, si bien no hablan directamente del apego ansioso-ambivalente, aportan información valiosa para la comprensión del fenómeno de las parejas intermitentes. Por ejemplo, Hazan y Shaver (1987) plantean que los comportamientos y acciones que se lleven a cabo en una relación de pareja no solo están influenciados por las características propias y el estilo de apego, sino

que existen variables situacionales que también influyen en éste. Estos autores afirman que una persona con apego seguro en una relación romántica con una persona con apego ansioso-ambivalente, se puede sentir empujada a comportarse y sentirse igual de ansioso y ambivalente que su pareja. Murray (2006), por su parte, plantea que es razonable pensar que las personas buscarán parejas con estrategias de apego que se acomoden a las propias, gracias a la sensación de familiaridad que tienen con las mismas. Por otro lado, también existen individuos que se sienten atraídos por personas cuyas estrategias de apego les proveen lo que les falta a las de ellos; y aunque al principio esta combinación de estilos de apego puede no ser la más cómoda, a través del tiempo y convivencia, la pareja podrá sentirse más segura.

Por otro lado, Kirkpatrick y Hazan (1994, en Feeney & Noller, 1996) mencionan que los rompimientos en las relaciones románticas están relacionados con cambios del tipo de apego seguro al inseguro (esto dado que las experiencias en las relaciones de pareja afectan la estabilidad del estilo de apego del individuo). Así mismo, Henderson, Bartholomew y Dutton (1997) realizan una investigación en la que analizan los estilos de apego y las relaciones de pareja abusivas. Encuentran que el tener un estilo de apego inseguro y preocupado puede ser un factor que posibilite en la separación exitosa de relaciones abusivas. A partir de esto, se puede observar cómo los estilos de apego inseguro están relacionados con aspectos como la terminación de relaciones o el mantenimiento de aquellas no saludables.

Por su parte, Dutton y Painter (1993a) utilizan un concepto que denominan “apego paradójico”. Los autores afirman que este tipo de apego es desarrollado en aquellas mujeres abusadas o en relaciones abusivas y de violencia (*battered woman syndrome*). Este también puede semejarse al patrón que viven las parejas intermitentes, en las que puede o no presenciarse violencia psicológica o física. Los autores establecen que, usualmente, el primer abuso ocurre en un momento de “novedad y optimismo” en la relación, que aunado la falta de gravedad del mismo y el arrepentimiento de la pareja posterior al incidente, ayuda a fortalecer el

apego por el cónyuge. Así mismo, se suma el hecho de que la mujer violentada aun no forma la creencia de que este tipo de incidentes serán repetitivos e inescapables. La repetición de los incidentes y el aumento en la gravedad de los mismos tienden a cambiar los pensamientos de las mujeres a la creencia de que la violencia aparecerá a menos que ella haga algo para prevenirlo. Es así que para el momento en que la mujer se da cuenta de que el abuso y la relación no tienen escapatoria, el lazo emocional producido traumáticamente que ha formado para con su pareja, ya es demasiado fuerte.

Dutton y Painter (1981, en Dutton y Painter, 1993a) mencionan que en este apego traumático, al momento de dejar la relación abusiva, los miedos empiezan a desaparecer y el apego oculto hacia el abusador se manifestará. Todo esto ocurre en un punto específico en la relación en la que la mujer se siente fatigada emocionalmente, así como vulnerable, y recuerda los momentos en que su pareja estaba presente y se comportaba amorosamente. En ese momento en que los miedos se olvidan temporalmente e incrementan las necesidades que anteriormente satisfizo su pareja, y se crea un equilibrio en la relación, en la que la mujer pueda querer volver a su pareja impulsivamente. Los autores mencionan que esta dinámica se asemeja a una “banda elástica”, en la que en cuanto disminuye el trauma, la fuerza del lazo y el apego formado traumáticamente hacia la pareja se revela a través de un énfasis en los aspectos positivos de la relación y un cambio subsecuente dramático en la visión de la mujer acerca de la relación. Estos cambios alteran la memoria del abuso pasado y su percepción de posible abuso futuro.

En estas relaciones, operan dos elementos que mantienen este tipo de dinámica: la intermitencia y el desequilibrio de poder en la relación, las cuales promueven la idealización del agresor y la auto-devaluación de la víctima (Dutton y Painter, 1993b). La intermitencia hace referencia al trato positivo y negativo alternado, en el que el negativo precede al positivo, generando apego a causa de la polaridad de los dos tipos de trato (bueno y malo) y la yuxtaposición de estos extremos. Por otro lado, el desequilibrio del poder se refiere a la percepción del

receptor del maltrato de estar “dominado” por el otro. Mientras el individuo se sienta con menos apreciación por sí mismo, incrementa la necesidad o dependencia por el otro dominante. Este ciclo de dependencia y baja autoestima se repite, creando fuertes lazos afectivos en ambos miembros de la pareja. Así como se incrementa la dependencia por el dominante, éste produce una dependencia por el otro, ya que crea un sentido inflado de sí mismo y su poder, al mismo tiempo que el otro desarrolla un sentido de su falta de poder. Es así que se crea un subsistema psicológico que llena las necesidades creadas por la dinámica de la relación de dependencia y poder en ambos miembros de la pareja (Dutton y Painter, 1993a).

Centrándonos en el fenómeno, es preciso hacer notar que la literatura no reporta la presencia de violencia física en las parejas intermitentes, lo cual quiere decir que éste no es un elemento presente siempre en este tipo de parejas (pero tampoco excluye la posibilidad). Sin embargo, si se considera la violencia psicológica, es posible encontrar algunos elementos de ésta en las relaciones intermitentes.

Tomando en cuenta todos los elementos mencionados en esta sección, se puede hacer una integración de las características del apego ansioso y aquellas de las parejas intermitentes. Por ejemplo, los ansiosos/ambivalentes suelen tener una constante preocupación obsesiva y angustia ante la posible pérdida de su objeto de apego (Feeney & Noller, 1990; Murray, 2006); esta angustia se puede transformar en dependencia (Collins y Read 1990; Simpson, 1990) que tiene la probabilidad de ser interpretada por su pareja como una amenaza a su libertad y, por consiguiente, ocasionar la falta de cercanía o el abandono (Collins & Read, 1990), así como falta de compromiso (Simpson, 1990). Estos comportamientos de alejamiento sucedidos en la pareja pueden, a su vez, causar en el ansioso-ambivalente que exista poca confianza (Simpson, 1990), poca satisfacción (Collins & Read, 1990; Simpson, 1990), celos, altas y bajas emocionales (Hazan & Shaver, 1987) y baja autoestima (Feeney & Noller, 1990). Estas conductas sólo reafirman el hecho de que su pareja quiera separarse o abandone la relación; esta idea de

posible abandono, sustentada por los problemas que han surgido a partir de la dependencia, sólo será mitigada a través de una ansiedad permanente (Murray, 2006). Así mismo, Feeney y Noller (1990) y Hazan y Shaver (1987) mencionan que los ansiosos ambivalentes desean obsesivamente un amor y un compromiso recíproco y, al mismo tiempo, son quienes tienen las relaciones menos duraderas (Feeney & Noller, 1990). Este conjunto de características, así como aquellas que produce en la pareja, y las características propias de la pareja, pueden ocasionar que caigan en el ciclo de unión-separación repetidamente, dependiendo de los individuos.

Ahora bien, es pertinente tomar en cuenta otro elemento del apego: la percepción que tienen los individuos acerca del estilo de apego de su pareja. Dickstein, Seifer, St. Andre y Schiller (2001) afirman que existe evidencia de que los individuos no necesariamente hacen pareja con aquellos que tienen niveles compatibles de apego seguro. Esto nos hace pensar que es posible que al menos uno o ambos miembros de la pareja intermitente puedan tener un estilo inseguro de apego. Así mismo, Simpson (1996) plantea que es bastante difícil auto-diagnosticar el propio estilo de apego, por lo que resulta igualmente difícil diagnosticar el de una posible o actual pareja. Sin embargo, vemos que las representaciones que se tienen sobre el estilo de apego de la pareja pueden tener influencia en la calidad de la relación. Por ejemplo, Crowell, Treboux y Walters (2002) plantean que, generalmente, los individuos con apego inseguro pueden desarrollar una representación segura del estilo de apego de su pareja, aun y cuando éste no necesariamente la tenga. Así mismo, cuando ambos miembros de la pareja tienen representaciones de apego inseguras de su compañero, demuestran altos niveles de conflicto, pero niveles no tan altos de insatisfacción. Por otro lado, Creasy, Ladd, Dransfield, Giaudrome y Johnson (2005, en Creasy & Jarvis, 2008) encuentran que las parejas en las que ambos tienen representaciones de apego inseguras mostraban altos niveles de conflicto, pero era más probable que se mantuvieran juntos, a diferencia de aquellas parejas en las que los miembros tenían apego seguro e inseguro, y en las que también existía conflicto. Esto, dado que las expectativas y necesidades en la relación se cumplen

o superan las que tenían previstas o aprendieron de pequeños (en el caso de que ambos miembros tienen representaciones de apego inseguras de su pareja). A partir de ello y comparándolo con la información disponible sobre las parejas intermitentes, uno o ambos miembros pueden tener apego inseguro y contribuir a que se den todas las acciones antes mencionadas (propias del apego inseguro) que propician el mantenimiento de la dinámica de unión-separación de la pareja.

Finalmente, también es importante hacer notar la posibilidad de la existencia distintos tipos de parejas intermitentes según la combinación de los estilos de apego de los miembros. Es decir, según la teoría y los estudios antes mencionados, es posible que las parejas intermitentes estén integradas por al menos un miembro con apego ansioso-ambivalente. Sin embargo, no se excluye la posibilidad de que también surjan este tipo de parejas en miembros con otros estilos de apego inseguro (temeroso o evitante), que también los haga situarse dentro de un ciclo de unión-separación.

## Parte II: Investigación empírica

### Capítulo 3. Método

#### 3.1 Planteamiento del problema

Como se mencionó anteriormente, el fenómeno de las parejas intermitentes ha sido poco estudiado. Este tipo de relaciones puede definirse como una relación amorosa que vive inmersa en un ciclo de separación y reconciliación, permeada de aspectos negativos como incertidumbre, ambivalencia y ansiedad, en la que sus miembros parecen no poder funcionar juntos ni separados, ni en una relación que no sea de naturaleza romántica. Estas relaciones traen consecuencias primordialmente negativas, no solamente para sus integrantes sino para algunas de las personas cercanas a ellos, ya sean hijos, amigos, padres o familia, dada la constante situación de estrés e incertidumbre (y en algunos casos violencia) que viven los individuos en este tipo de relaciones. Así mismo, los miembros de la pareja se ven enfrascados en sentimientos de ambivalencia, dependencia e inseguridad, principalmente a causa de lo que viven dentro de su relación, con la consecuente disminución de su calidad de vida. Sin embargo, al parecer, estos individuos o no quieren salir de la relación, o el llevar a cabo una separación resulta muy difícil para ellos.

Así mismo, la escasa literatura científica con respecto a este fenómeno dificulta el paso al posible encauzamiento terapéutico y social de sus integrantes, para facilitar el modificar su relación (o a salir de ella). Es por esto que resulta necesario investigar y trabajar este fenómeno para poder conocerlo más ampliamente de tal manera que se pueda proporcionar el apoyo desde la psicología para que sus miembros puedan mejorar su calidad de vida o su relación.

Por otro lado, en cuanto a la literatura disponible, también se presenta una serie de problemas. Uno de ellos se encuentra desde el inicio, ya que las

definiciones disponibles sobre las parejas "intermitentes" no son precisas ni enfatizan acerca de los aspectos psicológicos. Así mismo, se puede recalcar que los estudios enfocados en estas parejas (principalmente el de Márquez y aquellos de Dailey y colaboradores) dejan al lado la teorización, y no proporcionan una explicación al fenómeno. Esta situación dificulta el desarrollo de proyectos que tengan como objeto este tipo de parejas.

Es por eso que en este estudio se utilizó la teoría del apego (Bowlby, 1995), para tener una mejor comprensión en cuanto al funcionamiento de estas parejas. Esto no quiere decir que sea la teoría exclusiva para analizar este fenómeno. Sin embargo, se consideró que podía proporcionar elementos suficientes ya que ofrece un marco teórico que permite un análisis del desarrollo, mantenimiento y disolución de las relaciones cercanas. Al mismo tiempo, toma en cuenta aspectos de la personalidad, regulación de emociones y posibles psicopatologías (Fraley & Shaver, 2004). De igual manera, como señalan Collins y Read (1990), el uso de la teoría del apego para el estudio de las relaciones románticas adultas es adecuado, ya que afirman que el amor romántico es un proceso de formar lazos de apego, el cual comparte muchas similitudes con los lazos que se forman entre la madre o la figura de apego en la infancia y el infante. También se ha probado su utilidad en el entendimiento de los procesos involucrados en las relaciones de pareja, así como la regulación de las emociones de los individuos en poblaciones "normales" y "clínicas" (Alonso-Arbiol, Balluerka & Shaver, 2007), así como sus conductas, sentimientos y cogniciones (Murray & Stevenson, 1982).

A partir de esta teoría, se pueden conocer con más detalle las relaciones intermitentes. Dado que este tipo de interacciones afectan emocional y socialmente a los individuos, se hace urgente aportar las bases conceptuales del fenómeno para poder avanzar en su comprensión.

Ahora bien, al hacer una revisión de la teoría del apego, fue posible identificar que las personas inmersas en relaciones intermitentes poseen un estilo de apego inseguro, principalmente ansioso-ambivalente (aunque existe la posibilidad de que individuos con estilo *evitativo* y *temeroso* también formen parte

de estas parejas). Sin embargo, es importante saber de qué manera el estilo de apego de estos participantes moldea su relación de pareja. Queda claro que los miembros de parejas intermitentes tienen un estilo de apego inseguro, pero no todas las personas con apego inseguro forman parte de parejas intermitentes. Por tanto, se hace necesario conocer las vivencias de los individuos inmersos en este tipo de relaciones para entender lo que sucede dentro de ellas y lo que cada miembro, con su estilo correspondiente de apego, aporta para que se mantengan en esta dinámica. Es así que la pregunta de investigación que se estableció fue: ¿Cómo se caracteriza la experiencia de relación de las personas que forman parte de una relación intermitente, a partir de sus estilos de apego? Al contestar dicha pregunta, se procura conocer más a profundidad este tipo de relaciones, así como los aspectos clave que caracterizan a estas parejas.

Por tanto, el supuesto que este estudio propone es que las relaciones intermitentes están compuestas al menos por un miembro con estilo de apego inseguro, específicamente ansioso ambivalente. Esto, dado las similitudes entre las características de ambos (miembros de este tipo de parejas e individuos con apego ansioso ambivalente) mostradas en la teoría. La hipótesis de trabajo fue que a partir de la evaluación del estilo de apego y de la experiencia de relación de pareja, se encontrarían elementos del apego inseguro que caractericen a estas parejas.

Para poner a prueba dicha hipótesis, se llevó a cabo la investigación en dos fases: la fase preliminar de tamizaje para la obtención de los participantes; la segunda, mediante un estudio de casos múltiples con miembros de parejas intermitentes, que hayan pasado por al menos tres veces por el ciclo de unión y separación; esto ya que uno o dos rompimientos pueden ser algo común en las relaciones, sin que sigan la misma dinámica de las parejas intermitentes, mientras que tres o más puede indicar que ya se encuentran en un ciclo intermitente. Ahora bien, a partir de la información que se obtuvo de los estudios de caso, fue posible aproximarnos a conocer la experiencia relacional que han tenido dentro de una pareja intermitente.

### **3.2. Objetivo general**

Analizar la experiencia de relación de personas que forman parte de parejas intermitentes a partir del estilo de apego del informante y de aquel que atribuye a su pareja.

### **3.3 Diseño**

Se trata de un estudio dividido en dos fases: la primera siendo una fase de tamizaje para la obtención de la muestra y, la segunda, el estudio principal de casos. Los objetivos, participantes, instrumentos, procedimientos, de cada fase, así como los aspectos éticos atendidos se presentan en el capítulo correspondiente.

## **Capítulo 4. Fase preliminar**

Se realizó la fase preliminar con la finalidad de contactar y elegir a los posibles participantes, mediante un tamizaje.

### **4.1 Objetivo particular**

Detectar casos de personas que formen parte de una pareja intermitente.

### **4.2 Método**

#### ***4.2.1 Procedimiento de recolección de la muestra***

Primeramente, se emitió una convocatoria vía electrónica a los contactos de la investigadora, residentes en el Distrito Federal, en donde se invitaba a participar o a convocar a personas de su red social que tuvieran las siguientes características y aceptaran participar en el estudio:

- a) Formar parte de una relación en la que hayan terminado y reconciliado al menos tres veces.
- b) Ser mayores de 18 años.
- c) Ser residentes del Distrito Federal.

Posteriormente, se colocaron carteles en áreas de alta afluencia de estudiantes dentro de las instalaciones de Ciudad Universitaria. Dichos carteles invitaban a gente que considerara formar parte de una relación intermitente a participar en el proyecto, proporcionándoles un teléfono y correo electrónico para ponerse en contacto. Se incluyen los requisitos ya señalados.

Una vez que fueron contactados los posibles participantes, se les pidió que contestaran el cuestionario de tamizaje, el cual se les hizo llegar vía correo electrónico o vía telefónica, dependiendo de la forma en que cada participante se hubiera puesto en contacto.

### **4.2.2 Participantes**

27 personas (23 mujeres y 4 hombres) respondieron a las convocatorias. Su edad osciló entre los 18 y 36 años (con una media de 24.5 años).

### **4.2.3. Tipo de estudio**

De tamizaje y selección de participantes.

### **4.2.4 Instrumento**

La encuesta de tamizaje constó de 11 reactivos, que se presentan a continuación:

1. Edad:
2. Estado Civil:
3. Hijos: Sí - No
4. Residencia en el DF: Sí - No
5. ¿Cuánto tiempo tiene la relación (sin contar el tiempo que estuvieron separados)?
6. Aproximadamente, ¿cuántas veces han “cortado”?
7. ¿Existe algún grado de insatisfacción o incomodidad por que la relación se haya desarrollado de esa manera (rompimientos/reconciliaciones)?
8. ¿En qué estado se encuentra actualmente la relación (juntos o separados)?  
En caso de que estén separados,
9. ¿Hace cuánto se separaron?
10. ¿Quién decidió terminar la relación? y
11. ¿Qué cree usted que fue lo que hizo decisivo que terminaran definitivamente?

### **4.2.5. Procedimiento de análisis de datos**

En primer lugar, se observaron las respuestas de los participantes en el cuestionario de tamizaje. Se buscó que dentro de éstas, aparte de los criterios de inclusión, mencionaran estar dentro del rango de edad para participar en el estudio (más de 18 años), no estuvieran casados, vivieran en el Distrito Federal, tuvieran al menos un año de relación, que hubieran pasado al menos tres veces por el ciclo

de unión-separación y que siguieran involucrados sentimentalmente con su pareja. Esto con la finalidad de que los participantes fueran quienes dieran su autorización para formar parte del estudio, no tuvieran algún motivo legal para permanecer con su pareja, les fuera fácil acudir a las entrevistas y hubieran pasado varias veces por el ciclo intermitente (y no solamente una o dos separaciones ocasionales) respectivamente. A quienes cumplían estos criterios y que señalaron la disposición para participar en el estudio, se les invitó a formar parte de la muestra de la fase de estudio de casos.

#### ***4.2.6. Consideraciones éticas***

En esta fase del estudio, las consideraciones éticas que se realizaron fue informar a los participantes sobre la confidencialidad de sus respuestas (que sus nombres no serían mencionados en ninguna parte de la investigación), que tenían la libertad de no dar respuesta a aquellas preguntas que no quisieran y que ellos decidirían hasta dónde llegaba su participación en el estudio (en caso de ser seleccionados para la siguiente fase, ellos decidirían si continuaban o no con su participación). Dichas consideraciones les fueron comunicadas al momento de aceptar contestar el cuestionario.

#### **4.3. Resultados**

A continuación se presentan los datos obtenidos del tamizaje. Se puede observar el total de individuos que respondieron a la convocatoria, así como un resumen de los datos que les fueron pedidos (iniciales del nombre –sustituídas por folios-, sexo, edad, duración de la relación, número aproximado de separaciones y estado de la relación) (Ver Tabla 2).

Tabla 2. Resultados fase de tamizaje

<b>Caso/ Folio</b>	<b>Sexo</b>	<b>Edad</b>	<b>Duración de la relación</b>	<b>Número de separaciones</b>	<b>Estado de la relación</b>
A	F	27	5 años	+10 veces	Separados
B	F	25	1 año	+4 veces	Juntos
C	M	28	6 años	+4 veces	Juntos
D	M	27	5 meses	+5 veces	Juntos
E	F	22	1.5 años	+14 veces	Separados
F	F	24	8 meses	+7 veces	Separados
G	F	20	2 años	4 veces	Juntos
H	F	20	1.5A	4 veces	Juntos
I	F	24	4A3M	4 veces	Juntos
J	F	35	6 meses	+6 veces	Separados
K	F	21	4 años	+5 veces	Separados
L	F	24	3.5 años	+6 veces	Separados
M	F	22	5.5 años	+6 veces	Juntos
N	F	36	6 años	4-6 veces	Juntos
O	F	24	7 años	10 veces	Juntos
P	F	23	5.5 años	10 veces	Juntos
Q	F	23	1 año	12-16 veces	Juntos
R	M	27	1 año	3-4 veces	Separados
S	F	22	6A9M	6 veces	Separados
T	F	22	2A8M	3-4 veces	Juntos
U	F	21	4 años	5 veces	Juntos
V	F	20	1 año	4 veces	Separados
W	F	23	2A9M	5 veces	Juntos
X	M	31	6 años	4 veces	Juntos
Y	F	18	2A3M	4 veces	Juntos
Z	F	24	3 años	+10 veces	Juntos
A1	F	30	3 años	4 veces	Separados

De los informantes anteriores, se eligieron los casos B, G, H, I, P, Q y U para participar en la fase de entrevistas, tomando en cuenta que cumplían con los requisitos de inclusión para la investigación, así como manifestaron su disposición para participar y presentarse a una entrevista. Las letras que representan cada caso serán sustituidas por números del uno al siete respectivamente.

## **Capítulo 5. Estudio principal**

Esta fase se llevó a cabo para conocer tanto la experiencia como las características de la actual relación (intermitente) de pareja que viven los participantes. Así también, se buscó conocer el estilo de apego de los mismos, que puede ser un factor que contribuye a formar parejas de este tipo.

### **5.1 Objetivo particular**

Realizar estudios de caso con personas que forman parte de parejas intermitentes a través de los cuales se puedan explorar distintos elementos de la relación que las caractericen como intermitentes.

#### **5.1.1 Objetivos específicos**

- Identificar el estilo de apego de los participantes.
- Determinar si las características psicológicas propias del apego inseguro ansioso/ambivalente (ansiedad, evitación, inestabilidad, incertidumbre, ambivalencia, dependencia emocional, compromiso, desconfianza y satisfacción) están presentes también en los miembros de parejas intermitentes.

### **5.2 Método**

#### **5.2.1. Participantes**

A partir de las respuestas de las encuestas de tamizaje, se hizo la selección de los participantes, tomando en cuenta su disponibilidad y disposición para participar.

Formaron parte de ésta fase siete mujeres. Todas las participantes fueron mujeres, ya que fueron quienes aceptaron formar parte de esta fase del estudio. Con este número se llegó al punto de saturación, al repetirse la información que proveían las participantes en las entrevistas (Montero, 2009). Se establecieron los siguientes criterios de inclusión y exclusión. Se incluyeron en el proyecto personas que, además de contestar la encuesta de tamizaje:

- a) formaban parte, al momento de la entrevista, de una pareja intermitente (en una relación de noviazgo) que hubiera pasado por al menos tres veces por el ciclo de unión-separación y de al menos un año de duración;
- b) fueran mayores de 18 años;
- c) fueran residentes del entonces Distrito Federal;
- d) pertenecieran a parejas heterosexuales. Esto no quiere decir que no existan relaciones intermitentes en parejas homosexuales, sino debido a la falta de documentación al respecto y a que esta investigación es un primer acercamiento al fenómeno y
- e) participara voluntariamente y aceptara firmar el formato de consentimiento informado (ver Apéndice C).

Por tanto, las siete participantes eran mexicanas (residentes el Distrito Federal), estudiantes de licenciatura/maestría, con edades entre 20-25 años. Todas mencionan ser heterosexuales y pertenecientes actualmente a una relación en la que habían terminado y reconciliado más de cuatro veces. Así mismo, ninguna había cohabitado con su actual pareja, no tenían algún lazo o compromiso legal con la misma, ni compartían hijos en común. Todas habitaban con su familia de origen o con amigos y tenían ingresos estables o el apoyo económico de su familia.

### **5.2.2. Tipo de estudio**

Se realizó un estudio de casos múltiples, que se refiere a la selección de diversos casos para ayudar a ilustrar un fenómeno determinado (Creswell, 2007), en este caso, el fenómeno de las parejas intermitentes. Este tipo de estudio permite el desarrollo y/o creación de teorías o explicaciones a un fenómeno (o unidad de análisis), buscando una generalización analítica de los datos: se pretende que los datos se generalicen a la teoría y no a toda la población (Yin, 2009). Es por esto que la relevancia y generalización no provienen de la estadística, sino de la lógica: las características de este tipo de estudios se puede extender a otros casos a

partir de la fortaleza de su razonamiento explicativo. No se busca analizar la incidencia de un fenómeno, sino el fenómeno en sí y su contexto (Yin, 2009). Yin (2003) plantea que los estudios de caso tienen como objetivo desarrollar conceptos preliminares que permitan situar el fenómeno dentro de la literatura de investigación, lo que resultará en el avance del conocimiento, definición y comprensión de dicho fenómeno.

### **5.2.3. Instrumento**

Para la entrevista, se utilizó la guía incluida en el Apéndice A. La guía incluye una lista de temas y preguntas que sirvieron de base para la exploración durante el estudio de casos múltiples. Las preguntas están basadas en las 11 características (ansiedad, evitación, inestabilidad, incertidumbre, ambivalencia, dependencia emocional, falta de compromiso, desconfianza, insatisfacción, violencia y desequilibrio de poder) que se ha encontrado en la literatura, que definen tanto a las parejas intermitentes como a las personas con apego inseguro ansioso/ambivalente.

El cuestionario de estilos de apego (Apéndice B) se aplicó la traducción elaborada por Brennan, Clark y Shaver (*Mutli-Item Measure of Adult Romantic Attachment o Experiences in Close Relationships*, 1998), la cual consta de dos sub-escalas: una de evitación ( $\alpha = .94$ ) y otra de ansiedad ( $\alpha = .91$ ). Esta escala permite determinar el estilo de apego de los respondientes. La escala consta de 36 ítems tipo Likert con 7 opciones de respuesta (1 = completamente en desacuerdo, a 7 = completamente de acuerdo), 18 en cada subescala. Esta versión en español (Alonso-Arbiol *et al.*, 2007) se realizó a través del método de traducción-retraducción de la escala en inglés, la cual se aplicó a 602 estudiantes de la Universidad del País Vasco. Ambas escalas tienen consistencia interna con valores  $\alpha$  de .87 (evitación) y .85 (ansiedad). La manera de calificar este instrumento es sumando la puntuación de los reactivos correspondientes a cada escala y promediarlos para obtener el nivel de ansiedad y de evitación, para así ubicar al sujeto en una de las cuatro estilos de apego según los niveles obtenidos en ambas escalas que representan las dimensiones con el mismo nombre.

#### **5.2.4 Procedimiento de recolección de información**

Esta fase constó de entrevistas individuales semi-estructuradas, de una sesión aproximadamente de 40-120 minutos, las cuales fueron audiograbadas con el consentimiento informado (Apéndice C) de los participantes, para después ser transcritas y analizadas. Al finalizar la entrevista, se les aplicó el cuestionario de estilos de apego (MIMARA, Brennan, Clark & Shaver, 1998) en su versión al español elaborada por Alonso-Arbiol, Balluerka y Shaver (2007) (Apéndice B) con el fin de determinar su estilo de apego.

#### **5.2.5. Procedimiento de análisis de datos**

Para realizar el análisis de la información obtenida de las entrevistas, se llevó a cabo un análisis de contenido mediante categorización según Kvale (2007). Así mismo, se hizo una descripción de cada caso y de los temas y categorías presentes en caso uno (*within-case analysis*), seguido de un análisis de los temas a través de todos los casos (*cross-case analysis*) así como una interpretación del significado de estos análisis, como lo plantea Creswell (2007).

Para Kvale (2007), un análisis de contenido es una técnica para la descripción cuantitativa del contenido manifiesto en algún tipo de comunicación (en este caso, las entrevistas). Siguiendo esta técnica, se codificó el significado del texto en categorías hasta que se hizo posible conocerla frecuencia con que aparece o no un tema en alguna conversación. Estas categorías surgieron a partir de la teoría y del propio lenguaje los entrevistado(os), ya que como menciona el autor, éstas pueden ser planteadas y desarrolladas por adelantado o a partir del análisis o a partir de éste. Una vez que se categorizó el contenido, fue posible presentarlo en gráficas o tablas, lo cual permitió analizar y comparar los datos y obtener conclusiones e interpretaciones de los mismos (Kvale, 2007).

#### **5.2.6. Consideraciones Éticas**

A continuación, se mencionan las consideraciones éticas que se tomaron en cuenta con los participantes para realizar este estudio, en relación con la

confidencialidad, comunicación de los resultados, el consentimiento informado y contactos de profesionales en caso de crisis:

- Se respetó la confidencialidad de las respuestas obtenidas de los estudios de caso y la sesión de discusión. Antes de iniciar dichas actividades, se les explicó a los participantes la forma en que se mantendría la confidencialidad. Así mismo, se les comunicó que tenían la libertad de no contestar lo que no desearan y que podían dar por terminada su participación en cualquier momento.
- Se pidió a los participantes que firmaran un consentimiento informado (Apéndice C) en donde afirman estar de acuerdo con que su participación fuera grabada y en que aquellos datos obtenidos en el estudio serían utilizados únicamente para fines de la investigación y que no serían dados a conocer a terceros. Así mismo, se les pidió su autorización para ser contactados de nuevo para cualquier aclaración que se pueda tener con dicho en la entrevista.
- Se entregaría un resumen de los resultados finales de la investigación a aquellos participantes que desearan conocerlos; incluyendo las conclusiones a las que se llegó a partir de los estudios de caso en cuanto a la dinámica de las parejas intermitentes.
- Se elaboró una relación de diversos contactos de ayuda profesional en caso de tener necesidad de canalizar a algún participante o en caso de que ellos desearán esta ayuda.

### **5.3. Resultados**

A partir de las respuestas a la escala de apego, de las siete participantes tres se clasificaron en la categoría estilo de apego evitativo-temeroso (caso 3, 4 y 7), dos mostraron estilo preocupado/ansioso-ambivalente (caso 1 y 6), una se ubicó en apego evitativo-rechazante (caso 2) y otra en apego seguro (caso 5). A

continuación se presentan las categorías que se obtuvieron de las entrevistas con las participantes.

### **5.3.1 Categorías**

A partir de las entrevistas a las participantes, se codificaron y se obtuvieron 98 respuestas. Estos códigos fueron agrupados según la similitud de contenido entre ellos y, posteriormente, se obtuvieron 12 categorías. Inicialmente, se establecieron 11 categorías a partir de lo planteado en la teoría: ansiedad, evitación, dependencia emocional, inestabilidad, desequilibrio de poder, ambivalencia, falta de compromiso, insatisfacción, desconfianza, incertidumbre y violencia; a partir de los contenidos, se identificó una más: intercambio de roles.

#### ***Ansiedad***

Este concepto hace referencia al constante miedo o preocupación excesiva que tiene un individuo a que su pareja lo rechace o lo abandone (Brennan, Clark & Shaver, 1998). Esta ansiedad se hace explícita en los individuos cuando mencionan el miedo de que su pareja no quiera estar realmente con ellos y que, eventualmente, los vaya a dejar. Este tema se asocia con la ansiedad que se le atribuye a los individuos con apego inseguro a que su figura de apego los pueda abandonar o no esté ahí cuando sea necesaria, así como la ansiedad que tienen por ser amados y aceptados por su objeto de apego (Bartholomew & Horowitz, 1991).

En las entrevistas, esta categoría se ve reflejada en características de la personalidad como el ser muy atento, protector, pasional, intenso, aprehensivo, encimoso, inseguro, serio/reservado. Así mismo, el ser más emocional y afectuoso que la pareja también se considera como un elemento en la dimensión de la ansiedad. Otros elementos relacionados son el miedo a ser abandonado, a la soledad, a ser cambiado y engañado también caben dentro de esta categoría. El querer estar en constante contacto (ver o hablar) con la pareja, preocuparse y enojarse cuando sale por su cuenta, así como el querer tener toda la atención de la misma cuando salen con otras personas también señalan a una ansiedad por

no querer dejar ir a la pareja. En cuanto a las separaciones, el no dejar que se lleve a cabo una terminación, buscar e insistir en reconciliarse y pensar constantemente en la pareja una vez que ya no están juntos también son elementos de la dimensión de apego. Por último, también se encontró en las entrevistas, que haber estado en una relación intermitente anteriormente, así como tener pocos amigos, fingir dramas o intentos de suicidio (con la intención de tener la atención de la pareja) y considerar que se quiere más a la pareja (más que la pareja a él o ella), también denotan esta ansiedad de ser abandonado en el individuo.

### ***Evitación***

Es el grado en que un individuo se siente incómodo con la intimidad afectiva y la dependencia de su pareja (Brennan, Clark & Shaver, 1998). Este tema hace referencia a la dimensión de evitación del apego inseguro, es decir, la tendencia de las personas de evitar la cercanía en las relaciones (Bartholomew & Horowitz, 1991); específicamente en este tema, se considerará el miedo o la tendencia a evitar la cercanía dentro de la relación de pareja.

Dentro de las entrevistas, se codificó esta categoría con conductas de los individuos como salir más por su cuenta (sin la pareja), darle trato de amigo y/o evitarlo. Más explícitamente, se expresa al sentirse incómodo con la cercanía física de la pareja o tan sólo con su presencia. Ser desapegado, distanciado y el causar problemas en la relación por falta de tiempo o atención también cabe dentro de esta categoría. Finalmente, el miedo a ser emocional o demostrar emociones a la pareja, así como el tener miedo a ser lastimado (y por eso no mostrar emociones o apegarse a la pareja) son indicadores importantes de esta categoría.

### ***Dependencia emocional***

Esta categoría se refiere a la necesidad de un individuo de estar cerca de su pareja, con el fin de evitar la ansiedad y procurar la tranquilidad emocional. Es la

necesidad que tiene el individuo por ser amado y aceptado por su objeto de apego (Bartholomew & Horowitz, 1991) para sentirse bien emocionalmente.

A través de las entrevistas, se encontró que cuando existe un desbalance en la relación, en el sentido de que un miembro invierta más emocionalmente, sienta que necesita más de su pareja y llore y/o se deprima cuando no está con su pareja denotan que existe dependencia emocional hacia el otro miembro. También considerar a la pareja como la más querida (en comparación de otras relaciones), mantener o propiciar el contacto constante durante las separaciones y mientras siguen juntos, así como el hecho de pensar que existe dependencia, también se toman en cuenta dentro de esta categoría.

### ***Inestabilidad***

Es la tendencia de la pareja de terminar la relación y reconciliarse posteriormente (Márquez, 2005). Esta dinámica también la denominó “ciclo de unión-separación”. Esta inestabilidad se demuestra a través de las entrevistas al mencionar múltiples separaciones explícitas u “oficiales” (queda claro y ambos acuerdan en que la relación terminó), peleas constantes, peleas sin separaciones, separaciones emocionales (refiriéndose a momentos en la relación en los que algún miembro no siente nada por el otro, ni quiere estar en la relación, pero ahí se mantiene) y múltiples reconciliaciones posteriores a estas separaciones.

### ***Desequilibrio de poder***

Se refiere al desbalance del poder entre los miembros de la pareja, en la que uno se siente dominado por el otro. Existe un ciclo de dependencia en el que un miembro de la pareja necesita al de “mayor poder” para sentirse seguro, mientras que el otro lo necesita para seguirse sintiendo con poder (Dutton y Painter, 1993a).

Aquí, un miembro de la pareja es quien principalmente toma las decisiones en la relación, comúnmente termina la relación y, si van a reconciliarse, es quien tiene la última palabra al respecto; de la misma manera, se muestra más dominante para con la pareja, y algunas veces es quien busca al otro para que

ceda en la reconciliación, aunque en algunas situaciones esta acción también lo lleva a cabo el miembro que es dominado, quien generalmente también es el que aporta más (emocional o económicamente) en la relación.

### ***Intercambio de roles***

Aunque esta categoría no fue planteada por la teoría, estuvo presente en todos los casos estudiados. Tomando como base la categoría de desequilibrio de poder, se puede observar que existen dos roles claros en estas relaciones: el apegado o con más ansiedad a ser abandonado y el desapegado o más evitativo. Sin embargo, a través de las entrevistas se observó que los miembros intercambian estos roles a través de diferentes momentos en la relación. En algún momento específico en la relación, aquel que era más apegado se vuelve más desapegado para con la pareja; ante este cambio de actitud, el que era menos apegado se vuelve más afectuoso. Este cambio se puede dar debido a que piensa que por ahora ser más desapegado, querrá dejar la relación, por lo que empieza a prestarle más atención a la misma. Así mismo, este cambio también suele suceder cuando el que era más apegado decide salir con otras personas en vez de con la pareja.

### ***Ambivalencia***

La ambivalencia, en este estudio, se define como el grado en que el individuo no sabe si quiere o no quiere seguir dentro de la relación de pareja. Es un sentimiento de confusión y/o indecisión en cuanto a qué hacer con respecto a la relación: terminarla, seguirla, modificarla, tomar un tiempo de separación, etc. Márquez (2005) también la define como el miedo a la fusión o a quedarse en la relación y, al mismo tiempo, el miedo a ser abandonado.

En los casos que se estudiaron, se presentó principalmente mediante tener dudas de seguir o no en la relación. Más específicamente, se puede encontrar cuando existen incongruencias en el discurso de los participantes, en el que afirman querer terminar la relación, pero estar muy tristes una vez que se lleva a cabo la separación, así como el sentirse ansioso por saber dónde está su pareja después de haberse separado. También se encuentra cuando se intenta que no

se vaya la pareja una vez que ese mismo miembro propuso la separación o arrepentirse de haber tomado esta decisión, así como callar el deseo de regresar y reconciliarse o ir a buscar a la pareja para que se reconcilien. Otras formas de expresar esta ambivalencia son que en un inicio, uno de los integrantes no quería estar en la relación pero accedió, o incluso a mencionar explícitamente sentirse ambivalente con el amor y la relación de pareja en la que está.

### ***Falta de compromiso***

Hace referencia a la necesidad del individuo por tener una relación en la que su pareja tenga un nivel de compromiso alto y recíproco (Feeney & Noller, 1990; Hazan & Shaver, 1987) y en el que ambos miembros se involucran e invierten equitativamente en la relación. Sin embargo, la realidad es que en ninguna de estas relaciones existe tal cual el compromiso como les gustaría a los miembros. En contraste, en las entrevistas se encontró que sólo uno de los miembros resuelve y se preocupa por los problemas de la relación, mientras que el otro los ignora (por falta de interés o por no hacerlos notar a su pareja y que ésta se quiera separar). Así mismo, es sólo uno quien se hace cargo de pagar las cuentas y de procurar que todo esté bien en la relación, mientras que el otro sale a divertirse por su cuenta sin avisar, o menciona que no quiere cerrarse a oportunidades de conocer otras personas y tiene poco tiempo para invertir en la relación.

### ***Insatisfacción***

Se refiere al nivel de agrado que se tiene con la pareja y con la relación de pareja que comparten (Dailey *et al.*, 2009). Aunque la baja satisfacción juegue un papel muy importante en las parejas intermitentes, no siempre es un determinante para que éstas terminen. Por el contrario, en las entrevistas encontramos que algunos miembros se sentían muy incómodos e insatisfechos en la relación mientras que sus parejas se sentían felices y satisfechas en ellas. Algunos participantes mencionan sentir incomodidad por el ciclo en el que se encuentra su relación (terminación-reconciliación), así como pueden sentirse cansados de discutir, y piensan que “ya se perdió la química” o dejan de “construir ilusiones” para la

relación después de tantas separaciones y peleas. Por otro lado, y entintado de ambivalencia, mencionan sentirse felices, tranquilos y sin presiones después de las separaciones, pero también felices cuando se reconcilian.

### ***Desconfianza***

Hace referencia a la inseguridad que se tiene acerca de la exclusividad de la relación y falta de confianza acerca de la pareja (Dailey *et al.*, 2009). También involucra pensamientos de posibles infidelidades de la pareja. En las entrevistas, se manifestó como ser celoso y desconfiar de la pareja y de la fidelidad de la misma, mientras que otros daban razones a sus parejas para desconfiar, como siendo infiel, saliendo con otras personas durante las separaciones y mintiendo o no siendo sincero. Por otro lado, algunos miembros pueden sentirse tranquilos pensando en que tienen una relación exclusiva, mientras que otros mienten o personifican a alguien más (en redes sociales) para descubrir si su pareja es infiel o no.

### ***Incertidumbre***

Esta categoría se refiere a aquellas dudas concernientes a la propia relación de pareja, su definición, normas y el futuro de la misma (Knobloch & Solomon, 1999, en Dailey *et al.*, 2009b). Involucra desconocer el estado de la relación (si siguen juntos o si la relación ya se disolvió), así como no saber acerca del futuro de la relación o qué piensa la pareja acerca de la misma.

En las entrevistas, se codifica esta incertidumbre en función de si alguno, ambos o ninguno de los miembros tienen metas de largo plazo para la relación, así como tener incertidumbre acerca de si la relación sigue en pie o no.

### ***Violencia***

En esta categoría no sólo se toma en cuenta la violencia física (que va desde empujones, apretones hasta golpes), sino que también incluye la violencia

psicológica y verbal, que se manifiesta principalmente en chantajes y en constantes reclamos y resentimientos a raíz de eventos, situaciones o problemas que pasaron anteriormente en la relación. Así mismo, también se toma en cuenta si algún miembro agredió de cualquiera de estas formas al otro después de haber ingerido alcohol (no hubo menciones con respecto a sustancias psicoactivas).

### **5.3.2. Descripción de casos**

A continuación, se presentan las respuestas textuales que dieron las participantes seleccionadas en la encuesta de tamizaje, así como un breve resumen realizado a partir de la información obtenida en la entrevista de cada caso. Así mismo, se indica el estilo de apego a partir de la escala de estilo de apego (*MIMARA, 2007*). Es importante hacer notar que la duración de la relación y el número de separaciones que mencionan las entrevistadas son aproximados, ya que incluso la mayoría de ellas no lo recuerda con exactitud, así como existen discrepancias en estos datos en lo que mencionan en sus respuestas de las encuestas de tamizaje y sus entrevistas. Se hace omisión de la pregunta acerca de si son residentes del Distrito Federal, ya que, como es requisito de inclusión, todas las participantes lo eran.

#### **Caso 1**

1. Edad: *25 años*
2. Estado civil: *soltera*
3. Hijos: *No*
4. ¿Cuánto tiempo tiene la relación (sin contar el tiempo que estuvieron separados)?  
*1 año a distancia, nos hemos visto 12 veces ya que él vive en Monterrey.*
5. Aproximadamente, ¿cuántas veces han cortado?  
*Cuatro veces en ocho meses.*
6. ¿Existe cierto grado de insatisfacción o incomodidad por que la relación se ha desarrollado de esa manera (rompimientos/reconciliaciones)?

*Incomodidad, porque no nos podemos mover de ciudad ni perderse el uno al otro, “es una decisión difícil no querer cerrar el círculo porque no nos hemos dado la oportunidad de acercarnos o comprometernos realmente”.*

7. ¿En qué estado se encuentra actualmente la relación (juntos o separados)?

*“Supuestamente” separados, pero en contacto diario.*

Ella es una mujer, a unos meses de terminar su maestría, vive en el Distrito Federal con sus padres y su novio reside en Monterrey. Su pareja tiene 27 años y trabaja para una empresa de alimentos. Llevan juntos aproximadamente 2 años contando las separaciones que han tenido, ya que han cortado alrededor de 8 veces en un año.

Actualmente, no han regresado “oficialmente”, pero siguen en contacto diario y en la misma dinámica de una relación de pareja, con planes de verse en un futuro muy cercano. Antes de la última separación oficial, solían verse cada tres semanas. Existen celos de parte de él, pero ella asegura que no son fundamentados, ya que nunca lo ha engañado. Estos celos, seguidos de la distancia y el tiempo, es el factor por el que más veces han terminado la relación, ya que él no está de acuerdo con la manera de comportarse de ella (salir a fiestas y conocer gente). Ella afirma que nunca ha tenido intenciones de engañarlo ni lo ha hecho, pero que parece ser una gran preocupación en su pareja, quien no deja de comunicarse y reprocharle sus acciones.

Un elemento a considerar es que ambos, sobre todo su pareja, muestran arrepentimiento instantes después de terminar la relación y tratan de convencer al otro que regrese y “olvide” lo que acaba de suceder (la terminación). Ella se ve conflictuada entre los celos de su pareja y el hecho de que está en su naturaleza, y es parte de su trabajo, el convivir con nuevas personas. También le resulta difícil lidiar con esto debido a los constantes “chantajes” de su pareja, quien le reprocha que “se va a comportar igual que ella” o “así no debe de comportarse una novia”.

Así mismo, ambos tienen problemas al intentar explicar a sus familias en qué estado están; esto dado que las constantes peleas y reconciliaciones los dejan en

un estado de incertidumbre y, por lo mismo, debido a que ambos tienen familias son muy “tradicionales”, no pueden invitarse a eventos familiares ni viajar ya que no están en una relación “oficial”.

## **Caso 2**

1. Edad: *20 años*

2. Estado civil: *Soltera*

3. Hijos: *Sí*

4. ¿Cuánto tiempo tiene la relación (sin contar el tiempo que estuvieron separados)?

*Dos años.*

5. Aproximadamente, ¿cuántas veces han cortado?

*Peleas han sido bastantes, pero las que han marcado puntos más decisivos han sido cuatro, con la frecuencia más o menos de medio año.*

6. ¿Existe cierto grado de insatisfacción o incomodidad por que la relación se ha desarrollado de esa manera (rompimientos/reconciliaciones)?

*Estamos cómodos porque llegamos a un punto donde tal parece que ya estamos preparados para todo tipo de contingencias. Entonces podemos tener la confianza de contarnos ciertas cosas sin herirnos y expresarlo abiertamente.*

7. ¿En qué estado se encuentra actualmente la relación (juntos o separados)?

*Juntos.*

Ella es una mujer, estudiante de licenciatura, residente en el Distrito Federal, al igual que su novio, quien tiene 24 años. Ellos tienen una relación de pareja de dos años, en los que han tenido muchos problemas y separaciones, de las cuales cuatro han sido las más importantes o “fuertes”.

Ambos tienen hijos de parejas anteriores, ella una hija de seis años y él una hija de cinco años. Viven actualmente separados y han trabajado juntos algunas veces. Después de un año de relación, en el cual ya habían tenido separaciones, ella se embaraza de él y tiene un aborto espontáneo a las ocho semanas. Ha existido violencia física, verbal y psicológica en algunas ocasiones. Actualmente siguen juntos, aunque ella afirma que solamente mientras recibe unos resultados

de exámenes médicos, para los cuales quiere que él este presente, ya que les incumbe a ambos. Ella quiere acabar la relación pero él sigue contactándola al menos cada tres horas. Existen muchos celos y desconfianza, debido a anteriores infidelidades comprobadas de parte de él.

Es importante hacer notar que, anteriormente, ella había sido la que consideraba difícil separarse de su pareja, mientras que él se comportaba más frío. Después de diversas infidelidades por parte de él, y con ayuda de un profesor, ella cambia de parecer y es ahora quien se comporta más desapegada. Por su parte, su pareja también sufre un cambio radical, siendo él quien ahora no puede estar separado de ella, con miedo a ser abandonado y manteniéndose en constante contacto con ella, así como sufriendo celos y chantajeando emocionalmente a su pareja; esto incluye llamadas de intentos de suicidio falsas y peleas con hombres que tienen contacto con ella (incluso familia).

### **Caso 3**

1. Edad: *20 años*
2. Estado Civil: *soltera*
3. Hijos: *No*
4. ¿Cuánto tiempo tiene la relación (sin contar el tiempo que estuvieron separados)? *1 año y medio*
5. Aproximadamente, ¿cuántas veces han “cortado”? *4 veces*
6. ¿Existe cierto grado de insatisfacción o incomodidad por que la relación se haya desarrollado de esa manera (rompimientos/reconciliaciones)? *Sí, a veces hablamos de eso y también por cosas que pasaron cuando estábamos separados.*
7. ¿En qué estado se encuentra actualmente la relación (juntos o separados)?  
*Juntos*

Ella es una mujer estudiante de licenciatura, su novio tiene 25 años, y ambos están por concluir su carrera. Ambos residen en el Distrito Federal, cada quien con sus respectivas familias. Ella con ambos padres y cuatro hermanos y hermanas mayores, mientras que él vive solamente con su padre. Ellos llevan juntos aproximadamente dos años, de los cuales han estado separados

aproximadamente 6 meses, teniendo alrededor de 4 separaciones oficiales. De estos rompimientos, él terminó las primeras dos veces, y ella las siguientes dos veces; en cuanto a las reconciliaciones, ella propuso las primeras y él las siguientes dos. La separación más larga fue de un mes y medio, mientras que la más corta fue de aproximadamente una semana. Durante estas separaciones, siempre hay contacto entre ellos, ya sea vía mensajes de texto, llamadas o Internet.

Existen celos, resentimientos y algunas veces chantajes (de ambos lados), debido a eventos que pasaron anteriormente en su relación, como una infidelidad por parte él durante el tiempo que estuvieron separados y, en el caso de ella, amigos que frecuenta mucho. La mayor parte de los problemas se desprenden de que él piensa que ella es un poco distante y no es tan afectiva como “debería” serlo. Ella comenta que al inicio de la relación, él afirmaba que él era el la quería más de lo que ella lo quería a él, ya que lo trataba más como un amigo; ese problema fue la causa de que terminaran la primera vez, y persistió a través de la relación, aunque ya no fue razón suficiente para terminarla. Ella ve a su pareja como un poco solitario (ya que tiene pocos amigos cercanos) y que necesita de su apoyo (ya que tampoco vive con el resto de los miembros de su familia), así como tímido y sentimental. También afirma que generalmente ella es quien propone cambios o toma decisiones en la relación, ya que su pareja algunas veces prefiere no comentar, por miedo a que ella lo vaya a dejar. Este aspecto también sale a relucir cuando él insiste para que se reconcilien o para que no se separen.

#### **Caso 4**

1. Edad: *24 años*
2. Estado Civil: *Soltera*
3. Hijos: *no*
4. ¿Cuánto tiempo tiene la relación (sin contar el tiempo que estuvieron separados)?

*Llevamos juntos aproximadamente 4 años y 3 meses (sin contar las separaciones)*

5. Aproximadamente, ¿cuántas veces han “cortado”?

*Al año cortamos por 4 meses, regresamos y estuvimos bien por dos años; el siguiente año cortamos una vez por mes, este año rompimos una vez por dos semanas. Regresamos y volvimos a cortar por 3 semanas. Han sido alrededor de 4 veces.*

6. ¿Existe cierto grado de insatisfacción o incomodidad por que la relación se haya desarrollado de esa manera (rompimientos/reconciliaciones)? *Sí hay insatisfacción por el ciclo.*

7. ¿En qué estado se encuentra actualmente la relación (juntos o separados)?  
*Juntos*

Ella es una joven estudiante de maestría, con quien lleva alrededor de 5 años con su novio (de 22 años) sin contar el tiempo que han tenido separaciones. Ambos viven con sus respectivos padres y hermanos; ella es la tercera de 4 hermanos. La separación más larga que han tenido es de 3 meses, en el que no hubo contacto alguno entre ellos; ésta ha sido la única ocasión en la que él terminó la relación, pues generalmente ella tiene este rol. Durante las otras separaciones, generalmente pueden pasar desde horas hasta un día para que vuelvan a ponerse en contacto. Ella comenta que, a partir del cuarto año en su relación, las peleas y separaciones se hicieron más constantes, aproximadamente una vez al mes (por un fin de semana) terminaban la relación. Sin contar estas separaciones, han terminado 4 veces “oficiales”, en las que no se veían entre 1 y 3 meses.

Ella se ve a sí misma como con problemas de inseguridad y se describe como seria y comprometida, mientras que ve a su pareja como más rebelde y divertido (cualidades que le atrajeron cuando recién se conocieron) y lo percibe como más emocional que ella. Al inicio de la relación, fue un problema la diferencia de edades, ya que ella se sentía un poco “acomplejada” de ser la mayor, pero afirma que mientras que ella es mayor biológicamente, él puede ser mayor psicológicamente y que ha aprendido muchas cosas de él.

Han salido con otras personas mientras están separados pero, al menos ella, afirma que sigue pensando en él y preferiría estar con él y por eso decide

regresar. Ella tiene mala relación con la familia de su pareja, ya que consideran que lo trata “mal”, y esta mala relación también los ha llevado a tener problemas.

En el último par de meses, no ha habido separaciones. Ella lo adjudica al hecho de que ambos han acudido a terapia por separado y han podido trabajar algunos aspectos de la relación, así como el hecho de que él entró a trabajar y ahora puede enfocarse en otras cosas, así como le da espacio a ambos.

### **Caso 5**

1. Edad: *23 años*

2. Estado Civil: *Soltera*

3. Hijos: *No*

4. ¿Cuánto tiempo tiene la relación (sin contar el tiempo que estuvieron separados)?

*5 años y medio*

5. Aproximadamente, ¿cuántas veces han “cortado”?

*10 veces*

6. ¿Existe cierto grado de insatisfacción o incomodidad por que la relación se haya desarrollado de esa manera (rompimientos/reconciliaciones)?

*Sí, sobre todo por lo que cada uno hace cuando estamos separados (salir con otras personas)*

7. ¿En qué estado se encuentra actualmente la relación (juntos o separados)?

*Juntos*

Ella es una chica egresada de licenciatura, su novio también tiene 23 años y está por terminar su carrera. Llevan aproximadamente 6 años de relación, ya que la iniciaron desde los 17 años. Ella vive con su mamá y tres hermanas menores, mientras que él vive actualmente solo, pero solía vivir con sus abuelos ya que nunca tuvo mucha relación con sus padres. Se han separado alrededor de tres veces (que varían desde un mes hasta tres meses sin contactarse) pero ha habido aproximadamente ocho separaciones “pequeñas”, en las que no se contactan desde un día hasta una semana. Ella es quien usualmente termina las relaciones y él quien la busca para reconciliarse.

Existe mucha relación entre la familia de ella y su novio, ya que el trabaja con su mamá desde hace tiempo y funge como el “hombre de la casa”, ayudando a realizar tareas masculinas. Ella cuenta que al principio la relación era muy diferente a como es ahora, ya que ella tenía mucho miedo de que la fuera a dejar, mientras que ahora ella se siente más segura e independiente y él es quien tiene miedo de ser dejado por su pareja. Ella adjudica esto al hecho de que ahora su novio vive solo y no hay mucho contacto entre su familia, así como dejó de frecuentar al grupo de amigos que tenía; esto la hace pensar que él necesita de un apoyo y puede haber sido la causa del cambio de roles. Así mismo, otra cosa que ayudó a que cambiara la relación es que hayan asistido a terapia de pareja hace un año como parte de un acuerdo que tuvieron durante su última reconciliación.

Los problemas radican principalmente en los celos, la desconfianza y el hecho de que han salido con otras personas mientras han estado separados. Sin embargo, ella menciona que estar con otros sólo reafirma su deseo de estar con él.

### **Caso 6**

1. Edad: *23 años*
2. Estado Civil: *Soltera*
3. Hijos: *No*
4. ¿Cuánto tiempo tiene la relación (sin contar el tiempo que estuvieron separados)?  
*1 año*
5. Aproximadamente, ¿cuántas veces han “cortado”?  
*12-16 veces*
6. ¿Existe cierto grado de insatisfacción o incomodidad por que la relación se haya desarrollado de esa manera (rompimientos/reconciliaciones)?  
*Sí, de ambas partes.*
7. ¿En qué estado se encuentra actualmente la relación (juntos o separados)?  
*Juntos*

Ella es estudiante de licenciatura, al igual que su novio de 22 años. Ellos tienen aproximadamente un año y ocho meses juntos, de los cuales han estado separados aproximadamente ocho meses, en alrededor de 15 separaciones. Ella vive con dos compañeros de cuarto (un hombre y una mujer) y él vive con su familia.

Las separaciones varían de tres días hasta tres meses, en los que empieza gradualmente a haber comunicación, siendo él quien la busca o le envía regalos o va a su casa, hasta que la convence de volver a salir. Ella afirma que al principio, ella quería regresar con él porque se sentía agradecida de que él le había hecho compañía cuando ella estaba saliendo de una relación difícil. Así mismo, sentía mucha confianza en él y pensaba que sólo él iba a estar ahí para ella, y por ese motivo sentía la necesidad de reciprocárselo reconciliándose con él. Eventualmente, la costumbre, el cariño y la confianza eran lo que hacía que accediera regresar con él, lo cual después se tornó en miedo a la soledad y la preocupación de que él estuviera bien.

Los problemas se encuentran alrededor de que ella no se sentía a gusto con él, ya que considera que son muy diferentes, incluso lo ve a él como una persona “rara” y alejada y distinta de la forma de ser de la sociedad. Esto hace que ella no lo entendiera y él se sienta solo e incomprendido. También el hecho de que, frente a dificultades o discusiones, él tomara actitudes infantiles al personificar o actuar “personajes” animales y, al hacerlo, no afrontar sus problemas como un adulto. Esto los alejaba a ambos, pero mientras ella se preocupaba por la relación y el bienestar de ambos, él parecía que sólo le importaba que ellos siguieran juntos, aunque esto implicara muchas peleas y gran dolor para ambos. Por esto mismo, ella llegaría a creer que él tiene un concepto de felicidad muy diferente al resto de las personas. Ella afirma que perdió la cuenta de cuántas veces se han separado, y que muchas veces las reconciliaciones fueron implícitas.

## **Caso 7**

1. Edad: *21 años*
2. Estado Civil: *Soltera*
3. Hijos: *No*
4. ¿Cuánto tiempo tiene la relación (sin contar el tiempo que estuvieron separados)?  
*4 años*
5. Aproximadamente, ¿cuántas veces han “cortado”?  
*5 veces*
6. ¿Existe cierto grado de insatisfacción o incomodidad por que la relación se haya desarrollado de esa manera (rompimientos/reconciliaciones)?  
*Sí.*
7. ¿En qué estado se encuentra actualmente la relación (juntos o separados)?  
*Juntos*

Ella es una chica estudiante de licenciatura. Lleva cuatro años de relación con su novio de 26 años, quien no estudió una carrera. Él es inconstante en su trabajo, lo cual lo hace cambiar frecuentemente de empleo y le causa frecuentes problemas de dinero que dificultan su vida, aunado al hecho de que tiene un hijo que tuvo con una pareja anterior.

Ellos llevan aproximadamente cuatro o cinco separaciones fuertes, que varían de uno hasta tres meses. Sin embargo, debido a que él vive en el Estado de México y ella en el D.F., no es muy común que se vean a diario; incluso, en una ocasión dejaron de tener contacto por dos meses. Éste fue un problema muy grande, ya que ella lo tomaba como desinterés y desigualdad de parte de su pareja, pensando que ella aportaba más a la relación. Con esto no sólo se refiere a emocionalmente, sino que también económicamente, ya que llegó a prestarle a su pareja alrededor de \$20,000 pesos para que él solucionara diversos problemas económicos, los cuales culpaba a ella de haberlos causado aunque esto fuera injustificado.

Ella afirma que dejó de hacer muchas cosas, incluso de asistir a clases para poder viajar cinco horas y ayudarlo o estar con él cuando la necesitaba. Así

mismo, piensa que él la chantajeaba emocionalmente diciéndole que la necesitaba y la amaba, pero escaló hasta reclamarle dinero y decirle que ella era la causante de que hubiera arruinado su vida. La participante siente un poco de culpa, aunque reconoce no tenerla, y considera que esto es lo que hace que se mantenga en contacto con él, aunque afirma sentirse confundida ante la interrogante de si él realmente la quiere o sólo quiere que ella le solucione sus problemas.

Oficialmente y para los demás, se encuentran separados desde hace 3 o 4 meses, aunque en secreto se sigan manteniendo en contacto y él siga insistiendo que quiere estar en una relación con ella. En ocasiones anteriores, era ella quien terminara la relación y él quien la buscaba. Sin embargo, la participante piensa que los roles en la relación han cambiado, ya que antes se consideraba más detallista y se preocupaba más por estar con él y por la relación, pero a partir de los problemas que se generaron, se comenzó a distanciar. Afirma que el cariño, el extrañarlo y tener la esperanza de que las cosas vuelvan a ser como antes es lo que la hace querer seguir intentando que funcione la relación. Actualmente, no le cuenta a nadie de su relación y nadie sabe de sus problemas ni que sigue en contacto con él.

### ***5.3.3. Descripción de resultados por caso***

Para cada caso, se presenta en primer lugar una tabla con los datos más importantes de cada participante, como: su edad, la duración de la relación, el número de separaciones, así como su estilo de apego obtenido de la escala *ECR* y sus respectivos puntajes en la escala de *ansiedad* y *evitación* (que conforman la escala *ECR*), seguido de los puntajes que obtuvieron en los demás estilos de apego; en esta misma tabla, también se muestran cuáles fueron las categorías que tuvieron más menciones durante la entrevista en relación a la participante y a su pareja. Posterior a esta tabla con los datos del participante, se presenta una donde se muestran todas las categorías y el número de menciones (y su porcentaje correspondiente) que tuvieron a lo largo de la entrevista cuando hablaban de ellas mismas, su pareja y ambos.

Posteriormente, se hace un recuento de estos datos, haciendo mención del estilo de apego de la participante así como una descripción de la tabla de porcentajes, haciendo un pequeño resumen y una síntesis de la dinámica que sigue la relación a partir de las menciones que se tiene en cada categoría. Finalmente, se interpretan estos resultados con base en el análisis de su entrevista y se presentan fragmentos de la entrevista representativos de cada categoría.

Es importante enfatizar en el hecho de que lo que las informantes reportaron con respecto a sus parejas no se considera como lo “real” (ya que no fueron entrevistadas); sin embargo, es lo que ellas perciben de ellos y que ellas consideran que es lo que está sucediendo, y es a partir de esta perspectiva que ellas actúan y toman decisiones en su relación. Por esta misma razón, cuando se habla de “número de menciones” hechas con respecto a la pareja a través de las entrevistas, se refiere al número de atribuciones que se les hicieron.

### **Caso 1**

Tabla 3. Datos Caso 1 y puntuaciones más altas

<b>Caso 1</b>	
Edad	25
Duración de la relación	1 año
Número de separaciones	4
Estilo de apego (escala)	Preocupado
Puntaje escala de Ansiedad	4.22
Puntaje escala de Evitación	2.77
Apego seguro (escala)	20.71
Apego preocupado (escala)	23.44
Apego temeroso (escala)	22.27
Apego rechazante (escala)	19.08
Categoría más alta (participante)	Falta de compromiso/ insatisfacción
Categoría más alta (pareja)	Ansiedad

La participante 1 calificó con apego preocupado a partir de sus respuestas de la escala de apego. Durante su entrevista, se observó que su relación está

caracterizada por la ansiedad que percibe de su pareja (siendo la categoría que más menciones recibió) y la posible insatisfacción y falta de compromiso que ésta puede estar produciendo en la participante. Así mismo, es importante observar la dependencia emocional que ella percibe por parte de ambos, que aunque se manifiesta de diferentes maneras en los dos miembros: su pareja buscando contacto constante y cierto control sobre ella; y ella, aunque insatisfecha y un tanto evitante, manteniendo vivo este contacto. Esto, a su vez, hace que la participante experimente ambivalencia, al ser dependiente pero estar insatisfecha simultáneamente.

Tabla 4. Número y porcentaje total de atribuciones de cada categoría en referencia al participante, su pareja y a ambos del Caso 1

<b>Categoría</b>	<b>Participante</b>		<b>Pareja</b>		<b>Ambos</b>	
Ansiedad	2	8.3%	14	45.1%	0	0%
Evitación	2	8.3%	1	3.2%	0	0%
Dependencia emocional	0	0%	0	0%	6	50%
Inestabilidad	0	0%	0	0%	1	8.3%
Desequilibrio de poder	1	4.1%	2	6.4%	0	0%
Cambio de roles	1	4.1%	1	3.2%	0	0%
Ambivalencia	5	20.8%	3	9.6%	0	0%
Falta de compromiso	6	25%	0	0%	0	0%
Insatisfacción	6	25%	2	6.4%	1	8.3%
Desconfianza	0	0%	4	12.9%	0	0%
Incertidumbre	0	0%	0	0%	4	33.3%
Violencia	1	4.1%	4	12.9%	0	0%

Debido a que la participante hace referencia 14 veces a la *ansiedad* de su pareja, se puede asumir que ella percibe a su pareja con un estilo de apego ansioso-ambivalente/preocupado. Incluso, se puede decir que tiene un grado más alto de ansiedad que ella, ya que la participante sólo se atribuye dos menciones en la categoría de ansiedad, aunque esta baja calificación y no solo de ella (sino también otras participantes) puede deberse a la *deseabilidad social*, en el que no

quieren mostrarse tan ansiosas frente a la investigadora. A la pareja se le atribuyeron características relacionadas con la ansiedad como el hecho de ser serio, reservado, encimoso (con la pareja), aprehensivo, inseguro, así como al haber mencionado varias veces que él tiene miedo de que ella lo abandone.

Así mismo, se identifica *insatisfacción* en la relación, en especial de su parte, ya que afirma sentirse feliz y tranquila cuando se llevan a cabo rompimientos, piensa que ya “se perdió la química” en la relación y hace explícita su incomodidad con el hecho de que tengan terminaciones y reconciliaciones recurrentes. La *ambivalencia* también se hace presente en este caso, ya que aun y cuando la participante afirma estar insatisfecha con la relación, ella y su pareja se han arrepentido inmediatamente después de terminar la relación en diferentes ocasiones, además de sentir gran ansiedad por saber dónde está su pareja y menciona constantemente tener dudas de seguir en la relación.

La *dependencia emocional* se detectó en ambos miembros de la pareja, ya que mientras están juntos, y aun y cuando están separados, existe constante comunicación entre ellos. Ella afirma que ambos invierten emocionalmente de una manera equitativa en la relación, y de manera coherente, ambos se comunican un igual número de veces con el otro.

La categoría de *falta de compromiso* obtuvo 6 menciones únicamente en referencia a la participante. Esto es ya que ella afirma que no quiere “cerrarse a otras oportunidades” (de conocer nuevas personas o parejas potenciales), con frecuencia sale a divertirse por su cuenta (ante lo cual la pareja manifiesta su desagrado), y tiene poco tiempo para la relación. Ella dice:

Sí pienso en él, pero no quiero dejar de hacer lo que yo pensaba antes de eso [de la relación].

En cuanto a la *violencia*, la mayor parte de las menciones se hacen con referencia a la pareja, siendo ésta principalmente en forma de chantajes y reclamos/resentimientos por cosas del pasado.

También se hicieron 4 menciones en cuanto a la *desconfianza* de la pareja, principalmente en relación con los celos excesivos y que tiene dudas constantemente de la fidelidad de la participante. De la misma manera, la categoría de *incertidumbre* también tuvo 4 menciones, esto dado que la pareja no tiene metas para el largo plazo y tienen un futuro un poco incierto, así como el hecho de que existan dudas sobre el estado de la relación. Con respecto a esto, la participante afirma:

O sea, no sé qué onda; si estamos juntos o si no estamos juntos. Para él sí, ¿no? Porque pues yo no le hablo de nadie más y él tampoco tiene a nadie más. Entonces, es complicado y pues ya...

Sin embargo, la cuestión familiar también agrava un poco este noviazgo, ya que debido a que son de diferentes costumbres, se complica más el estatus de la relación:

Ahorita, es que no sé, hay veces que dice "sí, mi amor..." y yo ya no lo digo. O sea porque siento que si le digo es "¡híjole!". Pero a él se le sale, entonces me dice "¿porque tú no me dices nada bonito?" y yo... (risas). Siento que si lo hago, pues es como que "volvemos" ¿o no?. Entonces él me ha pedido ir a Monterrey; yo no, no se me facilita tanto por como es mi familia. Es de las costumbres ..."y que qué va a pasar, ¿no eres una novia formal?" y yo "¡ayy!". Casi casi voy a ir a Monterrey por un anillo ¿o qué? O ya cuando lo tenga ¿voy a ir? Es como... por mi familia se me dificulta. Pero eso no quiere decir que sí, cuando yo realmente lo quiera pues digo sí, sí me voy. Pero en mi casa es ley: somos novios o no somos novios. Entonces él tampoco me supo contestar, entonces pues le dije tampoco era así. Pero quiero que mi familia te conozca, pero ¿cómo te voy a presentar? O sea ¿es mi amiga?

Como es de esperarse en una relación con miembros de apego ansioso-ambivalente, la categoría de evitación recibió pocas menciones, y siendo congruente con el hecho de que la pareja de la participante es percibida con un grado más alto de ansiedad, ella tiene más menciones en evitación (2) que él (1); siendo que ella se incomoda con la cercanía física y es más desapegada que su pareja. Cuando se habla en relación a la cercanía física, ella afirma:

Es que yo sí me considero cariñosa, o sea de abrazos y de besos y así, pero hay veces que él lo hace tanto que pues no.. así como

que.. “¡hazte tantito por allá!”. Pero es raro porque no sé si... no sé por qué lo alejo.. a veces. O sea cuando estamos juntos. Quién sabe. Habrá que pensarlo...

En cuanto al desequilibrio de poder, ella es quien tiene el poder de decidir cuándo oficialmente termina o se reconcilia la relación, mientras que él es quien aporta más y ella se muestra un tanto más desinteresada con respecto a la relación.

Finalmente, pero no por eso menos importante, se encuentra la categoría de cambio de roles. La cual es una categoría que no se tenía contemplada en la literatura pero se hizo presente en todas las entrevistas. En el momento en el que se encontraba esta relación, siendo la pareja quien tenía más ansiedad frente a la posibilidad de ser abandonado, hubo un punto en el que decidió cambiar de actitud. Él pasa de ser más apegado a ser más desapegado con ella y las cosas de la relación; posterior a este cambio, ella empieza a mostrarse más apegada para con él, mostrando más afecto y preocupación con respecto a su relación.

Aunque no se hizo mención de la inestabilidad, está implícita la presencia de esta categoría en el caso de la participante. Existen tantas peleas y discusiones dentro de esta pareja que incluso ella menciona en cuanto al estatus de su relación (juntos o separados):

Ya dijimos que no vamos a hablar de status porque... ¡quién sabe!  
Quién sabe, igual mañana nos volvemos a pelear y ¿qué haces conmigo?

## **Caso 2**

Según la escala de apego, la participante posee un estilo de apego inseguro rechazante, lo cual concuerda con que tenga un alto número de menciones en la categoría de desconfianza y, aunque no tiene tantas menciones, aquellas que hace en la categoría de evitación retratan perfectamente a este estilo de apego. La ansiedad que percibe en su pareja también es muy mencionada a lo largo de la entrevista, pero ésta aparece sólo a partir del cambio de roles que se vive en la

relación, a partir del cual la pareja intenta distintas estrategias para recobrar el control de la relación. Para ambos, al igual que en todos los otros casos, la dependencia emocional percibida en ambos es también muy alta, aunque manifestada de diferentes maneras en los participantes.

Tabla 5. Datos Caso 2 y puntuaciones más altas

<b>Caso 2</b>	
Edad	20 años
Duración de la relación	2 años
Número de separaciones	4 veces
Estilo de apego (escala)	Rechazante
Puntaje escala de Ansiedad	2.44
Puntaje escala de Evitación	3.33
Apego seguro (escala)	12.81
Apego preocupado (escala)	8.36
Apego temeroso (escala)	11.75
Apego rechazante (escala)	14.39
Categoría más alta (participante)	Cambio de roles/ desconfianza
Categoría más alta (pareja)	Ansiedad

Tabla 6. Número y porcentaje total de atribuciones de cada categoría en referencia al participante, su pareja y a ambos del Caso 2

<b>Categoría</b>	<b>Participante</b>		<b>Pareja</b>		<b>Ambos</b>	
Ansiedad	5	19.2%	16	45.70%	0	0%
Evitación	3	11.5%	0	0%	0	0%
Dependencia emocional	0	0.0%	2	5.70%	3	27.2%
Inestabilidad	0	0.0%	0	0%	3	27.2%
Desequilibrio de poder	2	7.6%	0	0%	0	0%
Cambio de roles	6	23.1%	2	5.70%	0	0%
Ambivalencia	3	11.5%	0	0%	0	0%
Falta de compromiso	1	3.8%	1	2.80%	0	0%
Insatisfacción	0	0.0%	1	2.80%	0	0%
Desconfianza	6	23.1%	9	25.70%	0	0%

Incertidumbre	0	0.0%	0	0%	2	18.1%
Violencia	0	0.0%	4	11.40%	3	27.2%

En este caso, dado que la pareja tiene más menciones en la categoría de *ansiedad*, se puede distinguir que ella percibe que él es quién tiene el apego más ansioso en la relación, contrario a la participante, quien tiene más menciones en la categoría de *evitación* y, de igual manera, calificó como apego rechazante en su escala de apego. En este momento de la relación, ella se siente más desapegada y, sobre todo, se siente incómoda con la cercanía física:

Entonces, a mí sí me incomoda. Me incomoda y hasta cierto punto me empalaga. [...] Sólo con él, porque te digo, llegamos a un punto en el que era demasiado. Demasiado y era todo el tiempo y no podíamos salir a ningún lado porque siempre me estaba agarrando y yo: “¡Bueno ya! ¡Déjame respirar por favor!”.

Es importante hacer resaltar la categoría de *cambio de roles*, ya que en este caso es muy notoria. Es decir, en un inicio en la relación, como lo comenta la participante, ella era quien era más apegada en la relación, mientras que su pareja “descuidaba” más la relación, incluso siendo infiel en ciertas ocasiones. Durante la entrevista, ella comenta que:

Hace un año eran los papeles al revés. Yo era la que siempre le estaba marcando, pero este año ¡no sé! Aprendí mucho de mí y se invirtieron los papeles. (...) Antes sí, era una parte muy importante en mi vida. Era como ese pedazo, lo que llaman “media naranja”, pero sin los huesos que faltaban, ¿no? Que no encajaban. Ahora no. Total, me compro otra naranja y me la como bien rico ¿no?

Una vez más, esto se refleja también en la categoría de *desconfianza*, ya que ambos son celosos y desconfían de la fidelidad de la pareja. Sin embargo, después de pasar por situaciones de infidelidad y *violencia* (principalmente chantajes, reclamos del pasado y violencia física en dos ocasiones por parte de él) por un período determinado, los roles se invierten y es ella quien se muestra más desapegada y desinteresada, mientras que él se muestra más celoso. Con respecto a esta constante violencia, la participante menciona lo siguiente:

A la siguiente semana, otra vez, ya estábamos agarrados del chongo. Y yo llegué un día a mi casa con moretones en los brazos de que me agarrara para que no me fuera. Y yo “¡No! Déjame irme. Deja que me calme, mañana hablamos”; Y no quería, no quería, no quería y en varias ocasiones sí llegue con los brazos así con moretones. Y en ese lapso yo le solté dos cachetadas precisamente por eso, porque yo no sabía qué hacer. No me escuchaba, no me entendía. Y él ahorita es día en el que no me deja de cantar eso. Y yo le digo “Bueno, vamos, tú has hecho cosas peores”.

Ella se cansa de la situación de la relación y decide terminarla, causando cambios en su pareja. Al respecto de estos cambios en su pareja o *cambio de roles*, ella comenta:

Cuando de veras vio que me había perdido, me dijo: “¡Vamoss! ¡Hago lo que sea por ti!

Estos cambios se ven principalmente en el hecho de que ahora él es quien es más *dependiente emocionalmente* de ella, queriendo estar en constante contacto, lo cual aleja mucho a la participante ya que ella ya no quiere estar ahí (aunque contradictoriamente, mantiene el contacto con él).

Este cambio de roles, en sus diferentes momentos, también fomenta que se de un *desequilibrio de poder*, en el que en ciertos momentos un miembro es quien comúnmente da por terminada la relación mientras que el otro es quien está más aferrado y aporta más para que la relación siga en pie.

Así mismo, también podemos observar que en la relación existe *insatisfacción*, aunque se menciona que la pareja ha afirmado sentirse feliz con al relación. Esto también se encuentra permeado de *ambivalencia*, ya que, aun y cuando ella tiene dudas de seguir o no en la relación, ella sigue sintiéndose triste cuando se separan, y cuando están juntos ella no quiere estar con él pero aún así mantiene el contacto que él propicia.

Por otro lado, en este caso también está presente, como en todos los demás, la *inestabilidad*, caracterizada por peleas y separaciones muy frecuentes, así como separaciones emocionales entre los miembros (siguen juntos en una

relación “oficial”, pero no hay sentimientos de amor hacia la otra persona). Al respecto, la participante cuenta que:

En ese punto [de la relación] yo ya no sentía nada. Lo besaba, lo miraba y ya no me provocaba nada.

Esta inestabilidad también lleva a que se cree *incertidumbre* en la relación, dado que a causa de todas las separaciones oficiales y no oficiales, hay momentos en los que los miembros no saben si la relación sigue en pie o no, así como que ninguno de los dos tiene metas fijas de largo plazo.

Finalmente, también encontramos que existe *falta de compromiso*, con el hecho de que, según el momento en el que se encuentre la relación, uno se preocupa por resolver los problemas de la relación para que estén bien, mientras que el otro los ignora y no parece preocuparse por el bienestar de la misma.

### Caso 3

Tabla 7. Datos Caso 3 y puntuaciones más altas

Caso 3	
Edad	20 años
Duración de la relación	1.5 años
Número de separaciones	4 veces
Estilo de apego (escala)	Temeroso
Puntaje escala de Ansiedad	3.88
Puntaje escala de Evitación	3.55
Apego seguro (escala)	21.44
Apego preocupado (escala)	23.25
Apego temeroso (escala)	25.17
Apego rechazante (escala)	23.16
Categoría más alta (participante)	Evitación/ Ambivalencia
Categoría más alta (pareja)	Ansiedad

Según la escala de apego, la participante 3 tiene un estilo de apego temeroso, lo cual se refleja en el alto número de menciones que tiene en la categoría de evitación, por su parte, la manera en que describe y percibe a su pareja como más ansiosa se refleja en la cantidad de veces que hace referencia a

su ansiedad y necesidad de estar con ella. Estas dos categorías también contribuyen a que ella perciba que exista un desequilibrio de poder entre ambos miembros. La dependencia emocional de ambos también hace que ella se sienta ambivalente al momento de terminar la relación, ya que sabe que lo quiere y también depende de él, aunque se sienta incómoda con la dinámica de ésta.

Tabla 8. Número y porcentaje total de atribuciones de cada categoría en referencia al participante, su pareja y a ambos del Caso 3

<b>Categoría</b>	<b>Participante</b>		<b>Pareja</b>		<b>Ambos</b>	
Ansiedad	3	8.5%	12	36.3%	0	0
Evitación	8	22.8%	1	3.03%	0	0
Dependencia emocional	2	5.7%	3	9.1%	7	70%
Inestabilidad	0	0%	0	0%	3	30%
Desequilibrio de poder	4	11.4%	0	0%	0	0
Cambio de roles	2	5.7%	1	3.0%	0	0
Ambivalencia	8	22.8%	0	0%	0	0
Falta de compromiso	1	2.8%	1	3.03%	0	0
Insatisfacción	2	5.7%	1	3.03%	0	0
Desconfianza	4	11.4%	7	21.2%	0	0
Incertidumbre	0	0%	1	3.03%	0	0
Violencia	1	2.8%	6	18.1%	0	0

En este caso, dado que la pareja recibe más menciones en la entrevista en la categoría de *ansiedad*, podemos entender que su pareja se encuentra más en la dimensión del apego ansioso o preocupado. Aquí, se observa cómo percibe a su pareja como aprehensivo, serio, reservado, atento, protector, inseguro, con pocos amigos, con miedo a ser cambiado por otro, mientras que la participante considera que tiene miedos y conductas infantiles. Por su parte, ella tiene más menciones en la categoría de *evitación*, coincidiendo con su estilo de apego. Ella sale más por su cuenta con amigos y familia que su pareja, ha causado problemas en la relación por falta de tiempo, en algunas ocasiones evita a la pareja, le da trato de amigo (más que como una pareja sentimental) y, sobre todo, afirma que tiene miedo a

ser lastimada y por esa razón no demuestra todas sus emociones a su pareja. Esto lo podemos leer explícitamente a partir de su entrevista:

A veces me he portado distante o así porque siento—me da miedo y me porto distante... y yo creo que lo nota y a veces como que siente que no lo quiero tanto y me lo ha dicho...-...[Y *¿qué es lo que te da miedo?*] Que terminemos o me vaya a hacer algo y a lastimar...

Más adelante, en la entrevista, vuelve a hacer esta aseveración:

He sido bastante insegura.. Así como “¿Qué estás haciendo? ¿Qué tal que hace algo...que me lastima?” Así, no? (...) Me he portado como que muy desapegada, poniendo una barrera, y eso es lo que hace que sea así. Pongo una barrera porque digo “Ay, no voy a darle todo, ¿qué tal que si ni me da nada él?”.

La *dependencia emocional* también es una característica en esta relación de pareja, en este caso, en ambos miembros. La participante menciona que su pareja es quien necesita más de el otro (ella no lo necesita tanto como él a ella), sin embargo, ambos invierten de igual manera emocionalmente en la relación, ambos lloran o se entristecen cuando no están juntos o terminan la relación y se mantienen en contacto diario (incluso durante las separaciones). En cuanto a esta dependencia de la pareja, ella menciona que:

Él estaba muy enojado porque tenía mucho resentimiento, que todavía lo tiene, porque si yo tengo una vida que es aparte de él, y él como que está muy enfrascado en mí, y si yo salía y decía “yo no voy a verte hoy” como que se sentía muy mal.

Por otro lado, la *desconfianza* también juega un papel importante en la relación. Ambos son celosos (aunque más su pareja), desconfían de su pareja y tienen dudas de la fidelidad de la misma. Ella explica que se siente así ya que su pareja salió con otras personas mientras no estaban juntos o tenían problemas.

La participante también reporta sentir mucha *ambivalencia* en esta relación de pareja, ya que comenta que aún y cuando siente dudas de quedarse o no en la relación, ella se deprime y se encuentra muy triste una vez que se separa de la pareja, siente ansiedad por saber dónde y cómo está su pareja cuando se

separan. Así mismo, una vez que terminan la relación, ella calla el deseo de regresar, pero aun así lo busca después de que se separan inesperadamente. Durante las separaciones, ella comenta cómo quiere regresar con él, pero no hace nada al respecto:

Como que lloramos, nos cuesta trabajo separarnos y luego en la noche estoy así como que 'quiero hablarle, quiero hablarle...', pero no, no lo hago. Le doy tiempo hasta que él me busque.

En este mismo aspecto, también menciona las razones para querer regresar aunque ya no quiera seguir con él:

Siempre lo extraño cuando terminamos, y a veces digo "ay, no sé.. si no me gusta las cosas que hace pero no son suficientes para no quedarme con él..." porque así, muchas cosas de él me gustan y me gusta mucho compartir tiempo con él y así, y en ese momento cuando voy a regresar con él pienso pues, sí lo quiero y hay que intentarlo, porque todas las cosas que tenemos valen la pena como para dejarlo nada más porque si.

Al igual que en los otros casos, en esta relación también hay *violencia*, aunque en forma de chantajes, reclamos y resentimientos.

En el caso de *desequilibrio de poder*, gracias a la entrevista podemos entender que es la participante quien tiene el poder de la relación, ya que es quien toma las decisiones dentro de ella, así como es quien decide cuándo se llevan a cabo las separaciones y es quien tiene la última palabra para asegurar que se dio una reconciliación.

También encontramos presente la *inestabilidad* en ambos miembros, con separaciones explícitas, peleas constantes y discusiones (que no necesariamente terminan en separaciones). Esto se relaciona con la categoría de *insatisfacción*, ya que, al menos ella, se siente incómoda con el ciclo en el que viven (unión-separación) y se siente los primeros momentos en los que se lleva a cabo una separación (aunque, como se mencionó anteriormente, después se deprime al extrañar a su pareja). En contraste, hace referencia a su pareja ha comentado sentirse feliz con la relación.

Diversas experiencias que han vivido en su relación han causado que se lleve a cabo un *cambio de roles*. Al principio, ella se mostraba menos afectiva y él más necesitado de su atención y, posteriormente, él se muestra menos afectivo y, en una ocasión sale con otra persona. Ante este hecho, la participante se sorprende y decide mostrarse más atenta en cuanto a su relación y cariño para con su pareja.

En la entrevista, también se hace mención de la categoría de *falta de compromiso* en relación con los problemas de la relación, ya que es ella quien los resuelve y su pareja solamente los ignora. Aquí es importante recalcar el hecho de que su pareja no los ignora por falta de interés en la relación, sino más bien para evitar hacer evidentes los problemas y que, por consecuencia, ella quiera dejar la relación. En específico, con respecto a esta situación, ella menciona:

No, él también los nota (los errores o problemas en la relación) pero como que le da miedo decirme porque siente que si lo dice, lo voy a dejar o algo así.

Finalmente, también podemos encontrar *incertidumbre* en esta relación, ya que solamente la pareja es quien cuenta con metas de largo plazo para la relación y no la participante; así como también existen momentos en los que no saben si se llevará a cabo una separación “en serio”.

#### **Caso 4**

Tabla 9. Datos Caso 4 y puntuaciones más altas

<b>Caso 4</b>	
Edad	24 años
Duración de la relación	4 años 3 meses
Número de separaciones	4 veces
Estilo de apego (escala)	temeroso
Puntaje escala de Ansiedad	3.38
Puntaje escala de Evitación	4.05
Apego seguro (escala)	20.35
Apego preocupado (escala)	20.36
Apego temeroso (escala)	24.7
Apego rechazante (escala)	24.38

Categoría más alta (participante)    Ambivalencia  
 Categoría más alta (pareja)        Ansiedad

---

En este caso, a partir de la escala de apego, se calificó a la participante con estilo temeroso, lo cual se muestra claramente en las frases que utiliza dentro de la categoría de evitación, así como el número de menciones en relación a la desconfianza que tiene a su pareja. La descripción que hace de su pareja y la cantidad de veces que hace referencia a su ansiedad, coinciden con que éste posea un estilo de apego ansioso. Esta misma dinámica, propicia que ella perciba un desequilibrio de poder en ambos, aunque también se da cuenta de que los dos son dependientes el uno del otro, generando ello ambivalencia en la participante.

Tabla 10. Número y porcentaje total de atribuciones de cada categoría en referencia al participante, su pareja y a ambos del Caso 4

Categoría	Participante		Pareja		Ambos	
	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje
Ansiedad	5	13.1%	11	33.3%	0	0
Evitación	3	7.8%	0	0%	0	0
Dependencia emocional	4	10.5%	6	18.1%	2	33.3%
Inestabilidad	0	0%	0	0%	3	50%
Desequilibrio de poder	4	10.5%	2	6.06%	0	0
Cambio de roles	2	5.2%	1	3.03%	0	0
Ambivalencia	9	23.6%	0	0%	0	0
Falta de compromiso	3	7.8%	1	3.03%	0	0
Insatisfacción	1	2.6%	1	3.03%	0	0
Desconfianza	6	15.7%	5	15.1%	0	0
Incertidumbre	0	0%	1	3.03%	1	16.6%
Violencia	1	2.6%	5	15.1%	0	0

Con respecto a la *ansiedad* que atribuye a la pareja, se menciona que constantemente explicita su miedo a ser abandonado, su necesidad de estar en contacto con la entrevistada, el hecho de ser más emocional que ella con aspectos relacionados a su noviazgo, así como que busca acaparar la atención de la entrevistada siempre que salen o están con otras personas. Por su parte, la

participante menciona que también tiene miedo a ser abandonada y engañada por su pareja. En relación con la ansiedad atribuida a la pareja, y la supuesta falta de cercanía física de la participante que llegan a notar sus conocidos, ella comenta que:

Todo mundo me dice: “es que tú no lo quieres, ¿por qué estás ahí?” y yo: “¡¡¡No!!! ¡¡¡Sí lo quiero!!!” y muchas veces ha sido eso como mi conflicto porque a veces siento que sí lo quiero y según estoy en el mejor momento y llega alguien y me dice: “ayy es que tú no lo quieres” y yo: “ayyy...” ... pero sí, mucha gente me lo ha dicho y él también... “ayy pues es que yo te quiero más a ti que tú a mí... ojalá algún día puedas llegar a amarme como yo...”.

En cuanto a la *dependencia emocional*, es también a la pareja a quien se le atribuye, ya que es quien desde la perspectiva de la informante, invierte más emocionalmente en la relación, es quien supuestamente necesita más a la entrevistada para sentirse bien emocionalmente y es quien más llora y sufre una vez que se separan:

Cuando cortábamos el que -yo lloraba pero no así, o sea se me salían las lágrimas, pero él sí- o sea, el llanto era como... como un niño, así... pero en un mar de lágrimas, hasta cuando suspiran de tanto que han llorado...

Sin embargo, la participante piensa que existe dependencia mutua en la relación, ya que ambos propician el contacto mientras están juntos e incluso durante las separaciones. Así mismo, opina que no le es posible estar separada de él:

Traté como de separarme y pues no, o sea como que sí.. es que no me veo como sin él.. ya no me veo sin él.. ha sido tanto el tiempo que yo ya no me veo sin él.. además no me gustaría verme sin él. O sea, porque a pesar como de.. de todo esto... pues si hay momentos rescatables que si yo digo, quiero estar con él.

La *desconfianza* también es una categoría que fue mencionada en múltiples ocasiones a lo largo de la entrevista. En este caso, ambos miembros han salido con otras personas mientras han estado separados, lo que les ha causado desconfianza mutua, así como que tengan serias dudas de la fidelidad de la pareja.

Con respecto a la categoría de la *ambivalencia*, aún y cuando la participante menciona tener dudas de querer o no seguir en esta relación de pareja, ella comenta que, después de una separación, se siente muy triste y deprimida. Al mismo tiempo que tiene estos sentimientos, tampoco quiere que su pareja se vaya una vez que acaban de terminar. Durante la entrevista, ella narra cómo se llevan a

cabo estas separaciones entintadas de ambivalencia:

Pues somos muy dramáticos, la verdad. Es como mucho drama. Al principio él se pone a llorar- o sea, yo le digo y él se pone a llorar, y así de “ay no” es como mucho drama. Ya cuando él está a punto de irse, yo así de.. “bueno... ¡¡no te vayas!!” y ya.. entonces sí han habido veces en las que yo le digo “ya vamos a terminar”, él se pone en drama, llora, se pone muy mal, y ya cuando está a punto de irse yo “ay no, es que.. eh.. oye no quieres un vaso de agua?” o algo así ¿no? Y él con el llanto así... y como que yo en la normalidad ¿no? Y el también ¿no? Y regresamos así a lo normal. Pero al principio sí es como... digo por qué tanto drama si al final yo le voy a pedir le voy a decir “¡no te vayas!” ¿no? Una vez que ya lo ha como aceptado, ¿no? Entonces este... sí.. sí es muy dramático, mucho drama...

En este caso, también existe *desequilibrio de poder*, ya que la participante afirma que es la pareja quien aporta más a la relación, pero es ella de quien dependen las decisiones importantes como el cuándo se da por terminada la relación. También existe *violencia* como en las otras relaciones, manifestándose en ambos como chantaje y resentimientos o reclamos por cosas que acontecieron en un inicio en la relación. Por parte de la pareja, en una ocasión existió violencia física y violencia psicológica a partir del abuso del alcohol.

También existe cierta *falta de compromiso*, ya que es ella quien prefiere salir por su cuenta con sus amigos en vez de con su pareja. Por otra parte, la participante especifica que es ella quien resuelve los problemas de la relación, pero no porque su pareja no quiera resolverlos, sino porque percibe más bien que su novio prefiere ignorarlos o no hacerlos notar para que ella no se decepcione de la relación y que éstos pudieran ser un motivo para que lo pudiera abandonar.

Aparte de estas disparidades, también se le puede sumar el hecho de que es ella quien aporta más económicamente en la relación.

En cuanto la *evitación*, coherentemente con su estilo de apego, es la participante quien recibe más menciones en esta categoría, ya que menciona que se siente incómoda con la cercanía física de su pareja. También comenta que tiene miedo a demostrar sus emociones o a ser muy emocional y, adicionalmente, esto ha causado diversos problemas en su relación. Ella menciona en torno a esto:

No.. yo creo que no me da miedo que él se quiera separar de mí, a mí lo que me pega mucho es el miedo a que él me engañe...

Adicionalmente, dentro de esta misma línea, la participante habla sobre su dificultad de ser emocional con su pareja:

Yo soy como muy resentida... entonces este... yo... sí me cuesta... le digo a él que me da miedo, ¿no? Me da miedo como esta parte de ser muy emocional, de demostrarle esta emoción...

En la categoría de *cambio de roles*, es la participante quien, al principio, se mostraba menos afectuosa. Sin embargo, después de haberse sorprendido por que su pareja salía con alguien más y se mostraba menos afectuoso en la relación, es ahora ella quien (por miedo a perderlo) demuestra más sus emociones y se torna más cariñosa en la relación.

En cuanto a la *inestabilidad*, la participante menciona que dentro de su relación, son comunes las peleas constantes, las peleas sin separación y las separaciones explícitas; así mismo, a causa de todos estos conflictos, existe cierta *incertidumbre* en la relación, ya que no existen metas explícitas de largo plazo para su noviazgo en ninguno de los dos miembros. En relación con las múltiples separaciones que han tenido, la participante intenta hacer un recuento del número de veces que han terminado a través de la relación:

Es que tengo todo como muy revuelto ... pero yo creo que por lo menos una vez al mes, pues sí... pero yo creo que cuando regresamos, todavía pasando los cuatro meses, ese año yo creo que estuvimos relativamente bien. Fueron como, yo ahí si podría decir que

no fue una vez cada mes [las separaciones]. Yo creo que a partir del tercer año.. mm no... yo creo que a partir del cuarto año ya fue como una vez cada mes ¿no?

Por último, la participante comenta que existe *insatisfacción* suya parte en la relación, ya que no se siente cómoda con que sigan esta dinámica de terminar y regresar numerosas veces; pero, sin embargo, también menciona que su pareja ha dejado en claro que aun así, él se siente feliz con la relación y preferiría no terminarla.

### Caso 5

Tabla 11. Datos caso 5 y puntuaciones más altas

<b>Caso 5</b>	
Edad	23 años
Duración de la relación	5.5 años
Número de separaciones	10 veces
Estilo de apego (escala)	Seguro
Puntaje escala de Ansiedad	2.55
Puntaje escala de Evitación	1.88
Apego seguro (escala)	8.66
Apego preocupado (escala)	3.77
Apego temeroso (escala)	2.21
Apego rechazante (escala)	4.3
Categoría más alta (participante)	Desequilibrio de poder/ambivalencia
Categoría más alta (pareja)	Ansiedad/ desconfianza

Tabla 12. Número y porcentaje total de atribuciones de cada categoría en referencia al participante, su pareja y a ambos del Caso 5

<b>Categoría</b>	<b>Participante</b>		<b>Pareja</b>		<b>Ambos</b>	
Ansiedad	5	15.1%	8	23.5%	0	0
Evitación	1	3.0%	3	8.8%	0	0
Dependencia emocional	4	12.1%	4	11.7%	3	27%
Inestabilidad	0	0%	0	0%	4	36%
Desequilibrio de poder	6	18.1%	2	5.8%	0	0%
Cambio de roles	3	9.1%	3	8.8%	0	0%
Ambivalencia	6	18.1%	0	0%	0	0%

Falta de compromiso	1	3.0%	0	0%	1	9%
Insatisfacción	3	9.1%	1	2.9%	0	0%
Desconfianza	4	12.1%	8	23.5%	0	0%
Incertidumbre	0	0%	2	5.8%	0	0%
Violencia	0	0.0%	3	8.8%	3	27%

Según la escala de apego, la participante tiene un estilo seguro; sin embargo, a partir de su entrevista, podemos entender que no siempre fue así, sino que más bien antes se inclinaba más hacia la dimensión de la ansiedad y el apego preocupado, pero que por ciertos cambios en la relación (a su favor), ahora se siente segura en ella. Esto se manifiesta en el número y tipo de menciones que hace con respecto a su propia ansiedad. Aunque no es una categoría tan mencionada, el cambio de roles juega un papel muy importante en esta relación, haciendo que las menciones de otras categorías se tengan que analizar desde distintos momentos que se vivieron en la relación (ej. desequilibrio de poder, desconfianza, evitación).

La categoría más alta fue la de *ansiedad*, aunque la participante y su pareja recibieron casi la misma cantidad de menciones (5 y 8 respectivamente). En este caso, vemos cómo la participante menciona varias veces el miedo a ser cambiada por otra pareja y miedo a la soledad. Así mismo, ella menciona que al principio de su relación, se mostraba muy protectora para con su pareja, e incluso consideraba que era quien daba más amor en la relación (quería más a su pareja que su pareja a ella). De la misma manera, cuando se daban separaciones, era ella quien buscaba a su pareja y le insistía en que regresaran. Por su parte, percibe a su pareja, en la segunda mitad de su relación, como más protector, más intenso y pasional en la relación. También que hace explícito su miedo a ser abandonado, se preocupa y enoja cuando la entrevistada sale por su cuenta a divertirse y, ahora que se dan las separaciones, es él quien la busca e insiste en regresar. En la entrevista, ella menciona cómo se sentía cuando se llevaban a cabo las separaciones, haciendo patente el miedo a perder a su pareja al inicio de la relación:

Al principio no, al principio no me sentía para nada tranquila. O sea si terminábamos, al principio de nuestra relación, sí sufría desde esa noche. “¿Qué voy a hacer?” y lloraba, y lloraba y lloraba. “¿Qué voy a hacer? ¿Lo busco? ¿No lo busco? ¿A quién le pregunto?” y de hecho sí iba y lo buscaba. Y este.. te digo, al principio yo era la que lo buscaba, entonces lo buscaba, me metía por su ventana, hacía un.. un desastre completo.. y este.. o sí, sí. Tonterías así. (...) Al principio, te digo, yo era la que lo buscaba. O sea sufría mucho y lo buscaba. Tal vez lo iba a buscar así físicamente, pero también a veces le mandaba un mensaje o así.

Posteriormente, encontramos la categoría de *desconfianza*, en la que es la pareja quien recibe más menciones al respecto. Aunque ambos han salido con otras personas durante el tiempo que han estado separados, la informante considera que él muestra más celos que ella al respecto. Sin embargo, dado que al inicio de la relación era él quien no le prestaba tanto interés a la relación, ella menciona seguir desconfiando de su fidelidad. En la entrevista, ella narra cómo es que empezaron sus celos y falta de confianza para con él:

Todo empezó, tal vez como siendo algún juego para mi.. si yo decía – no lo decía con seriedad- “voy a buscar en su celular a ver si tiene algo”, pero pues empecé a encontrar cosas y ese tipo de situaciones que empezaron a provocar celos en mí. No confiaba en él.

En cuanto a la *dependencia emocional*, ambos miembros tienen el mismo número de menciones, reflejándose en que ella atribuye que los dos son dependientes del otro. En diferentes momentos de la relación, uno ha necesitado más al otro y ambos lloran y se ponen muy tristes cuando se llevan a cabo separaciones. Incluso, durante el tiempo que están juntos y aun cuando están separados, existe contacto diario entre ellos. La participante llega a afirmar que esta pareja es a quien más ha querido en comparación con otras relaciones de pareja anteriores. Durante la entrevista, ella menciona que se sentía devastada cuando terminaban la relación:

Antes si estaba lejos, separada de él, pues sí parecía otra persona. No hablaba y me iba. Si yo tengo problemas, pienso todo el día en ellos. Entonces, de repente me están hablando y yo estoy de así como viendo la pared pero así pensando en.. mis problemas, entonces es lo que hacía. No estaba bien obviamente emocionalmente, no ponía atención en la escuela...

En torno al *desequilibrio de poder*, es la participante quien tiene más menciones a lo largo de la entrevista, ya que ella afirma que, aunque no fue así desde un inicio, es ella quien ahora toma las decisiones importantes en la relación, como cuándo terminar y reconciliarse, así como se hace cargo de muchas cuestiones económicas, aunque opina que ambos aportan igual en la relación (emocionalmente). Ella menciona en la entrevista algunos ejemplos de cómo la “dominaba” él en un inicio:

Por ejemplo, una fiesta. “Ya vámonos” me decía “noo, hay que quedarnos otro rato”, “ya vámonos” y yo decía “¡ya me voy!” o este.. en ese tipo de cosas, ¿no? O sea, a veces él tomaba decisiones por mí... (...) antes sí me dominaba mucho así.. tomando decisiones por mí... o... no avisándome de cosas. Por ejemplo “-Él sábado ya le dije a mi mamá que vamos a ir a comer con ella” “-Pero ¿ni me has preguntado! ¡Yo tengo cosas que hacer!” “-Ahh, pues ya le dije, si quieres márcale y dile que no” y como ya sabía que yo no le iba a marcar, pues, o sea, eso es dominarme, ¿no? Y... o sea, te digo, hasta llegó a comprarme ropa que a él le gustaba. “Te compré esto, pónitelo” y que no me gustaba, así un suéter verde fosforescente que jamás me iba a poner. Pero bueno.. ese tipo de cosas.. yo creo que en ese tipo de decisiones..

Así mismo, ella hace una comparación con otras relaciones (pasadas y de conocidos) y piensa que sí existe un desequilibrio de poder, en el que ella aporta(ba) más a la relación y esto la hacía sentir incómoda, incluso ambivalente en cuanto a seguir o no en la relación:

O sea pienso “¿realmente vale la pena? Que me esfuerce tanto... o que sufra tanto... o este... o que deje ciertas cosas por estar con él... o si irá a durar mucho tiempo... o si es alguien que—creo que sí es alguien que me conviene eso no lo dudo, pero sí creo que a veces doy mucho, y creo que en otras—y no quiero decir que él no dé mucho, pero creo que en otras relaciones, que tal vez he visto, no es tan exagerado o tan.. ajá, la gente no sufre tanto, tal vez. O no sufría.

Una categoría que merece mucha atención en este caso es la de *cambio de roles*. Esto es dado que en un principio, en la relación, podemos entender gracias a la entrevista que ella tendía más a un estilo de apego preocupado/ansioso-ambivalente, mientras que percibía que él era más desinteresado de la relación. Sin embargo, después de que ella se torna menos afectuosa, deciden asistir a

terapia de pareja y, aunado a ciertos cambios en la vida de la pareja (empieza a vivir solo, cambia de círculo de amigos y fuentes de apoyo), él se torna más apegado a la relación. Esto hace que ella se sienta más segura, probablemente cumpliendo con sus necesidades de apego y, a partir de esto y los resultados de la escala, ella califica con apego seguro. Al respecto de este cambio de roles, ella afirma que:

Ha cambiado mucho, o sea.. al principio tal vez yo era un poco menos fría o ruda, o como le quieras llamar, entonces yo lo buscaba, y eso era cuando eran los periodos cortos, que yo ya le estaba marcando el lunes. Pero ahora, que tal vez, pues no sé, lo que sea que haya pasado, pues igual, no sé... me enoja más o soy más orgullosa o lo que sea, pero ya no lo busco (...) porque a mí dejó de importarme, en un momento, así, yo ya estaba muy... ya me había hartado, entonces dije "ya, no tiene ningún sentido estar con él, entonces ya no lo busco" fue ese período de muchos meses, que yo creo que el más largo ha sido de tres meses. Y yo creo que él se dio cuenta y dijo "ay, mejor la busco" entonces como él ahora sabe que yo ya no lo voy a buscar, él me busca a mí.

En la misma línea, comenta acerca de los cambios que vivió su pareja y cómo esto afectó su relación:

Siento que ahora como que él me necesita más. No sé si me quiera más, pero sí me necesita mucho más. (...) Sí.. antes.. yo creo que sí se debe a que está muy solo, porque antes este.. él- a él nada le importaba y nada se le hacía difícil. Si yo le decía "pues yo no me voy contigo" él se hubiera ido solo. Y ahora, cuando él estaba allá, en Estados Unidos, pasó –qué te gusta- ¿15 días? Y ya me estaba comprando el boleto de avión para que yo me fuera con él. Y antes hubiera dicho "ay, no voy a gastar tanto dinero para que ella se venga acá conmigo, pues no". Pero ahora, fue muy diferente, y ahora es muy diferente porque él está solo. Soy como soy apoyo, su compañía...

En cuanto a la *ambivalencia*, es únicamente la participante quien recibe las menciones a través de la entrevista. Aun cuando menciona que en un inicio ella no quería establecer una relación con él, eventualmente acepta. De la misma manera, menciona que era común que sintiera dudas en cuanto a seguir o no en la relación y, cuando decidía ponerle un fin a ésta, inmediatamente se arrepentía y era ella quien lo buscaba para llevar a cabo una reconciliación.

Igual que en otros casos, podemos encontrar que ha existido *violencia* en la relación, solamente en un episodio de violencia física y más comúnmente en forma de chantajes, resentimientos de cosas que acontecieron anteriormente en la relación y problemas que surgieron a partir de situaciones de embriaguez por parte de la pareja. Ella comenta acerca de cómo se enfocaban constantemente en problemas que habían ocurrido en un inicio en la relación:

Ése era nuestro problema constante.. o sea ni siquiera era porque hoy tuviéramos un problema, sino porque reclamábamos lo de hace dos tres meses o años....

Por otro lado, con respecto al episodio de violencia física, la participante comenta cómo sucedió:

Entonces todo empezó así, como que con nalgadas. Y luego yo lo zapeaba. O sea eran como bromas.. y luego ya cuando me molestaba.. pues ya era más fácil aventarlo.. o.. o sea nunca le he pegado ni él a mi.. son aventones.. pero aun así los aventones lastiman, ¿no? Entonces así lo más fuerte que ha hecho, es que yo le grité “¡ya vete!” y lo aventé, y él me agarró de los brazos, me tiró a la cama y se puso encima de mi a gritarme.. y violencia de otro tipo.. pues chantajes y esas cosas, pues obviamente muchísimo antes.. o sea ésa era nuestra relación.. “si tú me dejas, no te vuelvo a buscar, nadie te va a amar como yo” no sé.. ese tipo de cosas..

En relación con la *evitación*, en un inicio la informante percibía que era él quien era más desapegado, orgulloso, rencoroso y mostraba cierta incomodidad ante la cercanía física con la entrevistada. Eventualmente, cuando ella se comenzó a mostrarse menos interesada, fue ella quien causó problemas en la relación por falta de tiempo para invertir en ésta.

Dadas las múltiples peleas y separaciones, la relación transcurrió en constante *inestabilidad* por gran parte del tiempo que han estado juntos. La participante menciona que hubo peleas muy frecuentes, peleas que terminaban en rompimientos y separaciones emocionales (seguían juntos pero no había sentimientos de cariño entre ellos). Dados tantos rompimientos, y el hecho de que ella es quien generalmente da por terminada la relación, es su pareja quien recibe

las únicas menciones en la categoría de *incertidumbre*, afirmando que muchas veces él no sabe en qué estado se encuentra la relación.

En la categoría de *insatisfacción*, la participante menciona que mucho tiempo no estuvo feliz ni satisfecha con la relación, y que se sentía feliz y tranquila una vez que terminaban (aunque después lo fuera a buscar para reconciliarse). Aun así, menciona haberse sentido feliz cuando se daban las reconciliaciones y, menciona que su pareja ha afirmado sentirse feliz con la relación.

Por último, la categoría de *falta de compromiso*, es la participante quien recibe una mención, siendo que, por falta de tiempo a causa del trabajo y la escuela, no puede estar tan pendiente de la relación como le gustaría; y ambos, en cuanto a que no tienen mucho tiempo libre para invertir en la relación.

### **Caso 6**

Tabla 13. Datos caso 6 y puntuaciones más altas

<b>Caso 6</b>	
Edad	23 años
Duración de la relación	1 año
Número de separaciones	12-16 veces
Estilo de apego (escala)	preocupado
Puntaje escala de Ansiedad	4.55
Puntaje escala de Evitación	3.11
Apego seguro (escala)	23.63
Apego preocupado (escala)	27.98
Apego temeroso (escala)	27.41
Apego rechazante (escala)	23.18
Categoría más alta (participante)	Insatisfacción
Categoría más alta (pareja)	Ansiedad

A la participante se le identificó un estilo de apego preocupado/ansioso-ambivalente a partir de sus respuestas de la escala, lo cual concuerda con el tipo de frases que utiliza que hacen referencia a su ansiedad (aunque esta categoría no haya tenido tantas menciones). Su pareja, a partir de cómo lo describe, parece también tener un apego preocupado, lo cual tiene sentido con la dependencia que

muestra hacia ella y la desconfianza de que ella lo quiera abandonar. Esto, por su parte, puede generar más insatisfacción, ambivalencia y evitación en la participante, al intentar separarse un poco de una pareja tan necesitada de afecto y cercanía como ella lo percibe y describe. Al igual que en los otros casos, aun y que se la participante afirma sentirse insatisfecha con la relación, entra en juego la dependencia que también percibe de ella misma y por tanto, ambivalencia al no querer estar en la relación pero también sufrir cada vez que hay una separación.

Tabla 14. Número y porcentaje total de menciones de cada categoría en referencia al participante, su pareja y a ambos del Caso 6

Categoría	Participante		Pareja		Ambos	
	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje
Ansiedad	2	5.4%	22	56.41%	0	0
Evitación	5	13.5%	0	0%	0	0
Dependencia emocional	3	8.1%	2	5.12%	2	28.5%
Inestabilidad	0	0%	0	0%	2	28.5%
Desequilibrio de poder	3	8.1%	1	2.56%	0	0
Cambio de roles	0	0%	1	2.56%	0	0
Ambivalencia	9	24.3%	0	0%	0	0
Falta de compromiso	2	5.4%	1	2.56%	0	0
Insatisfacción	11	29.7%	1	2.56%	1	14.2%
Desconfianza	1	2.7%	4	10.25%	0	0
Incertidumbre	0	0%	0	0%	2	28.5%
Violencia	1	2.7%	7	17.94%	0	0

En el caso de la participante, en cuanto a la categoría de *ansiedad* las únicas menciones que recibe son en relación a que anteriormente estuvo en una relación intermitente y que es común que en sus relaciones tenga miedo de ser abandonada. Sin embargo, su pareja es quien recibe la mayoría de las menciones de ansiedad durante la entrevista.

A partir de lo que narra la participante, su pareja es muy intenso, pasional y protector para con ella, pero también es inseguro, serio, reservado y más emocional y afectuoso que la participante. Así mismo, quiere estar en constante contacto y comunicación con ella, quiere toda su atención cuando salen con otras

personas, se preocupa y enoja cuando ella sale por su cuenta, no permite que se lleven a cabo las separaciones y es quien insiste que se reconcilien. Aunque la participante afirma que quiere mucho a su pareja, considera que es posible que él la quiera más a ella.

Ella relata lo siguiente en torno a la ansiedad y miedos de su pareja:

Creo que tenía esa inseguridad muy a flor de piel. Por que.. em.. sí me pedía mucho que yo le dijera a dónde iba, a qué fiestas iba, qué iba a hacer tal día, qué iba a hacer cuando no estaba en clases..este.. todo eso.. entonces todo el tiempo quería saber dónde estaba.. con quién, que yo lo presentara a mis amigos, que tal tal tal.. este... y sí, sospecho que, al menos en un par de ocasiones sí eran berrinches de “pero ¿por qué? Es que no me dejes, es que te necesito, y tal..” entonces sí... creo que tenía mucho miedo..

Dentro de la misma línea, ella expresa la necesidad de su pareja de estar en la relación a toda costa:

Él necesitaba más de mí.. bueno no, no de mí, como de cómo de la relación, de que eso estuviera ahí, por que es lo que más miedo le daba, que termináramos. Entonces em.. no sé, yo insinuaba, como es que “no sé, no me siento bien, deberíamos de darnos un tiempo” “¡No! Es que ¿para qué? No no no, no, no es cierto, es que ¿sabes qué? Vamos a tal lado, así te vas a sentir mejor..” o sea.. todo con tal de evadir, no sé, que nos estabilizáramos tantito más... [...] Él quería que estuviéramos los dos, así a fuerzas.

En cuanto a la *insatisfacción*, es la participante quien se muestra más inconforme con la relación, ya que menciona tener mucha incomodidad por que se encuentren inmersos en este ciclo de uniones y separaciones. Así mismo, menciona que se siente cansada de discutir y que ya no “construye más ilusiones” en torno a la relación debido a tantas separaciones, y que se siente aliviada cuando terminan. Sin embargo, menciona que su pareja afirma sentirse feliz con la relación que tienen, aunque se encuentren inmersos en muchas discusiones y peleas:

Él lo que quería era estar conmigo, no que estuviéramos bien.. nada más estar. Juntos. A mí me preocupaba que... sí.. muchas veces estábamos juntos pero no estábamos bien. Y era nada más hacernos daño, y terminábamos más enojados y más tristes y más así... no.. no

más tranquilos, no más felices, no con ganas de regresar y vernos al día siguiente.. [...] pero sí, él sólo quería estar ahí, no estar bien.

Dentro de este mismo aspecto, ella relata de qué dependía la felicidad en la

relación, a pesar de estar pasando por situaciones desfavorables:

Como esa cuestión de que esto es lo que quiero, y como ya lo tengo, no me importa si me hace mal, no me importa si no me ayuda a crecer, no me importa nada. Esto es mi felicidad, el tenerlo, y el que esté aquí.. y si no está conmigo a pesar de que yo esté creciendo, a pesar de que yo esté en un algo mejor, si no está conmigo yo no estoy feliz.. creo que esa es su noción y espero equivocarme...

La categoría de *ambivalencia* sólo recibe menciones acerca de la propia participante, ya que en un principio no quería acceder a estar en la relación (sin embargo, aceptó) y que incluso hasta ahora siente fuertes dudas de seguir o no en ella. Contrariamente, menciona sentirse triste y deprimida cuando se separan y que, en el momento en el que se lleva a cabo ésta, se siente arrepentida pero calla el deseo de regresar o impedir que terminen. Durante la entrevista, ella comenta qué pensaba con respecto a estas dudas:

¿A qué estamos jugando, no? O sea, y ¿qué estas haciendo conmigo? Y ¿qué estoy haciendo yo contigo? Nos estamos manipulando, estamos jugando, estamos.. ¿qué estamos haciendo? Y.. a todo esto pues.. ¿por qué tanto tiempo perdido en algo que no sé qué es? Y.. en ver hasta dónde nos podemos lastimar, ¿no? O sea... llegaba un punto de todas esas dudas en que yo decía “bueno, esto no lo está haciendo bien, así que permiso, yo ya me voy” y empezaba el ciclo otra vez.. hasta que.. emm.. era eso... constantemente me lo preguntaba [seguir o no en la relación], y muchas veces esa respuesta era ¡no!

En esta relación también existe *violencia* por parte de ambos miembros de la pareja; ésta se expresa principalmente en chantajes y resentimientos de peleas y problemas anteriores. En general, los chantajes era la manera principal de manipular a la participante:

Muchas veces platicábamos y era así de.. “te extraño, me siento solo, esa vez también tú estabas muy sola, yo me acuerdo que estabas sola

y estabas como muy confundida, así me siento ahorita más o menos” entonces era como “ayy, ¿cómo puedes decir eso?”.

De la misma manera, existían los reclamos de problemas pasados que seguían marcando la dinámica de chantaje en la relación:

En esa relación no hubiera habido esos últimos dos intentos [reconciliaciones].. porque él estaba necio, y todavía tenía como cosas que decirme a ese respecto, ¿no? “Pero es que ¿cómo pudiste irte con otro? Es que yo te quiero y tal.. y no te vayas” y... o sea.. incluso por ahí pudo agarrar uno más “es que tú te fuiste con otro.. y yo no, yo no me fui con nadie, porque te quiero a ti y tal y tal y tal” y de nuevo, el chantaje por ahí está. Ya tenía otro motivo.

En cuanto a la *dependencia emocional*, la participante piensa que existe dependencia mutua, pero cree que es su pareja quien invierte más emocionalmente y que necesita más de ella (que ella de él). Por su parte, ella menciona que permite que exista contacto continuo durante el tiempo que están juntos y mientras están separados, así como afirma que son ambos quienes lloran cuando terminan la relación.

La participante es quien recibe las únicas menciones en la categoría de *evitación*. A pesar de que ella tiene un estilo de apego preocupado/ansioso-ambivalente, percibe que su pareja tiene más ansiedad que ella; Ello la lleva a demostrar ciertos rasgos evitativos como el salir más sin su pareja, sentirse incómoda con la presencia de su pareja, a mostrarse desapegada y, en consecuencia, a darle un trato más de amigo que de pareja a su compañero (lo cual sólo genera más ansiedad en él). Esto se puede ver claramente dentro de la entrevista, cuando la participante menciona que:

Me empezaba a sentir muy mal en su presencia. O sea, incluso un par de veces lo veía llegar y decía “p\*ta madre, ya llegó éste...” y sí, muchos amigos me dijeron, ¿por qué te pones así? ¿No? Se supone que andan. Y.. dije “sí, pero es que ay.. va a venir a hacer tal cosa” y lo venía a hacer, o venía a hacer otra cosa que me ponía súper de malas...

En relación con la *desconfianza* en la relación, es su pareja quien recibe más menciones. Ella relata que, durante una separación, ella salió con otra persona, lo

cual desató la falta de confianza en su pareja. Esta situación generó celos en él, así como desconfianza y que tenga dudas sobre la fidelidad de la participante, aunque ella menciona que nunca lo ha engañado:

Le fue más difícil como creer que yo lo quisiera.. creer que.. que le fuera fiel.. porque había tenido una relación mientras no andáramos.. este.. creer que.. que yo le estaba diciendo la verdad, quería confirmar todo y comprobar todo, ¿no? Em.. sí, que dónde estaba, que efectivamente estaba donde decía que estaba.. eso...

En cuanto al *desequilibrio de poder*, es la pareja quien aporta más emocionalmente a la relación, pero es ella quien toma las decisiones importantes, como cuándo se llevan a cabo las separaciones.

Esto también se ve reflejado en la *falta de compromiso*, ya que ella prefiere salir a divertirse por su cuenta en vez de con su pareja. Así mismo, es ella quien resuelve los problemas de la relación y él quien los ignora, pero no por no notarlos, sino más bien para no hacerlos notar y alejar a la participante de la relación.

En cuanto a la *inestabilidad*, la participante comenta que en la relación hay peleas constantes, así como terminaciones frecuentes y separaciones emocionales. Al respecto de estas separaciones, ella comenta durante la entrevista cómo se sentía en estas situaciones:

Es que él está ahí.. yo no debería de sentirme así de.. aislada o.. no sé, como esa sensación de desamor... que dices “esto no funciona, estoy de la fregada...” pero.. digamos que manipulaba mis sentimientos de forma que pudiera ser funcional una relación con él...

Esta dinámica también crea cierta *incertidumbre* en la relación, ya que, aunado a que no hay metas de largo plazo por parte de los miembros, tantas separaciones crean confusión de en qué estado se encuentran (juntos o separados):

Por la semana tres, yo ya estaba así como... “¿estamos saliendo o no estamos saliendo?” ehh.. ¿o qué? Y ya cuando empezaba a ver que de nuevo regresábamos a lo mismo de siempre de “te acompaño a tal lado.. y ahora qué clase te toca?” O “te llevo a tu clase..” ok. Ya

regresamos oficialmente.. “Verdad que sí, ¿ya regresamos?” “pues no sé, es que tú no me has dicho nada” “sí.. ya regresamos..” este.. sí... hubo muchas veces. A veces era muy claro, pero no, generalmente no lo era...

Finalmente, la participante menciona que su pareja tuvo un *cambio de rol*, en el que después de muchas separaciones, pasó de ser muy apegado y afectuoso a mucho menos. Esto causó en ella que se preocupara un poco más por la relación, pero los roles no se invirtieron por completo, aunque sí logró un cambio en la dinámica:

Como ya las últimas veces ya era yo quien regresaba, él empezó a poner límites también.. entonces.. em... sí tuvo esa cosa de decir “bueno pues, si vamos a terminar, ya no te busco. Por que ya tengo que—por salud mental—tengo que...”.. es que sí nos afectó mucho..

### **Caso 7**

Tabla 15. Datos caso 7 y puntuaciones más altas

<b>Caso 7</b>	
Edad	21 años
Duración de la relación	4 años
Número de separaciones	4-5 veces
Estilo de apego (escala)	temeroso
Puntaje escala de Ansiedad	3.94
Puntaje escala de Evitación	3.22
Apego seguro (escala)	20.65
Apego preocupado (escala)	22.49
Apego temeroso (escala)	23.22
Apego rechazante (escala)	20.98
Categoría más alta (participante)	Dependencia emocional
Categoría más alta (pareja)	Ansiedad

A partir de las respuestas de la escala de apego, la participante tiene un estilo inseguro temeroso. Esta relación está caracterizada principalmente por la dependencia emocional de ambos, aunque en mayor parte por parte de ella. Así mismo, en esta relación también existe un cambio de roles, que ha llevado a que ella sea cada vez menos dependiente de él a partir de elementos de violencia, desconfianza y falta de compromiso, especialmente por parte de su pareja. Estos

elementos aunados a su dependencia son lo que causa la ambivalencia de la participante.

La categoría con más menciones fue la de *dependencia emocional*, sin embargo, dado que han cambiado los roles a través de la relación, un miembro ha sido más dependiente que el otro en distintos momentos. Principalmente, fue la participante quien dijo haber invertido más emocionalmente durante la relación, necesitar más al otro y el llorar y deprimirse cuando se llevaba a cabo una separación; también afirma que ésta es a la pareja que más ha querido a comparación de relaciones pasadas.

Tabla 16. Número y porcentaje total de menciones de cada categoría en referencia al participante, su pareja y a ambos del Caso 7

Categoría	Participante		Pareja		Ambos	
	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje
Ansiedad	3	8.10%	13	36.11%	0	0%
Evitación	1	2.70%	1	2.77%	0	0%
Dependencia emocional	9	24.32%	4	11.11%	6	85.71%
Inestabilidad	0	0%	0	0%	1	14.28%
Desequilibrio de poder	7	18.91%	0	0%	0	0%
Cambio de roles	2	5.40%	1	2.77%	0	0%
Ambivalencia	6	16.21%	0	0%	0	0%
Falta de compromiso	1	2.70%	4	11.11%	0	0%
Insatisfacción	1	2.70%	0	0%	0	0%
Desconfianza	4	10.81%	5	13.88%	0	0%
Incertidumbre	2	5.40%	0	0%	0	0%
Violencia	1	2.70%	8	22.22%	0	0%

Por su parte, percibe que su pareja también ha tenido momentos en los que necesita más de su pareja (que ella de él) y que se mantiene en constante comunicación con ella. En la entrevista, ella comenta como era que, al principio, ella era la que lo buscaba constantemente, y después de que existió un cambio de roles, era él quien se mostraba más dependiente hacia ella:

Las primeras veces a lo mejor yo [lo extrañaba más]. Yo sentía que sí, porque hasta yo iba a su trabajo. Bueno, no es su trabajo en sí, con mi amiga pero tipo pretexto para pasar por ahí. Aunque no siempre pasábamos, ¿no? Pero sentía que yo. Ya después no sé si, él exagera o no sé, pero ya él me dice y me dice “es que te extraño, es que te necesito, es que no puedo vivir sin ti”, básicamente.

En cuanto a la *ansiedad*, percibe que es la pareja quien actualmente tiene más rasgos ansiosos. Esto se refleja en su fuerte insistencia de que no se lleve a cabo una separación o que se reconcilien cuando se han separado, el hecho de hacer explícito su miedo a que la participante lo abandone y decir que él la quiere más a ella, y que hace notar su vulnerabilidad fingiendo dramas e intentos de suicido con tal de tener la atención de la entrevistada. Ella, en ciertos momentos de la relación se mostró más cariñosa y atenta para con la relación, pensaba constantemente en la pareja y, en cierto momento, consideraba que ella era quien quería más a su pareja (y él no tanto a ella). Aquí también se señalan elementos de chantaje y estrategias para recobrar el control por parte de la pareja. Por otro lado, el hecho de que ella obtenga tan pocas menciones en la categoría de ansiedad puede ser debido a la *deseabilidad social*, intentando no mostrarse tan vulnerable durante la entrevista.

En cuanto a la *desconfianza*, existen celos por ambas partes y los dos desconfían de la fidelidad de su pareja. Sin embargo, es la pareja quien ha sido infiel y quien, al mismo tiempo, tiene dudas de la fidelidad de la participante, aunque ella afirma nunca haberle dado razones para dudar. Ella comenta cómo iniciaron sus celos a partir de que su cuñada le hace saber que él la está engañando:

Cuando me dijo su hermanita “Es que ¿qué crees?, te tengo que confesar algo; él anda con otra persona y se están viendo y no sé qué y así..” y me dijo “y yo me siento mal porque te está haciendo eso a ti y yo te aprecio y quiero que lo sepas de una vez” entonces ahí fue cuando dije... “¡No! ¿Cómo crees?” y después dije “¿o tal vez sí?” entonces también pelábamos por eso, por que.. yo le decía a veces por teléfono “sí, seguramente estás con tu vecina de enfrente” pero cuando se lo decía así era de juego, tal vez para molestarlo, tal vez. Pero juego, ¿no? Porque nunca se lo decía así en serio. Ya hasta el

final que era de que “¡estas tú con ella!” y así ¿no?.. como tipo celosa pero así miedo que sintiera, no.. tal vez no.. celos..

En torno a la *violencia* en la relación, la participante acepta el hecho de que ella constantemente reclama y tiene resentimientos de eventos que ocurrieron anteriormente en la relación. Sin embargo, es la pareja quien infringe violencia verbal y psicológica, así como constantemente chantajea a la pareja y también tiene muchos resentimientos y reclamos de situaciones anteriores. Ella describe uno de los eventos que más recuerda en los que su pareja usaba chantaje y violencia psicológica para controlarla, en la que, supuestamente lo despidieron de su trabajo por pelearse con un compañero que creía que coqueteaba con la participante:

Entonces me echó a mí la culpa. Desde ahí, fue como que la relación cayó más de lo que tenía que haber caído. Después de lo que ya estaba abajo, cayó porque me acababa de decir que por mi culpa, pues había perdido su trabajo, y por mi culpa pues le tenía que pagar un dinero que no podía haber pagado, que eran como 7 mil pesos, y que ahora yo los pagara. Y.. me comenzó como que a, como tipo violencia psicológica, entonces, este.. yo primero decía “no pues es que no es mi culpa, ¿no?” y me comenzó a decir “no, sí es tu culpa, y aunque no lo aceptes yo sé que es tu culpa y ahora soluciónalo, y haz y a ver cómo le haces” y después “es que me van a matar, es que si no pago el dinero me están amenazando de muerte, y es que ya trajo una pistola”.

La categoría de *desequilibrio de poder*, es la participante quien recibe todas las menciones, siendo ella quien toma las decisiones importantes de la relación, como cuándo ponerle fin y es quien aporta más a ella, incluso económicamente manteniendo a su pareja en algunas ocasiones. Mezclado con un poco de chantaje, ella relata cómo su pareja le pedía dinero y ella se hacía cargo al respecto:

Bueno los 20 mil sí, porque tampoco eran 10 mil y luego otros, sino “es que no tengo para comer, mi hijo no ha comido, y es que llevo 3 días sin comer” aquí a veces no entraba a algunas clases porque él estaba muriéndose de hambre o algo así. Entonces pues me iba, le daba 100 pesos para que comieran lo que pudiera alcanzar y me regresaba y cosas así. Entonces en tercer semestre salí así como que mm algo baja. No tan mal pero sí baja, por lo mismo que faltaba o cosas así. Y este.. siempre es que “me van a quitar a mi hijo si no doy

\$2,500, y no sé que del DIF porque mi mamá me demandó, es que esto y que lo otro y es que no lo quiero perder” y así, no era de que él me decía, bueno ya ya bueno ten. No, era de que “bueno, vamos a hacer algo,” “es que no tengo y es que estoy así una semana,” y así de “me voy a morir!” Casi casi y me lloraba y me decía y con trabajos le decía a mi papá, entonces ya conseguía algo y pues ya ten.. y pues todo eso como que sumó los 20 mil..

En cuanto a la *ambivalencia*, es también la participante quien recibe todas las menciones, ya que a pesar de que es ella quien toma la decisión de terminar la relación y afirma tener dudas de querer seguir en ésta, afirma que se arrepiente inmediatamente después de terminarla, se deprime cuando no está con su pareja y se siente muy ansiosa por saber dónde está.

También se ve presente la *falta de compromiso*, ya que aparte de que ambos tienen poco tiempo para invertir en la relación, solamente ella se preocupa por resolver problemas y dificultades en la misma, mientras que él los ignora y los deja pasar (aunque en este caso, no para que no los note, sino porque no les presta atención). Cuando ella comenta acerca de por qué se daban los problemas y las separaciones en la relación, afirma que:

Según yo, es porque no nos veíamos y porque sentía que tenía como que yo... el 100% que dar y no el 50/50 en la relación.

De la misma manera, la participante narra cómo es que sentía que había una desigualdad en la relación:

Te digo que comenzaba de que yo iba siempre hasta el Estado de México, hasta su casa, por sus problemas, por lo que sea. En su trabajo antes cuando estaba aquí. Que yo, no sé, apuntaba detalles, que yo lo invitaba a salir. Él.. no.. como que no se esforzaba en nada en la relación. sí sentía así..

En esta relación también se dieron *cambios de roles*, siendo la participante quien, en un principio se mostraba más preocupada y afectuosa para con la relación, mientras que él era más desinteresado. Después de muchas dificultades en la relación, ella decide ya no prestarle tanta atención, por lo que él empieza a interesarse más y a chantajearla para que regresen. En cuanto al cambio de roles, ella comenta que al principio era distinta la relación:

Yo era como que muy detallista. En el sentido de que cada mes, por ejemplo, cumplíamos mes y ahh una cartita, un chocolate, algo así; y él pues nunca nada, igual y no le gusta, entonces yo también cambié y dejé de hacerlo.. ya no era así con él, y de repente el fue de “¿Qué? ¿Ya no lo haces? ¿Qué pasó?” entonces pues como que también empezó, no a molestar, sino como que enojarse pues, ¿no? “pero es que ¿qué te pasa, por qué ya no eres así?” y fue cuando el desequilibrio y todo.. entonces, creo que esa vez no sé, duramos otra vez el año, creo, y volvimos a terminar.

En relación con la *evitación*, ambos se han mostrado evitantes en diferentes momentos de la relación, ya que llega un punto en el que ella prefiere salir por su cuenta (también debido a las largas distancias que tienen que recorrer para verse) y él, desde un principio, causó problemas en la relación por falta de demostraciones de afecto y cariño.

En cuanto a la *incertidumbre*, la participante comenta que a su pareja parece en momentos, no importarle el estado de la relación, mientras que ella a veces no sabe qué pasa con ellos ni en qué estado se encuentran, ya que por algunos períodos se corta la comunicación y cuando la reestablecen, él supone que siguen juntos.

En la categoría de *insatisfacción* también podemos ver presente la ambivalencia, ya que la participante afirma sentirse bien y tranquila después de una separación (aunque anteriormente mencionara arrepentirse instantáneamente después de una separación) y sentirse muy feliz cuando se llevaba a cabo una reconciliación.

Por último, en cuanto a la *inestabilidad*, podemos ver que existen separaciones y peleas constantes dentro de la relación, que sostienen la incertidumbre del estado de la relación de la participante. Ella comenta que fueron alrededor de cinco veces las que terminaron por un período largo, pero que había otras en las que la reconciliación era muy rápida:

Mm como cinco, o algo así [separaciones]. Sí es que, bueno a veces, igual por todos mis problemas, sus problemas, no sé, como que no nos veíamos y así. Como que era de “bueno, pues ya hay que

terminar” y pasábamos la noche y la madrugada hablando y pues regresábamos, ¿no? O sea nos reconciliábamos muy fácil.

También menciona que las peleas eran muy frecuentes:

Ya después cambiaron las cosas, ya después de regresar y cortar, pues ya como que siempre estábamos peleando. Es más, un día me dijo mi hermana que siempre estaba peleando alguien por teléfono, o estábamos gritando o que estaba yo de amargada, o cosas así, ¿no? Y este.. que mejor pues terminara con esa relación porque pues.. estaba mal. Y pues ya, en esos momentos, ya no era de pasarla bien como antes, eran enojos, discusiones... cualquier cosa.

#### **5.3.4. Consideraciones generales**

Los casos anteriores, aunque a simple vista parecen muy diferentes entre sí, comparten la mayor parte de elementos y características en su relación de pareja, específicamente si los observamos por el estilo de apego de cada participante. Es importante no enfocarse únicamente en la calificación del cuestionario de apego ni las menciones por cada categoría, sino que es primordial verlas en conjunto así como analizar el contexto en el que se describe cada relación y la situación en la que se encuentra cada informante durante el momento en el que se hizo la entrevista y recordando que cuando se habla de la pareja, no necesariamente es lo que sucede realmente, sino más bien lo que ella percibe que está sucediendo (y, a fin de cuentas, actúa conforme a ello). De esta forma, la información puede ser integrada de manera que refleje una mejor aproximación a lo que sucede en cada caso y de cómo se asemeja a los demás y todos ellos llevan a que se forme una dinámica intermitente.

## Capítulo 6. Discusión

A continuación, se discuten los hallazgos realizados a partir de las entrevistas y escalas de apego y su relación con el enfoque teórico. Primeramente, se expone lo encontrado agrupando a las participantes por estilos de apego y, posteriormente, se hace una discusión de las categorías que surgieron durante el análisis de las entrevistas.

Aquí es importante recordar que las entrevistas se realizaron solamente a un miembro de la pareja, tomando en cuenta su punto de vista y su experiencia acerca de la relación de la que forman parte al momento de la entrevista. Al hacer esto, se toma como real las conductas, emociones y sentimientos que atribuye la participante a su pareja. Tomando en cuenta la teoría de la atribución (Heider, 1958), sabemos que los individuos actúan según lo que se cree e infiere que la otra persona piensa, siente o cómo actuará. A partir de esto, es posible para los individuos poder atribuir significados o interpretar las acciones de los demás y poder actuar a partir de éstas. Para los fenomenólogos (Heider, 1958), las personas entienden las emociones, deseos y necesidades de los demás de la manera en que las perciben: “las cosas son lo que aparentan” (p.22) para quien interpreta. Así mismo, la teoría de la atribución intenta dar una explicación de la manera en que se juzga a las personas dependiendo del significado que se le empareje a un comportamiento dado, así como la manera en que se percibe un comportamiento en uno mismo y los demás, atribuyéndole causas de control internas o externas y según a) la consistencia de la información (qué tanto realiza esa acción) b) distinción de la información (qué tanto se adopta múltiples comportamientos ante diversos eventos) y c) información consensuada (qué tanto otras personas se comportan igual ante el mismo evento) (Kelley, 1973). Es así que sean reales o no las acciones y pensamientos que los participantes perciban de sus parejas y expresen en las entrevistas, es verdad que ellas realizan atribuciones e interpretaciones (de motivos, sentimientos conductas, etc.) a partir de esto, siendo que es lo que consideran como “real”, y actúan a partir de ellas.

En esta misma línea, es posible que las atribuciones que hacen las participantes a sus parejas tengan un papel importante dentro de la dinámica que se juega en la relación. Esto ya que, como lo mencionan algunos autores (Follingstad *et al*, 2002; Gormley, 2005), las personas con apego inseguro tienden a ser hipersensibles a claves o percepciones erróneas de rechazo, principalmente hacia su figura de apego. Por tanto, ente más similar sea su pareja a su figura de apego en la infancia, el individuo puede estar generando estas percepciones erróneas más a menudo, produciendo en él las mismas reacciones de enojo y protesta de separación. En en caso de las participantes y sus parejas, tendían a atribuir conductas, pensamientos o actitudes que iban de acorde a sus estilos de apego, fomentando la ansiedad, insatisfacción o desconfianza en la relación, que posteriormente se expresará en una separación y una posterior reconciliación dada la ansiedad que esta primera causó.

### **6.1 Estilos de apego**

Se encontró que todas las participantes (excepto el caso 5, del que se discutirá más adelante) estaban dentro del espectro inseguro de los estilos de apego: dos con estilo preocupado o ansioso-ambivalente (casos 1 y 6), tres con estilo temeroso (casos 3, 4 y 7) y una con estilo rechazante (caso 2). Si bien en un inicio la hipótesis era que al menos uno de los miembros de la pareja tuviera estilo preocupado (ansioso-ambivalente), podemos observar que todas las participantes se encuentran, al menos, en un estilo de apego inseguro.

Aquí es importante hacer notar el caso de la participante 5, que a partir de las respuestas de su escala de apego clasifica como un apego seguro. Sin embargo, este caso es diferente de los demás, debido a que es la única que había asistido a terapia de pareja y, a su vez, la pareja (quien era más desapegada) vivió varias modificaciones importantes en su vida que hicieron que cambiara su relación. Aunado a estos elementos, se encuentra en la entrevista que, al inicio de la relación aparecen comportamientos y pensamientos que se asemejan más a un estilo de apego preocupado (ansioso-ambivalente) que al de un apego seguro. Si consideramos el hecho de que ella tuviera apego preocupado y, que

posteriormente, su pareja vive cambios en su estilo de vida que lo llevan a volcarse más hacia la participante (como única fuente de apoyo y/o amor), existe la posibilidad de que en ambos miembros hayan tenido un cambio en su estilo de apego: ella a uno seguro y él a un inseguro, inclinándose más al ansioso-ambivalente.

Aunque existe un debate sobre la posibilidad de la modificación de los estilos y representaciones de apego que se tienen, algunos autores sugieren que es posible esta modificación. Allen, McElhaney, Kuperminc y Jodl (2004), así como Treboux, Crowell, Waters (2004) plantean que un individuo puede pasar de un estilo de apego seguro a uno inseguro, dependiendo de las circunstancias y el contexto social y sentimental en el que se encuentre. Este cambio puede darse gracias a situaciones en las que se vean limitadas sus redes de apoyo o se encuentren con cambios mayores en el contexto de su apego (por ejemplo, que su pareja tome un empleo que implique viajar mucho o conocer personas nuevas). De igual manera, es posible que una persona con apego inseguro, dados ciertos cambios en su ambiente y su relación, pueda cambiar su estilo de apego a uno seguro. Crowell *et al.* (2002) plantean que el hecho de que la pareja muestre comportamientos de apoyo y amor en la relación y el tener una representación de que la pareja tiene un apego seguro, eran condiciones propicias para que un individuo cambiara a un estilo de apego seguro. Comportamientos de la pareja como que la pareja sea afectuosa y muestre constantemente evidencia de que es una figura de apego importante y efectiva en su vida, provocan en el individuo una transformación del pensamiento y un cambio en estas estructuras de apego que estaban enraizadas desde la infancia

En el caso de la pareja de la participante 5, no sólo habían asistido a terapia de pareja, sino que él experimentó varias modificaciones importantes en su vida, como lo son cambiar y perder su círculo de amigos y el independizarse de su familia. Esto, aunado a que la participante se empezaba a mostrar más desinteresada, hace que la pareja se torne más dependiente de ella y quiera dedicarle más tiempo a la relación. Esta modificación se puede explicar a partir de

los planteamientos de Allen *et al.* (2004) y Treboux *et al.* (2004), quienes sugieren que una persona puede cambiar de estilo de apego a uno inseguro, siendo más dependiente en su pareja. Por su parte, la participante, aunque cuando relataba el inicio de su relación mostraba características claramente pertenecientes al apego preocupado, tras asistir a terapia con su pareja y el cambio de comportamiento y actitud él para con la relación, cambió su apego a uno seguro. Esto, representando lo que mencionaban Crowell *et al.* (2002) de que una persona puede modificar su estilo de apego de uno inseguro a uno seguro si la pareja demuestra más apego y atención y que es una figura de apego que estará presente cuando la necesite.

La participante 5 y su pareja, por estos cambios de estilo de apego, los hacen un caso diferente a los demás que se estudiaron en esta ocasión. Aunque es más común encontrar que los miembros de parejas intermitentes cambien de roles o actitudes con su pareja, también es posible encontrar casos como éste, en el que modificaciones importantes en la vida de ambos tuvieron efectos en su relación y el papel que juegan cada uno dentro de ella.

Ahora bien, las participantes 1 y 6 son quienes muestran (según la escala de apego) un estilo preocupado/ansioso-ambivalente. Según lo que se había esperado, personas con este estilo de apego en una relación intermitente, era probable que estuvieran emparejadas con un estilo en la dimensión de lo evitativo; sin embargo, en lo descrito por las participantes en las entrevistas, se entiende que sus parejas poseen un estilo de apego también en la dimensión de la ansiedad, es decir, preocupado/ansioso-ambivalente. Esto se ve reflejado claramente en el hecho de que la categoría de ansiedad haya sido la que tiene más menciones en ambas entrevistas, todas haciendo referencia a sus parejas. Ellas, por su parte, puede pensarse que no se encuentran con un apego evitativo, ya que ambas reciben muy pocas menciones en la categoría de evitación.

A partir de lo anterior, entendemos que no en todos los casos los ansiosos-ambivalentes se emparejan con personas poco responsivas, menos cálidas, que se incomoden con la cercanía de otros y no les guste depender en los demás,

como lo plantearon Collins y Read (1990), aunque también hay que tomar en cuenta que sólo se identificaron dos casos de personas con apego ansioso-ambivalente.

A raíz de las respuestas en las entrevistas y en las escalas de apego, podemos observar que las participantes y lo que expresan de sus parejas, muestran las características de este estilo ansioso-ambivalente/preocupado. Generalmente, quienes tienen un este estilo de apego manifiestan una gran necesidad de tener cerca de su pareja, un gran miedo por ser abandonados o cambiados, quieren relaciones de pareja recíprocas (aunque no puedan ver las expresiones de amor o afecto de sus parejas), preocupación porque la pareja no los ame realmente, relaciones matizadas de celos y preocupación, tendencia a ser “empalagosos”, falta de habilidad para manejar las pérdidas (en este caso, las terminaciones) (Hazan y Shaver, 1987; Murray, 2006). Así mismo, Murray (2006) menciona que durante las entrevistas, al hablar sobre sus relaciones, tienden a dar una descripción muy amplia de sus relaciones y usualmente expresan sentimientos negativos con respecto a éstas (Main, Goldwin y Hesse, 2002, en Creasy y Jarvis, 2008) que es lo que ocurre en el caso de las participantes antes mencionadas.

Después de la categoría de ansiedad, encontramos que las de ambivalencia, insatisfacción y dependencia emocional son, por igual, las que le siguen en mayor número de menciones. Es interesante observar que, dependiendo del estilo de apego que reportaron las participantes, se encuentran similitudes entre las menciones que hacen en sus entrevistas. Por ejemplo, ambas participantes mencionan sentirse ambivalentes en cuanto a estar o no en la relación y en cuanto a querer o no a su pareja. Esto coincide con lo que plantean Dailey *et al.* (2008) de que la ambivalencia es uno de los elementos más presentes en estas relaciones y el que más causa estrés a sus integrantes.

Así mismo, vemos que ambas dicen estar insatisfechas con la relación, aunque con respecto a sus parejas, afirman que ellos expresan sentirse felices con la relación, y querer mantenerse en ella a toda costa (aunque la relación esté

caracterizada por peleas y discusiones); esto es característico de personas con apego preocupado/ansioso-ambivalente, ya que desean desesperadamente estar en una relación sin importar en qué estado se encuentre ésta. En parte, lo anterior concuerda con lo planteado por Noriega (2004), acerca de que los individuos sienten una necesidad de estar con la pareja para evitar la ansiedad y mantener la calma emocional. Sin embargo, ella afirma que son generalmente las mujeres quienes tienen una dependencia hacia su pareja masculina, pero en este estudio, del decir de las participantes, fueron las parejas quienes mostraban más necesidad de estar con ellas con el fin de sentirse tranquilos emocionalmente. En esta misma línea, encontramos también congruencia con la teoría del apego, la cual plantea que estos individuos piensan que podrán obtener seguridad si pudieran lograr que sus parejas respondieran propiamente hacia ellos (Bartholomew y Horowitz, 1991), lo que puede estar causando que quieran seguir a toda costa en la relación y pensar que ésta puede mejorar y superar las dificultades en las que se encuentran una vez que su pareja se adecue a sus necesidades o cambie ciertos aspectos para con la relación.

Por su parte, encontramos a las participantes con estilo de apego temeroso (casos 3, 4 y 7), quienes también muestran similitudes en sus respuestas durante sus entrevistas. No solamente en la escala de apego, sino que durante sus entrevistas, las participantes mostraron pensamientos y comportamientos comúnmente asignados a este estilo de apego. Entre éstos, se encuentra tener miedo a la cercanía emocional (específicamente por miedo a que el otro lastime sus sentimientos), poca cercanía física con la pareja, inhibición de la expresión de amor, desconfianza de los demás, rechazo anticipado de los demás (como las participantes mencionan que no es conveniente dejar la relación porque nadie más los va a “aguantar”) (Bartholomew y Horowitz, 1991; Murray, 2006).

Aquí, las categorías con más menciones fueron ansiedad, dependencia emocional y desconfianza. Al igual que en los casos anteriores, son sus parejas quienes reciben la mayoría de las menciones en la categoría de ansiedad, siendo ellos quienes están más cercanos a un estilo de apego preocupado/ansioso-

ambivalente. En cuanto a la dependencia emocional, gran parte de las menciones se le atribuyen a ambos, ya que las participantes piensan que no sólo la pareja, sino también ellas a su manera, son dependientes de la relación. Finalmente, en torno a la desconfianza, ambos miembros reciben alrededor de la misma cantidad de menciones en los tres casos. Esto resulta interesante, ya que el estilo de apego temeroso, de la misma manera que el preocupado, se encuentran dentro de la dimensión de una visión negativa de ellos mismos y, en específico, el apego temeroso también tiene una visión negativa de los otros (Bartholomew y Horowitz, 1991). Con respecto a las participantes, esto resulta en una gran ansiedad y desconfianza hacia su pareja, que se refleja en sus entrevistas, al plantear que no confían del todo en su pareja y/o tienen una visión negativa en cuanto a que puedan cubrir sus necesidades de apego (responsividad y disponibilidad), cogniciones propias del apego temeroso. De la misma manera, estas menciones de desconfianza por parte de la pareja también son congruentes con un estilo de apego preocupado/ansioso-ambivalente, teniendo miedo constante de que la pareja los abandone o los engañe.

Otro elemento que coincide entre las participantes, es en la categoría de *falta de compromiso*. Específicamente, todas las participantes con este estilo de apego mencionan que son ellas quienes tienen que resolver y hacerse cargo los problemas de la relación, mientras que su pareja “ignora” estas dificultades. Sin embargo, mientras que en otros casos entrevistados con otros estilos de apego afirmaban que sus parejas ignoraban literalmente los problemas por falta de interés, ellas afirman que sus parejas los ignoran o “pasan por alto” con la finalidad de evitar que ellas se enteren y puedan decepcionarse o pensar dos veces el seguir en esa relación y, por consiguiente, abandonarlos. Esto denota claramente que ellas atribuyen un estilo de apego ansioso de su pareja, demostrando el miedo a ser abandonados por las participantes, quienes tienden a mostrarse más frías y reservadas.

Finalmente, tenemos el caso de la participante 2, quien a partir de la escala de apego se le calificó con estilo de apego evitante rechazante. Su descripción

concuera con lo planteado por la teoría del apego, en la cual se afirma que los individuos con este estilo generalmente evitan la cercanía de su pareja debido a que se han formado expectativas negativas previamente. Tienden a mostrarse autónomos y a menospreciar la necesidad de tener una pareja y devaluar las relaciones cercanas (Bartholomew y Horowitz, 1991), así como a desarrollar modelos de que los demás son de poca confianza (Simpson, 1990) e inhiben las expresiones de amor (Murray, 2006).

Main, Goldwyn y Hesse (2002, en Creasy y Jarvis, 2008) mencionan que estos individuos, durante las entrevistas, hablan idealizadamente acerca del amor, pero no se sostienen con lo que mencionan a lo largo de su discurso. Así mismo, tienden a devaluar la importancia de las relaciones durante la entrevista y a enfatizar su independencia. Esto justamente sucedió durante la entrevista con la participante 2, quien hablaba constantemente sobre encontrar un “príncipe azul” y, al mismo tiempo, devaluaba fuertemente su actual relación y haciendo notar cómo ella podía estar y funcionaba mejor sola.

En su caso, las categorías con más menciones fueron la de ansiedad, desconfianza e intercambio de roles. En este sentido, la mayoría de las menciones de ansiedad eran con referencia a su pareja, a quien atribuye más señales de tener miedo y ansiedad de que ella decida terminar la relación. Esta ansiedad, combinada con dependencia de su pareja, se hace notar desde el hecho de que, durante la entrevista, la participante recibió tres llamadas de su pareja para saber qué hacía y con quién estaba. Ella, por su parte, se mostraba desinteresada en la llamada e incluso hastiada de la misma. Sin embargo, es importante destacar el hecho de que por más que se fastidaba al hablar con él, ella seguía contestándole el teléfono, alimentando la dependencia de su pareja y su propio poder en la relación.

En cuanto a la desconfianza, ésta venía por parte de ambos, ya que los dos miembros pensaban que eran engañados por su pareja. Esto coincide de igual manera con la teoría del apego, en la que aquellos con apego rechazante poseen un modelo de los otros negativo, siendo la falta de confianza la principal

característica (Bartholomew y Horowitz, 1991); aquí es importante tomar en cuenta que su pareja sí la había engañado anteriormente, lo cual solamente incrementa esta desconfianza que pueda sentir ella hacia sus parejas posteriores. Su pareja, a su vez, tampoco confiaba en ella aunque asegurara siempre haberle sido fiel, sin embargo, recordando que él poseía un estilo de apego más ansioso, es usual encontrar que piense que su pareja lo abandonará o que probablemente está con otras personas.

En cuanto al cambio de roles, a través de la entrevista podemos entender que ella era más apegada al inicio de la relación y él, más alejado. Sin embargo, después de repetidas infidelidades, tomando en cuenta su estilo de apego, ella vuelve a desconfiar de los demás y a poner más importancia en su propia autonomía, concordando con un estilo de apego rechazante. Él, por su parte, al ver que existe la posibilidad de perderla intenta recobrar el control de la relación expresándose así en una combinación de violencia, amenazas y búsqueda excesiva de la proximidad con la pareja (llamadas, visitas, etc.) (Gormley, 2005).

Un elemento más a tomar en cuenta en esta relación es la violencia, generalmente por parte de él (física y psicológica). Mauricio y Gormley (2010) y Follingstad, Bradley, Helf y Laughlin (2002) plantean que individuos con estilos de apego inseguro y con tendencias a rechazantes (tal y cual se comportaba la pareja de la participante antes de que ella mostrara su falta de interés y deseo de seguir en la relación) son más proclives a utilizar la violencia como forma de manejar y controlar una relación de pareja y la ansiedad que ésta le genera y con la intención de evitar una terminación.

## **6.2 Características del apego inseguro y parejas intermitentes**

Con base en lo planteado desde la teoría del apego, las relaciones de parejas intermitentes se encuentran caracterizadas principalmente por aspectos negativos (Collins y Read, 1990; Hazan y Shaver, 1987; Simpson, 1990). A partir de las entrevistas con miembros con este tipo de relaciones, podemos observar que estas características que generalmente poseen aquellos con estilos de apego inseguro, están presentes en estas parejas.

Ansiedad y evitación son las dos principales dimensiones que moldean los estilos de apego en todas las personas (Bartholomew y Horowitz, 1991). No es casualidad que la categoría de ansiedad haya sido la que tuvo más menciones en todas las entrevistas (aunque generalmente haciendo referencia a sus parejas y no a las participantes). Esto indica que al menos una de las dimensiones del apego inseguro se encuentra permeando las relaciones intermitentes; por lo tanto, es factible colocar a los miembros de este tipo de relaciones en los tres estilos de apego inseguro (ansioso-ambivalente/preocupado, rechazante y temeroso). Por su parte, la categoría de evitación no recibió tantas menciones y, la gran mayoría, hacían referencia a las conductas y pensamientos de las mismas participantes. Esto puede deberse al hecho de que vivimos en un país con una tendencia más colectivista, la cual se asocia más a la dimensión de la ansiedad, contrario a países más individualistas, como Estados Unidos, a los cuales se les asocia más con características propias a la evitación (Frías, 2011).

Aunque finalmente todas las participantes (exceptuado el caso de 5, quien se mencionó anteriormente y se retomará más adelante) se posicionaron en los tres diferentes estilos de apego, es la ansiedad la que se encuentra más presente en todas las relaciones que se estudiaron, y es un elemento que aparece constantemente durante las siete entrevistas. Esto indica que, si bien el estilo ansioso-ambivalente/preocupado no es el único en estas relaciones, la ansiedad sí juega un papel primordial en ellas. Esto se ve reflejado en que en la mayor parte de los casos se hacía notar el miedo a ser abandonado, generalmente en ambos participantes (y la mayor parte de las veces, atribuida a la pareja de la participante). Comparando las reacciones ante las separaciones que tienen los miembros de estas parejas con lo que plantea la teoría del apego, podemos encontrar muchas conductas similares, como lo son el aferramiento a la figura de apego, el miedo, la ambivalencia y la protesta (Ainsworth *et al.*, 1978, en Simpson y Rholes, 1998). Podemos observar cómo el miedo a ser abandonados y la constante preocupación de que su pareja no esté disponible o sea recíproca en la relación también son pensamientos constantes en estos individuos, al igual que lo plantea la teoría (Hazan y Shaver, 1987).

Por otro lado, en aquellas participantes más inclinadas hacia la dimensión de la evitación (y en específico, los casos de apego temeroso: casos 3 y 4), se pueden encontrar claramente las características mencionadas por la teoría del apego propias de este estilo. Esto se observa cuando afirman explícitamente el tener miedo de entregarse por completo a su pareja porque temen que las vaya a lastimar después (hablando principalmente acerca de ser lastimadas emocionalmente). Este pensamiento impide a las participantes ser tan afectuosas y comprometidas como su pareja lo necesita, ya que son ellos quienes también hacen explícito su miedo a que los abandonen o cambien por alguien más. En estos casos, ambos miembros juegan un papel clave en el mantenimiento de la dinámica de unión-separación, en el que uno tiene miedo de ser abandonado y el otro, de entregarse a su pareja, retroalimentando negativamente las necesidades de apego del otro.

Aunque en un principio se planteó que las relaciones intermitentes giraban en torno a un estilo de apego ansioso-ambivalente, las características que se establecieron en un inicio como parte de estas parejas también aplican y se encuentran presentes en todos los estilos de apego inseguros. En cuanto a la dependencia emocional, no solo es un rasgo propio del apego ansioso, sino que es la categoría con más menciones cuando se hace referencia a ambos miembros durante las entrevistas. Parece ser que, aunque se le atribuye a las parejas ser más ansiosas y dependientes en los casos estudiados, las mismas participantes opinan que ellas también son dependientes de alguna u otra manera de la pareja o de la relación; en el caso de las participantes con apego ansioso, se refleja en la necesidad de estar constantemente con su pareja a fin de estabilizar y tranquilizar su estado emocional ansioso, mientras que en las evitativas se encuentra en responder a las necesidades de la pareja de constante comunicación y contacto (aunque las parejas no perciban esto como suficiente). Sin embargo, debido a que las necesidades de apego de los ansiosos-ambivalentes no son cubiertas por sus parejas evitativas, éstos no tienen más remedio que seguir en la relación, procurando que ésta sea más recíproca y, al mismo tiempo, viviendo en un constante estado de estrés al respecto (Murray, 2006).

La inestabilidad es, sin duda, una de las características principales en las parejas intermitentes. En este caso, los rompimientos de las participantes iban desde al menos cuatro hasta 16. Resulta interesante hacer notar el hecho de que ninguna de las participantes tenía claro el número de veces que habían terminado y se habían reconciliado en la relación y, las que intentaban hacer un recuento, sólo podían recordar las terminaciones más “fuertes” o que los mantuvieron más tiempo separados. Estos múltiples rompimientos y reconciliaciones son causa de que las participantes ya no comenten sus problemas de pareja con amigos o familiares, ya que no lo hacen para evitar sermones o regaños (por caer en el “mismo error”) y la pena de tener que contar que, una vez más, han regresado o vuelto a terminar. Aunado a estas terminaciones, también están presentes las separaciones emocionales, en las que las participantes afirman que en múltiples ocasiones, dejan de tener sentimientos de afecto hacia su pareja, mientras siguen oficialmente en una relación; esto no se vió modificado por el estilo de apego de las participantes. Todos estos elementos de la inestabilidad coinciden con la afirmación de Henderson, Bartholomew y Dutton (1997), al decir que todos los estilos de apego inseguro son factores de riesgo relacionados con el poder mantenerse o terminar una relación, principalmente una no saludable (como en el caso de las parejas intermitentes).

En este mismo aspecto, Dutton, Saunders, Sterzomsky y Barth (1994) plantean también que personas con altos niveles de ansiedad perciben amenazas de abandono muy fácilmente (sean o no reales), lo que los lleva a una tendencia de acercarse a la figura de apego quien tiende a rechazar la cercanía física, generando en sí que se aleje y en el ansioso, una necesidad más fuerte de apego. Es así que se cree un ciclo perpetuo de retroalimentación negativa (*feedback loop*) que resultará en más ansiedad, evitación, frustración y enojo al tratar de satisfacer estas necesidades de apego. Este ciclo, que conlleva aspectos negativos para la relación y sus miembros, puede estar presente también en las parejas intermitentes y ser una de las causas de su inestabilidad.

Por otro lado, las relaciones abusivas y violentas también están asociadas a un cierto desequilibrio de poder entre los miembros de la pareja (Dutton y Painter, 1993b); en este caso, sí existió este desequilibrio en la mayor parte de las parejas; sin embargo, no se mantenían claros los roles de dominado y dominante ya que estos roles aparentemente se intercambiaban constantemente durante diferentes momentos de la relación.

Dailey *et al.* (2008) establecen que, en las parejas intermitentes, existen roles claros de quién lleva a cabo los rompimientos y quién fomenta la reconciliación: usualmente, quien la termina es quien tiene más poder y el reconciliador es quien es “dominado” o tiene más ansiedad de que lo abandonen. Sin embargo, en este estudio no se corroboró este aspecto ya que, aunque generalmente eran las participantes quienes decidían terminar la relación, no siempre se mantenía este rol y no siempre eran sus parejas quienes incitaban a la reconciliación. Más bien, esto parece semejar más a lo planteado por Bevan *et al.* (2003), quienes establecen que quien termina una relación es el más propenso a llevar a cabo una reconciliación, ya que es quien tiene más control y se siente más seguro sobre la relación y los posibles resultados de su intento de reunión. Por otro lado, Bartholomew y Horowitz (1991) plantean que los infantes aprenden acerca de los roles de dominación en las parejas a partir de la relación que observan de sus padres; sin embargo, cuál rol tomen en su relación romántica adulta dependerá principalmente de la pareja y el rol que ambos decidan inconscientemente adoptar.

Este desequilibrio de poder nos lleva a la siguiente categoría: intercambio de roles. En los casos estudiados, se observó que al inicio de las relaciones, se mantenían roles establecidos en los que un miembro era más apegado y el otro no, que era uno de los principales problemas. Sin embargo, a partir de determinado momento en la relación, estos roles se invertían: aquel miembro más apegado esperando reciprocidad de su pareja se cansa y decide mostrarse menos afectivo para con ella. Al suceder este cambio, aquel miembro desapegado cambia su actitud y se vuelve más interesado en la relación.

Esta situación no fue planteada anteriormente por los autores quienes hablan de parejas intermitentes, pero la teoría del apego ofrece una explicación que puede ayudar a entender qué sucede. Diversos autores (Follingstad *et al.*, 2002; Gormley, 2005), como se mencionó anteriormente, establecen que individuos en las dimensiones de apego inseguro tienden a volverse hipersensibles a claves o percepciones erróneas de rechazo. Esta hipersensibilidad lleva a constantes malos entendidos con respecto a estos indicios (*cues*) que pueden generar ansiedad en el miembro de la pareja con la motivación y deseo de mantener la relación. Por tanto, las reacciones que se susciten a partir de estas percepciones pueden variar desde violencia hasta más afectividad con la finalidad de controlar y mantener unida la relación.

Sin la necesidad de modificar su estilo de apego, aquellos miembros menos apegados a la relación, a partir de percibir una supuesta separación (o indicios que lo hagan pensar que el otro miembro se quiere separar) pueden presentar conductas que varían desde señales de celos, violencia hasta buscar excesivamente la proximidad con el otro (con llamadas y contacto constante y diario, visitas o cualquier otro medio para tener acceso a la pareja) (Gormley, 2005). En la mayor parte de los casos de este estudio, es probable que haya sucedido lo anterior. Estando todos dentro de una dimensión del apego inseguro, al percibir cualquier indicio (erróneo o acertado) de que la pareja quiere dejar la relación, surgen toda una gama de reacciones para intentar controlar la relación, principalmente buscando la cercanía con la pareja para que ésta no lo abandone. Esto puede explicar el cambio repentino por parte de los miembros menos apegados a ser más afectuosos con su pareja.

Por otro lado, Hazan y Shaver (1987) plantean que el estilo de apego de una persona puede verse modificado conforme se avance en la adultez y hayan existido diferentes experiencias románticas. Así mismo, establecen que las experiencias de relaciones anteriores, así como la actual pueden ir moldeando y modificando el estilo de apego de los individuos. Por ejemplo, una persona con apego seguro en una relación con alguien con apego ansioso, puede llevar a que

se comporte igual de ansioso y ambivalente que su pareja. Este caso es lo que pudo haber sucedido con la participante 6, quien no muestra tantos indicios de tener apego ansioso, pero que percibe a su pareja con ansiedad muy notoria, lo cual hace que ella pueda estar presentando estas características también, pero en menor grado.

Retomando el caso de la participante 5, aquí vemos que no solamente su pareja ha acoplado sus comportamientos a las necesidades de ella, ni ella a las de él por miedo a perder la relación; más bien, sucede lo que plantean Allen *et al.* (2004) y Treboux *et al.* (2004), quienes afirman que un individuo puede cambiar por completo su estilo de apego a partir de modificaciones importantes que sucedan en su vida y en su relación (como el independizarse y perder círculos de amigos y de apoyo).

Ahora bien, en torno a la ambivalencia en las relaciones intermitentes, podemos observar que en las entrevistas son las participantes quienes se atribuyen más menciones al respecto. No solamente en torno a hacer explícita su duda de querer o no seguir en la relación, sino que incluso en sus comportamientos (como decir no querer hablar por teléfono con la pareja, pero contestándole todas las veces que se pone en contacto) y en contradicciones durante su entrevista (decir que están satisfechas y más adelante, decir que no lo están). Recordando uno de los estudios de Dailey *et al.* (2008), en donde la ambivalencia era uno de los principales estresores en las parejas intermitentes, haciendo suscitar sentimientos de duda de uno mismo y de la relación.

Dentro de la teoría del apego, esa ambivalencia (que generalmente se observa en el estilo de apego ansioso-ambivalente) suele presentarse dado que el cuidador primario algunas veces está y otras no está disponible para el infante; esto hace que el niño pueda mostrar protesta cuando el cuidador no esté disponible (ya que, dada la naturaleza sobreprotectora de la figura de apego, el infante puede no sentirse seguro con los demás y pensar que sólo estará seguro con ella). Ainsworth *et al.* (1978) establecen que cuando las necesidades de apego no se han satisfecho por un largo período, comportamientos de enojo y

protesta se observarán en los infantes; estas acciones se asocian con la primera fase de separación (protesta) donde se espera que dicha acción produzca el retorno de la figura de apego. Esta ansiedad y enojo porque la figura de apego los “abandonó”, se traduce en la protesta y puede manifestarse en violencia (en todos sus estilos) o comportamientos de acercamiento con la pareja, como se mencionó anteriormente. La ambivalencia aparece entre estos sentimientos de protesta, reclamo y enojo y además de ansiedad por reunirse con su figura de apego. En el caso de las relaciones adultas, esta figura es la pareja y la ambivalencia surge entre el enojo debido a que la pareja los abandonó y el necesitar a la figura de apego y, por otro lado, la confusión entre sentirse independiente y devaluar la necesidad de intimidad (para estilos de apego evitativos) y el no querer ser abandonados.

En cuanto a la falta de compromiso, los autores plantean que es una de las principales características no sólo de los estilos de apego inseguros (Feeney y Noller, 1990; Simpson, 1990), sino también de las parejas intermitentes (Dailey *et al.*, 2009; Márquez, 2005). A pesar de no haber sido una categoría con muchas menciones en las entrevistas, por lo que narran las participantes existe una falta de compromiso de su parte para con la relación, ya que algunas tienden a ser más independientes y “tomar actitudes de soltera” y a no querer cerrarse a oportunidades de conocer otras personas. Por otro lado, un elemento importante que mencionan es las participantes con apego temeroso, es que se preocupan por resolver los problemas de la relación mientras que sus parejas los ignoran con el fin de que ellas no vean los problemas y quieran dejar la relación. Esto es coherente con un estilo de apego ansioso, en el que los individuos quieren estar en la relación sin importar qué tan felices se encuentren en ella. Simpson (1990) plantea que la incomodidad causada por la excesiva dependencia, preocupación y falta de confianza de un individuo pueden causar esta poca cercanía y bajo compromiso en el otro miembro de la pareja.

Esto puede ligarse directamente a la categoría de satisfacción, la cual también se puede ligar también con la ambivalencia de las participantes. En

general, todas ellas mencionaron sentirse incómodas con la relación y en específico con el ciclo de unión-separación alrededor del cual giraba. Sin embargo, cuando se les pide que califiquen del 1 al 10 qué tan satisfechas estaban con la relación, casi todas le dieron una calificación superior al 7 (excepto la participante 2), una calificación alta, incongruente con los comentarios que hacían durante la entrevista. En el caso de la participante 2, quien le da una calificación de 0 (nada satisfecha), también parece ser incongruente con el hecho de que quiera seguir en la relación aunque afirme no estar contenta en ella.

Al respecto, diversos autores afirman que individuos con apego inseguro (Simpson, 1990) y aquellos en parejas intermitentes (Dailey *et al.*, 2005; Márquez, 2005) tienen bajos niveles de satisfacción en sus relaciones. Esto contrasta con lo encontrado en las entrevistas ya que, como se mencionó, las participantes califican con un grado alto la satisfacción en la relación, mientras que al mismo tiempo mencionan no estar conformes con ella.

En cuanto a la desconfianza, se observa que son las parejas de las participantes a quienes se les atribuye más desconfianza; esto se ejemplifica con celos y dudas de la fidelidad de las participantes, aunque éstas afirmen jamás haber sido infieles ni engañado a sus parejas (solamente algunas salieron con otras personas mientras estaban separadas, pero no lo consideran como infidelidad). Autores como Simpson (1990) y Murray (2006) afirman que personas con un apego inseguro son más proclives a tener una relación de pareja en donde exista la desconfianza. Esto se debe principalmente, a que las personas con apego evitante crecen con falta de confianza en los demás, mientras que los que tienen apego preocupado piensan constantemente que su pareja los va a abandonar, son demasiado sensibles a indicios que interpretan como intenciones de abandono aunque no siempre sean acertadas. Esto trae como resultado que las parejas intermitentes se encuentren permeadas por una constante desconfianza.

La incertidumbre no tuvo muchas menciones en las entrevistas; sin embargo, sí está presente en todas. Esto se infiere del hecho de que las entrevistadas no

estaban seguras de cuántas veces habían pasado por el ciclo de unión-separación, otras mencionaban no saber en qué momento se daban las reconciliaciones y otras afirman que, incluso en el momento de la entrevista, no sabía si estaban juntos formalmente o no. Esta incertidumbre se relaciona principalmente con la inestabilidad y la ambivalencia que se vive en la relación (Dailey *et al.*, 2008). De la misma manera, a causa de las estrategias que utilizan los individuos y lo ambiguos que pueden ser al terminar la relación, el estatus de la relación no siempre es claro, como sucedió en algunos de los casos (casos 1, 5 y 7).

Finalmente, en torno a la violencia, se encontró que no era predominante la violencia física (se limitaba a uno o dos episodios de violencia en algunos de los casos) sino que más bien la violencia psicológica era la que estaba presente en todas las relaciones estudiadas. Este tipo de violencia se presentó principalmente en forma verbal, de chantajes, resentimientos y reclamos por parte de ambos miembros de la relación. La teoría menciona que los hombres con apego inseguro tienen más probabilidad de ser violentos en su relación de pareja (Mauricio y Gormley, 2010), que fue lo que más se presentó en los casos estudiados. Así mismo, se plantea que individuos con apego ansioso o preocupado pueden responder a esta ansiedad de manera hostil o con expresiones de enojo, mientras que aquellos con estilos evitativos (temeroso y rechazante) pueden comportarse violentamente a causa de sus patrones interpersonales hostiles, producto de su modelo negativo de los demás (Mauricio y Gormley, 2010). En cuanto a los “reclamos del pasado”, que hace referencia a quejarse y pelear sobre episodios de problemas que ocurrieron anteriormente en la relación, ya sea desde hace algunos días hasta años, Simpson (2011) menciona que los recuerdos juegan un papel importante en este aspecto. El autor afirma que las personas tienden, con el paso del tiempo, a crear un sesgo con su memoria de lo que pasó a partir de su estilo de apego y reafirmando; por ejemplo, los evitantes tienden a recordarse a ellos mismos y a su pareja como que proveen menos apoyo y los preocupados como menos disponibles. En este caso, los miembros de parejas intermitentes pueden estar recordando constantemente estos episodios como negativos y ratificar el

papel o rol que perciben de su pareja según lo que sus estilos de apego los hacen pensar de ellos.

Por otro lado, en cuanto a la violencia, la hipersensibilidad al rechazo de los individuos con apego inseguro puede causar ansiedad y enojo (*anger anxiety*) para con la pareja, lo cual puede resultar en que sea dominantes, celosos, abusivos y/o controladores con el fin de disminuir esta ansiedad que genera la amenaza de abandono (Dutton, Saunders, Sterzomsky y Barth, 1994; Gormley, 2005; Follingstad *et al.*, 2002).

En sí, todos los elementos encontrados en estas parejas están íntimamente relacionados con la teoría del apego, siendo posible vislumbrar la experiencia que viven estos individuos y cómo ésta se ve permeada por sus esquemas mentales elaborados a partir de sus interacciones y su estilo e historial de apego.

### **6.3. Socialización y roles de género**

No solo juega un papel importante el estilo de apego de los miembros en las relaciones intermitentes. Como se mencionó anteriormente, la socialización y la interacción (desde la figura de apego hasta la cultura) tienen un papel dentro de la formación de los esquemas internos mentales de las personas. Estos esquemas finalmente constituyen la idea de qué necesitaremos (o qué tanto dependeremos) de los demás y cuán confiables son los demás para proveernos de eso que necesitamos.

Así mismo, dentro de la cultura, también existirán ideas acerca de los roles adecuados para hombres y mujeres dentro de las relaciones. Estos roles se han ido modificando con el tiempo, así como el objetivo de las relaciones de parejas - antes predominaba la formación de una familia, mientras que ahora puede encontrarse, en primer plano, el interés y la satisfacción de los miembros (Giddens, 1992)- aunque en estas parejas aun parece persistir la idea de “relaciones tradicionales”. Sabemos que algunas de las participantes muestran señales de falta de compromiso en la relación, como salir con otras personas, sin embargo, ninguna de ellas (ni sus parejas) parecen querer separarse, tratando de

mantener la relación unida a toda costa, incluso de su satisfacción (aun y cuando las relaciones en esta época parecen ser más livianas y fugaces). De la misma manera, algunas de ellas esperan la llegada de su “príncipe azul”, esperando ciertos comportamientos o afectos de su compañero que encajen con el rol tradicional de consorte masculino.

Por otro lado, cabe analizar el hecho de que solamente existieron participantes mujeres en la fase de estudio de casos. Esto puede explicarse dado que las mujeres tienden a hablar más acerca de sus emociones y sus relaciones de pareja, mientras que los hombres parecen desahogarse de otras maneras ajenas a la autodivulgación. De la misma manera, esto también concuerda con lo encontrado en el estudio de Collins y Read (1990) en donde mencionan que mujeres con estilo de apego ansioso percibían a sus parejas como menos comunicativas y que no existía auto-divulgación de su parte.

#### **6.4. Recomendaciones para estudios posteriores**

Si bien en el presente estudio se hace una primera aproximación a este fenómeno y se proporciona un panorama general del mismo, también se abre una gran cantidad de preguntas y nuevos retos para esta línea de investigación. Estos retos abarcan desde el aspecto teórico, hasta el metodológico.

En cuanto al aspecto teórico, es posible seguir indagando este fenómeno bajo el marco de la teoría del apego y todos los componentes que se puedan desprender de ésta, sean diferentes o los mismos que aquí se han planteado. Por ejemplo, analizando la relación que existe entre los niveles de compromiso y satisfacción en este tipo de parejas y su efecto en no poder llevar a cabo satisfactoriamente una terminación. Así mismo, también es posible estudiar a estas parejas bajo otras teorías, como la perspectiva de género y la manera en que influye el ser hombre o mujer dentro de la dinámica de las parejas intermitentes. Otra propuesta sería el analizar los aspectos positivos (concientes o inconcientes) que pueden generar este tipo de relaciones en sus miembros.

Para futuras investigaciones, en el aspecto metodológico se enfatiza la necesidad de trabajar ahora con ambos miembros de la pareja, para así conocer los estilos de apego de ambos y la manera en que se retroalimenta el ciclo. Así mismo, se requieren otras estrategias para convocar participantes, ya que existe cierta renuencia, especialmente en el caso de los hombres, para participar y hablar sobre sus relaciones de pareja. También, se sugiere el estudio de integrantes hombres (dado que aquí solo se analizó una muestra de mujeres) enriqueciendo así la información referente a este fenómeno a partir de una posible diferencia por géneros sobre la que se tendrá que indagar más a profundidad.

De la misma manera, también podría ampliarse la información al hacer estudios comparativos con parejas “no cíclicas” (que no pasan por ciclos constantes de unión-separación), pudiendo así encontrar en qué se asemejan y qué aspectos son exclusivos de las parejas intermitentes. Otra propuesta sería trabajar con estudios longitudinales, para observar las relaciones intermitentes durante un tiempo, para poder así observar cambios en distintos momentos y etapas en las que se encuentra la relación, así como los eventos que pudieran anteceder al final definitivo de una de estas parejas.

Por otro lado, es importante retomar el hecho de que solamente se analizó el punto de vista y experiencia de un miembro de la relación, pudiendo dejar fuera información relevante o complementaria a la que se obtuvo. El basarse en las respuestas de un solo miembro, como se comentó anteriormente, se fundamenta con la teoría de la atribución (Heider, 1958), basándonos en que lo que perciben los participantes de sus parejas es considerado para ellos como real, y actúan consecuentemente a partir de estas atribuciones, explicaciones e interpretaciones que realicen. La importancia de esta teoría con nuestro fenómeno, recae en la estrecha relación que existe entre atribución y el comportamiento subsecuente. Es decir, ¿de qué manera y qué tanto influyen las atribuciones que se le hagan a la pareja para actuar de determinada manera que puedan estar prolongando o manteniendo la dinámica de unión y separación de estas relaciones? Esta

pregunta puede servir como base para futuras investigaciones enfocadas a las parejas intermitentes.

Finalmente, como observación, hay que considerar el hecho de la *deseabilidad social* y *estados de ánimo*. La primera sugiere la posibilidad de que los participantes respondan según lo que piensen que es correcto o adecuado, aunque no sean así en realidad. Dado que los contextos de las respuestas de las participantes varían mucho entre sí, se puede pensar que no existe la necesidad de pensar que trataban de “complacer” a la investigadora o de coincidir con los requerimientos de inclusión del estudio, pero no se excluye esta posibilidad. Por último, también es necesario considerar los estados de ánimo de las participantes, así como el momento en el que se realizó la evaluación, sobre todo tratándose de parejas que cambian constantemente de maneras de pensar y sentir acerca de su relación, pudiendo dar respuestas diferentes según el momento y estado en el que se encuentran con su pareja. Como recomendación para siguientes estudios, se pueden realizar varias observaciones a una misma pareja para estimar la consistencia de sus respuestas a través del tiempo.

## **6.5. Conclusiones**

Si bien en un inicio se planteó el supuesto de que las parejas intermitentes estuvieran compuestas por al menos un miembro con estilo de apego ansioso-ambivalente/preocupado, a partir de este estudio encontramos que pueden estar integradas por todos los estilos de apego inseguro. Independientemente de los estilos que posean los miembros de estas parejas, las características generales de la relación parecen ser las mismas. En todos los casos estudiados, se presentaron los mismos aspectos negativos de las relaciones de pareja, principalmente la ansiedad, ambivalencia, dependencia emocional, desconfianza, violencia, inestabilidad e incertidumbre. Estos mismos aspectos también son encontrados dentro de la literatura del apego, cuando se hace referencia a los apegos inseguros. Aunque se esperaba que los miembros estuvieran dentro de un apego ansioso, los estilos de apego evitativos (especialmente el temeroso) también comparten estas características, ya que ambos estilos coinciden en tener

ansiedad de separación y visiones negativas de uno mismo y, en el caso de los evitantes, también una visión negativa de los demás (componentes que conforman los esquemas de relaciones de pareja) (Dutton *et al.*, 1994).

La teoría del apego proporciona un marco adecuado para hacer una primera aproximación al fenómeno de las parejas intermitentes, ya que se ha demostrado que, efectivamente, los miembros en este tipo de relaciones reportan estilos de apego inseguros, y solamente un caso especial se ubica en el espectro de lo seguro (pero con una pareja de apego inseguro). Por tanto, dado que comparten muchas características entre sí, esta teoría sirve como base para entender qué mecanismos de apego operan en las relaciones de estos individuos. Así mismo, la teoría del apego no excluye otras teorías que podrían también explicar este fenómeno, como la teoría de la interdependencia social (Thibault y Kelley, 1959), estilos de amor (Lee, 1977) o el aprendizaje social (Bandura, 1987).

Por otro parte, existe una discusión sobre la posible modificación de los estilos de apego a través de la vida vs. su continuidad. Ello, aunado a los constantes cambios de roles y actitudes de los participantes y sus parejas, podría dar lugar a cuestionar la teoría del apego, en el sentido de que es complicada su medición y así establecer patrones de apego determinados para los miembros de parejas intermitentes. De la misma manera, resulta complicado ver diferencias marcadas en las distintas parejas según sus estilos de apego, por lo que la línea entre posibles tipos de parejas intermitentes se desdibuja; así mismo, el hecho de estudiar solamente a un miembro de la pareja también hace difícil esta tarea, dado que se trabaja meramente con las atribuciones que le hacen las participantes a su pareja y no lo "real". Aun así, podemos diferenciar que las relaciones de aquellas participantes con apego preocupado/ansioso-ambivalente son permeadas por la insatisfacción tan clara de sus miembros, aunque parezcan no querer salir de ahí, mientras que las relaciones de las participantes con apego temeroso están caracterizadas por la ambivalencia y constante duda de seguir o no en la relación (a costa de la necesidad que tienen de intimidad y al mismo tiempo de alejarse por miedo a ser lastimados o abandonados). Es importante aclarar que la combinación

de determinados estilos de apego puede jugar un papel importante en la formación de estas parejas; sin embargo, el estudio del apego y las relaciones románticas (por el momento) solamente se hacen en torno al individuo y no a la pareja, aunque la línea de investigación apunta en un futuro a estudiar a ambos miembros (Simpson, 2011).

Por otro lado, que hay que tomar en cuenta el hecho de que los estilos de apego guían los comportamientos y pensamientos involucrados en las relaciones íntimas. Sin embargo, estos estilos no son determinantes del tipo de pareja al que se pertenezca. Es decir, se sugiere que un miembro de una pareja intermitente es probable que tenga un estilo de apego inseguro, pero no todas las personas con apego inseguro formarán necesariamente parte de una pareja intermitente. Más bien, la forma de comportamiento y el tipo de relación que se establezca son producto del estilo de apego, las características propias, las experiencias de vida y las variables situacionales en las que se encuentre el individuo (Hazan y Shaver, 1987). Es así que estas variables, aunadas a las de la pareja son las que influyen en la creación de una pareja intermitente. Es aquí donde la interacción juega un papel trascendental en todos los tipos de relaciones a lo largo de la vida; en este caso, dependiendo de con quién un individuo se vincule (pareja) disminuirán, se mantendrán o aumentarán sus niveles de ansiedad y evitación.

A partir de los resultados de la aplicación de la escala de ansiedad en una población mexicana (Frías, 2001), se puede observar que en la dimensión de ansiedad, todas las participantes caen cerca de la media (3.19, *DE* 1.03) para nuestro país, lo que quiere decir que ninguna tiene una ansiedad patológica. Es así que se entiende que las parejas intermitentes no se remiten a este problema, sino que son personas normales con ansiedad normal, pero que son enganchadas por la dinámica de la pareja con la que se relacionan, posiblemente porque la identifican con una relación de apego de la infancia, que los hace querer mantenerse en la relación aunque no estén satisfechos.

A partir de los casos estudiados, se observó que no solo estas parejas están conformadas por individuos con distintos estilos de apego inseguro y están

rodeados de características negativas, sino que también se estudió un elemento importante: su intermitencia o los ciclos continuos de unión-separación. Las participantes (de la fase de tamizaje, así como de los estudios de caso) reportan un número de separaciones en su relación que va de un rango de tres a dieciséis veces, en un promedio de una separación cada 1-18 meses, siendo la media una separación cada 6.5 meses. Aunque en las entrevistas las participantes afirman que también existen separaciones “no-oficiales” o “light”, que se diferencian de las separaciones más fuertes o de mayor duración. Las separaciones “oficiales” en su relación siguen estando presentes y en un alto número.

En esta misma línea, hay que considerar no solamente el número de separaciones de estas parejas, sino la intensidad y duración con la que se presentan; en la mayoría de los casos, durante estos periodos continuaba habiendo comunicación con la pareja (ya sea por celular, digital o presencial) y, en los casos en los que se interrumpía la comunicación, los miembros salían con otras personas. Es así que se hace notar un elemento importante relacionado con la dependencia emocional, no solamente hacia la pareja, sino que incluso esta figura de apego podía ser sustituida por alguien más. Es así que la necesidad de estar con una pareja romántica parece ser menester para estos individuos, siendo congruente también con el estilo de apego preocupado/ansioso-ambivalente en el que se ansía el cariño o la validación de los demás (o la figura de apego) con el fin de satisfacer su ansiedad y su dependencia de los otros (Bartholomew y Horowitz, 1991).

Por tanto, partiendo de estos elementos, se podría definir a las parejas intermitentes como una relación amorosa que vive inmersa en un ciclo de constantes separaciones y reconciliaciones, permeada de aspectos negativos como ansiedad, ambivalencia, dependencia emocional, desconfianza, violencia, inestabilidad e incertidumbre, en la que sus miembros no pueden funcionar ni juntos ni separados, ni en una relación que no sea de naturaleza romántica. El énfasis se hace no solo en el número de reconciliaciones y separaciones que vive la pareja, sino en también en la intensidad y duración de las mismas. Por otro

lado, también hay que tomar en cuenta aspectos positivos que pueden traer para los individuos en estas relaciones, como lo son la seguridad y tranquilidad emocional que les brinda estar y sentirse en contacto con su objeto de apego y el cubrir la necesidad de intimidad física o emocional (evitando la soledad).

Ahora bien, retomando el tema de la familia y la sociedad y su relación con las parejas intermitentes, son un elemento imprescindible dado el caso de que los estilos de apego no solo se conforman en parte por las características propias del individuo, sino que también se van moldeando gracias a procesos de socialización con la familia y relaciones cercanas. Incluso, Bowlby (1995) afirma que estas relaciones tempranas con las figuras de apego (la naturaleza y calidad de este vínculo) tienen un gran impacto en el desarrollo de la personalidad del infante y la conformación de su estilo de apego. Si bien los individuos van creando esquemas de cómo relacionarse con los demás (modelos internos de trabajo) a través de estas interacciones y la experiencia que surja de ellas, las hace con base en él mismo (cómo se considera como alguien a quien los otros actúen de forma útil para sus necesidades) y también lo hace con relación de los demás (cómo se les toma como figuras que proveerán protección y cubra sus necesidades de apego) (Bowlby, 1995); esto último dependerá de los cuidados y atención que se le brinde al individuo (principalmente durante los primeros años), siendo el primer responsable de esto la familia, especialmente la figura de apego.

De la misma manera, las relaciones cercanas en la juventud y adultez también van moldeando los estilos de apego (Hazan y Shaver, 1987); es decir, el historial de las relaciones e interacciones que tenga un individuo, podrán modificar su modelo interno acerca de él mismo y los demás y, por consiguiente, su estilo de apego y su manera de relacionarse con el mundo.

Así mismo, el medio y el contexto en el que vive el individuo también tiene un profundo impacto en la establecimiento y modificación de estos esquemas mentales. En este caso, es importante considerar cómo en el mundo de hoy, se reciben innumerables estímulos de los medios de comunicación acerca de la manera en que deben de ser las relaciones de pareja, y ello se puede observar

desde la música, películas, literatura y televisión. Tomando en cuenta conceptos como el “amor líquido” (Bauman, 2005) o el “amor confluyente” (Giddens, 1992), en los que el compromiso es laxo y la duración de las relaciones es corta y enfocada en el interés personal de los miembros, y siendo éste algunas veces el mensaje que se puede transmitir en los medios, es entonces posible que en la actualidad las personas vayan tomando estos mensajes y vayan adoptándolos como parte de sus modelos internos mentales acerca de cómo debe ser el amor y cómo deben ser cubiertas sus necesidades de apego. Esto contrasta con las relaciones largas (aunque intermitentes) de las parejas aquí estudiadas, en las que sus miembros parecen no querer abandonar por completo la relación o conocer nuevos(as) posibles candidatos(as) de parejas. Podemos encontrar que tal vez sí tengan un compromiso “laxo” y que se mantengan juntos por períodos relativamente cortos, sin embargo, puede ser que el apego y la dependencia jueguen un papel más importante en el mantenimiento de éstas parejas, que el contexto “líquido” o los mensajes que puedan recibir de los medios y la sociedad acerca de cómo deben de ser las parejas.

Por otro lado, hay que enfatizar que el estilo de apego y la formación de parejas intermitentes no son solamente atribuibles a la personalidad del individuo, ni a su historia de apego o crianza, sino que también se debe hacer hincapié en las interacciones tempranas y a través de la vida, así como el proceso de socialización al que se ve sometido en su entorno, sobre todo los mensajes e ideales actuales acerca de cómo deben ser las relaciones en la hoy en día. Incluso, se podría decir que ahí puede recaer la causa del *boom* en el número de parejas intermitentes en el presente: habrá que tomar en cuenta el incremento en la comunicación y los medios (televisión, radio, internet, celulares) y los mensajes que éstos transmiten, y su posible efecto en los ideales, expectativas y demandas en torno al tema del amor y las relaciones de pareja.

Ahora bien, a partir del estudio de miembros de parejas intermitentes, fue posible obtener una definición para el fenómeno de estas relaciones, así como se abre el campo para su estudio en la psicología, a partir de que ahora se conocen

sus características principales y así como experiencias de relación de distintas personas involucradas en este tipo de relaciones. Estas historias pueden servir como herramienta para representar un acercamiento que permite entender mejor las relaciones intermitentes, así como desarrollar estrategias para futuras intervenciones terapéuticas con personas involucradas en relaciones de esta naturaleza. Así mismo, es posible ampliar el campo de estudio de este fenómeno, ya sea a partir de la teoría del apego u otras teorías, sea en la creación de escalas para la detección de relaciones intermitentes o el estudio individual de sus características y sus implicaciones en el individuo o la pareja.

Por otro lado, hay que recalcar el hecho de que por el tipo de estudio, los resultados y conclusiones no pueden ser generalizados a la población en general o a todas las parejas que parezcan tener una relación intermitente. Los resultados pertenecen solamente a la muestra de participantes de los que se obtuvieron: mujeres universitarias entre 20 y 25 años, residentes del Distrito Federal, con parejas con las que aún no han cohabitado. Sin embargo, los resultados pueden usarse como base para futuros estudios en esta misma línea.

En cuanto al trabajo terapéutico, se recalca la importancia de la teoría del apego al ser primordial conocer los antecedentes de cada individuo en relación con su historia de vida y de parejas para comprender cómo entienden ellos las relaciones, desde cómo tratar al otro hasta cómo ser tratado, para así poder entender y poder manejar el problema, trabajando para reestructurar los esquemas mentales internos. De esta manera, enfocándose en los pensamientos de cada persona según su historial de apego, será más clara la forma de tratamiento terapéutico según las necesidades de cada individuo, en este caso, para trabajar con las separaciones constantes de las parejas intermitentes. En relación con la prevención, se deben de priorizar programas para el fortalecimiento de la autoestima y las relaciones interpersonales: fortalecer relaciones sanas en las que los individuos aprendan a apreciarse a sí mismos, y desarrollar la confianza en las demás personas (evitando la dependencia y la confianza ciega/exceso de confianza). Así mismo, trabajar con enseñar a discriminar los

mensajes de los medios de comunicación acerca de cómo deben ser las relaciones y aprender valores como el respeto a uno mismo y los demás, la tolerancia y, por otro lado, el aprender a detectar relaciones dañinas o cuándo una pareja deja de ser sana (celos, violencia, dependencia, etc.) para poder salir de ella.

Hay que recordar que las parejas intermitentes no son casos clínicos que deban resolverse ni considerarse de una manera aislada, sino que es preciso tomar en cuenta que sus raíces vienen también desde el aspecto social y de interacción en el que se involucra a la familia, las relaciones cercanas y el ambiente; es aquí donde es imprescindible centrar el foco de atención para la comprensión de éste y muchos otros fenómenos presentes en nuestra sociedad.

## Referencias

- Allen, J., McElhaney, K., Kuperminc, G. y Jodi, K (2004). Stability and change in attachment security across adolescence. *Child Development*, 75, 123-152.
- Alonso-Arbiol, I., Balluerka, N. y Shaver, P. (2007). A spanish version of the Experiences in Close Relationships (ECR) adult attachment questionnaire. *Personal Relationships*, 14, 45-63.
- Arriaga, X. (2001). The ups and downs of dating: fluctuations in satisfaction in newly formed romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80(5), 754-765.
- Barbara, A. y Dion, K. (2000). Breaking up is hard to do, especially for strongly preoccupied lovers. *Journal of Personal and Interpersonal Loss*, 5, 315-342.
- Barry, R., Lawrence, E. y Langer, A. (2008). Conceptualization and assessment of disengagement in romantic relationships. *Personal Relationships*, 15, 297-315.
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: an attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 174-178
- Bartholomew, K. y 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. y Shaver, P. (1998). Methods of assessing adult attachment: do they converge? En J. Simpson y S. Rholes (Eds.), *Attachment in close relationships* (25-45). Nueva York: The Guildford Press.
- Bauman, Z. (2005). *Amor líquido: acerca de la fragilidad de los vínculos humanos* (M. Rosenberg y J. Arrambide, trads.). México: Fondo de Cultura Económica.
- Bauman, Z. (2006). *Vida líquida* (A.S. Mosqueda, trad.). España: Ediciones Paidós.
- Beck, U. y Beck-Gernsheim, E. (1995). *The normal chaos of love*. E.E.U.U.: Blackwell Publishers Ltd.

- Bevan, J., Cameron, K. y Dillow, M. (2003). One more try: compliance-gaining strategies associated with romantic reconciliation attempts. *The Southern Communication Journal*, 68(2), 121-135.
- Bowlby, J. (1969). *Apego y pérdida*. Barcelona: Paidós.
- Bowlby, J. (1995). *Una base segura: aplicaciones clínicas de una teoría del apego*. España: Paidós.
- Brennan, K., Clark, C. y Shaver, P. (1998). Self report measurement of adult attachment: an integrative overview. En J. Simpson y S. Rholes (Eds.), *Attachment in close relationships* (46-76). Nueva York: The Guildford Press.
- Brown, B., Feiring, C. y Furman, W. (1999). Missing the lone boeat: why researchers have shied away from adolescent romance. En W. Furman, B. Brown y C. Fiering (Eds.), *The development of romantic relationships in adolescence* (1-18). GB: Cambridge University Press.
- Busboom, A., Collins, D., Givertz, M. y Levin, L. (2002). Can we still be friends? Resources and barriers to friendship quality alter romantic relationship dissolution. *Personal Relationships*, 9, 215-223.
- Campuzano, M. (2001). *La pareja humana: su psicología, sus conflictos, su tratamiento*. México: Plaza y Valdés Editores.
- Cancino, F. (2010, Agosto 16). La Suprema Corte aprueba el derecho de adopción a matrimonios gays. CNN México. Recuperado de: <http://www.cnn.mx/nacional/2010/08/16/la-suprema-corte-aprueba-el-derecho-de-adopcion-a-matrimonios-gay>
- Cherlin, A. (1992). *Marriage, divorce, remarriage*. EE.UU: Harvard University Press.
- Collins, N. y Read, S. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 644-663.
- Conlan, K. (2007). *Romantic Relationship Termination*. Disertación doctoral inédita. EE.UU: University of Texas at Austin.
- Creasy, G. y Jarvis, P. (2008). Attachment theory and research: a special focus on relationship initiation. En S. Sprecher, A. Wenzel y J. Harvey (Eds.), *Handbook of relationship initiation* (75-94). Nueva York: Psychology Press.
- Creswell, J. (2007). *Qualitative inquiry and research design: choosing among five traditions*. California: SAGE Publications.

- Crowell, J., Treboux, D. y Walters, E. (2002). Stability of attachment representations: the transition to marriage. *Developmental Psychology*, 38, 123-152.
- Cui, M., Wickrama, K., Lorenz, F. y Conger, R. (2011). Linking parental divorce and marital discord to the timing of emerging adult's marriage. En F. Fincham y M. Cui (Eds.), *Romantic relationships in emerging adulthood* (123-141). EE.UU: Cambridge University Press.
- Dailey, R., Jin, B., Pfeister, A. y Beck, G. (2008). On-again/off-again relationships: what keeps Partners coming back? *Trabajo presentado en la International Association for Relationship Research Providence, RI*.
- Dailey, R., Pfeister, A., Jin, B., Beck, G. y Clark, G. (2009). On-again/off-again relationships: how are they different from other dating relationships? *Personal Relationships*, 16, 23-47.
- Dailey, R., Rossetto, K., Pfeister, A. y Surra, C. (2009b). A qualitative analysis of on-again/off-again relationships: it's up and down and all around". *Journal of Social and Personal Relationships*, 26(4), 443-466.
- Dainton, M. (2003). Equity and uncertainty in relational maintenance. *Western Journal of Communication*, 60(2), 164-186.
- Davis, K. y Latty-man, H. (1987). Love styles and relationship quality: a contribution to validation. *Journal of Social and Personal Relationships*, 4(4), 409-428.
- Delgado, M. (1993). Cambios recientes en el proceso de formación de la familia. *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, 64, 123-154.
- Deutsch, M. y Krauss, M. (2001). *Teorías en psicología social* (S. Zeigler, trad.). México: Paidós.
- Dicks, H. (1967). *Martial tensions: clinical studies towards a psychological theory of interaction*. Londres: Karnak Books.
- Dickstein, S., Seifer, R., St. Andre, M. y Schiller, M. (2001). Marital attachment interview: adult attachment assessment of marriage. *Journal of Social and Personal Relationships*, 18, 651-674.
- Dillow, M., Morse, C. y Afifi, W. (2007). Romantic reconciliation as influenced by implicit theories of relationships and information seeking style. *Human Communication*, 11(3), 349-358.
- Dutton, D. y Painter, S. (1993a). Emotional attachments in abusive relationships: a test of traumatic bonding theory. *Violence & Victims*, 8(3), 105-120.

- Dutton, D. y Painter, S. (1993b). The battered woman syndrome: effects of severity & intermittency of abuse. *Journal of orthopsychiatry*, 63(4), 614-622.
- Dutton, D., Saunders, K. y Starzomski, A. (1994). Intimacy anger and insecure attachment as precursors of abuse in intimate relationships. *Journal of Applied Social Psychology*, 24(15), 1367-1386.
- Engels, F. (1991). *El origen de la familia, la propiedad privada y el Estado*. México: Ediciones Quinto Sol. (Trabajo original publicado en 1884).
- Erikson, E. (1985). *El ciclo vital completado* (E. Prieto, trad.). México: Paidós.
- Feeney, J. y Noller, P. (1990). Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(2), 281-291.
- Feeney, J. y Noller, P. (1996). *Adult Attachment*. E.E.U.U.: Sage.
- Fisher, H., Brown, L., Aron, A., Strong, G. y Mashek, D. (2010). Reward, addiction, and emotion regulation Systems associated with rejection in love. *Journal of Neurophysiology*, 104, 51-60.
- Follingstad, D., Bradley, R., Helff, C. y Laughlin, J. (2002). A model for predicting dating violence: anxious attachment, angry temperament and need for relationship control. *Violence and Victims*, 17(1), 35-47.
- Fraley, R., Waller, N., y Brennan, K. (2000). An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(2), 350-365.
- Fraley, R. y Shaver, P. (2004). Adult romantic attachment: theoretical developments, emerging controversies and unanswered questions. *Review of General Psychology*, 4(4), 132-154.
- Frías, M. (2011). *La teoría del apego: aspectos normativos y diferencias culturales*. (Tesis doctoral inédita). Universidad Nacional Autónoma de México, México Distrito Federal.
- Furman, W., Brown, B. y Feiring, C. (1999). *The development of romantic relationships in adolescence*. E.E.U.U.: Cambridge University Press.
- Garrido, A., Reyes, A., Ortega, P. y Torres, L. (2007). La vida en pareja: un asunto a negociar. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 12(2), 385-396.
- Giddens, A. (1992) *The transformation of intimacy: sexuality, love & eroticism in modern societies*. California: Stanford University Press.

- Gonzaga, G., Keltner, D., Londahl, E. y Smith, M. (2001). Love and commitment problems in romantic relations and friendship. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(2), 247-262.
- Gormley, B. (2005). An adult attachment theoretical perspective of gender symmetry in intimate partner violence. *Sex Roles*, 52(11/12), 785-795.
- Hazan, C. y Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 784-794.
- Heider, F. (1958). *The psychology of interpersonal relations*. E.E.U.U.: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Henderson, A., Bartholomew, K. y Dutton, G. (1997). He loves me, he loves me not: attachment & separation resolution for abused woman. *Journal of Family Violence*, 12(2), 169-191.
- Henderson, A., Bartholomew, K., Trinke, S. y Kwong, M. (2005). When loving means Harting: an exploration of attachment and intimate abuse in a community sample. *Journal of Family Violence*, 20(4), 219-230.
- Joinson, A. (2003). Understanding the psychology of Internet behavior, virtual World, real lives. *Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 6(2), 189-193.
- Karney, B. y Bradbury, T. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: a review of method, theory and research. *Psychological Bulletin*, 118(1), 3-34.
- Kelley, H. (1973). The processes of causal attribution. *American Psychologist*, February, 107-128.
- Krueger, R. y Casey, M. (2000). *Focus groups: a practical guide for applied research*. California: SAGE.
- Kurdek, L. (2006). The nature and correlates of deterrents to leaving a relationship. *Personal Relationships*, 13, 521-535.
- Kvale, S. (2007). *Doing interviews*. Londres: SAGE.
- Lee, J. (1977). A typology and styles of loving. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 3(2), 172-182.
- Lennart, J. y Neyer, F. (2006). Should I stay or should I go? Attachment and personality in stable and instable romantic relationships. *European Journal of Personality*, 20, 475-495.

- Lesthaeghe, R. (1998). On theory development and applications to the study of family formation. *Population and Development Review*, 24(1), 1-14.
- Márquez, X. (2005). Ni contigo ni sin ti: la pareja irrompible. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 7(2), 27-42.
- Mauricio, A., y Gormley, B. (2012). Male perpetration of physical violence against female partners: the interaction of dominance needs and attachment insecurity. *Journal of Interpersonal Violence*, 16, 1066-1081.
- McGinnis, S. (2003). Cohabiting, dating and perceived costs of marriage: a model of marriage entry. *Journal of Marriage and the Family*, 65, 105-116.
- Meier, A., Allen, G. y Falci, C. (2005). Adolescent romantic relationships and young adult formation. *Presentado en el Annual meeting of the American sociological association*, Filadelfia.  
 Recuperado de internet el 26 de febrero de 2011:  
[http://allacademic.com//meta/p\\_mla\\_apa\\_research\\_citation/011/9/4/6/pages19466/p19466-1.php](http://allacademic.com//meta/p_mla_apa_research_citation/011/9/4/6/pages19466/p19466-1.php)
- Montero, M. (2009). *Grupos focales*. Caracas: AVEPSO.
- Murray, C. (2006). *Love and loss: the roots of grief and its complications*. Nueva York: Routledge.
- Murray, C. y Stevenson, J. (1982). *The place of attachment in human behavior*. Londres: Tavistock.
- Noriega, G. (2004). Codependencia: un guión de vida transgeneracional. *Transactional analysis Journal*, 34(4).
- Ojeda, A. (1998). *La pareja: apego y amor*. Tesis para obtener el grado de maestría. Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México.
- Parsons, T. y Bales, R. (2002). *Family socialization and interaction process*. Gran Bretaña: Routledge.
- Patterson, B. y O'Hair, D. (1992). Relational reconciliation: toward a more comprehensive model of relational development. *Communication Research Reports*, 9(2), 119-129.
- Quilodrán, J. (2000). Atisbos de cambios en la formación de las parejas conyugales a fines del milenio. *Papeles de Población*, 25, 9-33.

- Rage, E. (1999). *La pareja: elección, problemática y desarrollo*. México: Plaza y Valdés Editores.
- Retana, B. y Sanchez-Aragón, R. (2005). Construcción y validación de una escala para medir adicción al amor en adolescentes. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 10(1), 27-141.
- Ruis, J. (1996). *Metodología de la investigación cualitativa*. Bilbao: Universidad de Deusto.
- Sánchez-Aragón, S. (2000). Validación empírica de la teoría bio-psico-social-cultural de la relación de pareja. Tesis para obtener el grado de doctorado. Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México.
- Schulman, S. y Kipnis, O. (2011). Adolescent romantic relationships: a look from the future. *Journal of adolescence*, 24(3), p.337-351.
- Simpson, J. (1987). The dissolution of romantic relationships: factors involved in relationship stability and emotional distress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(4), 683-693
- Simpson, J. (1990). Influence of attachment style on romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(5), 971-980.
- Simpson, J. (2011, February). *Milestones in attachment theory and research, Relationship matters: podcast of journal of social & personal relationships* [audio podcast]. Recopilado de [http://spr.sagepub.com/content/suppl/2010/04/19/27.2.DC1/SPR27\\_2.mp3](http://spr.sagepub.com/content/suppl/2010/04/19/27.2.DC1/SPR27_2.mp3)
- Simpson, J. y Rholes, S. (1998). *Attachment in close relationships*. Nueva York: The Guildford Press.
- Souza y Machorro, M. (1999). *Dinámica y evolución de la vida en pareja*. México: Manual Moderno.
- Sperling, M. y Berman, W. (1991). An attachment classification of desperate love. *Journal of Personality Assessment*, 56(1), 45-55.
- Tashiro, T. y Frazier, P. (2003). "I'll never be in a relationship like that again": personal growth following romantic relationship breakups. *Personal Relationships*, 10, 113-128.
- Tenor, N. (2010). ¿Qué tan modernos somos? El amor y la relación de pareja en el México contemporáneo. *Ciencias*, 99, 38-49.
- Thibaut, J. y Kelley, H. (1959). *The social psychology of groups*. Nueva York: John Wiley.

- Treboux, D., Crodwell, J. y Waters, E. (2004). When new meets old: configurations of adult attachment representations and their implicatins for marital functioning. *Developmental Psychology*, 40, 295-314.
- White, J., Hendrick, S. y Hendrick, C. (2004). Big five personality variables and relationship constructs. *Personality and Individual Differences*, 37, 1519-1530.
- Whyte, M. (1990). *Dating, mating and marriage*. Nueva York: Series Eds.
- Willi, J. (2002). *La pareja humana: relación y conflicto*. Madrid: Ediciones Morata.
- Yin, R. (2003). *Applications of case study research*. California: SAGE.
- Yin, R. (2009). *Case study research: design and methods*. California: SAGE.

## Apéndices

### Apéndice A- Guía de entrevista

#### *Guía de preguntas para entrevistas a profundidad*

Las preguntas incluidas en esta guía se formularon con base en los temas obtenidos a través de la revisión que se hizo de la teoría del apego y las parejas intermitentes, excepto *Estado de la relación*, la cual evalúa la situación actual de la pareja en cuanto a duración, separaciones, hijos o estado civil. Estas entrevistas están enfocadas al individuo y sus vivencias en una relación de este tipo. El *estilo de apego* del participante, así como la *percepción del estilo de apego de la pareja*, se obtienen a través de las respuestas y el discurso de los participantes.

#### *Estado de la relación*

- ¿Cuántas parejas has tenido?
- ¿Tienes actualmente pareja?
- ¿Vives con tu pareja?
- ¿Cuánto tiempo tienes con tu pareja (sin contar las veces que se hayan separado o terminado la relación)?
- ¿Cuánto tiempo han permanecido separados?
- ¿Cuál es el estado civil de tu relación?
- ¿Alguno de los dos tiene hijos? ¿De relaciones anteriores y con tu pareja actual?

#### *Ansiedad*

- ¿Cómo han reaccionado tú y tu pareja al momento de separarse?
- ¿Alguna vez has tenido miedo de que tu pareja te dejara?
- ¿Alguna vez has sentido que tu pareja no te quiere tanto como tú a él/ella?
- ¿Qué tan común es que sientas miedo de que tu pareja se quiera separar de ti?
- ¿Alguna vez has sentido que tu pareja tiene miedo de que lo/la dejes?

### *Evitación*

En comparación con otras relaciones que conozcas o hayas tenido ¿qué tanta afectividad hay?

¿Alguien demuestra más afecto que el otro? ¿Quién?

¿Cuánto tiempo pueden pasar sin contactarse uno a otro?

En tu relación de pareja, ¿crees que alguno de los dos se sienta incómodo con la cercanía física? ¿Con la convivencia?

### *Inestabilidad*

¿Cuántas veces te has separado de tu pareja y reconciliado posteriormente?

Desde que inició la relación ¿cuánto tiempo pasó antes de que decidieran terminarla por primera vez?

¿Cuánto tiempo pasó para que se reconciliaran?

¿Cuántas veces te has separado físicamente de tu pareja (Dejas de ver/frecuentar a tu pareja)? ¿Con qué periodicidad?

¿Cuántas veces te has separado emocionalmente de tu pareja (siguen juntos pero no sientes nada por tu pareja)? ¿Cada cuánto?

Por cada separación:

¿Quién inició con el rompimiento?

¿Cómo te sentiste cuando se llevó a cabo la separación?

¿Cuál fue la principal razón para terminar la relación?

¿Quién incitó a la reconciliación?

¿Cuál fue la principal razón por la que se reconciliaran?

### *Incertidumbre*

¿Tienen, tu pareja y tú, metas de largo plazo en su relación?

¿Alguna vez has sentido incertidumbre acerca del estado de tu relación (si terminaron o aún siguen juntos)? Es decir, ¿has estado en una situación en la que NO sepas si tu relación sigue en pie o si ya terminó?

### *Ambivalencia*

¿Alguna vez has dudado si quieres o te conviene realmente en seguir en la relación de pareja? ¿Qué tan frecuentemente?

¿Qué acciones tomas al respecto?

¿Alguna vez te has sentido dudado si la mejor solución es terminar la relación?

### *Dependencia emocional*

¿Cómo te sientes cuando tu pareja está contigo? ¿y cuando no lo está?

¿Necesitas estar con tu pareja para sentirte bien emocionalmente?

¿Qué tipo de efectos (positivos o negativos) tiene sobre tus emociones el estar lejos de tu pareja?

### *Compromiso*

¿Son equitativos tú y tu pareja en lo que aportan a la relación? Es decir, crees que tú y tu pareja aportan lo mismo a la relación (tiempo, dinero)? ¿Quién aporta más?

¿Quién invierte más emocionalmente?

¿Cómo te sientes al respecto?

¿Quién se preocupa más por resolver las dificultades en la relación?

¿Existe algún elemento que dificulte la separación (ej. hijos, casa, etc.)?

### *Desconfianza*

¿Confías en tu pareja?

¿Crees que tu pareja confía en ti?

¿Qué tan frecuentemente sale cada quien por su cuenta (con amigos/familia/etc.)?

¿Confías plenamente en que tu pareja es fiel a la relación? ¿Alguna vez te ha dado alguna razón para desconfiar?

¿Tienen una relación “exclusiva”?

¿Existen celos en la relación?

*Satisfacción*

¿Qué tan satisfecho/a estás con tu relación de pareja?

¿Qué cosas te gustaría mantener y cuáles cambiar?

¿Crees que tu pareja se sienta feliz con la relación?

*Desequilibrio de poder*

¿Quién ha tomado las decisiones en la relación? (también se puede evaluar con la pregunta “¿Quién ha tomado la decisión de separarse o reconciliarse en la relación?” en la sección de *Inestabilidad*).

¿Quién crees que necesita más al otro, tú o tu pareja?

¿Quién domina en la relación?

Apéndice B - Cuestionario de estilos de apego



UNAM  
 Dirección General de Estudios de Posgrado  
 Doctorado en Psicología



Este cuestionario es parte de una investigación realizada en conjunto con la Universidad Nacional Autónoma de México. Tiene por objetivo el conocer formas de interacción en las relaciones de pareja. Por favor, contesta con toda la sinceridad posible, tus respuestas son anónimas y confidenciales y no serán utilizadas para fines ajenos a la investigación. No dejes preguntas sin contestar y recuerda que no existen respuestas incorrectas. ¡MUCHAS GRACIAS!

Edad: \_\_\_\_\_ Estado civil: \_\_\_\_\_  
 Escolaridad: \_\_\_\_\_ Carrera: \_\_\_\_\_  
 Sexo: \_\_\_\_\_ Semestre: \_\_\_\_\_

Contesta las siguientes preguntas pensando en tu relación de pareja actual. Si no cuentas con una pareja actualmente, contesta pensando en tu relación de pareja más importante.

Las siguientes afirmaciones conciernen a la manera en que te sientes en las relaciones románticas. Nos interesa saber cómo experimentas generalmente las relaciones, no sólo en lo que está sucediendo en tu relación actual. Responde a cada aseveración indicando el grado en que estás de acuerdo o en desacuerdo con ella. El 1 = completamente en desacuerdo a 7 = completamente en acuerdo.

		Completamente en desacuerdo	Moderadamente en desacuerdo	Un poco en desacuerdo	Neutral	Un poco de acuerdo	Moderadamente de acuerdo	Completamente de acuerdo
1	Prefiero <b>NO</b> mostrar a mi pareja cómo me siento por dentro realmente.	1	2	3	4	5	6	7
2	Me preocupa que me abandonen.	1	2	3	4	5	6	7
3	Me siento muy cómodo teniendo un alto grado de intimidad con mi pareja.	1	2	3	4	5	6	7
4	Me preocupo mucho por mis relaciones.	1	2	3	4	5	6	7
5	Cuando mi pareja comienza a establecer más intimidad conmigo, me doy cuenta que me suelo cerrar.	1	2	3	4	5	6	7
6	Me preocupo que mi pareja <b>NO</b> se interese tanto por mi como yo por ella.	1	2	3	4	5	6	7
7	Me siento molesto cuando mi pareja quiere demasiada intimidad afectiva.	1	2	3	4	5	6	7
8	Me preocupa bastante el hecho de perder a mi pareja.	1	2	3	4	5	6	7
9	<b>NO</b> me siento cómodo(a) expresando mis sentimientos a mi pareja.	1	2	3	4	5	6	7

		Completamente en desacuerdo	Moderadamente en desacuerdo	Un poco en desacuerdo	Neutral	Un poco de acuerdo	Moderadamente de acuerdo	Completamente de acuerdo
10	A menudo deseo que los sentimientos de mi pareja hacia mí fueran tan fuertes como mis sentimientos hacia él(ella).	1	2	3	4	5	6	7
11	Quiero acercarme afectivamente a mi pareja, pero a la vez marco las distancias con él/ella.	1	2	3	4	5	6	7
12	A menudo quiero fusionarme completamente con mi pareja, pero me doy cuenta que esto a veces le asusta.	1	2	3	4	5	6	7
13	Me pone nervioso(a) cuando mi pareja consigue demasiada intimidad afectiva conmigo.	1	2	3	4	5	6	7
14	Me preocupa estar solo(a).	1	2	3	4	5	6	7
15	Me siento agusto compartiendo mis sentimientos y pensamientos íntimos con mi pareja.	1	2	3	4	5	6	7
16	A veces mi deseo de excesiva intimidad asusta a la gente.	1	2	3	4	5	6	7
17	Intento evitar establecer un grado de intimidad muy elevado con mi pareja.	1	2	3	4	5	6	7
18	Necesito que mi pareja me confirme constantemente que me ama.	1	2	3	4	5	6	7
19	Encuentro relativamente fácil establecer intimidad afectiva con mi pareja.	1	2	3	4	5	6	7
20	A veces siento que presiono a mi pareja para que muestre más sentimientos, más compromiso.	1	2	3	4	5	6	7
21	Encuentro difícil permitirme depender de mi pareja	1	2	3	4	5	6	7
22	<b>NO</b> me preocupa la idea de ser abandonado.	1	2	3	4	5	6	7
23	Prefiero <b>NO</b> tener demasiada intimidad afectiva con mi pareja.	1	2	3	4	5	6	7
24	Si <b>NO</b> puedo hacer que mi pareja muestre interés por mí, me disgusto o me enfado.	1	2	3	4	5	6	7
25	Le cuento todo a mi pareja.	1	2	3	4	5	6	7
26	Creo que mi pareja <b>NO</b> quiere tener tanta intimidad afectiva conmigo como a mí me gustaría.	1	2	3	4	5	6	7

		Completamente en desacuerdo	Moderadamente en desacuerdo	Un poco en desacuerdo	Neutral	Un poco de acuerdo	Moderadamente de acuerdo	Completamente de acuerdo
27	Normalmente discuto mis problemas y preocupaciones con mi pareja.	1	2	3	4	5	6	7
28	Cuando <b>NO</b> tengo una relación de pareja, me siento algo ansioso e inseguro.	1	2	3	4	5	6	7
29	Me siento bien dependiendo de mi pareja.	1	2	3	4	5	6	7
30	Me siento frustrado cuando mi pareja <b>NO</b> me hace tanto caso como a mí me gustaría.	1	2	3	4	5	6	7
31	<b>NO</b> me importa pedirle a mi pareja consuelo, consejo o ayuda.	1	2	3	4	5	6	7
32	Me siento frustrado(a) si mi pareja no está disponible cuando la necesito.	1	2	3	4	5	6	7
33	Me ayuda mucho recurrir a mi pareja en épocas de crisis.	1	2	3	4	5	6	7
34	Cuando una pareja me critica, me siento muy mal.	1	2	3	4	5	6	7
35	Recurso a mi pareja para muchas cosas, incluyendo cuando necesito consuelo y tranquilidad.	1	2	3	4	5	6	7
36	Me tomo a mal que mi pareja pase tiempo lejos de mí.	1	2	3	4	5	6	7

**¡MUCHAS GRACIAS!**  
**¡La información que proporcionaste es muy valiosa!**

## Apéndice C - Carta de consentimiento informado



**Parejas Intermitentes:  
Una aproximación desde la teoría del apego  
Dirección General de Estudios de Posgrado  
Doctorado en Psicología  
UNAM**

Este estudio tiene como propósito el analizar la dinámica de interacción en las parejas. Usted ha sido invitado(a) a participar en el estudio dada su situación actual sentimental, lo cual lo hace buen candidato para los fines de esta investigación. Al igual que usted, otras personas han sido invitadas a participar bajo las mismas condiciones y también serán incluídas en esta investigación.

Este proyecto requiere de su colaboración PARTICIPANDO EN UNA (O VARIAS) SESIONES DE ENTREVISTA, según sea requerido. Esto no debe causar ningún malestar físico o emocional, pero en caso de presentarse, se proporcionará un contacto de orientación profesional con quien se pueda resolver. Así mismo, su colaboración en este estudio no requiere ningún gasto o inversión por parte del participante, así como los beneficios de la misma no son directos (contribuye al crecimiento del conocimiento de la rama de relaciones de pareja).

Su participación en este estudio es completamente voluntaria, y si lo decide, puede darla por terminada en cualquier momento; de esta manera, tiene la libertad de no contestar a preguntas que se le hagan en el estudio y que no desee contestar. Así mismo, usted puede detener su colaboración para hacer cualquier pregunta o aclaración que tenga con respecto al estudio. De la misma manera, se le ofrece mantener la confidencialidad de su participación. Su nombre nunca será conectado con sus resultados ni cualquier otra información obtenida de usted. Los datos que se manejen en este estudio serán utilizados únicamente por la autora del estudio y no tendrán acceso a él personas ajenas al mismo. En caso de necesitar alguna aclaración de la participación, se hará contacto con el participante a partir de los datos de contacto que éste proporcione. Dentro del proyecto, se le asignará un número para sustituir su nombre y sus datos serán manejados tomando como referencia este número, para que así no pueda ser relacionado con su nombre. Cuando este estudio sea presentado en publicaciones o conferencias, no se dará información que pueda revelar su identidad.

Finalmente, en caso de tener cualquier duda con respecto al proyecto o su participación en él, puede comunicarse directamente con Martha Cantú en el correo electrónico [marthacanturdz@gmail.com](mailto:marthacanturdz@gmail.com) para resolverlas.

### **Declaración de consentimiento informado**

Se me ha explicado con claridad en qué consiste este estudio, además he leído (o alguien me ha leído) el contenido de este formato de consentimiento. Se me han dado la oportunidad de hacer preguntas y todas mis preguntas han sido contestadas a mi satisfacción. Se me ha dado una copia de este formato.

Al firmar este formato, estoy de acuerdo en participar en la investigación que aquí se describe.

\_\_\_\_\_  
Nombre del participante

\_\_\_\_\_  
Firma del participante

\_\_\_\_\_  
Fecha

\_\_\_\_\_  
Nombre y firma del encargado del proyecto