



UNIVERSIDAD DE SOTAVENTO A.C.

**ESTUDIOS INCORPORADOS A LA
UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO.**

LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA.

NÚMERO Y FECHA DE ACUERDO DE VALIDEZ OFICIAL 8931-25

TESINA PROFESIONAL

“Análisis de las actitudes del fenómeno Sugar Daddy”.

PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

PRESENTA:

GARCÍA GONZÁLEZ CRISTIAN ALEXIS

ASESOR:

PSIC. ANABEL VILLAFAÑA GARCIA

ORIZABA, VER.

2023



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

Índice.

Resumen	3
Introducción	4
CAPÍTULO I.	8
RELACIONES INTERPERSONALES	8
1.1. Vínculos y Relaciones Interpersonales.....	8
1.2 Salud mental y madurez en la etapa de adultez.	16
1.3 Desarrollo del Adolescente.....	19
CAPÍTULO II.	27
ACTITUD HACIA EL FENÓMENO SUGAR DADDY	27
2.1 Formación de las actitudes	27
2.2 Fenómeno de Sugar Daddy.....	34
2.3 Aplicaciones y datos sobre el fenómeno Sugar Daddy	37
CAPITULO III.	48
MODELO Y AREA PSICLOGICA.....	48
3.1. Modelo: Cognitivo Conductual	48
3.2. Autores y teorías	52
3.3. Técnicas basadas en el modelo Cognitivo-Conductual	55
3.4 Área de la psicología: Social.....	65
CONCLUSIONES	68
REFERENCIAS.....	71

Resumen

En el presente trabajo se encuentra información relacionada con el fenómeno denominado como Sugar Daddy y el cómo a lo largo del tiempo se ha ido adaptando a la sociedad y siendo impulsado por la tecnología, así como se toca la a fondo sobre como los individuos adquieren esta fascinación por los Sugars y cómo la van adquiriendo desde la niñez, pues así en el transcurso de este análisis se mostrarán dichos puntos por los cuales los jóvenes tiene apego con personas mayores que ellos, los cuales se asemejan con sus figuras paternas y maternas. Más adelante se hará una explicación a fondo del cómo es que van adquiriendo estos gustos, ya que se debe desde que son pequeños y del cómo van siendo criados.

También se hará la mención sobre antecedentes de como el fenómeno de Sugar y las relaciones con brecha generacional han sucedido desde la antigüedad, y la importancia que deben de tener los padres a la hora de criar a sus hijos, el cómo es indispensable una buena salud mental. De la misma manera el crecimiento de los individuos femeninos y masculinos. Sin olvidar que se hará mención de algunas apps que son usados por los Daddy Sugar y Mommys para encontrar Sugar babies, y el cómo han sido usadas para distintos propósitos, inclusive algunos deshonestos que pueden llegar a dañar la integridad de sus usuarios.

Así como también se abordará como desde el enfoque Cognitivo-Conductual se busca darle una respuesta a las actitudes que llevan a la formación de las relaciones con brecha generacional y poder abordar darles solución a las consecuencias que estas pueden desarrollar.

Introducción

Las relaciones humanas son una forma de comunicación necesaria para toda persona, porque no sólo tiene la capacidad de comunicarse, sino también la necesidad de hacerlo. La comunicación entre los individuos es instintiva, las relaciones humanas comprenden todas las relaciones que se pueden mantener entre las personas, ya puede ser la amistad, la relación familiar entre padres e hijos, la relación de pareja o entre compañeros como en escuela o trabajo.

La atracción es un elemento que juega un papel fundamental y que suele darse en el momento en que un individuo siente el instinto de entablar o crear algún tipo de relación con otra persona, por un lado, puede darse de forma voluntaria. Una vez establecida una relación, si la atracción no continúa entre ambas partes, es probable que se mantengan conectados aún después de que desaparezcan las circunstancias que motivaron relación.

A continuación se verá como en los últimos años se ha venido dando un fenómeno dentro de las relaciones amorosas (aunque no necesariamente se tengan que ser amorosas, también pueden ser encuentros sexuales) este fenómeno llamado Sugar(Daddy,Mommy,Baby) las cuales consisten en relaciones que tienen una brecha generacional quienes las conforman. Un gran punto de análisis en el que hacer hincapié es que mediante estas relaciones con el pasar del tiempo y siendo más recurrentes, se normalice la pedofilia de manera errónea, y que con ello las diferentes consecuencias que le pueden provocar a los adolescentes, siendo ya algo que va en aumento el ver parejas en donde hay adolescentes de 14-16 años con adultos de 30-50 años.

La presente investigación propuesta busca analizar las actitudes del fenómeno Sugar Daddy, para comprender mejor acerca de estas actitudes que se desarrollan bajo

diferentes circunstancias en este caso las actitudes que llevan a formar las relaciones con brecha generacional y la normalización de estas, este fenómeno se ha vuelto algo muy común en diferentes países, entre ellos México. Observando que se ha convertido en algo normal ver por las calles parejas de jóvenes con hombres mayores, inclusive algunas féminas menores de edad, al normalizarse estas relaciones se ignora la propia ética y moral, con relaciones que refuerzan y promueven el sexismo, pedofilia, abuso psicoemocional, y el estado socioeconómico y se vean forzados a entrar a una etapa de desarrollo más madura, también corriendo el riesgo que de aquellas que quedan embarazadas corren el riesgo de ser abandonadas, enfrentarse al rechazo por parte los padres de la joven y en algunos casos, esta se vea obligada a abandonar su casa e irse a vivir con el padre del nonato.

El fenómeno Sugar Daddy ha generado un creciente interés y controversia en los últimos años, tanto en la sociedad como en los medios de comunicación. Se refiere a una relación en la que una persona mayor, conocida como Sugar Daddy, brinda apoyo financiero y material a cambio de compañía y, a veces, intimidad, a una persona más joven, conocida como Sugar Baby. Esto plantea una serie de interrogantes y desafíos que merecen ser investigados y comprendidos en mayor profundidad, con el fin de obtener una visión más completa y rigurosa sobre esta forma de relación y sus implicaciones en la sociedad contemporánea. A través de este análisis, se busca proporcionar una base teórica que permita comprender mejor las motivaciones, expectativas y consecuencias de las personas involucradas en este fenómeno.

Existen varias razones que justifican la importancia de investigar y analizar las actitudes del fenómeno Sugar Daddy:

Cambios en las dinámicas de las relaciones: El fenómeno Sugar Daddy es un reflejo de los cambios socioculturales y económicos que han ocurrido en las últimas décadas. La forma en que las personas establecen relaciones y buscan compañía ha evolucionado, y comprender estas nuevas dinámicas resulta fundamental para adaptarse a las realidades actuales.

El fenómeno Sugar Daddy plantea interrogantes sobre las dinámicas de poder, las desigualdades sociales y las normas de género. Analizar las actitudes relacionadas con esta práctica nos permitirá comprender mejor cómo se construyen y mantienen las relaciones asimétricas en nuestra sociedad, y qué implicaciones tienen para el bienestar individual y colectivo.

Si bien el fenómeno Sugar Daddy puede presentarse como una forma de relación consensuada entre adultos, también plantea riesgos y desafíos, especialmente para las personas más jóvenes y vulnerables involucradas en estas relaciones. Es esencial investigar y comprender las actitudes que llevan a las personas a participar en este fenómeno, así como sus experiencias y percepciones, para poder desarrollar estrategias de prevención y protección, a medida que el fenómeno Sugar Daddy gana visibilidad, es necesario desarrollar políticas y regulaciones adecuadas para proteger los derechos y el bienestar de las personas involucradas. Esta investigación y análisis de las actitudes del fenómeno Sugar Daddy son fundamentales para comprender mejor esta forma de relación y sus implicaciones en la sociedad contemporánea. Mediante esta tesina, se espera contribuir al conocimiento existente y proporcionar una base sólida para abordar los desafíos y promover relaciones más equitativas y saludables en nuestra sociedad.

Por lo dicho, el objetivo de la presente investigación consiste en analizar la formación de actitudes con respecto al fenómeno Sugar Daddy desde la perspectiva de la psicología social mediante una revisión teórica del fenómeno

En el capítulo I se describen los diferentes vínculos afectivos y las relaciones interpersonales, su definición, los diferentes tipos de apego existentes, la salud mental en los adultos y el desarrollo del adolescente.

En el capítulo II se menciona las actitudes durante la adolescencia como se forman estas, el fenómeno de Sugar daddy con algunos antecedentes de este, así como también como la tecnología y el internet han ayudado a facilitar a consolidar este tipo de relaciones, proporcionando también algunas de las aplicaciones más comunes para establecer estas y consecuencias que pueden sufrir los adolescentes al tener cierto tipo de actitudes en este tipo de relaciones.

En el capítulo III se describe el modelo cognitivo conductual con algunos antecedentes históricos, también se mencionan algunos de los autores más prominentes junto con sus teorías de este modelo y algunas técnicas cognitivo conductuales para tratar a los pacientes que puedan presentar ciertos complejos, conductas y actitudes aversivas, así como también el área psicológica social.

Por último, se mencionan las conclusiones a las cuales se llegó en esta investigación teórica, así como las referencias que las sustentan.

CAPÍTULO I.

RELACIONES INTERPERSONALES

1.1 Vínculos y Relaciones Interpersonales

La atracción interpersonal se refiere a la actitud hacia otras personas. Estas relaciones interpersonales están en varias dimensiones, desde gustos hasta disgustos. Cada una de las personas es querida por algunos y disgusta por otros. A la mayoría de las personas con las que se entra en contacto aún no se detonan las actitudes de gusto de desagrado particularmente, y sus reacciones son neutrales. Del mismo modo, a las personas les agradan algunos, odian a otros y otros son neutrales con la mayoría. De ahí surgen preguntas como ¿Por qué amamos a los demás, los odiamos o les somos indiferentes? La respuesta a esta pregunta se ha buscado en estudios realizados por psicólogos sociales y sociólogos desde el inicio de la investigación del comportamiento humano.

Los estudios de atracción interpersonal ayudan a identificar en detalle los factores por los cuales los individuos evalúan a los demás. Al leer acerca de cada uno de estos factores, es fácil perder de vista el bosque ya que la discusión inevitablemente se centra en árboles individuales. Es útil recordar un concepto muy simple pero muy importante. Muchos psicólogos sociales creen que hacemos juicios positivos cuando experimentamos emociones positivas y juicios negativos cuando experimentamos emociones negativas. Si esta afirmación es cierta (y creemos que es cierto), entonces cualquier factor que influya en el estado emocional de una persona afectará su atractivo (Baron, et al. 2005, p. 266).

Tipos de apego y necesidades afectivas

La teoría del apego, dentro del contexto de la terapia cognitivo-conductual (TCC), se refiere a la forma en que las experiencias tempranas de apego en la infancia pueden influir en el desarrollo de patrones de pensamiento y comportamiento en la vida adulta. Esta teoría se basa en la idea de que los vínculos emocionales formados en las relaciones primarias durante la infancia, especialmente con las figuras de apego (generalmente los padres o cuidadores), afectan la forma en que las personas perciben y responden a las situaciones emocionales en su vida posterior.

La teoría del apego en la TCC ayuda a comprender cómo los modelos internos de relación que se forman en la infancia pueden influir en las cogniciones, emociones y conductas en la vida adulta. Estos modelos internos de relación son esquemas mentales que contienen expectativas y creencias acerca de cómo se relacionan las personas, y pueden ser activados en situaciones actuales, especialmente en situaciones de estrés o en relaciones íntimas. (Sandí, 2019)

En la terapia cognitivo-conductual, se trabaja con el paciente para identificar y modificar los esquemas de apego disfuncionales y las creencias negativas subyacentes. Esto implica explorar las experiencias pasadas de apego, las emociones asociadas y cómo han influido en la forma en que el individuo se ve a sí mismo y a los demás. A través de técnicas como la reestructuración cognitiva y la exposición gradual, se busca cambiar los pensamientos y comportamientos disfuncionales relacionados con el apego y promover la adopción de estilos de apego más seguros y saludables.

➤ El apego

El apego es la tendencia a formar lazos emocionales íntimos con ciertos individuos como un componente básico de la naturaleza humana, que se produce durante el embarazo, en el recién nacido y que continúa a lo largo de la vida. El amor es un lazo afectivo que une a una persona con otra, claramente preferida y distinta. La figura de apego se percibe como más fuerte y protectora, vínculo de apego mantiene unida a ambas personas a lo largo del tiempo. El aspecto principal es que proporciona

una sensación de seguridad, protección y comodidad, esto ocurre como una reacción innata que aumenta las posibilidades de supervivencia desde que somos bebés (Persano, 2018, p. 157).

La teoría del apego como la describe Persano es una teoría sobre la importancia del apego para lograr la estructura mental, el desarrollo emocional, la seguridad, la confianza y la comodidad del niño humano, esta también hace hincapié en la importancia del ambiente del sujeto para su organización psíquica y las consecuencias que el aislamiento emocional puede crear en el bebé para su desarrollo psíquico ya sea óptimo o aversivo.

“El apego a veces es comparable al concepto de vínculo, aunque existen ciertas conexiones entre ambos conceptos, la diferencia entre apego y el vínculo, es en la que un individuo puede estar apegado a más de una persona, pero siempre es un pequeño grupo de personas. Mientras que el vínculo mencionado por Bowlby. es una conexión duradera que se forma en conjunto con una pareja, mientras que el apego es la tendencia a buscar la cercanía y el contacto con una figura específica y su aspecto central es la creación de una sensación de seguridad. Lo cual el apego implica buscar la cercanía con el niño, mientras que el vínculo refleja un proceso inverso de padres a hijos.” (Persano, 2018, p.158) Dicho así por Seidl y Ribas el vínculo afectivo como el apego son estados internos.

Un cuidador se muestra como alguien que está disponible para satisfacer las necesidades del bebé. Esto significa que necesita estar presente la mayor parte del tiempo para que se desarrolle el apego. También significa estar disponible mientras está apegado, también necesita estar emocionalmente disponible y ser empático con su bebé. Bowlby creía que los lazos de apego están determinados por fuertes raíces biológicas y que la alimentación no es necesariamente la causa del comportamiento de

apego entre el bebé y el cuidador. Esta función suele ser siempre realizada por la madre. Si la madre no está disponible, otro sustituto asume el papel.

Los cuidadores son importantes en el cumplimiento de este papel. Porque le da a su hijo una sensación de seguridad de que alguien lo ayudará cuando lo necesite. Independientemente del desarrollo de su bebé, tiene suficiente confianza básica para saber que este tipo de apoyo y ayuda se está brindando o está por llegar. Este ritmo del ciclo frustración-gratificación resuelve el dolor de la impotencia inicial del niño, ya que la llegada de la gratificación se registra como una cualidad satisfactoria de la experiencia. Puedes esperar a que llegue la alegría después de una experiencia dolorosa y frustrante como el hambre.

Con ello viene arraigado también los sistemas motivacionales, los seres humanos nacemos con un conjunto de sistemas motivacionales diseñados para facilitar la satisfacción y regulación de las necesidades básicas. Entre estas necesidades se destaca la búsqueda de protección que realizan ciertas personas, la cual es crucial y necesaria para tener un sano desarrollo. De acuerdo con la teoría del apego, diferentes sistemas motivacionales interactúan entre sí de una manera compleja.

Los sistemas motivacionales y conductuales son los siguientes:

- El sistema del apego.
- El sistema de la afiliación (pertenencia a grupos).
- El sistema de alimentación.
- El sistema sexual.

- El sistema exploratorio

Definición de sistema

“Como tal un sistema es un conjunto de respuestas o patrones de comportamiento destinados a satisfacer un tipo en particular de necesidad”. (Persano, 2018 p.159)

Todos los sistemas motivacionales incluyen diferentes emociones que están presentes en las propias motivaciones y también son desencadenadas por estímulos ambientales. Tal como lo menciona Panksepp (1998) sugiere que las emociones primarias están determinadas genéticamente y, por lo tanto, están presentes en todos los niños, pero estas emociones se desarrollan a través de las interacciones con el entorno que proporciona la vida. Los modelos de apego también predicen la calidad de la interacción de una madre o figura de apego con su hijo y, a su vez, predicen el tipo de apego interiorizado por el niño. El cual es un vínculo que puede o no ser mutuo. Si bien en la infancia el niño forma una relación de apego con sus padres, la conexión de los padres con el niño no es un apego muy interiorizado, estos tienen una conexión afectiva diferente con el niño, estas son figuras de cuidado del niño (Ainsworth, 1989).

Los indicadores de apego en la edad adulta son otros adultos, aunque las figuras de amor de los mayores son a menudo sus propios hijos. Quién cumple el rol de figura de apego puede variar a lo largo de la vida, pero el rol que cumple es siempre el mismo: apoyar, tranquilizar y regular emocionalmente.

Tipos de apego

John Bowlby un psiquiatra y psicoanalista, trabajó durante muchos años en clínicas infantiles y propuso una teoría del apego, que consideraba la tendencia de las personas a formar vínculos afectivos definidos con determinadas personas a lo largo de

la vida. Con el tiempo, la propuesta de Bowlby se ha convertido en una de las teorías más influyentes en psicología e interesa a diversos autores, Incluso hoy en día, se considera como una importante investigación empírica. Según Bowlby (1986), la conducta de apego es cualquier cosa que logra o mantiene la cercanía de un objeto con otra persona que suele ser percibida como más fuerte y/o más inteligente, típicamente una persona que fomenta la búsqueda de cercanía entre los jóvenes. el niño y su padre o tutor. (Rojas, 2006, p.494)

Se destaca que las experiencias del niño con sus padres juegan un papel fundamental en la posterior creación de los vínculos afectivos del niño y que su rol principal debe ser el de brindar al niño una base sólida y así incentivar su exploración; es importante que el niño pueda confiar en sus figuras de apego y que ellas puedan sostenerlo y protegerlo cuando éste más lo necesite. La comunicación entre el cuidador y el niño puede explicar la calidad del vínculo, que se relaciona con lo que Bowlby (1980) define como patrones de actividad interna, que serían las expectativas que el niño tiene de sí mismo y de los demás, y que les permitan anticipar, interpretar y responder al comportamiento de sus figuras de apego a medida que integran experiencias presentes y pasadas en esquemas cognitivos y emocionales.

Del mismo modo, (Fonagy et al.1995) señalan que, a través de experiencias repetidas con sus figuras de apego, los niños desarrollan expectativas sobre la naturaleza de la comunicación. Las relaciones de apego tempranas tienen amplios efectos sobre la capacidad del sujeto para regular el estrés, la regulación atencional y el rendimiento mental. A través de las diversas aportaciones de autores, es posible conocer qué conexiones han surgido en el apego, así mismo los sentimientos más comunes experimentados por bebés con apego seguro en situaciones extrañas son angustia cuando se separan del cuidador y calma cuando el cuidador regresa, al interactuar con cuidadores, muestran calidez, confianza y seguridad. Los sujetos con

apego seguro tienen niveles más bajos de ansiedad en comparación con los grupos inseguros y menos hostilidad que los sujetos con estilo evitativo que informaron que los sujetos con apego seguro tienen menos síntomas de angustia.

El sujeto comunica sus necesidades biológicas, afectivas y psicológicas a sus padres y la forma en que responden ante esas necesidades del niño se constituyen un tipo de apego en específico.

➤ Apego seguro

En el apego seguro se expresa menos índices de ansiedad, comodidad con la cercanía y la interdependencia, y confianza en la búsqueda de apoyo y otras formas constructivas de lidiar con el estrés. Este estilo se caracteriza por expresiones juguetonas y una halagadora pendiente de confusión, por el contrario, también está ligado negativamente al rasgo de las emociones negativas y a la tendencia a como estos ocurran y se desarrollen. Este apego se desarrolla a partir de una buena relación de amor incondicional entre padres, el niño con apego se siente amado ya que sus padres le muestran atención y lo cuidan sin llegar ser sobreprotectores, estos niños se sienten seguros de explorar el mundo con total seguridad, no tiene muchos problemas entablando y construyendo relaciones, así como demostrar sus emociones y su afecto. Ya en la adultez el sujeto es seguro de sí mismo, tiene un sistema de valores claros y llega a adaptarse a las situaciones de su entorno.

➤ El Apego ansioso ambivalente

Ainsworth et al. (1978), señala que los sentimientos más comunes que experimentan los bebés con apego ansioso en una situación extraña son el aumento de la ansiedad después de la separación de los cuidadores y la dificultad para llegar a tranquilizarlo cuando el cuidador regresa. cuando se comunican con el cuidador,

revelan ambivalencia, ira y preocupación, la ambivalencia es un estado de ánimo en el cual conviven emociones opuestas en este caso puede ser tanto valencia positiva como valencia negativa al mismo tiempo, estas coexisten (Rojas, 2006, p.495-496).

En el caso de haber alcanzado una edad más madura este puede producir, por el abandono de alguno de los padres o por algunas conductas ansiosas que tengan los padres, por ejemplo un cuidador extremadamente ansioso puede sentar las bases de un apego ansioso, los niños llegan a ser temerosos cuando se trata de explorar el mundo, haciéndose a la idea de un mundo hostil y desconfianza, aunque también puede ser que los padres muestren conductas de cuidado, lo descuiden o ignoren haciendo esto que en el niño se produzca sensación de inseguridad, ya en la vida adulta estas personas se ven como personas ansiosas y desconfiadas, llegando a ser dependientes y complacientes para sentir que no los abandonarían o rechazarán, pero también pueden llegar a ser personas que idealizan conceptos, situaciones o incluso personas como sus parejas o amigos, son adultos que sienten que no merecen el afecto de otros, necesitan reafirmar que los demás están ahí para el(a). pueden verse como personas rígidas con ciertas tendencias a la desconfianza y a los celos, tienden a poner a prueba las relaciones que tienen con sus parejas y amigos para demostrar la estabilidad del afecto y lealtad.

➤ Apego evitativo

Ainsworth et al. (1978), señala que los sentimientos más comunes de los bebés con apego evitativo ante una situación extraña son la falta de ansiedad y la ira por la separación del cuidador y la indiferencia por el regreso, en la interacción revelan distancia y evitación. En el estilo evitativo, no existe la seguridad del apego, pero prevalece la autoconfianza forzada y la sensación de distanciamiento con los demás. Sin embargo, se ha encontrado que los niños con este estilo muestran signos fisiológicos de angustia, aunque no parecen perturbarse por la separación, y esta dura mucho más que los niños seguros, lo que también se ha demostrado en los bebés. Los

sujetos con estilo evitativo no proyectan impresiones negativas ni síntomas de estrés, pero los compañeros los perciben como ansiosos y mayoritariamente hostiles.

Este tipo de apego puede producirse dentro de una familia con una educación rígida, y existe poco afecto y existen recriminaciones por parte de los miembros de esta, los padres evitativos suelen ser distantes emocionalmente, gustan del orden y obediencia. El niño con apego evitativo aprende a reprimir sus emociones y desarrolla una dificultad para reconocer y expresar sus propias emociones, cuando son adultos son personas distantes emocionalmente, rígidas y a veces poco empáticas en sus relaciones interpersonales, buscan constantemente realizarse profesionalmente y obtener reconocimiento social, esto reflejándose para sentirse aceptos por sus distantes padres sin embargo en lo profundo son personas que temen a sentir emociones a demostrar sus afecto hacia otros debido a que esto los haría sentirse débiles.

➤ Apego Desorganizado

Este es un apego inseguro que se construye en una relación hostil e impredecible, el niño con este tipo de apego se creció con padres agresivos e indiferentes, existiendo en algunas ocasiones maltrato físico y psicológico muy significativo hacia el niño así generando conductas disfuncionales y límites difusos. Cuando son adultos son personas que muestran dificultades para crearse un autoconcepto, tienen problemas para socializar y pueden llegar a tener conductas disfuncionales dañinas como el abuso de sustancias, estas personas tienen una dificultad para poder definir su papel en la vida llegando a sentirse vacíos.

1.2 Salud mental y madurez en la etapa de adultez.

“Para introducirnos en la salud mental y la madurez en la etapa de la adultez hay que tomar en cuenta que, según Papalia, el desarrollo de la identidad durante la adultez

emergente, en la cual se pasa por un proceso que se distingue por el poder, la responsabilidad y la toma de decisiones, así como el desarrollo de las relaciones adultas” (Papalia, et al., 2013, p.454-455).

Con ello demuestra la gran influencia que tienen los padres hacia sus hijos en su futuro desarrollo, su manera de pensar, iniciativa, el establecer y mantener relaciones interpersonales todo esto se verá reflejado en su estilo de crianza que llevaron con sus progenitores, en algunos casos los hijos suelen tomar estas enseñanzas como un reflejo en la que basar su personalidad, comportamiento, temperamento, así como se puede mencionar la relación que tenga el hijo/a con la madre y el padre esta va a repercutir mucho en su persona, los padres son un elemento importante para la formación de sus hijos, por lo que se deben de tener los cuidados que se necesitan, muchos padres lamentablemente no piensan en ello terminando criando a una persona inestable, con problemas de autoestima o abandono, etc.

A la hora de criar a una persona se es necesario tener una buena salud mental, o al menos saber cómo poder educar y enseñarle buenas cosas al pequeño; muchas veces por este descuido los hijos terminan con traumas, etc.

Un ejemplo de esto sería el abandono o falta de cariño, normalmente a las personas que sufren de esto, en su necesidad de amor o cariño, lo buscan en personas mayores o erróneas respecto a su comportamiento (Papalia, et al., 2013, p.455)

Llegando al tema de los sugar Daddys and Mommys, las personas que necesitan la atención de estas personas, o se sienten queridas, son personas que en su infancia no se les ha dado el cariño adecuado, entre otras cosas.

Según Papalia La Edad media, Es la etapa entre los 40 y 65 años, la mayoría de las personas en edad media están en cúspide de su carrera y gozan de un sentimiento de libertad, responsabilidad y control sobre su vida, esta etapa también se caracteriza por cambios físicos, el funcionamiento sensorial y psicomotriz, los problemas relacionados con la edad se presentan en 5 ámbitos: visión cercana, visión dinámica, sensibilidad a la luz, búsqueda visual, y velocidad de procesamiento.

En cuanto a la sexualidad, En esta etapa se experimenta deterioro en su capacidad reproductiva, las mujeres ya no pueden tener hijos y la fertilidad de los hombres declina, por lo que el disfrute sexual puede continuar durante esta etapa. Para los hombres la frecuencia de la actividad sexual disminuye de manera gradual entre los 40 y los 50 años, algo que se presenta frecuentemente, es la defunción eréctil que es la incapacidad de un hombre para alcanzar o mantener una erección del pene suficiente, para un desempeño sexual satisfactorio a esto también se le asocia que debido a la edad los hombres piensen en las mujeres en esta misma etapa que también tengan dificultades sexuales, por lo cual como anteriormente se menciona estos buscan mujeres más jóvenes que satisfagan sexualmente o les ayude a sentirse jóvenes nuevamente (Papalia, et al., 2013, p.487)

➤ La Salud mental

La OMS define la salud mental como «un estado de bienestar en el cual cada individuo desarrolla su potencial, puede afrontar las tensiones de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera, y puede aportar algo a su comunidad (OMS, 2022)

En la etapa de adultez es muy frecuente que se encuentre trastornos psicológicos como la tristeza profunda, nerviosismo, inquietud, desesperanza y sentimientos de minusvalía, estos trastornos por lo general se presentan más en mujeres. Cuantos más cambios estresantes ocurran en la vida de esta persona, mayor es la probabilidad de que aparezca un trastorno mental, estos trastornos están ligados a

la misma edad. El hecho de pensar que ya están en una edad en la que sus funciones ya se están deteriorando, lo cual hacen que surjan estos pensamientos de que su juventud ya ha acabado y con esto todas las cosas positivas que podían hacer o la mayoría de cosas que podían hacer (Papalia, et al., 2013, p.497).

En síntesis la salud mental durante la etapa de la adultez es un concepto que juega un papel vital en mayoría de las personas de mediana edad ya que esta etapa está marcada por una gran variedad de cambios ya sean físicos, como internos, cognitivos lo cual con ello llevará a un respuesta emocional que a mayor plazo se desarrollara un trastorno, por eso algo de suma importancia es que en algún punto de la vida se debe llevar una cultura de asistir a un profesional de la salud mental el cual ayudará a llevar un cuadro terapéutico que logre brindar el apoyo suficiente para mejorar su salud mental y evitar que se desarrollen o empeoren los trastornos.

1.3 Desarrollo del Adolescente

Cuando se habla de la adolescencia por lo general se refiere a una etapa de la vida en la que los humanos son jóvenes, incrédulos, enérgicos y para muchos es la cúspide de las etapas del desarrollo humano.

La adolescencia como todas las etapas del desarrollo humano trae consigo una serie de cambios, ya sean corporales, temperamentales, fisiológicos, psicológicos y hormonales. La adolescencia tiende a durar una década, desde los 11 o 12 años hasta los 19 y comienzos de los 20. No está marcado con exactitud su inicio y final, en la actualidad en México el significado de entrar a la vida adulta es el de poder sustentarse por sí mismo económicamente y contribuir a la sociedad en conjunto de eventos que ocurren de manera ordenada a lo largo del trascurso de la vida, siendo un proceso en el cual el joven elige o puede verse obligado a seguir un camino que lo convertirá en adulto.

Según Papalia la Adolescencia es una transición del desarrollo entre la niñez y la adultez que implica importantes cambios físicos, cognoscitivos y psicosociales. (Papalia, et al., 2013, p.354). A continuación, se detallarán los cambios que surgen durante la adolescencia y en qué consisten.

➤ **Desarrollo físico.**

Las características biológicas de la adolescencia incluyen una marcada aceleración del crecimiento, un desarrollo acelerado de los órganos reproductivos y características sexuales secundarias como el vello corporal, aumento del crecimiento de la grasa, los músculos, la reproducción y maduración genital. Así como también las hormonas también juegan un papel fundamental las cuales finalmente desencadenan el crecimiento y el cambio, ya que están presentes en pequeñas cantidades desde la etapa fetal, solo que su producción aumenta significativamente en las mujeres a los 10 años y en los hombres a los 12 años.

Especialmente en las mujeres, cuando se presenta un crecimiento acelerado es una señal del comienzo de la pubertad, los cambios más notables asociados con la pubertad ocurren alrededor de un año después del crecimiento rápido. un crecimiento apresurado también se caracteriza por un apetito voraz a medida que el cuerpo busca los nutrientes que necesita para crecer. Los cambios sutiles que son signos de crecimiento incluyen un aumento de la grasa corporal; algunos adolescentes se vuelven obesos durante esta etapa lo cual también puede afectar la autoestima y su círculo social. También ocurren otros cambios en los hombres como el de la voz donde suelen incluir temblores vocales y cambios bruscos de tono. Sin embargo, el cambio de voz real ocurre tarde durante el clímax de la adolescencia.

“Cuando se produce un crecimiento acelerado, los niños tienden a perder la mayor parte del exceso de grasa, mientras que las niñas tienden a conservarlo, las hormonas tanto masculinas como femeninas están presentes en ambos sexos, pero los hombres comienzan a producir más andrógenos, el más importante de los cuales es la testosterona, mientras que las mujeres producen más estrógeno y progesterona” (Tanner, 1978).

Según Tanner (1978) los primeros signos de la pubertad en los hombres es un rápido crecimiento de los testículos y el escroto. El pene tendrá un crecimiento similar después de aproximadamente un año. Al mismo tiempo, comienza a aparecer vello púbico, pero solo madura completamente después del desarrollo de los genitales. Durante este tiempo, el corazón y los pulmones también aumentan de tamaño. Durante la primera eyaculación puede ocurrir entre los 11 o 16 años, y la razón puede ser las fantasías y sueños eróticos. Mientras que en los cambios sexuales femeninos ocurre el crecimiento de los senos la cual esta suele ser la primera señal de cambios que conducen a la adolescencia. Además, también otros cambios como lo es el útero y la vagina donde estos comienzan a desarrollarse, acompañados de agrandamiento de los labios y el clítoris, el signo más obvio y simbólico de la transición de una niña a la adolescencia es la menarquia, que ocurre cuando el crecimiento acelerado alcanza su punto máximo. Esto puede ocurrir entre 9 y los 16 años.

➤ **Desarrollo Cognoscitivo**

Durante la adolescencia se expanden los horizontes y experiencias de las personas. Estas amplían la conciencia, la imaginación, el juicio y la intuición estas habilidades conducen a lo que es una acumulación de conocimientos que puede ampliar la capacidad para resolver problemas y cuestiones que puedan tanto enriquecer como complicar la vida cotidiana, durante la adolescencia el desarrollo cognitivo se caracteriza por un mayor pensamiento abstracto y su uso con la metacognición. Ambos

aspectos tienen un efecto profundo en el alcance y el contenido de los pensamientos y la capacidad del adolescente para poder hacer juicios morales.

Los adolescentes utilizan sus Destrezas, capacidades y habilidades cognitivas en el cumplimiento de decisiones éticas las cuales puedan estar enfocadas en ellos mismos, sus familias, sino que también cómo funciona el mundo en general, para poder tener la capacidad de comprender situaciones contrarias a la realidad que afecta las relaciones de los jóvenes con sus padres. Los adolescentes comparan a sus padres ideales con los que ven en la tv todos los días, estos también utilizan un análisis racional para poder lograr lo que es una coherencia con la cual podrá apreciar y transformar su comportamiento, pensamientos y actitudes para crear una nueva y propia imagen más individual de sí mismo y obtener una mayor conformidad que se acoplen a las normas quizás de su propio grupo o como mencionaba en el mundo, estas habilidades también los ayudan a prepararse para la siguiente etapa entrante de la adultez y hacer frente a las situaciones de elección de carrera y profesionales laborales.

➤ **Relaciones afectivas**

Dentro de las relaciones afectivas la familia es el primer círculo social en el cual el ser humano interactúa, la familia es un sistema algo complejo en el que todos los miembros que la conforman interactúan entre sí, a lo largo de los años estos se influyen unos a otros y se desarrollan mutuamente. Así pues, podemos considerar a la familia como un sistema en constante movimiento, en el que todos sus miembros se desarrollan y se adaptan a las necesidades y cambios que van presentado cada uno. Por lo tanto, cualquier cambio afecta a todos los miembros de la familia y a sus relaciones. Como, por ejemplo, el nacimiento de un nuevo hijo o un cambio de residencia son hechos que son susceptibles de cambiar tanto las relaciones familiares como a cada uno de sus miembros, como se mencionó anteriormente la familia es el

primer contexto social para los niños, por lo que es el primer lugar donde aprenden a relacionarse con los demás.

En esto son los padres quienes ponen límites al comportamiento del niño e inician relaciones directas desde los primeros meses de vida. A lo que por ello los niños no necesitarán observar, oír y, sobre todo, qué hacer. De esta manera, los adultos explícita e implícitamente dan a los niños las herramientas y normas para actuar de acuerdo con el contexto social en el que viven. Las estrategias de cooperación que los niños observan y aprenden en casa son las estrategias que utilizan por primera vez en otros entornos. Por ejemplo, la comunicación con otros niños estos se guían por las habilidades de comunicación familiar, y de ello dependen aspectos como la popularidad, comparación y la evaluación positiva de los compañeros. Con todo esto nos podemos dar cuenta que los llamados estilos de crianza de los padres están íntimamente relacionados con las estrategias de actividad de los niños y, en consecuencia, con su adaptación social a otros entornos.

Según Papalia la edad se convierte en un poderoso agente de vinculación en la adolescencia. Los adolescentes pasan más tiempo con sus compañeros, amigos y menos tiempo con la familia. Sin embargo, los valores fundamentales de la mayoría de ellos permanecen más cercanos a los de sus padres, de lo que en general se da uno cuenta. Incluso cuando los adolescentes encuentran en sus amigos compañía e intimidad, buscan en los padres una base segura a partir de la cual puedan probar sus alas de manera muy parecida a lo que hacen los niños pequeños cuando empiezan a explorar un mundo más ancho. Los adolescentes más seguros tienen fuertes relaciones de apoyo con los padres que están en sintonía con la forma en que los jóvenes se ven a sí mismos, estos permiten y estimulan sus esfuerzos por lograr la independencia y ofrecen un puerto seguro en tiempos de estrés emocional (Papalia, et al., 2013, p.403).

Una forma de medir los cambios en las relaciones de los adolescentes con las personas importantes en sus vidas se puede observar cómo aprovechan su tiempo libre, la cantidad de tiempo que los adolescentes pasan con sus familias disminuye de una manera notable durante los años que dura la etapa adolescente. Sin embargo, este tipo de separación no es un rechazo de la familia sino una respuesta a las necesidades del desarrollo.

A menudo, los adolescentes jóvenes pasan tiempo a solas en su habitación para alejarse de las exigencias de las relaciones sociales, recuperar la estabilidad emocional y reflexionar sobre su identidad. Esto varía culturalmente según la región, así como en el uso del tiempo que reflejan las diversas necesidades, valores y prácticas culturales. Así como los jóvenes en las áreas suburbanas o campesinas pasan la mayor parte de su tiempo produciendo lo estrictamente necesario para la vida y disponen de mucho menos tiempo para socializar que los adolescentes de las sociedades tecnológicamente avanzadas. En algunas sociedades posindustriales, como Corea y Japón, donde las presiones de las obligaciones con el trabajo escolar y la familia son fuertes, los adolescentes disponen de poco tiempo libre. Para aliviar el estrés, pasan su tiempo en actividades algo tranquilas como ver televisión o no hacer nada, por otro lado, en la cultura de India, centrada en la familia, los estudiantes urbanos de clase media pasan un 39% de sus horas con la familia e informan ser más felices cuando están con ellas. Para estos jóvenes, el objetivo de la adolescencia no es separarse de la familia sino integrarse más a ella, se ha informado de hallazgos similares en Indonesia, Bangladesh, Marruecos y Argentina. En comparación, los adolescentes de Estados Unidos tienen mucho tiempo libre, y pasan la mayor parte de éste con sus iguales, que incluyen cada vez más al sexo opuesto. Los adolescentes dedican una proporción cada vez mayor de este tiempo al consumo de diversos medios, como ver televisión, ver plataformas de streaming, escuchar música, navegar en internet, jugar videojuegos y mirar películas, estas tendencias han sido más marcadas en los adolescentes más jóvenes de 11 a 14 años y en los adolescentes afroamericanos y latinos (Papalia, et al., 2013, p.404).

En los jóvenes mexicanos la situación es alarmante, como es una etapa visible del desarrollo de la personalidad, cuando un joven se distancia del mundo real, distanciándose de su familia y amigos para adentrarse en sí mismo en las redes sociales digitales tienen una débil formación de vínculos afectivos surgiendo consecuencias que pueden ser la depresión o suicidio. Este tipo predilección de los adolescentes por las redes sociales no solo contribuyen a la formación de trastornos mentales sino el deterioro de sus relaciones familiares y de amigos en el plano físico y no a través de una pantalla, sin embargo, con la interacción cara a cara que ocurre en estos temas, es que se construye un orden social y este elige una multitud de ellos. Desde la perspectiva digital, los recursos cibernéticos proporcionados por las redes Social-digital ha potenciado al máximo la capacidad de crear máscaras y fachadas para construir personalidades falsas que no soportan el contraste con la realidad e inculcar en los jóvenes una sensación de fracaso (Retana, 2019, p.56).

A medida que los adolescentes pasan más tiempo con sus compañeros, tienen menos tiempo y necesitan menos satisfacción emocional que antes recibían de una relación entre hermanos. A esta edad, están menos cerca de sus hermanos que de sus padres o amigos, están menos influenciados por ellos y se vuelven aún más distantes durante la adolescencia. Los cambios en las relaciones entre hermanos pueden deberse a cambios similares en la relación entre los padres, al comienzo de la escuela intermedia, las relaciones con los hermanos se vuelven más equitativas. Los hermanos mayores tienen menos poder sobre los hermanos menores y los hermanos menores ya no necesitan tanta supervisión, a medida que disminuye la diferencia de edad relativa, también lo hace la diferencia en habilidades e independencia, a menudo se piensa que las hermanas son más cercanas que los hermanos sin embargo no hay una diferencia considerable en el género y el nivel del nivel de cercanía entre hermanos del mismo sexo.

En cuanto a las relaciones no familiares estas se dan de cierto modo en la escuela la cual es densamente poblada por lo tanto es como una sociedad en miniatura, en ella los estudiantes tienen roles asignados por su género, además, las escuelas están socialmente estructuradas de tal manera que en ellas se valora a los individuos y se recompensa a los estudiantes con un tipo de reconocimiento social acorde a estos. Es algo regular que los estudiantes busquen apoyo en sus compañeros o amigos en lugar de en sus padres, para tratar algunos temas que puedan ser vergonzantes para ellos, temas en los que quizá los padres no puedan comprender o no brinden el apoyo a sus hijos por diferencia de opiniones, etc. Debido a que los adolescentes son extremadamente sensibles a sus compañeros y a las emociones de su grupo de amigos, puede afectarlos en diferentes esferas del desarrollo humano (Olvera, 2006 p.174).

Es generalmente conocido que los compañeros influyen en la escuela, estos también contribuyen a formar lazos más profundos con compañeros hasta formar mejores amigos o un grupo selecto de amigos. Esto estima que la influencia de estos lazos y relaciones influyen a sus amigos a seguir sus planes de estudio hasta llegar a la universidad, porque el apoyo de los buenos amigos es incondicional. El entorno de los compañeros juega un papel importante en el aumento del estrés durante lo que es la transición a la secundaria ya que cambiar de escuela puede ser algo doloroso porque rompe los lazos amistad y pone a prueba la durabilidad de las amistades, dejando así vulnerables a los sujetos. Estos problemas de los compañeros y amigos deben tomarse en serio porque afectan en gran medida el rendimiento y el comportamiento, así como también existe la posibilidad de los jóvenes que son víctimas de bullying por sus compañeros en la escuela tienen un mayor riesgo de abandonar sus estudios más adelante y en los peores de los casos dedicarse a la delincuencia (Olvera, 2006 p.183).

CAPÍTULO II.

ACTITUD HACIA EL FENÓMENO SUGAR DADDY

2.1 Formación de las actitudes

Para hablar de la formación de las actitudes, hay que entender que estos son recursos personales de gran valor para nuestro desarrollo, las actitudes se utilizan en el día a día, siendo así el resultado de las experiencias y aprendizaje que hemos adquirido lo cual contribuye a que se desarrolle una forma o tendencia de responder ante una situación determinada, siendo estas impulsoras del comportamiento.

Debido a que las actitudes se adquieren a través de la experiencia, estas tienen algunas principales fuentes siendo estas: la familia, los amigos, la escuela, los medios de comunicación y el trabajo. Estos son los principales agentes socializadores implicados en la adquisición y modificación de nuestras actitudes.

Cuando se adquieren las actitudes, estas se van desarrollando y cambiando a través de un proceso por el cual se aprenden y cambian los comportamientos de la persona. Para Krosnick y colaboradores (1992, p.4) las actitudes se aprenden mediante el condicionamiento Clásico, Operante y del Modelado, por estos recursos se adquieren y modifican las actitudes.

Así mismo Maté et al. (2011, p.4) mencionan que existe un mecanismo más, el cual es la comparación social postulado por Festinger (1954), el cual consiste en el que la gente siente la necesidad constante de evaluar sus competencias, actitudes, habilidades y para poder hacerlo, se utiliza la comparación con el resto de las personas de una manera constante a partir de esto podemos comparar si nuestras habilidades o actitudes son correctas o incorrectas a partir de ello se puede tomar o intentar replicar

las actitudes de otras personas para el propio beneficio de la personas independientemente de lo que el desee obtener con ello.

Las actitudes también están ligadas al comportamiento, las actitudes tienen efectos en el comportamiento a través de las experiencias más fuertes o con más relevancia para persona. De acuerdo a Ortega, el al. (s.f. p.9) la intensidad de las actitudes en el comportamiento se compone de 3 factores:

- 1) El interés propio, todo cuanto hacemos para satisfacer nuestras necesidades y en general el bienestar individual.
- 2) La identificación social, cuanto mayor es la medida en la que una actitud esta mantenida por grupos en los que se identifica un individuo, mayor es su importancia.
- 3) Conexión entre actitud y los valores, cuanto más estrechamente este conectada una actitud a los valores personales de un individuo, mayor es su importancia.

Actualmente existen aproximadamente 500 formas diferentes de medir las actitudes, que van desde pruebas, encuestas, autoinformes y preguntas directas a las personas sobre sus actitudes y actitudes, etc. Una de las escalas de actitud más conocidas es la escala de Likert, que presenta al encuestado una lista de afirmaciones sobre un objeto de actitud y le pide que indique en una escala de puntos cuánto está de acuerdo o en desacuerdo con la pregunta dada. La puntuación de actitud de cada sujeto se deriva de la suma de sus respuestas a todos los elementos enumerados. Toda autoevaluación requiere que las personas expresen honestamente sus opiniones. A veces esa suposición es más o menos correcta, pero a menudo no. Para causar una buena impresión en las personas, las personas a menudo no quieren admitir sus

defectos, vicios, debilidades, opiniones impopulares y prejuicios (Kassin, et al. 2015, p.208)

Aunque en si el comportamiento proporciona algunas pistas acerca de las actitudes, está lejos de ser un método perfecto para poder medir las actitudes. A veces nuestros gestos muestran que estamos de acuerdo en algo, otros simplemente dan entender que somos educados, según la situación lo requiera. El problema es que las propias personas pueden monitorear o vigilan su propio comportamiento tan bien para disfrazar sus verdaderas actitudes, aunque existen ciertas reacciones físicas involuntarias, como la sudoración, ritmo cardiaco y dilatación de pupilas. Las cuales indican la fuerza o influencia que causa en ellos ciertos objetos, personas o situaciones.

Por otro lado, Abraham Tesser menciona que las actitudes se forman gracias a los gustos y aversiones que experimentamos, están enraizados en lo que es nuestra composición genética. La investigación realizada por Tesser muestra que en algunos sujetos las actitudes de los gemelos son más similares que la de los hermanos genéticos no gêmeos, pero, por otro lado, se ha descubierto que los gemelos criados en diferentes entornos son tan similares como los gemelos criados en el mismo entorno. Este patrón de evidencia sugiere que las personas pueden estar predispuestas a ciertas actitudes por medio de la combinación genética y el estilo de crianza.

La investigación de Tesser se puede complementar con la investigación de Rodríguez en la cual pueden haber actitudes que son más hereditarias que otras, siendo así que los factores genéticos influyen en las actitudes relacionadas con las preferencias (por ejemplo, los estilos de música o el gusto por un platillo en particular) más que en las actitudes cognitivas, actitudes hacia situaciones y temas con los que las personas tienen poca experiencia directa, por ejemplo, temas complejos como movimientos sociales, grupos sociales o religión.

Temas con los que tienen poco o ningún contacto. Las actitudes hereditarias parecen ser más difíciles de cambiar que las que no lo son, y pueden tener un mayor impacto en el comportamiento. Estos factores genéticos también influyen en las tendencias más amplias de las personas, como la tendencia a experimentar mayoritariamente emociones positivas o negativas, o dominar más una que otra. (por ejemplo, es probable que las personas que se sienten bien el mayor tiempo expresen altos niveles de satisfacción profesional, social e interpersonal independientemente de su contexto, por el contrario, aquellos que tienden a estar de mal humor pueden expresar una actitud más negativa casi en cualquier lugar donde ocurra).

Sin embargo, Méndez también nos dice que las actitudes también se aprenden, cualesquiera que sean las tendencias que la naturaleza imparta a los individuos, sus actitudes pueden verse influenciadas por su contacto con objetos o estímulos particulares, como las actitudes de los padres, amigos y conocidos en el contexto cultural y social en el que viven, y otros tipos de experiencias. Siendo así adquiridas y caracterizadas por un proceso básico de aprendizaje.

Por ejemplo, muchos estudios han demostrado que las personas pueden tener actitudes profundamente positivas o negativas hacia objetos neutrales que de alguna manera están relacionados con estímulos emocionalmente cargados.

Un ejemplo de ello es el estudio del condicionamiento evaluativo en la que la presentación repetida de un mismo estímulo afectivamente neutro junto a otro estímulo significativo es más que suficiente para que el valor del estímulo subjetivo experimente un cambio. En el cual debían valorar 114

palabras y valorarlas de con una escala de -10 (extremadamente desagradable)
+10 (extremadamente agradable)

En general, se tiende a dar por sentado que las actitudes influyen en el comportamiento. Una fuente importante de nuestras actitudes es obvia, las adquirimos de otras personas a través del aprendizaje social. En otras palabras, muchas de nuestras percepciones provienen de situaciones en las que interactuamos con otros o simplemente al observar su comportamiento. Por ejemplo, durante la adolescencia y la validación social, donde los adolescentes harán cualquier cosa que salga de sus propias actitudes, intereses para poder encajar con conocidos, compañeros y conocidos, al realizar este tipo de acciones reciben la atención y validación por parte de estos, así siendo más propenso a que vuelvan a repetir esto para recibir algo socialmente positivo para ellos, haciendo así que aprendan este tipo de actitudes para su propio beneficio.

Condicionamiento evaluativo con presentaciones subliminales del estímulo incondicionado, un estudio experimental. (Mendez, et al 1997)

a) Actitudes durante la Adolescencia

Algunos adolescentes han fracasado tan a menudo que se han acostumbrado a negarse a participar en actividades generales de sus esferas psicológicas, para despertar el interés de su persona, ya que esto viene arraigado desde su crianza que se puede decir que los adolescentes realizan las actividades en las que son mejor, en las que triunfa y evita aquellas en las que cree que lo harán fracasar, para poder tener unos reforzadores positivos tanto de sus familiares como de sus amigos y conocidos, mediante ello desarrollando ciertas actitudes.

Un ejemplo para que el adolescente desarrolle actitudes negativas, las cuales perciben un objeto social como algo negativo y del cual no pueden sacar ningún

beneficio de ello, es el acorde a nuestro objeto de estudio el rechazo aparece como una forma de regaño y críticas que se toma de manera muy personal, al ser adolescentes esto los pone en una posición en la que este tipo de críticas les puede afectar de una manera significativa y aún más viniendo de personas queridas, estas pueden poner al adolescente de mal humor, como decía en un capítulo anterior a comparaciones denigrantes con otras personas.

Los sujetos intentan utilizar todos sus recursos al alcance para poder obtener el afecto que le hace falta y cuando estos recursos no son suficientes y no son satisfechas estas demandas el adolescente puede caer en un resentimiento profundo, descontento con su principal círculo social, la familia, esto tiene un origen como menciona Muss.

“Los padres que tienden a demostrar hostilidad, ser indiferente y no prestar atención, es una característica que no admite ante sí mismo y cuando se hace ver este rechazo suele negarse a admitir sus sentimientos.” (Muss.,2007, p. 385)

Ante esto el adolescente busca ese afecto fuera de su principal círculo social, ahora con el mundo exterior, con personas que le proporcionen una mínima pizca de afecto, cariño, atención que en casa no se les pudo brindar.

¿Cómo podemos ayudar a nuestros adolescentes a identificar, controlar y mejorar sus actitudes?

Aunque como ya he dicho anteriormente la adolescencia es una etapa de constante cambio y conflicto en varias de las esferas psicológicas de los jóvenes es importante que, durante esta, en especial los padres o tutores, sea racionales,

compresivos, que estén en constante alerta con sus hijos, pero sin llegar a ser muy inquisidores ya que podría reforzar esas actitudes. Hay que tomar en cuenta que como padres ya han pasado por esa etapa y aunque les sea difícil de aceptar o sean muy orgullosos de no admitir que de adolescentes no pasaron lo mismo que sus hijos, porque quizá sus padres tampoco mostraron el mismo interés por su actitudes o su salud mental, que “solo es una etapa” y con el tiempo cambiara, sin embargo eso de solo dejárselo al tiempo es como un juego de probabilidades donde existen las probabilidades en el que durante su transcurso le ocurran ciertos eventos que el propio joven se dé cuenta de sus actitudes y como le afectan y ha llegado el momento de cambiar y está la probabilidad de que todo permanezca igual, cargando consigo las mismas actitudes y se quede estancado con ellas, es por eso mismo que un paso para que los jóvenes tengan una etapa de adolescencia más llevadera se debe ayudar en primera instancia en casa.

Los Tutores deberán utilizar lo que es una escucha activa, con sus jóvenes las posibles problemáticas que tengan día a día en ya sea en casa, o fuera con amigos o en la escuela, sin embargo aquí una de las mayores problemáticas a los que se pueden enfrentar los tutores es el cómo hacer que su hijo adolescente le confié unos temas que para ellos, son muy personales, vergonzosos o no tienen la suficiente confianza de que sus padres les puedan dar una solución o un consejo que les pueda ser de utilidad para esa situación. La escucha activa, ayudara a ubicar los temperamentos y las actitudes aversivas que le estén afectando, eso lo puede demostrar a la hora de entablar cualquier conversación, en tono que utiliza, los tipos de conversación que pueda iniciar. Esos son puntos vitales en los cuales es crucial que la escucha activa será de ayuda sin embargo también otro punto que debe intervenir es el tacto con el que el joven se sienta cómodo y no se vea amenazado por un cambio forzoso, ya que esto podría provocar que se refuerce la desconfianza en abrirse a nuevas ideas y consejos por parte de los tutores.

2.2 Fenómeno de Sugar Daddy

Hablar de relaciones sentimentales es hablar de una gran variedad de forma de expresar sentimientos y formas vincularse con otra persona. Las parejas se forman por diferentes razones, necesidad de afecto, compartir experiencias de la vida, crecer como persona, cumplir expectativas, otras lo hacen por razones como acuerdos entre familia, soledad, compromiso ante la llegada de un hijo, por interés económico y estatus social.

Este fenómeno se lleva dando desde siempre, desde la edad antigua. Diversas culturas repartidas a lo largo del tiempo en el planeta han utilizado las relaciones entre jóvenes y adultos como un método de iniciación hacia la madurez, la comprensión griega de la sexualidad era bastante diferente de la que tenemos hoy, por lo que el concepto de homosexualidad no se aplicaría en la sociedad griega, ni tampoco la heterosexualidad, a pesar de que los griegos practicaban lo mismo que hacemos hoy en día. La clave para entender esta forma de pensar es que los griegos no distinguían entre homosexualidad y heterosexualidad, sino que ambos conceptos se integraban en uno solo, por lo que no existía la dualidad de estas, la falta de una doble estructura de deseo, heterosexual y homosexual, daba al hombre griego una libre elección entre ambos sexos, según la naturaleza del individuo y el momento de la vida en que se encontraba, las relaciones con ambos sexos, lo que indica que las relaciones entre dos hombres no eran particularmente inusuales.

Después tenemos el matrimonio el cual era una institución cuyas características y fines variaban mucho según la clase social que lo realizaba, por lo que se debe tener en cuenta la diferencia entre las clases altas y bajas. El matrimonio fue originalmente un método de transferencia de propiedad para las clases altas, que luego fue adoptado por las clases bajas para diversos fines. El matrimonio significaba un acuerdo para la dote de una mujer, que consistía en bienes raíces, que era la principal fuente de riqueza en la antigüedad. La novia daba a su marido una dote, cambiando su tamaño el estatus

según el tamaño del estatus de su familia en caso de divorcio, esta dote se devolvía a la mujer.

El matrimonio era una institución notablemente asimétrica para sus miembros. En primer lugar, la edad los cónyuges suele representar una gran diferencia. El hombre era mayor de edad, aproximadamente treinta años, que aseguraba el relevo generacional del padre Oikos, y ya era considerado un ciudadano de pleno derecho, el cual tenía derecho a participar en las reuniones importantes, mientras que la mujer u hombre solía ser un adolescente, entre catorce y dieciséis años, una edad en la que podían nacer niños y una adolescente todavía se consideraba pura y benévola. Esta brecha generacional fue particularmente servía para dos propósitos distintos, uno que era el control de la legitimidad de los descendientes y la preservación de la propiedad, esta brecha fue particularmente traumática para la adolescente, porque fue separada de su hogar en el que se crio y creció para repentinamente convertirse en adulta y debía vivir con un hombre que le doblaba la edad, para este colmo ella debía tener sexuales con su “esposo” sin previa experiencia, el matrimonio podía considerarse un rito de paso para las mujeres en la sociedad adulta porque se mudaron de una casa a otra para ser la mujer de la Oikos, (Martín, 2017) describe este matrimonio como como la adopción de una mujer por la familia de un hombre en lugar del matrimonio en el sentido actual. Una mujer dependía política, económica, social y jurídicamente de su marido y solo podía mantener relaciones con su marido.

Actualmente se ha generado un fenómeno llamado Sugar el cual consiste en una relación afectiva en la cual se caracteriza por una brecha generacional entre ambos sujetos, en el cual el Sugar Daddy se refiere a los adultos masculinos mientras el termino Sugar Mommy se refiere a las femeninas adultas en este caso se enfocará en las relaciones entre el hombre adulto de 30-40 años y una femenina de 14-18 años.

A todo esto algo muy común en este tipo de parejas se puede apreciar una distinción de géneros en estas siendo más común ver Sugar Daddies con Sugar Babies que ver Sugar Mommies con Sugar Babies, acorde a las descripciones de los perfiles de los usuarios en la Apps dating específicas para buscar Sugar, sugiere que las relaciones Daddy/Babby son meramente sexuales, mientras que las Mommy/Baby son más sentimentales amorosas así mismo otro rasgo que define este tipo de relaciones Daddy,Mommy/Baby es que los daddy son de un nivel socioeconómico generalmente alto o pueden tener una un estilo de vida algo ostentosa a diferencia de los Babies. haciendo que esto generalmente se asocie y considere como un tipo de prostitución al ofrecer servicios ya sean sexuales, acompañamiento, o “amistad “a cambio de una remuneración monetaria o regalos. Debido al nivel socioeconómico de los daddies y mommas,

Este tipo de remuneraciones o regalos suelen ser de un costo bastante alto siendo algo muy similar al tipo de prostitución de lujo o de servicios de acompañantes de lujo. aunque en sí, el dinero juega un papel fundamental en estas relaciones no todas se basan en la riqueza que pueden obtener sino como mencionaba anteriormente la necesidad de afecto el compartir experiencias de la vida y crecer como persona también forman un papel fundamental como en cualquier otra relación afectivo/amorosa. A demás de estos puntos estas relaciones se asocian a la necesidad de afecto y al complejo de Electra y Edipo reflejándose las cualidades de los padres de los Babies en los Sugar al asociarse de esta manera la consideran como una relación enfermiza pero que poco a poco va ganando aceptación por parte de la sociedad moderna.

Otro aspecto que vale la pena mencionar es que para (Ramírez, 2022) el cuerpo es un factor, por una variedad de razones juega un papel muy importante para este tipo de relaciones, y por eso exclusivamente al fenómeno de los Sugar, a lo largo de la historia, el cuerpo ha sido un tema, un concepto y un tópico que ha sido estudiado y tratado por diversos campos filosóficos, médicos, sociales, antropológicas, psicológicas y sexuales.

A través del cuerpo y sus movimientos, la mente adquiere una conciencia espacial e individual desde temprana edad, y el cuerpo se convierte en un recipiente que contiene y comparte parte de la experiencia sensorial, la identidad individual y colectiva, los sentimientos y las acciones, todo esto a partir de una visión, en la que se integran y se dan significados y valores a nivel social e individual. Esto también se da del mismo modo, con las redes sociales e Internet conectando al mundo, la forma en que tratamos de mostrarlo ha cambiado.

Como hoy en día se vive en un mundo casi completamente digitalizado dominado por el Internet, donde diariamente se nos presentan miles de cuerpos y rostros que se pueden ver y comentar con palabras o íconos a través de los perfiles de las redes sociales. Gracias a la tecnología y al desarrollo de las modernas plataformas y diversas redes sociales, se ha perdido el respeto por el propio cuerpo y por el cuerpo de los demás, pues se expone a una basta representación virtual, que lo abre a la experiencia de constantes puntuaciones y etiquetado crítico.

2.3 Aplicaciones y datos sobre el fenómeno Sugar Daddy

El mundo como tal se conoce, actualmente está regido por la tecnología, la cual se puede encontrar en casi cualquier parte, gracias al internet hace que muchos de los dispositivos funcionen y mantengan conectadas y comunicadas a las personas, esto mediante las aplicaciones.

En el siglo XXI muchos niños crecen con estos dispositivos donde los padres permisivos, no ponen límites al uso de estos en algunos casos pudiendo generar dependencia y a largo plazo pueden afectar negativamente la manera de relacionarse socialmente, problemas académicos y ser blancos de grooming. Aun que no se puede generalizar con todos los padres, algunos de ellos si logran ver por completo todo el panorama, por un lado están los padres que les dan acceso a sus hijos a los dispositivos digitales desde una temprana edad comenzando desde los tres años sin

regular el tipo de contenido que consumen, siempre y cuando los mantenga entretenidos y por otro lado están los padres que regulan el tiempo de uso de estos dispositivos así como utilizan un control parental para la regularización del tipo de contenido apto que pueda manejar.

Ya por otro lado, ya en la adolescencia y adultez, teniendo más madurez cognitiva las personas van explorando mucho más el mundo del internet, con ello se llegan a topar con aplicaciones populares, un ejemplo de estos es Tiktok la cual es una de las aplicaciones más popular y de las más usadas a nivel global, Tiktok es una aplicación que permite crear y compartir vídeos cortos de 3 a 15 segundos o de 30 a 60 segundos.

La aplicación cuenta con otros aspectos, como el poder agregar amigos o vincular tus contactos ya sean de teléfono móvil o amigos de Facebook, así como un chat habilitado para conversar con otros usuarios, esta aplicación es muy popular entre los adolescentes, esta aplicación ha pasado por muchas controversias y una de las mayores es la sexualización de niñas y adolescentes. Otro punto para tomar en cuenta es que a pesar de que tiktok no es una aplicación de citas, puede llegar a utilizarse como tal, gracias a esto llego a existir en la plataforma una tendencia con los Sugar Daddies.

Los adolescentes son la población estrella en esta aplicación, los jóvenes aparecen principalmente con ropa informal, (camisetas, jeans, etc.). En algunos casos las jóvenes aparecen con vestimentas más provocativas, shorts y tops, un estilo llamado “aesthetic” en inglés o en su traducción literal al castellano que es ‘estética’, esto haciendo referencia a algo que produce placer a la vista, sea de la manera que sea. Aunque esto ha ido evolucionando y hay que cumplir ciertos requerimientos para que una vestimenta se considere aesthetic, por ejemplo, destacan las sobrecamisas de cuadros, camisetas y sudaderas oversize y los crop tops de estilo bandeau.

Estas prendas se combinan con pantalones ciclistas, chándal, faldas de cuadros escolares y pantalones wide leg. Aunque esto del estilo aesthetic está estrechamente relacionado mayoritariamente con esta aplicación, al ser un estilo provocativo esto llama la atención de los hombres, de acuerdo con una investigación realizada en la plataforma existe el trending de #sugar daddy. Y en algunos casos se muestra a las adolescentes con el estilo de vestimenta ya mencionado o también con un estilo informal femenino sin llegar a ser aesthetic junto a su Sugar.

El tipo de contenido creado por estas parejas, por lo general muestran una vida glamour en el que se presume de una alta calidad de vida, viajes exóticos, compras que muestran una gran cantidad de dinero que fue gastado o en donde el Sugar les da todo mostrando como este paga por todo lo que la femenina pide. Siendo así como Tiktok y su gran alcance que tiene para población populariza este tipo de relación trae consigo un mejoramiento de vida, en cuanto al aspecto económico se refiere.

Por otro lado también se tiene un gran catálogo de aplicaciones explícitamente para poder conseguir entablar este tipo de relaciones, para hoy en día algo muy común para buscar y conseguir un Sugar son aplicaciones explícitas para este fin, ya sea para encontrar una ayuda económica, otros por amor, unos por morbo y algunos por simple gusto, sin embargo, la mayoría de este tipo de aplicaciones lo que se busca son encuentros sexuales o buscar compañía.

A continuación, se mencionan y describen algunas de las aplicaciones más usadas para buscar Sugar;

- **Millonaire Dating: Seeking:** Es una App exclusiva para buscar pareja de lujo, para conocer hombres adultos de elite y mujeres jóvenes solteras. La propia app esclarece que no es específica para Sugar Daddy y Sugar Baby sin embargo se usa para esos fines, esta permite a los hombres mayores económicamente

exitosos buscar mujeres jóvenes como estudiantes, actrices, supermodelos Etc.
(Millonaire Dating: Seeking,2021)

➤ Sudy

Es una aplicación que cuenta con millones de usuarios y el cual permite conseguir Sugar Daddy, esta aplicación tiene una interfaz muy similar a Tinder, esta permite buscar diferentes perfiles que se encuentran cerca de la ubicación del usuario, con pretendientes que oscilan en edad de 30+. (Sudy, 2022)

➤ Seeking Age Gap Arrangement

Esta aplicación se define por un sistema en la que sus usuarios pueden buscar y encontrar parejas con brecha generacional, el propio software de la aplicación tiene como mecánica o función emparentar posibles matchs acorde a la edad deseada, esto permite definir que los usuarios de 40 años hagan match con usuarios de 27 o rondan los 20s. (Seeking Age Gap Arrangement, 2022)

➤ Age match Mature Gap Dating

Esta aplicación es una App de citas dirigida para hombres adultos que buscan mujeres y hombres jóvenes, el objetivo de la aplicación es crear un lugar seguro para hombres maduros, ricos, de elite y establecidos se reúnan, chateen y tengan citas, esta aplicación también permite a las mujeres maduras buscar una relación o romance, sin embargo, está dirigida a los hombres adultos que oscilan los 40s. Permitiendo que estos busquen mujeres jóvenes de 18-30s que les ayuden a recobrar esta vitalidad que tenían durante su juventud. (Age match Mature Gap Dating, 2017)

Como nota importante estas aplicaciones te emparentan acorde la diferencia de edad, aun adulto de 40 le recomendará y hará matchs con jóvenes de entre 18-30 años y viceversa mediante su algoritmo.

Con el mundo digital nos podemos dar cuenta de que se abren muchas oportunidades para obtener y consolidar este tipo de relaciones gracias a esta variedad de Apps, las cuales cumplen con distintas funciones según se acople al usuario y lo que este buscando, ya sean Apps dirigidas hacia una género, edad, tipo de relación en específico, como este tipo de interacciones se llevan a través de internet, existen ciertos riesgos a los que se exponen los usuarios, como lo son las estafas, algo bastante común en internet, en este caso han surgido estos siniestros en los cuales Daddies y Mommas son estafados por algunos usuarios con los que hacen match, al ser esto digital no se puede saber con certeza con quien se está haciendo match pues como ya se mencionó pueden ser estafadores, esto siendo algo similar al fenómeno del príncipe nigeriano que se popularizo en 1980, de modo que los matchs llegan a pedirles dinero, número y pin de tarjetas a cambio de contenido visual como fotos, videos o en algunos casos con promesas de comprar ropa para un cita con ellos, a la cual nunca se logra llevar a cabo o en ciertos casos ya se ha logrado establecer una relación sin embargo esta gira solo en torno al dinero y los regalos que el Daddy/Momma hace al Baby. Así haciendo que estas aplicaciones no sean del todo fiables y que cumplan con las normas de seguridad que prometen los desarrolladores de dichas Apps y a fin de cuentas no se lleve a cabo el objetivo de los usuarios que se tenían propuesto.

Consecuencias en los adolescentes en relaciones con brecha generacional.

A partir de todo esto hay que poner en claro que los adolescentes eventualmente tendrán contacto con adultos que no son sus padres o familiares, que pueden ir desde la propia escuela hasta el trabajo, ya sean jóvenes que estudien y trabajen, o como por razones socioeconómicas se fueron forzados a trabajar sin una formación académica como tal, es sabido que los jóvenes son atractivos para muchas personas mayores,

principalmente por su vigor, atractivo, por el ego y por simplemente de mostrar un estatus en la sociedad, esto se lleva dando desde la antigüedad en la que no solo los hombres tenían relaciones maritales con jovencitas de 14 años sino que también las mujeres adultas tenían relaciones con jóvenes también de 14 años, algo que se diferenciaba en este tipo de relaciones es que las relaciones hombre mayor-mujer menor era por la creencia de tener una mejor descendencia, mientras que las relaciones mujer mayor-hombre menor era por la satisfacción sexual y no por el procrear, aunque hay que mencionar que este tipo de relaciones no son explícitas de la antigüedad sino que sea han dado en toda la historia de la humanidad, donde siempre ha existido este anhelo de tener una pareja mucho más joven, (Martin, 2017).

Sin embargo, para las relaciones de hoy en día aún se vienen dando este tipo de relaciones, además de que con ello también han surgido los de derechos de los niños y los adolescentes que también pretenden mantener alejados de este tipo de relaciones además de las posibles repercusiones que les puedan generar a ellos, como diversos trastornos y complejos.

- Necesidades afectivas

Durante la adolescencia, esta es bien conocida por los cambios que los jóvenes pasan, es una etapa por la cual son muy susceptibles a su entorno a lo que reciben y dan en este caso las necesidades afectivas, emocionales, no hay una forma correcta o incorrecta de abordar las emociones, siempre y cuando seamos conscientes del propósito de experimentarlas. Aquí puede entrar por ejemplo un estado de ánimo negativo, donde las dificultades para expresar, comprender, compartir, regular y utilizar socialmente las emociones son los déficits más comunes en la inteligencia emocional de los adolescentes.

Desde una perspectiva afectiva y social, los más comunes son los que sufren de soledad, frustración, inseguridad emocional e interpersonal (en estilos de apego inseguro). La necesidad de contacto y conexión afectiva con cuidadores conocidos, reconocidos y experimentados como incondicionales, cálidos y efectivos son más

importantes desde una perspectiva emocional y social. Una parte importante de la evitación emocional es que las necesidades emocionales son señales de que necesitamos algo, específicamente las necesidades afectivas, cuando estas están satisfechas, representan el valor y la dignidad de una persona, puede haber partes de los adolescentes que sientan y entiendan el valor de las necesidades emocionales, pero experimenten barreras para la aceptación.

La descripción de las necesidades emocionales de cada persona es diferente porque depende en gran medida de cómo nuestros cuidadores respondan a nuestras necesidades. Esto puede significar un contacto más cercano con personas o entornos, como un familiar, amigos, el trabajo, la escuela, etc. La reducción de la exposición a relaciones o personas que crean o mantienen necesidades emocionales, puede también puede significar la reducción del apego a esas personas o también contextos, tales como; un amigo crítico o un familiar importante, un ambiente estresante, una mayor exposición a conexiones o personas que brindan seguridad, aceptación, compromiso y energía. Básicamente, pueden hacer cosas que pueden ayudar a satisfacer las necesidades mientras que otros pueden drenarlas.

Las necesidades emocionales no existen de forma aislada, esto no significa que dependan de los demás para ser felices. Las decisiones sobre el grupo de personas elegidas para mantener el núcleo de amistad y relaciones afectivas, por un lado, sobre las actividades e intereses compartidos con el núcleo de apoyo afectivo, es una oportunidad para poner a prueba la independencia del joven, la vida familiar y social son las dos áreas que los jóvenes eligen como las más importantes en sus vidas.

“Desde el punto de vista del sexo y el amor, es especialmente importante cambiar la tipología del abuso, para reducirlo a una clasificación sexofóbica y más

completa de las formas de abuso sexual, que incluye, además del abuso sexual de menores, la prostitución infantil” (Sánchez 2016).

- Complejos de Edipo y Electra.

De acuerdo a Freud en su análisis de psicosexual, los niños pasan por cinco etapas. Durante la etapa fálica aparece tanto el complejo de Edipo en los niños como el complejo de Electra en las niñas.

El complejo de Edipo es el deseo inconsciente del niño de recibir el amor exclusivo de su madre, en ese momento el niño se comporta hostil hacia el padre, y fuertes sentimientos de rechazo, envidia, fracaso, inferioridad y dolor cada vez que sus padres están juntos y nota que les va bien. Hay que destacar que en esta etapa es importante que los roles de la familia estén organizados y claros, es decir, que el niño entienda que mamá y papá trabajan juntos como un equipo.

Según las teorías del desarrollo, esta etapa también se caracteriza porque el niño finalmente reconoce las diferencias entre los sexos, por lo que es muy útil ver que tanto hombres como mujeres participan en su atención y que existen diferencias entre el rol masculino de los niños del rol masculino del padre y así como el rol femenino de la madre. Y el complejo de Electra el cual es la contraparte del complejo de Edipo pero con la niña donde también sufre de amor por su padre y ve a su madre como una competidora. Este concepto trata de explicar la maduración de la mujer. A diferencia del de Edipo, el complejo de Electra pasa más desapercibido, porque la relación entre las niñas y su madre es más estrecha, y esto complica la competencia, en la mayoría de los casos, la niña favorece a su padre sin embargo puede ocurrir el proceso contrario donde la niña no acepta al padre porque está decepcionada por su rechazo. Este tipo de actitudes surgen porque vivimos en una relación constante con las otras personas que nos rodean.

➤ El complejo de Electra.

Este complejo será un punto de apoyo para esta investigación y pues bien anteriormente ya mencioné en lo que consiste el tanto el complejo de Edipo como de Electra, a continuación indagare un poco más acerca del complejo de Electra.

El término en sí se deriva del mito griego de Electra y su hermano Orestes, que marca la muerte de su madre en venganza por el asesinato de su padre. Freud se refiere a la tendencia de una niña a dominar a su padre, algo similar a la actitud de Edipo en la versión femenina, o el llamado complejo de Edipo negativo.

En este complejo la hija tiene un deseo subconsciente de reemplazar al padre como compañero afectivo de la madre. Al mismo tiempo, la niña teme que su padre se entere de estos deseos y decida distanciarse. Para superar esta ansiedad, la niña comienza a identificarse con su padre y desarrolla el deseo de ser como él. Freud creía que este proceso hace que los niños acepten sus roles de género, desarrollen y comprendan su sexualidad e incluso desarrollen un sentido de la moralidad.

Freud y Jung fueron inicialmente amigos y colegas cercanos, pero Jung se distanció cada vez más de ciertos aspectos de las teorías de Freud. Esto creía que Freud enfatizó demasiado el papel de la sexualidad en la motivación del comportamiento humano. Para Freud, varios mecanismos de defensa juegan un papel importante en la resolución del complejo de Electra. Para resolver el conflicto, primero se deben suprimir los impulsos y deseos de la memoria consciente. La siguiente parte del proceso es finalmente la identificación. La niña comienza a identificarse con su madre e incorpora muchos de los mismos rasgos de personalidad en sí misma. Este

proceso también le permite a la niña internalizar la moralidad de su madre en su superyó, lo que finalmente la hace seguir las reglas de sus padres y la sociedad.

A la edad de los tres años, la niña ya no tiene la tendencia de sentir cierto cariño/apoyo hacia su madre para fijar eso hacia su padre. El supuesto punto de partida del complejo de Electra es el momento en que las niñas descubren que no tienen pene, ya su vez sienten el deseo de tener lo que simboliza este órgano genital. Los psicoanalistas también confirman que el acercamiento hacia a la figura materna crea cierta competencia y a su vez el distanciamiento de la madre. Esto puede desarrollarse en ellos, celos y comportamientos posesivos hacia el padre, hasta un cierto nivel de hostilidad, si la niña no obtiene lo que quiere del padre en un momento determinado. Llegado a una edad de entre los seis y siete años la niña vuelve a sentir la necesidad de cercanía e identificación con su madre.

Entonces comienzan a mostrar comportamientos imitativos y curiosidad por el mundo femenino, donde la niña pretende reforzar su rol de género. Jung en su teoría enfatizó que toda esta fase es parte del desarrollo normal de una niña, donde se sientan las bases para su comportamiento afectivo, social y psicológico, que también madura en años posteriores. Las niñas sienten preferencia hacia su padre en algún momento de su vida.

Esta niña se comporta de manera que generalmente busca el amor de su padre antes que el de su madre, elige pasar la mayor parte de su tiempo con él, o dice cosas en voz alta como "quiere casarse con su padre", también debemos entender. que no hay nada malo o patológico en este comportamiento. Después de todo, su padre es la figura masculina más cercana a ella y, en cierto sentido, también su punto de referencia en ciertos asuntos, y tales fantasías, juegos y modales desaparecen naturalmente cuando crece la socialización con los compañeros, si embargo de una pueden haber

casos aislados en los que la un complejo de Electra no resuelto puede llevar a la mujer adulta a tener problemas en relaciones amorosas o de intimidad al ser selectivas con parejas que encajen con las características de sus padres.

En conjunto con todos los diferentes tipos de apego existentes, podemos concluir que las relaciones interpersonales entre suggar daddy y suggar baby, se pueden explicar desde el apego junto con los estilos de crianza y complejos tanto de Edipo como de Electra, desarrollándose así este tipo de relaciones, viniendo desde la etapa de la infancia y hasta entonces llegada la etapa de la adolescencia u adultez, reflejándose ciertos aspectos del padre u tutor o la persona que juega un papel significativo en el apego del sujeto suggar baby.

CAPITULO III.

MODELO Y AREA PSICLOGICA

3.1. Modelo: Cognitivo Conductual

Antecedentes

El principal antecedente del conductismo conocido es de la escuela rusa de fisiología creada por Schenov (1829- 1905). Este autor cree que todos los comportamientos pueden entenderse como manifestaciones de ciertos reflejos, que no se refieren a procesos mentales o de conciencia. Entre sus principales discípulos se encuentran Ivan Pávlov (1884-1936) y Vladimir Becheterev (1857-1927). Pavlov comenzó a estudiar neuronas experimentales en animales, con el objetivo de optimizar y estudiar posibles intervenciones y tratamientos.

En un estudio experimental de Pavlov mostró como cuando se alteraban las condiciones del aprendizaje de los perros estos mostraban una respuesta de estímulo (como gruñidos o ladridos) en otros casos, había un patrón de respuestas inhibitorias (como mantenían inmóviles las colas o estaban sus orejas caídas) estas respuestas están asociadas con muchos síntomas neuropsiquiátricos.

Desde 1950, los psicólogos del comportamiento han investigado mucho para entender cómo se crean los comportamientos su investigación con animales, centrada en un tipo de aprendizaje conocido como condicionamiento operante o instrumental , muestra que las conductas individuales, incluso las más complejas como el lenguaje o la resolución de problemas, que pueden ser estudiadas científicamente por su relación con las consecuencias de estos, forjando un gran principio, innegable e imbatible en el entendimiento humano de la persona siendo así que la conducta es función de sus consecuencias.

Estos estudios se han centrado en las interacciones que preceden a la conducta, como los ciclos de atención o los procesos de percepción cambios en el comportamiento mismo, como adquirir habilidades, interacciones que siguen al comportamiento, como los efectos de los castigos; y condiciones predominantemente conductuales, como estrés crónico o déficits severos y persistentes. algunos estudios se han realizado en seres humanos en laboratorios equipados con equipo de observación, y también se han realizado en entornos naturales como escuelas u hogares. Otros han utilizado animales, especialmente ratas y palomas, como sujetos de prueba en condiciones estandarizadas de laboratorio. La mayor parte del trabajo realizado con animales requiere respuestas simples. Por ejemplo, están entrenados para empujar una palanca o empujar un plato para recibir algo valioso, como comida; o para evitar una situación dolorosa como una descarga eléctrica leve. (Escobedo, 2008, p.305)

El fundador como tal del conductismo fue John Watson (1878-1958) quien a partir de 1913 comenzó a publicar en las escuelas, estas publicaciones sentaron las bases de su pensamiento y para el desarrollo de su manifiesto de comportamiento sugirió que los comportamientos podrían estudiarse utilizando métodos psicológicos con el objetivo de investigación mediante el estudio de reflejos simples.

El objetivo del manifiesto de Watson es poder determinar que tipos de respuesta daría una persona o animal ante un estímulo dado y porque se está dando esta respuesta. Con esto, la investigación se centró en el experimento en animales y humanos, con un enfoque en el aprendizaje.

La Terapia Cognitivo-Conductual se apoya en medidas psicométricas y enfatiza la cuantificación, identificando indicadores objetivos de progreso y midiéndolos. Los

pacientes pueden aportar sugerencias y participar en el diseño de las tareas para el hogar. Dado que este tipo de Terapia busca lograr una función.

El objetivo de la Terapia es aumentar o disminuir comportamientos específicos, como ciertos sentimientos, pensamientos o interacciones disfuncionales. El objetivo de la TCC es eliminar, o al menos reducir los síntomas si se asume que si por ejemplo los síntomas de pánico desaparecen habrá una mejora inmediata en otras áreas, sin que aparezcan otros síntomas que los que ya existen, centrándose en el cambio pidiendo a los pacientes que practiquen nuevos comportamientos y percepciones durante las sesiones y que los generalicen fuera de las sesiones de asesoramiento como parte de la tarea.

Como tal la terapia Cognitivo-Conductual tiene sus raíces en la década de 1970 a partir de las influencias de la Psicológica Conductual y la teoría del procesamiento de la información. En la Psicología Conductual, los modelos de mediación han sido influyentes, en particular, se ha reconocido gradualmente la importancia de la conciencia, los modelos de Beck y Ellis. Luego, en la década de 1980, surgieron en el campo las terapias Constructivistas y Postracionalistas. Hoy en día, la terapia cognitivo-conductual es un campo heterogeneo que engloba una variedad de terapias con sus propios enfoques Teóricos y Epistemológicos, sin una teoría y percepción general, la Epistemología las considera una singularidad y permite su uso de forma sintética, en colaboración con los aportes de otros enfoques Terapéuticos y de ciencias distintas a la psicología, como las ciencias sociales, económicas y biológicas. En la Psicología del Comportamiento han entrado en juego dos tipos de modelos: el modelo mediacional y el no mediacional, aquí hay una diferencia entre estas dos variables, la cual la primera (mediacional hace inferencias entre la variable independiente y la dependiente para explicar las relaciones mientras que en la segunda (no mediacional) se caracteriza por ser simples, directos y complejos hace un uso razonable para las explicaciones del organismo y sus mecanismos.

El estudio de las experiencias humanas ha sido uno de los temas centrales de la psicología científica desde Wundt. Sin embargo, según el concepto de ciencia, la psicología es ante todo considerada un objeto de investigación científica, luego esta fue separada por el conductismo, por lo que muchos la llaman una revolución cognitiva, con el reconocimiento de los procesos internos y la posibilidad de la indagación científica de su estudio, uno de los primeros eventos más importantes en el surgimiento de la Terapia Cognitivo-Conductual fue la publicación del libro de Ellis (1962) titulado Razón y Emoción en Psicoterapia y a mediados de la década de 1970 se publicaron los libros de texto sobre Terapias Cognitivas Conductuales (Kendall y Hollon), el manual de tratamiento de Beck, Rush, Shaw y Emery (1979) aplicado a la Terapia Cognitiva a la Depresión. Los precursores de las Terapias Cognitivo-Conductuales radican en la Insatisfacción con el Psicoanálisis, las limitaciones del modelo Conductual, la extensión de la Psicología Clínica en la aplicación de estos métodos, el Tratamiento Psicológico de problemas cada vez más complejos y en filosofía. El establecimiento en el que se hace una consideración global de la persona en la que se considera al mismo nivel de conducta que los pensamientos y sentimientos.

Supuestos basados en la Terapia Cognitivo-Conductual. De acuerdo a Beck, Ingram y Scott (1990) indican que la Terapia Cognitivo Conductual se basa en siete supuestos:

- Los individuos responden a las representaciones cognitivas de los eventos ambientales más que a los eventos per se.
- El aprendizaje está mediado cognitivamente.
- La cognición media la disfunción emocional y conductual.
- Al menos algunas formas de cognición pueden ser monitorizadas.
- Al menos algunas formas de cognición pueden ser alteradas.

- Como un corolario de los números 3, 4 y 5, alterando la cognición podemos cambiar patrones disfuncionales emocionales y conductuales.
- Ambos métodos de cambio terapéutico, cognitivo y conductual, son deseables y deben ser integrados en la intervención (Iglesias et al, p.51)

3.2. Autores y teorías

- **Aaron Temkin Beck**

Beck presentó una nueva propuesta de psicoterapia, a la que denominó Terapia Cognitiva (TC) y que pronto ganaría gran popularidad por su eficacia en el tratamiento de la depresión y la ansiedad. Con ello llegarían nuevos desarrollos, como la terapia de esquemas (Jeffrey Young) y otras nuevas orientaciones integradoras, conductuales y sociales, se incorporaron a lo que hoy podría llamarse “Cognitivo-Conductual” en psicoterapia. Tanto TC como TREC, en sus propias escuelas establecidas, estas han superado algunos de los diseños originales. El enfoque cognitivo conductual cada año es más dominante entre las propuestas psicoterapéuticas y su eficacia en la práctica clínica se reconoce más en las investigaciones sobre diversos trastornos, como depresión, adicciones, ansiedad, angustia, agorafobia, fobia social y disfunciones sexuales, entre otros, al igual que sobre muchos problemas, como violencia, ira, inhibiciones, conflictos de pareja y otros. También es importante la integración de los enfoques sociales y terapéuticos del Instituto de Investigaciones Psiquiátricas (MRI), así como la investigación del proceso entre el paciente y el terapeuta propuesta por Jeremy Safran, entre otras contribuciones significativas.

- **Albert Ellis**

Albert Ellis nació el 27 de septiembre de 1913 en Pittsburg, California, su educación, vida adulta y posterior muerte en 2007 tuvieron lugar en Nueva York. Viene de una familia de tres hermanos (Janet y Paul), de los cuales Albert es el mayor; su padre estuvo ocupado durante su infancia, a menudo haciendo viajes en los que él y

Albert no eran cercanos, en 1955 Ellis comenzó a enseñar su técnica llamada "Terapia Racional", la cual fue la primera Terapia Cognitiva Conductual que se introdujo formalmente hasta 1957. Su teoría fue publicada en la Asociación Americana de Psicología bajo el título de "Psicoterapia Racional", esta fue criticada, principalmente porque la psicología era un modelo de comportamiento en ese tiempo. Mas tarde en 1993 Ellis renombró su propuesta como "Terapia Racional Emotiva Conductual" (TREC) para complementar y fortalecer su técnica.

Terapia Cognitivo Conductual

La Terapia Cognitivo Conductual (TCC) se fundamentó con base de un gran número de teorías principalmente de; Thorndike y el conexionismo, el conductismo de Watson, los desarrollos neoconductistas de Hull, Guthrie, Mowrer y Tolman, y el análisis experimental de la conducta de Skinner. (Ruiz et al, 2012, p.31)

La Terapia Cognitivo Conductual fue desarrollada por Aaron Beck inicialmente para poder tratar la depresión, esta se enfoca en cambiar los comportamientos y las actitudes inapropiadas, este enfoque requiere que el paciente practique nuevas habilidades entre sesiones haciendo tareas y practicando nuevas conductas, este modelo intenta explicar cómo se instauran las conductas desde la infancia hasta la adolescencia centrándose en la conducta humana ya sea adquirida o aprendida.

Esta Terapia contribuye al desarrollo y mantenimiento de una enfermedad específica, esto significa conocer los procesos cognitivos que median el comportamiento y así su finalidad es describir, predecir, explicar y orientar la conducta del sujeto es decir que enfatiza los procesos o estrategias que median el estímulo y respuesta, la intervención cognitivo conducta promueve al desarrollo de las habilidades necesarias para un afrontamiento óptimo.

Terapia Racional Emotiva Conductual

Albert Ellis es principalmente conocido como el autor de la Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC) la cual esta se basa en el supuesto de que las experiencias vividas no provocan una determinada reacción emocional, sino que son desencadenadas por el sistema de creencias de cada persona. Así los problemas individuales son el resultado del pensamiento, y aplicando su teoría sería posible combatir los pensamientos irracionales que son la fuente de los problemas. Estos pensamientos irracionales a los que se refiere Ellis son extremos y dañinos para las personas porque actúan como auto-sabotaje, produciendo un resultado emocional negativo para ellos mismos, trabajar con creencias racionales es bueno para la salud emocional porque se basa en momentos duraderos de preocupación sin llegar a conclusiones catastróficas. Se basa en el pensamiento racional, que apunta a la estabilidad de los pensamientos hacia el optimismo para lograr la salud mental.

La Teoría de la TREC se centra en resaltar la importancia de cuatro formas de pensamiento irracional (más que en enumerar pensamientos irracionales):

- Demandas o exigencias
- Catastrofismos
- Baja tolerancias a la frustración
- Depreciación o condena global de la valía humana

Ellis considera que las creencias anteriores se derivan de demandas o exigencias absolutistas de los debería o tendría. Wessler considera que en ocasiones las creencias anteriores pueden ser primarias, y en otras ocasiones ser consecuencia de los debería o tendría. Existe evidencia empírica a favor de la hipótesis de Ellis sobre el carácter primario de los pensamientos de demanda y exigencia y el carácter secundario de las evaluaciones catastrofistas, baja tolerancia a la frustración y depreciación.

3.3. Técnicas basadas en el modelo Cognitivo-Conductual

A continuación, se desglosan algunas técnicas de cada una de las tres olas que surgieron.

Técnicas de primera generación

Estas técnicas están fundamentadas experimentalmente con el conductismo o conocidas como técnicas conductistas.

➤ Moldeamiento

El moldeamiento se refiere a al reforzamiento de los pequeños pasos o aproximaciones que conducen hacia una conducta objetivo. Con esta técnica el paciente aprende comportamientos nuevos observando e imitando el comportamiento de otras personas el cual se denomina como modelo. (Villalobos et al, 2012, p.163)

➤ Modelamiento

Consiste en una variedad de técnicas basadas en un modelo que actúa como un estímulo cuya conducta induce al observador a imitarla, si la respuesta de imitación es recompensada puede incrementar su frecuencia a ser reproducida, el modelado cumple las funciones de aprender nuevas conductas, incita conductas como detonante, motivar y modificar la valencia emocional.

▪ Tipos de modelado

-Modelado in Vivo

-Modelado Simbólico

-Modelado encubierto

-Modelado pasivo

-Modelado Participante

-Auto modelado

-Modelado De auto instrucciones

(Villalobos et al, 2012, p.290)

➤ Desensibilización sistemática

La técnica esta dirigida a reducir la ansiedad y las conductas de evitación ante ciertos estímulos y consiste en inducir al paciente una respuesta de relajación mientras se le expone a una jerarquía de estímulos utilizando la imaginación. La desensibilización sistemática es mas eficaz para tratar fobias.

Técnicas de segunda generación

Estas son técnicas Cognitivas Conductuales ambientadas a los pensamientos, creencias, actitudes e ideas.

➤ Terapia racional emotiva conductual

La (TREC) tiene como objetivo el de manejar de forma correcta los pensamientos irracionales que hacen ver al sujeto la realidad de una manera negativa. Los pensamientos o emociones negativas pueden ser la ansiedad, la depresión, la ira y culpa. El terapeuta y el paciente trabajan con los patrones rígidos de pensamientos que puedan dificultar la vida del paciente, el psicólogo ayudara al paciente de modo que este pueda entender que estos pensamientos son irracionales y perjudiciales y estos pensamientos puedan ser cambiados. (Villalobos et al, 2012, p.323)

➤ Método socrático

Es un método el cual favorece a que el paciente pueda ir abriéndose y profundizando en su mente y reflexione acerca de lo que le esta sucediendo. Este es entablado por dos o más personas la cual una guía a la otra mediante de una serie de preguntas. El objetivo es que el paciente llegue a las respuestas que el necesita por sí mismo. en esto el terapeuta enlaza preguntas en función a las respuestas que vaya proporcionando el paciente de modo que el terapeuta responde con otra pregunta a la respuesta del paciente. (Gabalda, 2011, p.213)

➤ Resolución de problemas

La técnica en resolución de problemas se basa en la premisa de que las personas deben se capaces de solucionador los problemas que existen a nivel individuales en el

día a día de manera adecuada. Debe considerarse el papel de las emociones en la resolución de problemas sociales, porque las reacciones emocionales pueden tanto facilitar o dificultar la implementación de la resolución de problemas. Por lo tanto, conocer y manejar las reacciones emocionales es importante para la implementación efectiva y exitosa de la resolución de problemas.

Pasos para la resolución de problemas

- Orientación hacia el problema

Se debe entender que los problemas son cotidianos y que son parte de nuestra vida normal. Algunas personas encuentran soluciones más fácilmente que otras y otras personas encuentran soluciones satisfactorias a sus problemas y no sufren ni se sienten deprimidos por ellos porque saben cómo resolverlos. Lo primero que hay que reconocer es que los problemas existen y que no tiene sentido huir de ellos. Se debe pensar en los problemas (pequeños y muy grandes) que el paciente tiene ahora mismo.

- Definir el problema

Una vez que se reconoce la existencia de los problemas, tenemos que definir claramente cada uno de ellos. Se debe determinar quién, qué, dónde, cuándo, por qué y cómo de cada problema. Se debe utilizar sólo hechos, no opiniones o creencias.

- Generar soluciones alternativas

Una vez que tiene claramente definido el problema y las metas relacionadas con el mismo, se pasa a generar el mayor número posible de soluciones alternativas al problema. Ante ese problema, se debe dejar aclarada la solución habitual y generar tantas soluciones como le vengan a la mente.

- Toma de decisiones

Como en la fase anterior se ha elaborado un importante número de soluciones al problema planteado. De ellas se va a elegir una, aquella que resulte más adecuada, útil, mejor o eficaz para llevarla a cabo en la situación problemática actual.

- Puesta en practica

Después de haber decidido la mejor solución posible a ese problema esta se debe poner en práctica en la vida real para verificar si es la adecuada. Esto puede ponerse a prueba en escenarios simbólicos, imaginando que lo está llevando a cabo. (Bados, A, et al, 2014, p.4-7)

Técnicas de tercera generación

Conocidas como técnicas contextuales, estas se focalizan en la atención de la función psicológica por medio de la modificación de los contextos verbales.

- Entrenamiento en regulación emocional

La regulación de las emociones es esa capacidad de gestionar las emociones de las personas de una forma adecuada, esta consiste en aprender a mantener, mejorar o suprimir un estado afectivo para lograr el equilibrio emocional. Este es un proceso que afecta la aparición, intensidad, expresión y la vivencia de las emociones. Esto, a su vez, juega un papel clave en el desarrollo y regulación de la ansiedad y los trastornos del estado de ánimo. La regulación emocional a menudo entra en juego con la desregulación la cual esta se refiere a las reacciones emocionales “malas” que a menudo no caen dentro de los parámetros normales o socialmente aceptados.

Un método útil para encontrar el origen de nuestros pensamientos negativos es la técnica de la flecha descendente, esta técnica permite identificar creencias dañinas y así cambiarlas. Esta se hace en forma de una cadena de conclusiones que lleva al

paciente a encontrar las raíces de sus pensamientos. En otras palabras, comienza con una premisa inicial y se cuestiona hasta que uno comienza a repetirse.

El proceso debe ser el siguiente según se aplique a la problemática

1. Pensamiento negativo: No consigo trabajo.
2. Si esto es verdad, ¿qué significaría para mí? Que no voy a trabajar en todo el año.
3. Si esto es verdad, ¿qué significa para mí? Que nunca nadie me va a contratar.
4. Si esto es verdad, ¿qué significa para mí? Que no sirvo para ningún trabajo.
5. Si esto es verdad, ¿qué significa para mí? Que soy incompetente.

Como puede verse, a medida que respondemos a las preguntas y reflexionamos sobre ellas, el pensamiento central va emergiendo.

La repetición de este proceso generará una cadena de pensamientos negativos. Al repasarlos, podremos determinar las creencias contraproducentes que originan las emociones.

Una vez que las creencias fundamentales se hayan ubicado en la flecha descuente se podrá verificar su grado de verdad.

Lo siguiente es cambiar esta creencia.

- Realizar un análisis de los costes-beneficios que otorga el malestar.
- Revisar la creencia.
- Poner a prueba la creencia. Al realizar este tercer paso es donde se produce el verdadero cambio emocional. (Vera, 2010, p 37)

➤ Terapia de aceptación y compromiso

Esta se estructura en torno a dos conceptos, el primero el concepto de evitación experiencial, que en muchas ocasiones da cuenta del mantenimiento de los trastornos y por tanto del sufrimiento humano y el segundo los valores personales, entendidos estos como guías de actuación para caminar en la dirección de la realización personal.

Esta terapia es efectiva en un amplio rango de trastornos psicológicos y problemas relacionados con la salud mental, puede ser aplicada en contextos diferentes con una gran variedad de poblaciones.

Aplicación

-Aceptación

El objetivo principal de este primer paso es llegar a conocer al paciente como un todo. Pregunte acerca de la personalidad del individuo, sus talentos y habilidades, y cualquier problema o dificultad psicológica que pueda estar experimentando.

-Difusión cognitiva

La segunda fase del tratamiento es la más larga y consiste en la propia intervención psicológica. El terapeuta trata de identificar cómo piensa, se comporta y cómo genera sus emociones y sentimientos el paciente. A continuación, se brindaran una serie de técnicas psicológicas para que pueda identificar su propia forma de pensar y actuar, y se dará los conocimientos y herramientas para mejorar las áreas en las que más le cuesta al paciente desenvolverse. En esta etapa se aplican técnicas psicológicas para lograr metas y cambios previamente acordados.

-Experiencia presente y el Yo observador

Esta fase comienza cuando el sujeto ha logrado una mejoría significativa y ya no necesita terapia para realizar los cambios realizados hasta el momento en la consulta. La frecuencia de las sesiones es escalonada y el objetivo es mantener las mejoras y

prevenir recaídas. El terapeuta utilizará diversas estrategias en el proceso de tratamiento, cuyo objetivo es doblar y modificar los trastornos y los pensamientos automáticos resultantes de ellos. La TCC es una buena opción.

-Claridad de valores

Se trata de Facilitar al paciente las condiciones para que pueda clarificar sus metas en la vida así como ayudar también en las relaciones entre sentir-pensar-actuar, en este punto se le pide que especifique que razones o motivaciones dirigen sus acciones y que tome conciencia de hasta qué punto está generando o no un coste personal a largo plazo. Una buena estrategia para que esclarezca sus valores es pedir que escriba un elogio breve sobre sí mismo a modo de epitafio o forma en que según lo que le importa, le gustaría recordarlo.

-Acción comprometida

Implica definir metas en las áreas del camino definidas, con aceptación, a pesar de los obstáculos que puedan aparecer en esta, se pretende que el paciente se comprometa con el cambio de su conducta, no a través de instrucciones directas sino valorando las conclusiones y decisiones a las que llega al final de la terapia y está dispuesto a adoptar por sí mismo. (Villalobos et al, 2012, p.530-532)

Biblioterapia

Esta técnica consiste en hacer al paciente unas recomendaciones de material escrito que este relacionado con la problemática que este presentando, que se pueda familiarizar y comprender por su propia mano. Esta técnica tiene como objetivo generar conciencia y mejor conocimiento del tratamiento terapéutico que le está brindando ayuda como por el problema que le aflige. (Cuevas, et al,2016, p.107-108)

Cambiar el canal (de tu historia)

Cambiar de canal es una técnica que consta de una serie de practicas en las cuales consiste en ayudar al paciente a hacerse mas consiente de sus historias

pasadas, durante lo cual ayudara a que este se cuestione y explore a través de ellas nuevas formas en las que pudo haber cambiado su rumbo y las utilice de un nuevo modo, todo esto de manera de tratar con viejas historias que se vuelven a repetir y en su vida.

Practica 1 Cuenta la vieja historia y céntrate en algo alejado de ella

Durante siete días se deberá seguir la pista de viejas historias que vengan a la cabeza y anotar detalles de ese recuerdo en una hoja de papel o un bloc de notas, después de haber contado esa historia, se debe cambiar el canal para buscar una historia con una resolución diferente lo cual se complementa con las siguientes prácticas.

Practica 2 Busca historias alentadoras que ofrezcan seguridad y calma

En esta practica el sujeto debe pensar en una historia de su pasado en la que se haya sentido en calma, seguro, puede ser inclusive que no sea de mucha importancia, para recuerdo de historia, debe permitirse volver a sentir lo siento en su momento, volverse a sentir seguro, calmado, feliz. Inclusive volver si estuvo con otra persona que lo halla hecho sentir así, debe permitírsele, utilizando todos sus sentidos como el tacto, el oído, olfato. para sumergirse aún más en la historia y poder experimentarla aún mejor.

Practica 3 Recuerda historias de fortaleza, resiliencia y esperanza

Esta practica se debe recordar algunas historias en las que experimento momentos de fortaleza, resiliencia o esperanza, para poder reconocer una historia con este tipo de cualidades, se recomienda recordar una historia en la que se recuperó de una situación difícil, como un rompimiento, recuperación de un duelo, haber ayudado a un amigo en una situación difícil, haber cumplido una meta, como cumplir sus expectativas al hacer ejercicio o haber aprendido algo que se le dificultaba.

Practica 4 Halla libros, películas e historias que te gusten

En esta práctica se Deberá escribir algunas de sus historias favoritas ficticias, ya sean de libros, comics, películas, caricaturas o imaginarias que en algún punto de su vida pudo haber imaginado. También hay que escribir las cualidades de estos personajes favoritos y anotar ¿Qué hizo que te sintieras cerca de esos personajes? ¿Qué es lo que más admirabas en ellos? ¿Cómo reflejas esas mismas cualidades en tu propia historia?

Practica 5 Busca una historia neutra

Para esta práctica se debe recordar una historia vieja y simple, una historia que nos estimule de ninguna manera. Esta práctica tiene como objetivo encontrar una historia en la que no se siente ninguna emoción intensa que no sea positiva ni negativa. Después se debe observar que se siente al cambiar el canal de esta historia, se pueden escribir mas de una de este tipo de historias.

Practica 6 Lleva un diario de cómo te sentías al cambiar el canal de tu historia

Para la finalización de esto, al final de la semana, se debe hacer una recapitulación del canal de la historia, después preguntarse de todo el cambio de canal de la semana ¿se te hizo más fácil cambiar de canal? ¿Hubo un cambio en la frecuencia de la vieja historia a medida que pasaban los días? ¿Qué práctica o prácticas para cambiar de canal te funcionaron mejor? ¿Cómo podrías seguir utilizándolas? (Altman, 2014, p.120-122)

Liberarse de la trampa del mono

La técnica liberarse de la trampa del mono tiene como objetivo liberarse de una situación en la que el paciente está estancado, seguir apegado a eso que podría estar causándole un dolor y un sufrimiento indeseable.

Antes de comenzar se deberá realizar una serie de preguntas al paciente para que pueda explorar reflexiones mas profundas acerca de sus propias trampas y como se podrá librar de estas. Estas trampas poder ser un sistema de creencias en rígido con

sentimientos de inutilidad los cuales conducen al paciente a experimentar ansiedad. Estas trampas pueden ser estilos de pensamientos poco realistas, catastrofistas, perfeccionistas o personalizadas de manera inadecuada.

Historia y meditación: cómo liberarse de una trampa para monos

¿Sabías que los cazadores tienen un modo especial de capturar monos? Vacían una calabaza o usan un contenedor y colocan alimento dentro. La calabaza se fija en el suelo, y hay un agujero de un tamaño ajustado a la mano del mono para que esta pueda introducirse y agarrar el tentador bocado. Pero tiene truco... y consiste en que una vez el mono agarra la comida con el puño cerrado, su mano es demasiado grande para poder sacarla. El mono podría desatascarse soltando la comida y sacando la mano. Sin embargo, el férreo control del apego, la codicia y el deseo de esa comida mantienen la mano apretada. El mono está atrapado tan solo por su no querer soltar. Esta es una potente metáfora de nuestro propio «bloqueo», o de cualquier momento en el que estamos atrapados por una creencia mantenida de manera firme, una idea rígida o un deseo que nos deja paralizados en el lugar. Además de sentirnos atascados, es probable que experimentemos sentimientos de impotencia y desesperanza. Afortunadamente, podemos aprender aquello que un mono apresado en una trampa no sabe: el secreto para liberarse de casi cualquier ansiedad que produce una trampa o un sistema de creencias inflexible es aprender a soltar.

Meditación para liberarse de la trampa del mono Instrucciones: Antes de leer la meditación, comienza respondiendo las preguntas siguientes para que te ayuden a descubrir las trampas para monos de tu propia vida.

Preguntas premeditación: Todo el mundo tiene algún tipo de trampa para monos en su vida. El truco es hacerse consciente primero de la trampa (lo cual el mono no podría hacer) para poder liberarse. ¿Cuáles son las trampas que te provocan ansiedad o tensión? Recuerda que cualquier idea o creencia fuerte –como la necesidad de obtener todo sobresalientes en la escuela o de ser siempre el primero en cualquier cosa que uno haga o el temor a estropearlo todo y no agradar– puede crear ansiedad. Y, sin

embargo, encuentras difícil dejar de creer que tienes que lograr algo o actuar de un cierto modo, aunque te provoque un inmenso dolor. Después escribe a continuación tus trampas, aunque todavía creas que son necesarias para ti. (Altman, 2014, p.96-97)

3.4 Área de la psicología: Social

La psicología social es una disciplina científica que busca entender la naturaleza y las causas del comportamiento y del pensamiento individuales en situaciones sociales. (Baron, 2005, p.5)

Esta disciplina se ocupa de una amplia gama de temas, que incluyen actitudes, percepción social, influencia social, los procesos de toma de decisiones, conformidad, obediencia, estereotipos, prejuicios, relaciones interpersonales y dinámica de grupos. La psicología social utiliza una combinación de métodos de investigación, como experimentos de laboratorio, estudios de campo y observaciones, para examinar cómo los factores sociales influyen en el comportamiento y los procesos mentales de las personas.

Uno de los aspectos clave de la psicología social es la forma en que los individuos construyen su identidad social, es decir, cómo se ven a sí mismos en relación con los demás y cómo se identifican con diferentes grupos sociales. Esto incluye la exploración de conceptos como el autoconcepto, la autoestima y la identidad grupal

Así pues, estos aspectos pueden tener aplicaciones prácticas en diversas áreas, como la publicidad, el liderazgo, la resolución de conflictos, la promoción de la salud, el desarrollo comunitario y muchas otras áreas en las que el comportamiento humano y las interacciones sociales son relevantes.

Morales, 2007. destaca la importancia de las relaciones interpersonales en la vida social, estas relaciones, que incluyen amistades, relaciones de pareja, relaciones entre padres e hijos y compañeros, son esenciales para la supervivencia humana tanto a nivel biológico como psicológico. Menciona que las relaciones íntimas satisfactorias son consideradas lo mejor de la vida. (Morales, 2007, p.334)

Dentro de la Psicología Social comprende la necesidad de pertenencia o integración como una motivación básica en los seres humanos. Esta necesidad impulsa a las personas a formar y mantener relaciones interpersonales duraderas, positivas y significativas. Lo cual destaca que la falta de pertenencia puede causar trastornos graves, ya que gran parte del comportamiento, las cogniciones y las emociones humanas están relacionadas con esta motivación.

Las relaciones familiares juegan un papel crucial debido a su función de asociación con otros humanos, garantizando la supervivencia y brindando beneficios como la comparación social, la reducción de la ansiedad y la búsqueda de nueva información.

Así como también sucederá la comparación social se presenta como un motivo para buscar la afiliación con otras personas en situaciones nuevas o ambiguas, la Psicología Social también resalta la importancia vital de las relaciones interpersonales en la vida de las personas, tanto a nivel biológico como psicológico. Estas relaciones satisfactorias son consideradas lo mejor de la vida y la falta de pertenencia puede tener consecuencias negativas.

También hay que mencionar la importancia creciente del aspecto cognitivo en la psicología social, la forma en que las personas actúan en situaciones sociales está influenciada en gran medida por los pensamientos relacionados con esas situaciones. Por lo tanto, comprender el pensamiento social se considera una clave poderosa para comprender los complejos patrones de las relaciones sociales.

Además, también hay que destacar que los psicólogos sociales aplican conocimientos sobre memoria, razonamiento y toma de decisiones al estudio del pensamiento y comportamiento social. Por ejemplo, se investiga si los prejuicios se originan en nuestra tendencia a recordar información consistente con los estereotipos de grupos o en el procesamiento diferencial de información relacionada con el propio grupo y otros grupos sociales, desarrollando un interés en cómo procesamos la información social, ya sea de manera rápida y descuidada para ahorrar esfuerzo o de manera más cuidadosa y dedicada. (Baron, 2005, p.15)

Desde la perspectiva cognitiva junto con la Psicología Social ha contribuido significativamente a la comprensión del comportamiento social en diversos aspectos. Y su importancia sigue creciendo en el siglo XXI en el campo de la psicología social.

CONCLUSIONES

Esta investigación tuvo como objetivo analizar el fenómeno creciente que hay acerca de los Sugar y la relación que establecen con los Babies, esto para conocer más de cerca el tema, ya que se ha popularizado considerablemente en los últimos años.

Podemos tomar en cuenta que este fenómeno de los Sugars es una relación que se establece bajo diferentes circunstancias que tienen sus orígenes desde el núcleo familiar pero también se ha de considerar que estas relaciones también tiene su origen como una manera de obtener ingresos monetarios, se ha podido demostrar que desde el núcleo familiar desembocan distintos factores por los cuales pasar por la niñez y una parte de la adolescencia se adquieren y desarrollan las actitudes, los apegos y los complejos siendo estos un factores que juegan un papel clave para buscar lo que en su familia no han podido encontrar o nunca les fue brindado. Aunque hay que tomar en cuenta que no todas las personas van a desarrollar ciertos tipos de apego o bajo las circunstancias en la que fueron criados mostraran la predilección por alguno de sus progenitores.

También hay que mencionar las actitudes un tema algo difícil de poder abordar ya que estas tienen una basta raíz de origen, desarrollándose gracias a la interacción con el entorno, algunas siendo modeladas e inclusive heredadas. Además, existiendo una manera de reforzar las actitudes socialmente de tal manera que los hijos se comparen con sus padres gracias a sus actitudes parecidas, haciendo que refuercen las actitudes similares, así no permitiendo una autonomía para desarrollar unas actitudes propias que puedan definirlo como sujeto.

Por otro lado, también se puede llegar a la conclusión que un gran facilitador del establecimiento de este tipo de relaciones han sido las aplicaciones vía internet, aplicaciones que gracias a sus reglamentos establecen a que sector de la población van dirigidos, desde la edad, el género y su situación socioeconómica, siendo algunas de ellas aplicaciones por decirlo de una manera Deluxe solo para Sugar Daddies con

dinero. Siendo este tipo un facilitador para cumplir lo que se espera de un tipo de relación basada en la remuneración a cambio de compañía y afecto.

Por lo que se pudo observar durante esta presente investigación, es que con este tipo de aplicaciones algunas son bastante estrictas de acuerdo a la actividad de su usuario llegando bloquear la cuenta por estar unos cuantos días de inactividad, pero el hecho de que estas aplicaciones estén explícitamente hechas para citas no están exentos de sufrir otras actividades ilegales como la estafa, que gracias a algunos comentarios se ha podido saber que hay personas que se hacen pasar por Babies establecer una relación y pedir dinero con falsas promesas de verse en persona física algo no ocurre. Estas aplicaciones pueden si llegar a beneficiar una porción de la población interesados en este tipo relaciones sin embargo sufren la posibilidad de perjudicados financieramente, especialmente los Daddies, que caen en este tipo de estafas. (Competition bureau Canadá, 2017)

Además, un asunto de suma importancia dentro de las familias es el motivar a sus miembros a asistir a profesionales de la salud mental y no caer en el estigma en el que los Psicoterapeutas es para “personas locas”, normalizar en sus hijos que llevar una buena salud mental o atender ciertas aflicciones emocionales que no quieren compartir con sus familiares es un buen punto de partida pedir ayuda a un profesional que le brindara su apoyo en esos momentos de vulnerabilidad.

Ahora también una manera para poder tratar estos factores aversivos que puedan afectar a la persona y este en este tipo de relación en algunos casos una relación pedófila, es el modelo Cognitivo Conductual con en el cual gracias a él, los pacientes en tratamiento psicoterapéutico podrán hacer uso de una gran variedad de técnicas brindadas por su terapeuta el cual durante este proceso serán capaces de

poder lidiar, o disminuir estos factores que la están llevando tener una relación insana o en algunos casos tener un crecimiento apresurado para su desarrollo natural.

Algo que también está bien mencionar es incentivar a otros investigadores, a ampliar los recursos a cerca de este fenómeno de Sugars un fenómeno moderno, que es poco investigado y puede pasar a desapercibido, también ampliar la investigación entre los tipos de crianza y su relación con el desarrollo de la dependencia de los dispositivos digitales por parte los hijos, de lo cual desemboca en que caigan en el problema para la socialización, dificultades académicas, grooming, sexualización y se conviertan en una población vulnerable. Y buscar nuevas maneras para tratar a los pacientes que quieran cambiar sus actitudes aversivas o les estén provocando un mal clínicamente significativo.

REFERENCIAS

- Ainsworth, M (1978) Patterns of attachment a study of the strange situation. USA. Erlbaum.
- Ardila, R. "s.f" Los orígenes del conductismo, Watson y el manifiesto conductista de 1913 Revista Latinoamericana de Psicología, vol. 45. Colombia, Fundación Universitaria Konrad Lorenz.
- Bados, A. (2014) Resolución de problemas. España, Universidad de Barcelona.
- Becoña, E. y Oblitas, L. (2017). Terapia Cognitivo Conductual. Antecedentes y características. Instituto Salamanca
- Bowlby, J. (1986). Vínculos afectivos: formación, desarrollo y pérdida. España. Morata
- Bowlby, J. (2009) Una base segura: Aplicaciones clínicas de una teoría del apego. Argentina, Paidós.
- Baron ,R. y Byrne, D. (2005) Psicología Social 10º Edición. España, Pearson Educación, S.A.
- Castanedo, C. (2008). Seis enfoques psicoterapéuticos 2da edición. México. Manual moderno.
- Competition Bureau Canadá. (2017) The Little Black Book of Scams. Canada. Minister of Industry.
- Craig, G. y Baucum, D. (2009) Desarrollo Psicológico 9º Edición. México, Pearson Educación, S.A.
- Dasi, M. Altares, S. (2008) Psicología del desarrollo. Volumen 1: Desde el nacimiento a la primera infancia. España, mcGRAW-HILL/INTERAMERICANA DE ESPAÑA. S.A.U.
- Ellis, B. (2000) Usted puede ser feliz, terapia racional emotiva conductual para superar la ansiedad y la depresión. España, Paidós ibérica.
- Escobedo, P. (2008). Psicología Clínica. México. Manual moderno.
- Fonagy, P. Target, M (1995) Playing with reality I. Theory of mind and the normal development of psychic reality. Psychoanal.
- González, N (2019) Matrimonios forzados en comunidades indígenas mexicanas: ¿tradicción cultural o violencia de género? México, Universidad Carlos III de Madrid.

Jiménez, N. (2022) Cuerpos comprados y cuerpos seducidos con azúcar: un análisis sobre los intercambios sexuales entre Sugar Babies y Sugar Daddies/Mommies en México. México, Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad.

Kassin, S. Fein, S. Hazel, M. (2015) Psicología Social. México, Cengage Learning, S.A. de C.V.

Mendoza, J. (2007) El conductismo en la historia de la psicología. México, Asociación oaxaqueña de psicología A.C.

Madriz, K "s.f" Los complejos de Edipo y Electra, estrenado en hablemos de niños, edición, no 131. Inner Balance.

Martin, M. (2017) Amor griego: un estudio de la pederastia como rito iniciático en la antigua Grecia. España, Facultad de filosofía y letras, universidad zaragoza.

Myers, D. (2003) Psicología Social. México, McGraw-Hill

Olvera, M. (2006) Desarrollo de los adolescentes III identidad y relaciones sociales. México

Organización Mundial de la Salud, (2022)

Pastor. E. (2016) Expresando el amor: La afectividad en el mundo griego antiguo. España, Universidad Autónoma de Madrid.

Panksepp, J. (1998) Affective Neuroscience: The Foundations of Human and Animal Emotions. UK. Oxford University Press.

Papalia, D. Olds, S. Feldman, R. (2001) Psicología del desarrollo/octava edición. Bogotá. McGraw-Hill

Persano, H. (2018) La Teoría del Apego. Argentina, Akadia Editorial.

Plasin, J. Goicochea, A. (2013) Relaciones Afectivas y Sexualidad en la Adolescencia. España, Liga española de la educación.

Retana, A. (2019) La dinámica de las relaciones interpersonales actuales entre adolescentes desde una perspectiva goffmaniana. México, DGENAM.

Rojas, G. (2006) Apego, emoción y regulación emocional. Implicaciones para la salud. Colombia, Revista Latinoamericana de Psicología, Vol 38.

Ruiz, M. Diaz, M. Villalobos, A. et al. (2012) Manual de técnicas de intervención cognitivo conductuales. España. Desclée De Brouwer.

Sandí, M. (2019) Intervenciones Psicoterapéuticas Basadas en la Teoría del Apego. Hospital Nacional psiquiatrico.

Sánchez, F. (2016) Necesidades en la Adolescencia. España, Revista de formación continuada de la sociedad española de medicina de la adolescencia, volumen IV.

Tanner, J. (1978) Foetus into man: Physical growth from conception to maturity. USA. Harvard University Press.

Vera, M. (2010) Aplicación de la Terapia Cognitivo Conductual en una madre soltera con depresión. Ecuador, Universidad del Azuay.

Wallin, D. (2012) El apego en Psicoterapia. USA, Desclée de Brouwer, S.A.