



UNAM IZTACALA

Universidad Nacional Autónoma de México

Facultad de Estudios Superiores Iztacala

CELOS EN PAREJA

T E S I S E M P Í R I C A
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A (N)
JORGE OSVALDO NAVARRO ROMERO

Directora: Lic. **Adriana Guadalupe Reyes Luna**
Dictaminadores: Dra. **Laura Evelia Torres Velazquez**
 Lic. **Adriana Garrido Garduño**



Los Reyes Iztacala, Edo. de México

2009



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.

Antes que nada quiero agradecer a Dios, a quien dedico este proyecto y toda mi carrera universitaria, por ser quien ha estado a mi lado en todo momento dándome las fuerzas necesarias para continuar luchando día tras día y seguir adelante rompiendo todas las barreras que se me presenten.

Agradezco a mis padres, María Isabel Romero Montenegro por el apoyo brindado, discúlpame si en algún momento te falle, pero sobre todo discúlpame por las diferencias, y esto es una muestra de lo que puedo lograr, porque aun me falta camino por recorrer y a Gerardo Navarro Morales, por creer en mí, por ese apoyo incondicional, porque a pesar de todo, estas allí para cuando más te necesito, gracias por los consejos que siempre me diste y espero me sigas dando, y gracias por preocuparte del desarrollo de esta Tesis.

Agradezco a mi hermana María del Pilar Navarro Romero, por su cariño, amistad y consejos, por siempre estar conmigo en las buenas y las malas; por todo su apoyo y cuidados. El mejor ejemplo para mí, es su persistencia en todo lo que hace, la admiro porque no importa el obstáculo que se le presente, siempre sale adelante, GRACIAS MORRA.

Agradezco a mi hermano Gerardo Navarro Romero, por su cariño, su preocupación, su apoyo, sus comentarios, sugerencias y opiniones. Además de ser un buen amigo, lo admiro porque nunca se da por vencido, por su inteligencia y su nobleza, GRACIAS GERA.

A todos ustedes agradezco por darme la estabilidad emocional, económica y sentimental; para poder llegar hasta este logro, que definitivamente no hubiese podido ser realidad sin ustedes. GRACIAS por darme la posibilidad de que de mi boca salga la palabra... FAMILIA.

No puedo dejar de nombrar a la mujer que llegó a alegrarme y que ha sido mi pilar en esta última etapa. Gracias Perla, por ser mi compañera, mi amiga, mi confidente... gracias por tu amor, tu apoyo constante, por tus consejos que siempre tienes en los momentos mas difíciles (eso es algo que haces muy bien), por tu comprensión, por escucharme, por ser parte de mi vida. Gracias mi querida huesos por estar conmigo... Tú abriste nuevamente mi alma y dejaste salir lo mejor de mí.

*A todos mis amigos de la carrera, con quienes compartí tantas aventuras, experiencias, desveladas, y triunfos en el voly (aunque hayan sido pocos) gracias a cada uno por hacer que mi estancia en la FESI fuera de lo mejor en mi vida: **Oswaldo Ruiz Torres:** mi hermano postizo que siempre ha estado cuando se le necesita, siendo mi cable a tierra, mi confidente y el mejor amigo que alguien jamás podría tener. Gracias por estar siempre y hacer que cada momento sea muy ameno, **Alfredo Pantoja:** un amigo por siempre, un amigo que ha vivido conmigo todas esas aventuras durante nuestra estadía en la universidad, **Carolina Vázquez:** gran amiga quien me acompañó en toda la carrera universitaria, compartiendo grandes momentos y recuerdos, **Ponchito:** que si bien no fue parte del grupo desde un inicio, fue un pilar importante en los ánimos y desarrollo de mi carrera, gracias por tu amistad y confianza. **Valeria Ordaz:** Gracias por ser mi amiguita, y brindarme un apoyo incondicional, **Marijo:** por dos años de una gran amistad, de apoyo incondicional. **Edgar Ramírez Estrello:** gracias por tu amistad, tus conocimientos, y seriedad para hacer las cosas, **Claudia Herrera:** gracias por permitirme conocerte y brindarme una amistad en toda la carrera. Y todos aquellos a quien no menciono por lo extensa que sería la lista."*

Agradezco a las profesoras Adriana Guadalupe Reyes, Adriana Garrido y Laura Evelia Torres, por sus conocimientos, disposición, apoyo, amistad y ayuda brindadas, las admiro por ser grandes mujeres en lo profesional y personal. GRACIAS.

Y por ultimo agradezco a la FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA, porque dentro de sus aulas me permitió adquirir conocimientos teóricos, pero fuera de ellas, me dio conocimientos prácticos para la vida. Y con orgullo puedo decir que formo parte de la máxima casa de estudios la gloriosa Universidad Nacional Autónoma de México.

CONTENIDO

Introducción	1
CAPÍTULO 1. LA PAREJA, EL AMOR Y EL GÉNERO	4
1.1 La Pareja	4
1.2 El amor	11
1.2.1 El amor, el enamoramiento y sus tipos	17
1.2.2 Una explicación científica del amor	21
1.3 Roles de Género	24
CAPÍTULO 2. VIVIENDO CON LA EMOCIÓN Y LOS CELOS	30
2.1 Emociones	30
2.2 Celos	35
2.3 Los celos en hombres y mujeres	43
2.4 Tipos de celos	44
2.4.1 Celotipia	45
2.4.2 Celos Patológicos	46
2.4.3 Celos Irracionales	47
2.4.4 Celos Fraternos	49
2.4.5 Celos Proyectados	49
2.4.6 Celos Delirantes	49
2.4.7 Celos Normales	50
2.4.8 Celos Sostenidos	50
2.4.9 Celos Buenos	50
2.4.10 Celos Malos	51
2.4.11 Celos Morbosos	52
2.4.12 Celos Deliroides	52
2.4.13 Celos Intensos	52
2.4.14 Celos Rencorosos	53
2.4.15 Celos Retrospectivos	53
2.4.16 Celos Infantiles	53

2.4.17 Celos Reactivos	53
2.4.18 Celos Preventivos	54
CAPÍTULO 3. LOS CELOS Y SUS CONSECUENCIAS	55
3.1 El Homicidio por celos	61
3.2 La infidelidad un elemento esencial para los celos	61
3.3 Consecuencias de los celos	63
3.3.1 Baja autoestima	64
3.3.2 Cognición o pensamientos	64
3.3.3 Agresividad Verbal y física	65
CAPÍTULO 4. INVESTIGACIÓN	67
4.1 Método	69
4.1.1 Sujetos	69
4.1.2 Escenario	69
4.1.3 Materiales	69
4.1.4 Instrumento	69
4.1.5 Procedimiento	69
4.2 Resultados	70
4.3 Discusión y Conclusiones	84
Referencias	88
Anexos	94

RESUMEN

Pocos son los comportamientos humanos que han dado lugar a tantas discusiones, rituales, promulgación de leyes y proliferación de rumores como aquéllos relacionados con el amor, la elección de pareja, su consolidación, mantenimiento, rupturas, disoluciones y celos. A menudo escuchamos frases en canciones como ...“Si otros brazos te dan aquel calor que te di, sería tan grande mi celo, que en el mismo cielo me vuelvo a morir”, “Estos celos me hacen daño me enloquecen, jamás aprenderé a vivir sin ti”, “Me muero de pensar que no voy a ser yo a quien vas amar”... y así podríamos mencionar y mencionar frases comunes que escuchamos en canciones, vemos en telenovelas, leemos en revistas, incluso en la literatura, como en Otelo (el celoso más famoso de la historia), quien al no soportar la idea de que su esposa le fuera infiel la asesina en un arranque de celos. *Los celos son sentimientos que expresan el temor a la pérdida de la pareja o el desagrado frente a una experiencia real o imaginaria, referida a la experiencia emocional que su pareja ha tenido o tenga con una tercera persona, tales experiencias evocan facetas diferentes de estos, como enojo, rabia, humillación, ansiedad, tristeza, depresión.* Pero en realidad ¿que son los celos?, ¿porqué existen?, ¿para que sirven?, ¿porqué los sentimos?, ¿que tiene que ver la infidelidad con ellos?, ¿porqué son tan importantes como para ser objeto de estudio?, y ¿como funcionan en la sociedad mexicana?. Por lo que en el presente trabajo se planteo como objetivo, identificar quienes son más celosos según el género, la edad, el nivel educativo y la religión. Se utilizó un cuestionario sobre celos, tomando en cuenta pensamientos, conductas y reacciones físicas y emocionales. Los resultados muestran que no existe una diferencia significativa en cuanto al grado de celos manifestados por hombres y mujeres, sin embargo se identificó que los hombres son más celosos ante una situación sexual y las mujeres ante una situación emocional. También se encontró que si existe una diferencia (aunque no significativa) en manifestar sus celos en situaciones específicas de pensamiento cómo imaginar cosas uno del otro, conductas de revisar sus pertenencias y reacciones físicas, como mostrar afecto al sexo

opuesto con abrazos, besos, caricias y emocionales, interés al hablar de alguien más. Además se encontró que los hombres son más celosos ante situaciones de infidelidad sexual, debido al grado de pensamientos celosos que mantienen, mientras que las mujeres, son más celosas en cuanto a infidelidades de carácter emocional. En conclusión podemos ver que aunque no se presentaron diferencias significativas en hombres y mujeres, si existen diferencias en cuanto a su forma de manifestarlos o manifestarse, probablemente esto se deba a su propia construcción de género y su formación tanto escolar como familiar que marcan las pautas o situaciones ante las cuales deben responder y como hacerlo según sean hombres o mujeres.

INTRODUCCION

Todo trabajo de investigación comienza con una inquietud que va tomando cuerpo. De cierto modo algo que sucede en nuestro entorno nos llama la atención o despierta algunas dudas que van directamente a orientarse hacia algún tipo de hipótesis de trabajo. En este caso, la motivación surge a partir de una afirmación escuchada en un grupo de amigos: *¡Si tú no tienes celos es porque no amas!* esta afirmación dicha tan concretamente y afirmada por los demás a través de sus palabras y sus silencios fue la primera chispa que encendió esta inquietud. Lo primero que pensé, cuando todo esto se fue tornando hacia una investigación, es que era difícil de asegurar una respuesta única sobre el alcance real de los celos; la simplificación es obvia frente a ello, pues estos son antes que nada una emoción relacionada con un sentimiento. La asociación de los celos al sentimiento pone de manifiesto lo difícil de conceptualizarlos. Puesto que, no existe algo más claro y al mismo tiempo difícil de definir que un sentimiento, una emoción o una pasión.

“Celos en Pareja” fue un proyecto que inicio en el 2008, cuyo objetivo general fue: Identificar quienes son más celosos si hombres o mujeres, según el género, el nivel educativo, la edad y la religión. Del cual se derivaron como objetivos específicos:

- Identificar y describir factores que intervienen en la manifestación de celos en hombres y mujeres así como su intensidad en función y frecuencia de su género.
- Detectar sí el género, el nivel educativo, la edad y la religión, son factores para poder manifestar celos.

Esto es debido a que todos alguna vez hemos sentido celos ya sea por nuestra pareja u otra causa, y son completamente normales, ya que los celos surgen de una relación con otra persona que consideramos especial. Surgen ante una

sensación de amenaza, por creer que un aspecto de la pareja es compartido con una tercera persona, que en algún momento pueda privilegiarse de un sentimiento de amor (García, Gómez y Canto, 2001).

En ocasiones los celos por la pareja, le puede hacer sentir halagado(a) y querido(a), sin embargo, cuando se traspasa este punto y se llega al hostigamiento, las riñas y el daño a la pareja es cuando se dice que ya hay un problema, ya que en este punto los celos no demuestran cariño sino todo lo contrario.

Sin embargo para Nazare y Romariz (2007) existen cuatro tipos de comportamientos celosos: *Celos manifiestos*: es cuando tu pareja desconfía de tu fidelidad, *Celos ocultos*: es cuando tú eres la celosa(o) y tienes ciertas actitudes hostiles, *Celos exagerados*: es cuando no ha habido ninguna infidelidad, la pareja no se ha acercado emocionalmente a otra persona, es decir, no hay un motivo aparente, *Celos Extremos*: es cuando ya se llega a perseguir o incluso a vigilar a la pareja.

Las personas con quien se trabajó fueron escogidas al azar, entre una edad de quince a cuarenta años, el rango de edades es debido a la madurez que se alcanza en las relaciones de pareja entre estas edades, y se ocupó el mismo cuestionario para ambos sexos.

La relevancia de la presente propuesta consistió en la contribución que se hace a la psicología acerca de los celos, sus características y consecuencias, que permita diferenciar en base a género y otros factores que propician su manifestación o una mayor tendencia a vivir y experimentar celos en su relación de pareja. Cabe mencionar que la manifestación de celos en las relaciones interpersonales son fuente importante de sufrimiento, violencia, enojo, frustración, etc., en si propicia una serie de sentimientos, emociones y comportamientos desagradables en el celoso y en el celado, originando en muchos casos problemas de depresión, desvaloración personal, pérdida de confianza en si mismo, entre otras.

Para lo cual en este trabajo se desarrollo en el primer capítulo la importancia que tienen las relaciones de pareja, lo que surge de la misma (el amor) y el desarrollo de los roles de género. En el segundo capítulo se describen las emociones, como dentro de las mismas surgen los celos y el desarrollo de estos. Así mismo se considero importante revisar en el capítulo tres las consecuencias que traen consigo cualquier tipo de celos.

Finalmente en el cuarto capítulo se presenta la investigación realizada con 120 sujetos (60 hombres y 60 mujeres) así como los resultados y conclusiones a las que se llegaron después del análisis de los datos.

Concluyendo que no existe una diferencia estadísticamente significativa, en la manifestación de celos entre hombres y mujeres, pero si influyendo la religión, el nivel educativo, la edad y el estado civil, para manifestar celos en situaciones específicas.

CAPÍTULO 1. LA PAREJA, EL AMOR Y EL GÉNERO

El éxito en la vida de pareja depende en gran medida de una buena elección. Hay que tener en cuenta que la atracción es importante pero también tiene que haber afinidades de carácter. La idea de pareja que cada uno tiene es diferente. Esta idea depende de varios factores; como los padres, los valores, los prejuicios, la cultura, los intereses, etc. lo que llamamos o que consideramos como amor juega un papel importante cuando existe una relación de pareja, ya que en base a este reaccionamos, actuamos, decimos, decidimos, infinidad de cosas, con el fin de mantener un equilibrio dentro de la pareja, esto pasa sin importar el género, la edad, la religión, el nivel económico, el nivel de estudios, etc.

1.1 La pareja

La revisión de la literatura científica relacionada con parejas y matrimonios, da cuenta de investigaciones donde se reportan datos sobre el tiempo de duración de las uniones, de noviazgo y/o de matrimonio, datos sociodemográficos de los miembros de la pareja, sobre los determinantes de la interacción y de la satisfacción marital, así como información sobre los factores afines al fracaso matrimonial, violencia doméstica, el divorcio, las relaciones extra-conyugales, la reconstitución familiar y los abordajes terapéuticos de los problemas conyugales.

Sorprendentemente, el interés por entender a las parejas que se llevan bien o que se sienten felices con la unión que han formado, es menor, por lo que hay poca literatura al respecto (Eugenia, Restrepo y Rafael, 2007).

En las circunstancias premodernas, había poco espacio para las preferencias, sentimientos o motivos personales. La elección de pareja se decidía más bien por razones económicas, religiosas o ambas. Con la formación de la familia burguesa se va produciendo un aumento sentimental del ámbito intrafamiliar. A medida que tienen menos significados los vínculos tradicionales, son más importantes para el individuo, las personas más próximas.

Las últimas décadas del siglo XX muestran un mundo que ofrece muchas decisiones y elecciones posibles, así como un aumento del potencial de los conflictos de pareja, los cambios referidos a los roles de la mujer, las denominadas biografías femeninas, conllevan también nuevos riesgos y dificultades para las relaciones románticas entre hombres y mujeres (Martina, 2003).

Hoy día, en los inicios del siglo XXI la pareja se dibuja con características que marcan distinciones. Se habla de la pareja que reconoce su encuentro con el otro como una elección y que trasciende los aspectos prácticos del encuentro, no para evadir la soledad, ni para fundirse con la identidad del otro, si no para que el ser humano pueda conectarse con aquello que él es (Eugenia, Restrepo y Rafael, 2007). Es decir, las relaciones, se manejan como un complemento para uno mismo, donde el otro cuenta con características similares pudiendo ser gustos, creencias, adicciones, etc., estas solo se comparten, no se funden para hacer una sola persona.

Ya que según Martina (2003), los criterios que sirven de guía para conformar una pareja son tema central de la disciplina psicológica en especial en el campo de estudio de las relaciones interpersonales. Para algunos autores, la filiación es el fenómeno básico sobre el que descansan varios procesos entendido como la tendencia humana que lleva a buscar la compañía de otras personas y que tiene como función primordial garantizar la supervivencia tanto del individuo como de la especie.

La emergencia de relaciones íntimas y románticas a lo largo de la vida coinciden con el desarrollo de la identidad y la independencia de vínculos con las figuras parentales, hechos que originan presiones sociales fuertes y provocan la revisión de los patrones existentes en las interacciones sociales, durante la adolescencia decrece el tiempo que se dedica a las relaciones con padres amigos y hermanos, y aumenta el que se destina a personas del otro sexo (Gottman y Silver, 2006).

En las relaciones de interdependencia se alejan de la familia y se establecen con más frecuencia con pares. Los efectos de los vínculos románticos son más relativos que absolutos: las personas con relaciones románticas mantienen sus vínculos con familiares y amigos aunque sacrifican parte del tiempo que acostumbraban a dedicarles. Las relaciones románticas presentan un tipo nuevo de vínculos horizontales y voluntarios. Algunos autores sostienen que la pareja puede convertirse en una figura importante para el funcionamiento de los sistemas de apego y sexualidad (Tordjiman, 1989).

Eguiluz (2006), señala que es necesario diferenciar entre vínculos románticos y deseos sexuales así como tener presente que la orientación sexual no es el único factor determinante de la consolidación de vínculos o la reflexión sobre criterios de elección de pareja. A pesar de que el deseo sexual y el amor romántico pueden experimentarse como indiferenciados, están gobernados por sistemas psicosociales diferentes. La meta que orienta la satisfacción del deseo sexual se relaciona con la conformación de parejas y la reproducción, en tanto que los vínculos románticos están asociados con el sistema de apego y el lograr que las relaciones interpersonales que brindan seguridad y apoyo se mantengan en el tiempo. Los sujetos pueden tener experiencias románticas ante la ausencia del deseo sexual y sentir sentimientos afectivos muy intensos con personas hacia quien no están sexualmente orientados, experiencias que tiene una mayor probabilidad de ocurrencia en situaciones donde existe la posibilidad de mantener relaciones próximas frecuentes y contactos físicos con cierta permanencia. El proceso psicobiológico a través del cual, amor y deseo sexual se interrelacionan no es unidireccional: los deseos sexuales facilitan la consolidación de lazos emocionales fuertes de la misma manera que este tipo de lazos intensos generan el surgimiento del deseo sexual.

Para Martina (2003) las principales explicaciones teóricas sobre la conformación de vínculos de pareja desde una perspectiva psicosocial pueden resumirse en siete puntos:

1. Las personas buscan lograr cierta coherencia entre comportamientos, intentan tener las mismas ideas y concepciones de su pareja. Ante situaciones de desequilibrio se modifican las creencias.
2. Las personas se sienten atraídas hacia quienes aparecen asociados a experiencias personales vividas como positivas y rechazan a quienes se le relacionen con las negativas.
3. Una persona resultará atractiva si se cree que las recompensas que se derivan de esa relación son mayores que los costos o pérdidas que podría ocasionar.
4. Las personas más cercanas físicamente son también, las más accesibles. Los sentimientos de ansiedad ante lo desconocido decrecen, la proximidad incrementa la familiaridad y esta a su vez incrementa la atracción.
5. Cuando nos relacionamos con personas de físico atractivo nuestra imagen pública sale favorecida, es importante el peso que los valores culturales asignan en determinados momentos históricos.
6. La lealtad, la comprensión, la capacidad para captar los sentimientos de los demás, la sinceridad, la alegría. Atributos relacionados con el poder, el prestigio o la posición social de la persona con quien nos vinculamos son altamente importantes para clasificarla como atractiva.
7. La presencia de fuertes sentimientos de atracción hacia la persona deseada y la ansiedad y el malestar de su ausencia provocan y constituyen la base del amor romántico o enamoramiento el cual esta compuesto por la idealización, la intimidad, la pasión, el compromiso, la confianza, etc.

En cuanto a como se define en si la pareja en la actualidad tenemos que esta es vista como una relación íter-subjetiva de un hombre y una mujer que crea conocimiento, que crea orden social y se apoya en la sexualidad. Esto implica que se habla de un vínculo cuyo fundamento es lo emocional, donde, el sentimiento amoroso se privilegia; el asunto hoy, no es la supervivencia ni necesariamente la seguridad, el asunto es que al quedar conectada al amor, la relación conyugal afronta sus propios dilemas entre los involucrados y el deseo de amar, la

necesidad de ser, crecer, construir y desarrollar un proyecto de vida individual exitoso y el anhelo de una relación que perdure en el tiempo. Se debate la relación de pareja entre la afirmación expresiva de la propia personalidad y la necesidad de involucrarse en un compromiso consistente y duradero (Manrique, 1996 en Eugenia, Restrepo y Rafael, 2007).

Sin embargo Díaz (2009) asegura que hay diferentes formas de admitir, expresar y vivir la situación de pareja, por ejemplo:

- La relación *amistosa*: la cual consiste en la comprensión y entendimiento entre ambos.
- La relación *altruista*: en la cual primero esta la otra persona que uno mismo sin importar las consecuencias de esta acción.
- La relación *erótica*: está basada solo en la atracción y consumación sexual.
- La relación *maniaca*: la cual consiste en la forma obsesiva celosa y vigilante de amar a la pareja.
- La relación *lúdica*: en donde la noción del amor es como un juego, algo momentáneo sin compromiso para poder ser compartido con más de una persona.
- La relación *pragmática*: en donde el estilo conveniente del individuo crea una relación amorosa en función de que la otra persona cubra un perfil específico.

Eguiluz (2006) menciona la diferencia entre matrimonio y pareja, considera el matrimonio como un dispositivo social, alrededor del cual se conjugan una diversidad de funciones entre las que destaca la Inter-subjetividad, el generar orden social, su característica de contrato social y el ser la base de la institución familiar. Por la danza entre las Inter-subjetividades puede haber matrimonios y parejas que se amen o no, parejas que convivan cuya línea de vida esté en la autorrealización individual: resuelven los asuntos cotidianos, tienen un reconocimiento social, relaciones sexuales, disfrutan de estar juntos, pero esto no

atraviesa su proyecto de vida, no hay una construcción de ese nosotros, que imprime sello al ser pareja. Emerge en la interacción amorosa y cotidiana, la pareja, como un elemento tercero producto del vínculo, del compromiso, de la exclusividad en la relación, de la construcción de un proyecto de vida que los convoca a ambos.

La pareja permanece y cambia, y en ese continuo evolucionar atraviesa por una serie de momentos, de contratos, enfrenta diversas tareas que varían en grados de complejidad y en síntesis se ve abocada a lo largo de su existencia a afrontar innovaciones que implican procesos, condicionados en un continuo por el modo como se resuelve cada uno de los momentos transicionales. Los seres humanos se encuentran, se eligen inspirados en sus necesidades. Sus creencias, valores o expectativas, así como sus necesidades más caras, conscientes o inconscientes entran en juego y son producto innegable de sus experiencias de vida con sus otros significativos y son la lente a través de la cual se relacionan con el presente. Como producto de esto, las personas esperan del elegido conductas, leídas como respuestas afectivas que satisfacen las necesidades adultas; esperan tener un lugar privilegiado a su lado y que él o ella le permita seguir un desarrollo personal en base a la recreación que se tiene acerca de sí mismo (Eugenia, Restrepo y Rafael, 2007).

Cuando se construye el “acuerdo” se da paso a la vida de pareja, se toman decisiones respecto a la formalización del vínculo y se inicia una vida en común, la cual se irá desarrollando a la par, lo que implica la influencia de cada momento en el siguiente. La construcción de la identidad como pareja es un proceso que toma la vida entera en común, se trata de generar un sentimiento de pertenencia, identidad y de construir un estilo propio, que identifique a ambos miembros de la pareja y que en consecuencia los convoque a generar acciones que respalden el mutuo sentimiento amoroso; tales acciones se enmarcan tanto en los pensamientos como en las emociones: las ideas que cada uno tenga acerca del otro irán modelando las respuestas en el tiempo, estas ideas están teñidas por los

significados que cada uno ha puesto tanto en su pareja como en la relación, y se van materializando en la construcción de una vida cotidiana que permite establecer parámetros de convivencia, en el impulso de una relación exclusiva, basada en la monogamia como expresión del compromiso con el otro y con la relación, en la generación de un proyecto de vida y en las relaciones sexuales (Martina, 2003).

En la actualidad cuando cede el enamoramiento, la idealización puede haberse roto, puede que surjan dudas acerca de la adecuada elección de pareja y del deseo de continuar. Es un momento que surge como una encrucijada, en la cual aparecen aspectos no deseados en el otro y en la relación, las ilusiones puestas en ella se ven cuestionadas y el enamoramiento se rompe.

En el caso de las parejas que logran superar los obstáculos y encrucijadas que se presentan a lo largo de la relación (económicos, personales, emocionales, etc.) se afina la capacidad para sortear de manera útil los problemas prácticos y los emocionales, se mejora la habilidad para comunicarse eficazmente respetando la individualidad y autonomía de los miembros y el valor del proyecto de vida generado en común (Eugenia, Restrepo y Rafael, 2007).

Cuando los problemas no son solucionables, estas parejas encuentran la clave en sostener conversaciones continuas sobre el problema, que comuniquen aceptación del compañero(a) y enfrentamiento verbal activo, en vez de quedarse estancados.

Dado que se vive en un momento histórico donde resulta difícil encontrar parejas de gente satisfecha con su relación y donde las tasas de divorcio y reconstitución familiar parecieran ir en aumento, se plantea la necesidad de conocer las características socio demográficas, edad, sexo, nivel de educación, procedencia, nivel de ingresos, así como algunos elementos de la historia individual y de pareja en especial lo relativo a la percepción de cada uno acerca de la pareja de sus

padres y a los vínculos anteriores a la constitución de la pareja actual. Se trata de entender cómo las parejas logran constituirse como una entidad definida que controla su destino, capaz de negociar y renegociar periódicamente los acuerdos, de reconocerse como una unidad con relación recíproca complementaria, capaces de mantener líneas generacionales claras, y de reconocer la circularidad en las situaciones, donde la afinidad en creencias, estilos de crianza, compromiso y afecto, dan origen a lo que comúnmente llamamos “amor”, pues este último justifica y engloba una gran variedad de conductas, actitudes y emociones que justifican, mantienen e incrementan las relaciones de pareja, por lo que en base a este el siguiente apartado se abordará sobre él.

1.2 El amor

El amor ha sido considerado como uno de los temas más controvertidos, en cuanto a sus posibilidades de comprensión y explicación racional. Sin embargo, prácticamente todos los grandes filósofos y psicólogos han desarrollado teorías acerca de lo que constituye este elemento fundamental en la vida de los seres humanos.

Que el amor es un deseo, es una verdad evidente; así como es evidente que el deseo de las cosas bellas no es siempre el amor (Murrueta, 2009).

De igual forma se puede decir que el amor es:

- *Un concepto universal relacionado con la afinidad entre seres, definido de diversas formas según las diferentes ideologías y puntos de vista (científico, filosófico, religioso, artístico). Habitualmente se interpreta como un sentimiento y con frecuencia el término se asocia con el amor romántico (2009 en red).*
- *El amor no es una entidad material observable, sino una realidad inferida, un constructor psicológico, un estado interno cuyos referentes externos no son tan obvios (cabe perfectamente estar enamorado sin “síntoma”*

comportamental observable alguno), lo que lleva a esa gran variabilidad entre las concepciones sobre su naturaleza y sus vivencias (Luis, 1993).

- *El amor es un sentimiento que inclina el ánimo hacia lo que le place: por ejemplo amor a la belleza, al arte, etc. (García, 1990).*
- *Amor es una intensa inclinación afectiva hacia alguien que lleva a quien lo siente a desear vivamente su felicidad y su presencia (Diccionario Enciclopédico, 1995).*
- *El amor se define como una emoción que demuestra un cariño muy fuerte hacia otra persona. El amor existe entre diferentes personas y viene en diferentes formas como el amor entre las amistades, hacia los padres o hijos. El amor no es igual que el deseo sexual. El contacto sexual puede ser una manera de expresar este sentimiento hacia otra persona, pero no es la única manera. (2009 en red).*

Las definiciones anteriores, consideran el amor como un sentimiento, pero difícilmente tendría el mismo significado para todas las personas.

Por ejemplo Murueta (2009) menciona como lo definen algunos pensadores a lo largo de la historia:

- Ψ Aristóteles define las emociones amorosas como aquello que hace que la condición de una persona se transforme a tal grado que su juicio quede afectado, y algo que va acompañado de placer y dolor.
- Ψ Para Descartes el amor es una emoción del alma causada por el movimiento de los espíritus que incita a esta a unirse voluntariamente a objetos que le parecen agradables.
- Ψ Para Spinoza, el amor es una alegría acompañada por la idea de una causa externa.
- Ψ Kant, por su parte, pensaba que el amor era el placer desinteresado producido por la belleza, distinguiéndolo de la estimación que implica la

valoración intelectual de algo o de alguien, así como el sentimiento de lo sublime que supone una representación desmesurada de una situación, bajo la idea de lo infinito.

- Ψ Freud concibió al amor como libidinal esto es cuando un sujeto establece una relación de amor con el objeto que satisface sus necesidades instintivas de placer y/o eliminación del dolor; es decir, como la fijación de un objeto que se ha mostrado como placentero para un sujeto.
- Ψ Skinner, definió al amor como; el reforzamiento positivo; que una persona puede otorgar a otra de tal manera que ésta incremente la posibilidad de ocurrencia de ciertas conductas elegidas por la primera.
- Ψ Igor Caruso ha concebido al amor como una extensión del yo, como el sentimiento de identidad con otra persona.
- Ψ Luhman lo ve como un código simbólico que permite un sistema de interpenetración entre dos seres humanos.

En la actualidad Corona y Rodríguez (2000) menciona que para ellos el amor, está ubicado en lo profundo del ser y vinculado con el mundo emotivo, íntimo, inmaterial, pareciera ser una emoción autónoma, e incontrolable, natural, sin nexos con la construcción social de la cultura.

En el caso de Murueta (2009), considera que durante mucho tiempo, el amor ha estado asociado a emociones positivas, al deseo y al placer, mientras que por otro lado se ha visto al amor como una relación compleja entre seres humanos. El amor se confunde con el goce del objeto del otro, como un comercio o intercambio de favores.

Sin embargo ¿Cómo surge el amor? en respuesta Murueta (2009) menciona que este surge en la medida en que los seres humanos se constituyen, como seres históricos a partir de sus necesidades más naturales. Ser histórico significa

exclusivamente la posibilidad de incorporar a la experiencia de cada individuo las situaciones vividas por otros mediante la comunicación.

El amor humano se distingue de otros animales precisamente en que los segundos responden estrictamente a estímulos que les proporcionan algún tipo de satisfacción individual. El amor humano muchas veces está lejos de obtener satisfacción y contrariamente implica un conjunto de sacrificios y sufrimientos. Esto es posible en tanto la vida individual de cada ser humano se constituye como vida colectiva, al vivir lo que otros han vivido o pueden vivir, mediante la representación narrativa (Martínez, 2002).

Sin duda, el amor es un motivador que mueve al mundo y es lo que da significado a cada uno de los esfuerzos personales. Sin embargo, este sentimiento escasea cada vez más y en su lugar aumentan la soledad, las frustraciones, los rencores, la apatía y la violencia. El amor es un fenómeno tan natural como la lluvia. Un fenómeno que se produce cuando ocurren un conjunto de factores que lo generan (Martínez, 2002 y Murueta, 2009).

La cooperación entre hombres y mujeres es la fuente de la identificación amorosa, así como recíprocamente la obstrucción de unos a otros es lo que genera la mutua agresividad, el rechazo, el odio. Amor y odio no son más que dos aspectos del mismo proceso de la vida, la frustración amorosa, la obstrucción de los fines perseguidos, es la fuente de agresividad hacia aquello que se supone no permite la realización de los deseos, pudiendo tratarse de un elemento real o de un chivo expiatorio; al que místicamente se le atribuya tal obstaculización (Martínez, 2002).

García, Fernández y Rico (2005) mencionan que fisiológicamente los seres humanos están preparados para el placer y para la irritación. Lo que activa a cualquiera de esos dos procesos fisiológicos, o incluso ambos simultáneamente, son las relaciones semióticas de la actividad cotidiana de una persona con las acciones de los demás seres. La capacidad de incorporar la experiencia de los

otros conlleva forzosamente a re-vivir también sus emociones, a interiorizar y hacer propios sus sentimientos.

Y en cuanto a su proceso el amor no es simplemente un enganche, sino que se re-produce o definitivamente muere. Este re-producirse del amor implica la mutua experiencia significativa. De ahí lo dulce de la re-conciliación, del sentirse nuevamente compartiendo una experiencia significativa. El mismo enojo de un amante con su amada puede simplemente ser producido por el desgarramiento amoroso que surge de la indiferencia, por el vacío o muerte del significado o del re-producirse del amor.

Por eso, como lo ve Caruso cuando los amantes se separan, esto significa una muerte parcial propia, a veces más doloroso que la pérdida de una parte física o, incluso, que la muerte real de la persona. Por ello también, frecuentemente el amor intenso se transforma en odio y rencor tras la ruptura (Muruetta, 2009).

El grado de intercomunicación de vivencias varía entre individuos. Las formas de comunicación abarcan no sólo las palabras, sino también el lenguaje mímico y algo aún más importante: el lenguaje sensorial o sensitivo. Entre el amor filial, la amistad y el amor sexual, en realidad no existe más que diferencias de grado determinadas en primer lugar por las limitaciones morales en función de una estructura social, y en segundo lugar limitaciones objetivas, por una parte, o intrínsecas por otra. En el caso del amor sexual, la desinhibición de los amantes permite la expresión corporal que sólo puede compartirse entre ellos en la intimidad (García, Fernández y Rico, 2005).

A través de diversas investigaciones se ha logrado establecer cuáles son los elementos que producen dicha identificación amorosa, independientemente de la voluntad de los participantes. El sentimiento amoroso será mayor conforme más intensidad, duración y frecuencia tenga cada uno de los ingredientes que a continuación se exponen (Muruetta, 2009).

1. *Reconocimiento: consiste en expresar o hacer saber los aspectos que agradan de sí mismo y de otra(s) persona(s), así como saber cuáles rasgos propios personales o de grupo son agradables para otra(s) persona(s).*
2. *Convivencia: un elemento básico consiste en tener vivencias conjuntas.*
3. *Generación de experiencias agradables especiales: quien propicia experiencias que resultan agradables para otro se integra positivamente en forma simbólica en la identidad del segundo, sobre todo en la medida en que esas vivencias generadas son poco comunes.*
4. *Contacto físico agradable: este aspecto determina el tipo e intensidad de caricias en cualquier parte del cuerpo, que sean agradables para el otro.*
5. *Cooperación: es fuente de enamoramiento hacer cosas en las que cada quien colabora voluntariamente para lograr un resultado único.*
6. *Creatividad compartida: generar conjuntamente cosas interesantes o estéticas que antes no existían.*
7. *Éxito compartido: la sensación de haber alcanzado una meta importante mediante esfuerzos combinados de los participantes produce un alto grado de emoción satisfactoria que integra a los otros en la simbolización de cada uno.*
8. *Narrativa de vida: platicar las vivencias cotidianas y las anécdotas o recuerdos anteriores, así como escuchar con atención lo que le ha ocurrido a otro(s) es fuente de comprensión e identificación progresiva, siempre y cuando lo narrado no sea emocionalmente agresivo para el que escucha.*
9. *Competencia externa: la cohesión de una pareja o grupo requiere que esta unidad se contraste con otras similares. En la medida en que esta comparación externa falta es más probable que afloren diferencias internas en el grupo o pareja.*

Pero cuando el amor no se cultiva surgen la soledad, la frustración, la agresividad, el desprecio, los chantajes, los reproches, etc. Entonces se cultiva sin saberlo el odio, la apatía, la violencia, la destrucción de la vida, es decir, la destrucción de si mismo (Murqueta, 2009 y García, 2005).

El amor también da una razón de ser a los humanos ante la crueldad de las amenazas internas de enfermedad y muerte, o ante las externas, expresadas a través de la naturaleza, y ante aquellas que se producen en la relación misma de los individuos. Contrariando todos los testimonios de los sentidos, los enamorados aseguran que “yo” y “tu” son uno solo y están dispuestos a comportarse como si así fuera (Corona y Rodríguez, 2000).

Catulo, un poeta alejandrino, ya pregona los tres elementos del amor moderno: *la elección de la pareja, la libertad de los amantes y el desafío*, pues no hay que olvidar que el amor es una trasgresión de la norma. El amor es definido como el sentir como propio lo que le sucede a otro(s) (Murqueta, 2009, Corona y Rodríguez, 2000).

1.2.1 El amor, el Enamoramiento y sus tipos

Rebasando cualquier visión individual o de pareja, este sentimiento del amor es invocado en forma de altruismo, “vivir para el otro” como un medio de unificación entre las personas, creando así la triada fundante de una nueva moral social, “amor, orden y progreso”.

Para Niklas y Luhmann en Corona y Rodríguez (2000) el amor también posee una dimensión mas allá de la experiencia subjetiva; desde su perspectiva, lo amoroso constituye un horizonte de sentido pues no es en sí mismo un sentimiento, sino un código de comunicación de acuerdo con cuyas reglas se expresan, se forman o se simulan determinados sentimientos; o se supedita uno a dichas reglas o las niega,

para poder adaptarse a las circunstancias que se presenten en el momento en que deba realizarse la correspondiente comunicación.

Para Pérez (2008) la comunicación del amor que menciona Corona, sería la sexualidad, desde una perspectiva teórica distinta, el concepto de amor también ha sido trabajado usando algunos conceptos previamente definidos en otros trabajos de corte histórico o literario. Estos conceptos fundantes en el terreno de lo amoroso se deslindan a partir de la relación de este con la sexualidad.

Sin embargo, Murueta (2009) asegura que existen distintos tipos de amor, uno de ellos es *el amor apasionado*, el cual implica una conexión íntima entre amor y atracción sexual. Este tipo de amor no ha sido reconocido socialmente a lo largo de la historia como un sentimiento suficiente o válido para instaurar un matrimonio o fundar alguna relación perdurable. Normalmente se le ha considerado como un sentimiento “turbulento” y difícil de establecer dentro de los límites de la vida cotidiana.

De igual forma desde principios del siglo XIX surge una conexión entre los conceptos de amor romántico, matrimonio y sexualidad, que llega hasta nuestros días, a lo largo de las últimas décadas en la cultura occidental esta relación se ha ido estrechando cada vez más, llegando a considerarse que el amor romántico es la razón fundamental para mantener relaciones matrimoniales y que estar enamorado(a) es la base principal para formar una pareja y permanecer en ella, modo que esta forma de amor se hace popular y normativa, el matrimonio aparece como elección personal y el amor romántico y la satisfacción sexual deben lograrse en la unión de la pareja (Ferrer, Bosch, Navarro, Ramis, García, 2008).

La aparición *del amor romántico* vino aparejado de otros procesos que lo reforzaron: el surgimiento del “hogar” en un mundo crecientemente industrializado; el replanteamiento entre padres e hijos y la “invención” de la figura de la maternidad con todo un rol establecido. Entonces el amor romántico se asienta en

una institución: el matrimonio, una división del trabajo entre los sexos y un requerimiento de perdurabilidad (Corona y Rodríguez, 2000).

Nuevas generaciones han recalcado otro término para replantear el amor, “las relaciones”, para distinguirlo de los anteriores tipos de amor, la “pura relación” se refiere a una situación en la que una relación social se establece por iniciativa propia, asumiendo lo que se puede derivar para cada persona de una asociación sostenida con otra y que se prosigue solo en la medida en que se juzga por ambas partes que esta asociación produce la suficiente satisfacción para cada individuo.

Según Pérez (2008) el amor frecuente acepta la igualdad entre los sexos y en el dar y recibir emocional. E incluye al erotismo como un elemento decisivo del éxito o fracaso de la relación, pues busca la plenitud en el logro del pacer. Este amor no es necesariamente monógamo, mientras sus participantes crean conveniente que así sea, ni es exclusivo de las relaciones heterosexuales.

El enamoramiento sexual implica la atracción corporal, no necesariamente por la belleza. El que se enamora, además de intuir afinidades ideológico-estéticas con su prospecto, anhela intuitivamente sentir, por ejemplo, la textura de su piel o el brillo especial de su mirada, el tono de su voz, el olor de su aliento y de su sudor; tanto como el poder compartir sus propias cualidades en el interior de la sensibilidad del otro.

Marx menciona que la relación directa, natural y necesaria entre dos seres humanos es la relación entre el hombre y la mujer. Esta relación natural entre los sexos lleva implícita directamente la relación entre el hombre y la naturaleza es, directamente, su propia determinación natural. Del carácter de esta relación se desprende hasta qué punto el hombre ha llegado a ser y a concebirse un ser genérico. En esta relación se revela también hasta qué punto las necesidades del hombre han pasado a ser necesidades humanas, hasta qué punto, tal hombre se

ha convertido en necesidad, hasta qué punto en su existencia más individual, es al mismo tiempo un ser colectivo (Murueta, 2009).

Como se puede ver un aspecto central del amor lo constituye la sexualidad, la experiencia del amor tiene que ver con la satisfacción sexual, y el odio, la ambición, los celos son diversas formas del instinto sexual. Para Fromm a diferencia de Freud, el amor cuenta con un aspecto psicobiológico donde lo femenino y lo masculino buscan por principio la unión. La idea de descubrir la mentalidad de una época trata de rescatar lo que queda fuera de la historia tradicional económica, política y social, poniendo atención en lo residual, lo que vincula lo biográfico con lo social, lo cotidiano y natural que, lejos de transformarse al ritmo de los cambios sistemáticos, permanece en el tiempo de la larga duración.

En las relaciones amorosas y sexuales de nuestro tiempo para designar este fenómeno, Andre Bejín ha usado el concepto de “cohabitación juvenil” para diferenciar las nuevas relaciones, a las que se les ha denominado “puras relaciones”. Su propuesta analiza esto al rededor de nueve criterios: *la duración potencial de la vida en común, la consagración social de la unión, sus fines esenciales, la diferenciación de las funciones en la vida en común, el grado de fidelidad requerido, la forma de expresión de los sentimientos, el fundamento normativo de la relación sexual, la actitud frente a la fecundidad y el espacio afectivo* (Corona y Rodríguez, 2000).

Por otro lado la historia de la sexualidad de Foucault se levanta sobre tres principios básicos: *el principio del poder, del saber, y del placer*. A partir del siglo XVIII, la sociedad ha hablado de sexo más que nunca, no con el afán de reprimirlo, sino de administrarlo. El sexo se ha reglamentado mediante discursos útiles y públicos. García (2005) postula la existencia de cuatro componentes fundamentales, que denomino *Compromiso, Intimidad, Pasión Erótica y Pasión Romántica*.

Hablar del amor o hablar enamorado no es reflejo de un estado interno ni es su materialización; es acción social que se “lee”, por sujetos que comparten la cultura. Los discursos pueden entenderse como esquemas de pensamiento o de clasificación entre lo posible y lo imposible, lo pensable y lo impensable, lo prohibido y lo deseable en cada época y contexto social. Aproximarse al estudio de las puestas en acción del código amoroso permitirá reconocer las prácticas productoras de experiencias integrantes de realidades diversas.

Los elementos comunes a todo amor son el cuidado, la responsabilidad, el respeto y el conocimiento. Los objetos de amor son el amor fraterno, materno, erótico, a si mismo, todos como encarnación de la cualidad esencialmente humana.

La sexualidad se definió “por naturaleza” como un dominio penetrable por procesos patológicos y que, por lo tanto, exigía intervenciones terapéuticas o de normalización. El sujeto enamorado ama el amor. Cree encontrar el objeto de su deseo y le entrega su total devoción. Cuando la imagen que el enamorado se ha hecho de su objeto de amor contradice ese acomodo total que busca, tiende a restituirle la adecuación a su deseo aunque anula el objeto amado bajo el peso del amor mismo (Corona y Rodríguez, 2000).

Sin embargo no puede negarse que existe todo un proceso fisiológico en esto del amor como se trata a continuación.

1.2.2 Una explicación científica acerca del amor

En diversos lados escuchamos que una persona “esta ciega por otra”, “la traen de un ala”, “se nota química entre X y Y”, etc. Sin embargo realmente en términos científicos y médicos, ¿cómo podemos entender la conducta del amor?

Una vez que hemos entendido que las conductas y los sentimientos o emociones, son regulados por el sistema límbico y el Sistema Nervioso Central y Autónomo, podemos entonces explicar como funciona la famosa “química del amor”. Se han hecho diversos estudios e investigaciones para entender como funciona el cerebro de los enamorados, y haciendo resonancias magnéticas, se ha descubierto lo siguiente (Pérez, 2008):

- Las reacciones secundarias a lo que llamamos amor, están controladas en el Sistema Nervioso Central este envía señales e impulsos a todos los capilares, folículos pilosos y glándulas. El organismo entero esta sometido al bombardeo que parte de este arco vibrante.
- Se ha descubierto que ante el enamoramiento existe un aumento en las actividades del cerebro que se relaciona con la energía y la euforia. Mientras que los cerebros femeninos evidencian más respuestas emocionales, los de los hombres muestran más actividad en áreas relacionadas con la excitación sexual.
- En la mujer, son el cuerpo caudado, el septum y la corteza parietal las áreas de mayor actividad. Dichas áreas están relacionadas con la recompensa, la atención y la emoción y la pasión. En los hombres las áreas con mayor actividad son las de procesamiento visual, que también se encargan de los estímulos visuales.
- El enamoramiento parece que sobreviene cuando se produce en el cerebro *feniletilamina* que es un neurotransmisor encargado, entre otras cosas, de la excitación, taquicardia e insomnio.
- El hipotálamo envía mensaje a las diferentes glándulas del cuerpo, ordenando que aumente la producción de noradrenalina o norepinefrina, la oxitocina y la dopamina.
- La dopamina es una sustancia que produce sentimientos de satisfacción y placer, aumenta la energía y la motivaron. Focaliza la atención y crea conductas repetitivas en busca de placer y favorece el aprendizaje de estímulos novedosos.

- La noradrenalina es el mensajero químico del deseo sexual, y el capaz de aumentar la capacidad de estímulos nuevos, de esta manera es que recordamos los detalles minúsculos incluso del ser amado.
- Hay bajos niveles de serotonina, de tal manera que no podemos dejar de pensar en esa persona, pues estos niveles bajos contribuyen a un pensamiento obsesivo.
- En vista de estos neurotransmisores actuando en conjunto, las consecuencias en una persona son: *el corazón late de prisa, la presión arterial sistólica sube, se liberan grasas y azúcares, se generan más glóbulos rojos.*

El amor no es más que reacciones químicas en el cerebro del ser humano, que como vimos anteriormente, es el motor de todo ser vivo, incluyendo a las personas. Pero ¿qué pasa con esta reacción química ante la ruptura, las adversidades, los celos? (Muruetta, 2009).

En el cerebro, ante el amor hay una mezcla química de neurotransmisores, que actúan en diferentes áreas del mismo, sin embargo, además de estas reacciones químicas, debemos tomar en cuenta que seguimos teniendo un área encargada de sentimientos, mismos que se encuentran en nuestras áreas encargadas de la memoria y el razonamiento (Pérez, 2008).

La corteza cerebral, el tálamo y el hipocampo, serán clave para que estos neurotransmisores nos mantengan en ese estado hipnótico continuo o nos comiencen a sacar de él. Basta tener un pensamiento que no sea favorable para la relación amorosa, para que toda esa química sanguínea, hormonal y cerebral cambie de manera radical. De esta manera es como se argumenta que el amor no solo son estímulos positivos, sino también existen relaciones negativas en las relaciones tanto de pareja, familia, amigos, etc.

El amor puede ser explicado tanto como aspecto fisiológico y como construcción social, esto depende y se ve constituido por los roles de género.

1.3 Roles de Género

Hoy por hoy, muchos autores opinan que comprender la verdadera diferencia entre los cuerpos sexuados y los seres socialmente construidos es uno de los aspectos humanos más intrigantes, razón por la que no extraña que la investigación sobre el género se haya convertido en uno de los campos más fructíferos y de mayor debate en las ciencias sociales.

Después de su creación en la década de los 70's por las feministas de origen anglosajón la categoría género se ha popularizado pero en el presente su utilización equipara "sexo" y "género" con lo que se eluden las deferencias entre ambos, mientras que el primero se refiere a lo biológico, el segundo integra todos los procesos sociales y culturales de la distinción entre lo femenino y masculino (Lamas, 1999).

Sin embargo para Gottman y Silver (2006) la consideración del "sexo" en la relación al "ser mujer" o ser "hombre" fue una razón para la introducción del concepto de "género", sin esa noción, se consideraría que el "sexo", constituye no solo la categoría que nombra diferencias fisiológicas entre varones y mujeres sino también aquello que resulta determinante lo cual no es así socialmente hablando entre lo "femenino" y lo "masculino". El hablar de género permitió abrir la predeterminación biológica sosteniendo que las identidades de mujeres y hombres son el resultado de una construcción en la que se van creando distintas variables en interacción con los medios sociales y familiares.

Es así que cuando se comienza a utilizar con mayor frecuencia el término de "género" surgen distintas formas de comprenderlo o asociarlo a la vida diaria, por esta razón se enlistan algunas definiciones de dicho término:

- *Algunos denominan género a lo que parece diferenciar la identidad femenina de la masculina; así como las múltiples características que conllevan: comportamiento, actitud, consideración social, etc. (2009, en red).*
- *La Enciclopedia Británica define la identidad de género como "una autoconcepción individual como masculino o femenino, indistintamente del sexo biológico". Y por otro lado al termino de "género" que es utilizado de forma indistinta para diferenciar mediante el "sexo". (2009, en red).*
- *Género es: Una categoría que incluye un conjunto de especies de características similares. (Diccionario Enciclopédico 1995).*
- *Género es la forma que reciben las palabras para indicar el sexo de los seres animados o para diferenciar el nombre de las cosas. (García, 1990).*
- *Género es el concepto de contenido social que describe un conjunto de diferencias conductuales y de oportunidades de desarrollo personal entre individuos en un grupo social, por razón de su sexo. (Olivares, 2005).*

Las definiciones antes mencionadas son solo algunas de las muchas que podrían existir en cuanto a "género" se refiere, pero es la misma persona quien da un significado de "género" de acuerdo al desarrollo de su vida.

Por eso cuando se intenta definir el concepto de género no se habla de la masculinidad o la feminidad únicamente, aunque las incluya, se entiende que el concepto de género es más amplio, en donde interviene toda una concepción cultural sobre el hombre y sobre la mujer, junto con sus formas de relacionarse, agredirse y amarse (Martínez, 2002).

Durante siglos la discriminación sufrida por la mujer, al parecer no estuvo solamente originada por considerarse el sexo débil, solo servía para atender al

hombre y cuidar a los hijos, etc., se agregaron otros elementos que formaban y forman parte de algunas culturas hoy en día, como menciona el filósofo griego, Galeno para quien las mujeres eran hombres imperfectos que carecían de la energía que generaba la forma perfecta del hombre y de su fuerza física. A estas ideas le siguieron otras no menos agresivas y discriminatorias, como las de Rousseau, que pregonaban la educación exclusiva al varón o Blackstone quien decía que la mujer casada no podría disponer de su sexualidad y que ella misma era propiedad de su esposo y que en cuanto a sus actividades domésticas se refería también lo era, ideas como las mencionadas volvieron a reafirmarse en el renacimiento (García, Fernández y Rico, 2005).

Es hasta el siglo XVII y XVIII cuando por primera vez los textos médicos empiezan a incluir el esqueleto femenino junto al masculino, recalando su pelvis más ancha, los hombros más estrechos y la cabeza más pequeña. Aparecieron también por primera vez nuevos términos como los de “vagina” y “vulva”, para nombrar a partes del sistema reproductor femenino (Martínez, 2002).

Según Gottman y Silver (2006) la Revolución Francesa fue una esperanza para los derechos de la mujer y para su reconocimiento como un ser actuante y pensante, pues su participación fue relevante, se logró que se aceptara el divorcio y que la mujer participara en algunas actividades políticas, pero muy pronto todos éstos avances se vieron insignificantes por el Código Civil introducido por Napoleón en 1804, que de manera tajante erradicó los beneficios legales de las mujeres.

La mayoría de edad se estableció a los 30 años y todos los menores a ésta edad estaban obligados a obedecer la autoridad paterna. Las mujeres eran legalmente incompetentes e incapaces de demandar ante un tribunal de justicia. Sin el consentimiento del marido no podían hacer o recibir un regalo o herencia e incluso se requería que el marido presenciara el nacimiento de los hijos y los declarara como suyos para que fueran considerados legítimos. Así el resultado de la

revolución Francesa fue que las mujeres quedaron totalmente subordinadas a sus maridos. Su principal función era el hogar y para dedicarse a trabajos remunerados necesitaban el permiso de sus esposos.

El trabajo, las asociaciones y sindicatos pertenecían al ámbito de lo masculino, de ahí que en la etapa de la industrialización la mujer jugara un papel secundario y complementario, en donde los salarios para ellas eran más bajos y las condiciones de trabajo muchas veces eran infrahumanas, temporales y sin derecho a realizar ninguna reclamación por ningún motivo, lo cual propicio abusos que pasaron desde lo económico hasta lo sexual, sin poder hacer nada para evitarlo. En lo político, las condiciones eran aun peores, pues mientras el término de hombre público merecía respeto, el de mujer pública era sinónimo de prostitución. Movimientos liberales respaldaron el feminismo que tuvo que luchar arduamente para negociar un reconocimiento en el ámbito político, pero sus delgados resultados en el siglo XIX muchas veces le hicieron retroceder. En México, por ejemplo, el derecho al voto para la mujer se consigue hasta los inicios de los años cincuenta con el régimen del Presidente Ruiz Cortines (García, Fernández y Rico, 2005).

A finales del siglo XVIII se despertó el interés por el estudio de las diferencias anatómicas del hombre y la mujer y la existencia de dos sexos distintos, a finales del siglo XIX, la sexualidad empezó a ser considerada como merecedora de un profundo estudio. Nuevos campos de conocimiento sobre la sexología, endocrinología y el psicoanálisis se desarrollaron gracias a ese interés.

En las ciencias políticas y sociales, hay autores que ya en el siglo XX diferencian entre sexo y género; asignando lo primero a una realidad biológica y lo segundo a una creación social. El siglo XXI comienza con la introducción de los estudios de género en las líneas de investigación de las universidades americanas y europeas. Algunas publicaciones de principios de siglo XXI, parecen afirmar que el género en

sí no existe; cuestionando la obra de Freud, donde se pregunta hasta qué punto las conductas que diferencian a los hombres y mujeres son biológicas o sociales.

Las relaciones de género sufren cambios, conforme se van originando nuevas concepciones del hombre y la mujer, no son cambios fortuitos, sino transformaciones forzadas por el descubrimiento de una realidad que acaba imponiéndose sobre ideas y conceptos falsos, que ya no tienen más sustento (Martínez, 2002).

Por lo que se asume que el género es una realidad compleja que se asienta en el sexo biológico pero que podrían no coincidir con él, dado que interviene de forma decisiva procesos socioculturales y ambientales. Es decir, el género no está directamente determinado por el sexo, ni es directamente determinante de la sexualidad no obstante, aunque la introducción del concepto de género supuso grandes ventajas, varios autores advierten que en muchos artículos se utilizan las palabras género, sexo y sus derivados indistintamente, ignorando la discusión conceptual presente (García, Fernández y Rico, 2005).

Es por esto que el amor ha tenido mucho que ver en el impactado de las relaciones de género de manera primordial, al igual que lo han hecho las relaciones de género con el propio amor. Es imposible obviar la presencia también de la contraparte amorosa, el desamor, o bien, la agresión existente como participante principal en algunas etapas de las relaciones de género. Los fenómenos del pasado que persisten en las personas son factores importantes para el desamor, estos fenómenos se podrían proyectar o depositar en acontecimientos actuales que por algún parecido se asemejan a aquellos eventos del pasado, reactivándose así todo el contenido emocional que se causó la primera vez (Gottman y Silver, 2006).

En conclusión al hablar de pareja, amor y género nos encontramos con tres conceptos, que entendidos cada uno de ellos por separado ya de por sí resultan

interesantes y complejos, pero sí además los entrelazamos, la mezcla que de ello se puede obtener es algo todavía más complicado, pues toda relación implica, además de la interacción humana, el conflicto y el amor. Si se intenta definir o explicar alguno de estos términos por lo general se habla de vivencias al respecto y hasta se llega a asegurar que eso podría ser su definición, pero al final de cuentas, no estamos tan seguros de que en realidad lo sea, lo cierto, es que al parecer estas tres situaciones se viven, se sienten, pero no se explican así mismas.

CAPÍTULO 2. CELOS Y EMOCIONES

Para poder iniciar este capítulo, es importante recordar que al hablar de pareja, se integran indirectamente factores como el amor, el cual ha sido considerado como uno de los temas mas controvertidos en cuanto a sus posibilidades de comprensión y explicación, ya que tanto hombres como mujeres tienen diferentes formas de amar, esto puede depender de sus propias experiencias y/o de otros, estilos de crianza, expectativas, etc., a esto se une el género, dado que a hombres y mujeres los definen características físicas por lo cual se le asignan ciertas funciones lo cual no solo depende de su sexo, sino del entorno en donde se desarrolle la persona, las creencias con las cuales creció, etc. Y al hacerse una mezcla de todo esto, entran en juego sentimientos y/o emociones de cada uno. Lo cual nos lleva a la felicidad, a la frustración, a la agresividad y/o a los celos por lo que en este capítulo se desarrollara primero a las emociones para continuar con el tema principal de este, los “celos”.

2.1 Emociones

Todo el mundo sabe lo que es una emoción hasta que se le pide que de una definición. Los debates para concluir una definición general de las “emociones” han generado una interesante polémica tanto en el área de la cognición social como en la investigación sobre dicho tema. Al margen de que los expertos puedan o no ponerse de acuerdo en la definición técnica de las emociones, las personas no expertas poseen un conocimiento muy rico y elaborado sobre ellas (Carrera y García, 1996).

Según Rossi (2005) la representación de prototipos supone que a través de la experiencia personal el sujeto va elaborando una idea mental de las emociones, cuando en realidad lo único que hace es adueñarse de las experiencias propias y de otras personas, que en su momento reaccionaron de la misma manera ante determinada situación.

En la elaboración de dichas representaciones se pone de manifiesto que los sujetos conocen no sólo un conjunto de particularidades asociados a las emociones, sino que son capaces de organizar esta información en escenarios complejos de antecedentes y reacciones (Carrera y García, 1996).

A lo largo de la historia y especialmente a partir del siglo XVII las emociones fueron consideradas como fenómenos simples, primitivos o animales, de carácter irracional (no cognitivos), involuntarios o dados como algo innato y para la supervivencia (Barron y Martínez, 2001).

Todos nuestros sentimientos y emociones se originan en lo que de alguna forma nos da sentido para seguir viviendo, socializar, trabajar, estudiar, en fin cualquier actividad diaria, cuando experimentamos una emoción solemos sentirnos ligados a fuerzas aparentemente ajenas a nuestro control, estando abiertos y receptivos a la vida somos vulnerables, nuestra piel y las complejas operaciones de los sentidos, de nuestro cerebro y sistema nervioso están listos para permitir que cualquier tipo de acontecimiento externo nos afecte o beneficie, y así nuestras emociones y sentimientos surjan como respuesta, sin embargo cuando no experimentamos en directo o expresamos de alguna forma las emociones, nuestra salud y nuestro bienestar se ven deteriorados.

Existen diversos campos en nuestro modo de relacionarnos con las emociones: *verlas, escucharlas, olerlas, tocarlas y transmutarlas*. Cuando *vemos* las emociones tenemos la conciencia global de que tiene su propio espacio y su propio desarrollo. *Escucharlas* supone experimentar la pulsación de esa oleada emergente de energía. *Olerlas* consiste en advertir que se puede hacer algo con esa energía. *Tocarlas* es sentir que puedes palparlas y relacionarte con ellas. La *transmutación* por su parte consiste en experimentar la agitación emocional tal como es, contar con ella, ser único con ella.

Cuando intentamos mantener un control sobre nuestras emociones lo único que conseguimos es someternos mas a su dominio, lo que nos lleva a intentar controlarlas de nuevo o a erupciones explosivas que nos alienan todavía mas, las emociones amenazan nuestro control y por ello las mantenemos alejadas (Welwood, 1990).

Pero por otro lado, las emociones dentro de la experiencia humana se pueden caracterizar como: *fenómenos aprendidos y complejos*: entre cuyos elementos esenciales esta un conjunto de creencias, juicios y deseos derivados del sistema de creencias, principios y valores morales propios de una comunidad. *El Sistema de Creencias y Valores*: que caracterizan a cada emoción es aprendido y adquirido por los individuos a través del proceso de socialización. La socialización emocional supone la interiorización de principios, valores y normas de un sistema sociocultural, así como de las respuestas apropiadas tras la evaluación y valorización de las distintas situaciones que deriva de principios interiorizados (Barron y Martínez, 2001).

Para aquellas teorías que defienden un papel sobresaliente de la cultura, los registros antropológicos y etnográficos ofrecen una primera intuición sobre la intervención de factores específicos de cada sociedad en la conformación de las emociones y de los celos.

Los estudios de la sociobióloga, la búsqueda de indicadores emocionales universales de algunas emociones básicas, y los intentos de identificar las emociones con determinados estados de activación del organismo son muestra de la vigencia de la concepción de la emoción como pasión (Barron y Martínez, 2001).

El conocimiento social de las emociones juega un papel destacado en los procesos de interacción, tanto por su función en la categorización y reconocimiento, como por su utilidad en la orientación de la acción (Carrera y García, 1996).

Nazare y Da silva (2008), refieren que hay que hacer una distinción entre “emoción” y “comportamiento emocional”. Esta distinción puede ser útil para una caracterización y posterior análisis donde tanto lo innato y lo aprendido se vinculen.

En este sentido, emoción y comportamiento emocional no mantienen entre sí una relación de causalidad; pueden suceder aisladamente. Mientras que la emoción envuelve impulsos, el comportamiento emocional se refiere a comportamientos aprendidos.

La expresión “comportamiento emocional” también la emplean para referirse a los comportamientos operantes que suceden durante el proceso de extinción. Es aceptable suponer que el individuo que presenta tales comportamientos sienta la emoción de cólera. Sin embargo, parece admisible que pese a sentir cólera, el individuo pueda, en función de contingencias específicas, no golpear, no insultar o no presentar cualquier otro comportamiento operante característico de dicha emoción (Nazare y Da silva, 2008).

Sin duda la socialización emocional no es la única forma de interiorización de valores, normas y creencias ni el único mecanismo de regulación de la conducta. No obstante, constituye un sistema de respuesta integrada entre cuyas características esta el ser interpretada y percibida como parcialmente fuera del control del individuo, por tanto no como una acción sino como una pasión (Barron y Martínez, 2001).

Además las emociones no son respuestas innatas activadas por las características de determinadas situaciones, sino patrones de interpretación y respuesta ante distintas situaciones socialmente configuradas en este sentido, por ejemplo, la aparición de los celos dependerá de los acuerdos socialmente compartidos sobre que situaciones suponen una amenaza sobre algún aspecto relevante que el individuo posee, bien sea la prioridad sexual, el matrimonio, etc.

Debe tenerse en cuenta que los sistemas socioculturales no son estáticos e inmutables, sino que están sujetos a procesos de cambio, estos cambios se pueden dar a nivel de valores, creencias y normas, por tanto se modifica el resultado de las emociones (Barron, Martínez, 2001 y Nazare, Da silva, 2008).

Y cuando la emoción o alguna situación sale de nuestro control, una alternativa es la terapia pues nos proporciona una forma de liberarnos de los círculos viciosos emocionales y nos permite indagar bajo la emoción hasta llegar a conectar con una sensación sentida más amplia que expresa nuestro contacto global con la situación que nos afecta. Una limitación del enfoque terapéutico de las emociones es la tendencia a dejar de lado la gran sensación de vitalidad que suele aparecer en momentos de cambio y liberación (Welwood, 1990).

La concepción de las emociones como “dependientes del mundo” supone una importante innovación frente a una tradición fuertemente arraigada. Durante el siglo XIX, es cuando existe una explicación, incorporando una larga tradición fisiológica donde las emociones se definieron como estados transitorios del organismo (Barron y Martínez, 2001).

Sin embargo un individuo siente una emoción, por ejemplo, cuando vive o experimenta celos a partir del momento en que interactúa con una cultura (comunidad verbal) que le enseña a denominar tales eventos como celos, se puede afirmar que los celos, en tanto fenómeno (o concepto) psicológico, tiene su

existencia determinada y limitada por las prácticas culturales (Nazare y Da Silva, 2008).

Parece imposible que una teoría sobre los celos y las emociones no incluyan variables de tipo cultural y social. Siendo estos factores desencadenantes de las mismas, es por eso que se considera que las emociones en sí mismas son un “producto social”, que maneja factores fisiológicos pero su manifestación dependerá de cómo hemos aprendido a hacerlo y de cómo comprendamos el evento o la situación.

2.2 Celos

¿Quién nunca escuchó hablar de los celos, presencié una escena de éstos o se sintió afectado/a por ellos? ¡Probablemente pocos! ya que estos se encuentran presentes en la cotidianidad de las personas, en diferentes contextos relacionales, como la familia, la escuela, el trabajo, etc. Aunado a esto cabría mencionar que hay culturas que relacionan los celos con el amor, un fenómeno valorizado en nuestra cultura.

El amor, la emoción y los celos están íntimamente relacionados, ya que quien ama permanece habitualmente en estado de alerta hacia la otra persona. Los celos en pequeñas dosis son saludables e incluso pueden calificarse de románticos pero cuando son excesivos pueden resultar enfermizos y llegar a causar irremediable dolor (Ostrosky, 2008).

Los celos son la excusa perfecta para el hombre, una explicación para la mujer, una justificación para la sociedad y una atenuante o eximente para la justicia, muchas personas encuentran en los celos una razón que puede llegar a justificar conductas y/o actos inaceptables en otras circunstancias.

Al leer las opiniones tanto de Nazare como de Ostrosky respecto a los celos, ambos coinciden en que éstos parecen ser tan antiguos como la propia historia de la humanidad, involucran tanto a hombres como a mujeres, siendo muy distinta la expresión de cada uno de estos, por ejemplo: los celos son identificados, inclusive, en diferentes pasajes bíblicos hallando que estos son relacionados con el amor de Dios, lo cual exige exclusividad hacia él.

El término celos, procedente del griego “Zealous”, alude a la emoción que surge ante la sospecha real o imaginaria de amenaza a una relación que consideramos valiosa, a un objeto, a una amistad, etc. Cuando se comienza a utilizar el término “celos” surgen distintas formas de comprenderlo o asociarlo a la vida diaria, sin embargo nunca abra una definición definitiva o exacta de que son los celos ya que la perspectiva de cada persona es distinta, por esta razón se enlistan algunas de muchas definiciones existentes para dicho término:

- *Los celos son una respuesta emocional, mental y conductual que surge ante la percepción de parte de la persona "celosa" de una amenaza externa que pone en peligro una relación personal importante con la persona "celada". Estas relaciones personales pueden ser románticas (entre esposo y esposa); o no románticas, (entre amigos, hermanos o compañeros de trabajo). (2009 en red).*
- *Los celos delirantes son la idea que tiene el sujeto pensando que es traicionado por su compañero (a) sexual. (Bruno, 1997).*
- *Los celos son la inquietud de la persona que teme que aquella o aquél que ama de la preferencia a otra persona: celos infundidos es dar motivos para que otro los sienta. (García, 1990).*
- *Los celos: Es el temor de que el bien o afecto que posee o cree poseer pase a otro o sea compartido por otro. (Diccionario Enciclopédico, 1995).*
- *Los celos son sentimientos displacenteros que expresan el temor a la pérdida de la pareja o el desagrado frente a una experiencia real o imaginaria, referida a la experiencia emocional que su pareja ha tenido o*

tenga con una tercera persona, tales experiencias evocan facetas diferentes de los celos. Enojo, rabia, humillación, ansiedad, tristeza, depresión. (Clanton, 1998 en Martina, 2003).

- *Los celos constituyen un estado emocional provocado ante la percepción de una amenaza a una relación valorada por el sujeto; tal percepción activa comportamientos para eliminarla. Los celos son denominados sexuales si las relaciones amenazadas también lo son. En esta línea de análisis, sentirse celoso, constituye una experiencia episódica, no una aflicción permanente, originada frente a pérdidas posibles y supone determinados modos de reaccionar (acciones) (Daly, 1998 en Martina, 2003).*
- *Los celos se dividen en dos: emoción (componente provocado), y la respuesta celosa (componente operante), tanto la emoción como la respuesta emocional celosa son antecedidas por el mismo evento ambiental (Costa y Romariz, 2008).*
- *Los celos son una respuesta emocional provocada por una situación de competición por reforzadores primarios y secundarios, mientras que la conducta celosa sea concebida como una clase operante, en general, reforzada negativamente por la eliminación del rival, o atenuación de la situación de competición por reforzadores (Nazare y Romariz, 2007).*
- *Los celos son las emociones que surgen ante la sospecha real o imaginaria de una amenaza hacia las relaciones que consideramos valiosas, tratándose de un mecanismo psicológico clave para hombres y mujeres (García, 2001).*
- *Los celos son un estado afectivo caracterizado por el miedo a perder o ver reducidos el cariño y la atención de alguien querido. En un sentido estricto, se entiende como el sentimiento producido por el temor de que la persona amada prefiera a otra, frecuentemente, este sentimiento va acompañado de envidia/resentimiento hacia quien se percibe como rival (Fernández, Gamarra, Izal, Betelu, 2001).*
- *Los celos son causa del temor y la inseguridad por retener a nuestro lado a la persona amada, los psicólogos y psicoanalistas coinciden en que*

pueden deberse a una suma de conflictos no resueltos durante la niñez; sin embargo aseguran que en la mayoría de los casos, los celos con medida, llegan a ser parte de cualquier individuo sano (Rosales, 2009).

- *Los celos son una emoción enfermiza que oscurece la inteligencia y hace de sus meras sospechas verdades absolutas, y nace de un sentimiento de inferioridad (García, Gómez, Canto, 2001)*

Según Rosales (2009) existen psicólogos que atribuyen los celos a diversos factores como a la presencia de padres obsesivos o sobre protectores, dominantes en extremo o ausentes por muerte, divorcio, enfermedad o mala relación familiar.

La literatura señala que los celos serían una respuesta anticipatoria ante la posibilidad de pérdida, que envuelve una relación valorizada y posee como función proteger la relación de esta posibilidad, en un abordaje analítico-conductual del problema, sería posible decir que la llamada respuesta anticipatoria puede entenderse como el responder a eventos que en el pasado antecedieron a episodios de pérdida o competición por terceras personas y que, por lo tanto, se emparejaron con esas ocasiones asumiendo parte del control de la respuesta (Nazare y Da silva, 2008).

Mirando el fenómeno desde la Psicología Evolutiva, podría decirse que los celos tienen una función particular y universal en la historia de la especie humana, dado que permiten la construcción de relaciones monogámicas y fieles. Así, los celos son emociones que funcionan como un mecanismo de defensa por medio del cual las personas garantizan la permanencia de su pareja y protegen la relación de actuales o potenciales intromisiones (Ostrosky, 2008).

Una importante predicción de la psicología evolucionista es que los celos son provocados por distintos motivos en ambos sexos, y esto conlleva a la experiencia subjetiva de ellos (Fernández, Olcay, Castro, Escobar y Fuentes, 2003).

Desde la perspectiva sociocultural, los celos han sido considerados como expresión y ratificación de distintos valores y creencias propios de cada contexto cultural. Lógicamente, el sistema de creencias y valores no es un ente autónomo, no siendo posible disociarlo de una determinada estructura social (Barron y Martínez, 2001).

De acuerdo con Clanton y Kosins (1991 en Nazare y Da silva, 2008), es la cultura la que enseña a valorizar determinadas relaciones. En este orden de ideas, comportamientos celosos específicos varían enormemente a través de las culturas debido a la gran diversidad de creencias (reglas y auto-reglas) humanas sobre: a) lo que constituye una relación valorizada, b) lo que constituye una amenaza a tal relación y c) lo que se debe hacer para proteger una relación amenazada.

Los celos son un elemento clave para demostrar las motivaciones adaptativas que moldearon la psicología actual de nuestra especie, así hombres y mujeres enfrentaron problemas adaptativos distintos durante la evolución, debieron haber evolucionado estrategias sexuales diferentes para lograr la reproducción y supervivencia. Los celos se han definido como un estado emocional que es evocado por la percepción de una amenaza a la relación valiosa (Fidas, 2004).

El atraso de la Psicología en iniciar investigaciones sobre los celos, probablemente explica los pocos acuerdos en torno al tema y la consecuente necesidad de estudios.

En el momento actual, se observa que los conocimientos producidos por las investigaciones sobre los celos románticos realizados en el campo de la Psicología están aún en práctica primitiva. Los datos obtenidos por medidas diversas de los celos tienen como resultados un enmarañado de informaciones casi siempre inconsistentes, donde se destacan conclusiones contradictorias sobre los mismos fenómenos (Nazare y Da silva, 2008).

Aunque muchos de los problemas que se presentan en la pareja pueden relacionarse con los celos, no todo puede explicarse a partir de ellos. Los celos pueden ser considerados como una manifestación de algo que no anda bien entre las dos personas, algo que puede ser mucho más profundo ya que cada uno en la relación cumple un papel fundamental en la situación presente.

Para Barron y Martínez (2001) los celos, aun presentes en numerosas culturas no son una experiencia uniforme que resulta de idénticas situaciones y que deriva en idénticas consecuencias.

Para Carrera y García (1996) los celos se tornan en tres ejes: *a) considera que una "emoción" es una experiencia en la que intervienen múltiples componentes. b) las situaciones de celos suelen relacionarse como escenas de arrebatada y exaltada pasión, c) conocer cómo varían las respuestas a esas dos cuestiones en función: del sexo de ambas personas, la importancia del escenario para alguno de los dos involucrados y la experiencia viva detonadora de los celos.*

En un episodio de celos también pueden estar presentes otros fenómenos emocionales (emoción y respuesta emocional), así como la cólera, tristeza, miedo, entre otros. Estos, en un análisis conductual de los celos, son considerados subproductos de las contingencias involucradas en la situación. Al tratarse de los celos, se debe esclarecer la posibilidad de dos comportamientos: dar celos y ponerse celoso (Nazare y Da Silva, 2008).

Skinner señala que la conducta celosa está constituida por respuestas emocionales en los niveles público y privado, es por eso que menciona que los celos son considerados un sentimiento o emoción común, y a su vez los define en dos componentes provocados, *a) los celos pueden ser divididos en la emoción (componente provocado) y b) la respuesta celosa (componente operante)*. Tanto la emoción como la respuesta emocional celosa son anteceditas por el mismo evento ambiental.

Partiendo de estos elementos, se puede decir que la conducta celosa es una respuesta anticipatoria solamente en el sentido de que, se puede emparejar en la actualidad un evento del pasado. Recordando que el evento puede haber sido una situación imaginada o real (Nazare y Da silva, 2008).

El compañero o compañera con celos se encierra en la idea falsa de que cualquier relación o aventura externa representa una amenaza. Además, la persona con celos erróneamente juzga a su compañero o compañera en términos de experiencias y relaciones externas no relacionadas con la relación presente, en vez de juzgar en términos de su relación actual (Rossi, 2005).

La conducta celosa puede efectivamente interferir en la situación de competición y puede interrumpirla, siendo, por lo tanto, reforzada. Las contingencias que envuelven la conducta celosa, efectiva o no, tendrían sus subproductos emocionales como cólera, tristeza, miedo, satisfacción, placer, etc. (Nazare y Da silva, 2008).

Según Rossi (2005) los celos no solo están arraigados en la naturaleza humana, sino que son la emoción más básica e invasora que afecta al hombre en todos los aspectos de sus relaciones humanas. El origen de esta emoción se encuentra cuando el hombre era silvestre. La intensidad y la fuerza de la reacción celosa no disminuyen con el desarrollo o la sofisticación. El autor cree que los celos son autónomos, una unidad psicológica independiente con manifestaciones de enorme variedad.

Dentro de nuestro contexto cultural presente pocas personas consideran apropiados los celos cuya intensidad deriva en un control férreo de otra persona, con interpretaciones delirantes sobre el comportamiento más intrascendente o el más insignificante objeto, y sobre todo cuando se trata de celos "injustificados", es decir, cuando no existe una amenaza real sobre la relación. Sin embargo, si la intensidad de los celos es moderada y sus manifestaciones se reducen a breves

episodios de enfado desaparece parte de su valoración negativa, interpretándolo como un síntoma de amor. Todavía más claro y radical es el cambio cuando existen “motivos” para los celos, cuando existe una amenaza real o cuando esta se ha consumado. En esta situación la no aparición de celos es considerada muy frecuente como inapropiada, e interpretada como una ausencia de amor.

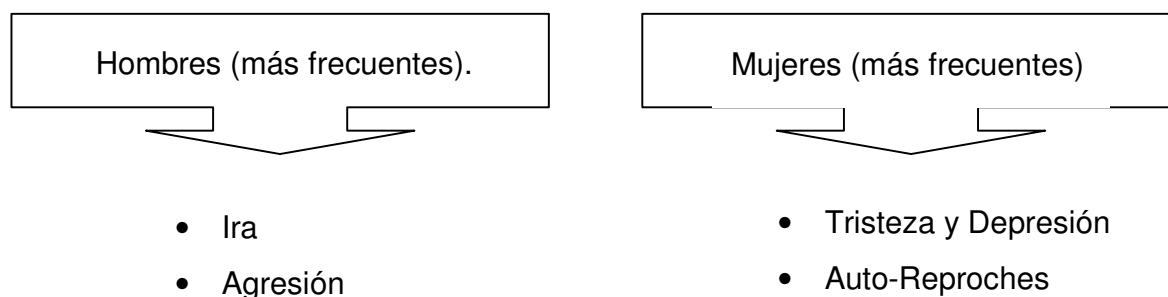
No parece pues, que los celos sean una emoción condenada, con ciertas prescripciones respecto a cuando y con que intensidad deben aparecer. Sin embargo la valoración negativa de los celos puede ser la aparición de cambios en el sistema sociocultural y las consecuencias de una conducta celosa. La introducción de nuevos valores en conflicto con los ya existentes pueden hacer variar la consideración social respecto a determinadas emociones y en relación a su expresión (Barron y Martínez, 2001).

Estudios han puesto en evidencia que aunque la naturaleza de los celos es la misma para ambos sexos, es posible distinguir ciertos elementos diferentes. Los hombres suelen verse más afectados ante la idea de que su pareja tenga relaciones sexuales con otro (“infidelidad sexual”), debido al temor de ser señalados como un mal amante, incapaz de satisfacer a su pareja al menos en el ámbito sexual, mientras que las mujeres sufren más cuando se trata de cuestiones que tocan lo que podría denominarse (“infidelidad emocional”), esto a causa de que ellas anteponen lo emocional que a lo carnal, sintiéndose aun peor porque se sienten defraudadas por la pareja. Entonces los celos también se pueden definir como “una situación y no como una emoción” ya que si no existe alguna acción u evento que los origine, nunca existirán, pero esto depende de la perspectiva de cada persona, lo que para unas es una situación clara de celos para otras no lo es (Nazare y Da silva, 2008).

2.3 Los celos en hombres y mujeres.

¿Son realmente, como se suele afirmar, los hombres son más celosos que las mujeres? Los celos se dan con una frecuencia similar entre hombres y mujeres, pero lo realmente distintivo es el modo de expresión en uno y otro sexo. Si los celos se instalan en el enamoramiento inicial, quiere decir que, en realidad, uno no está completamente enamorado, que aún está inseguro, que plantea pruebas demasiado grandes, etc. (Rosales, 2009).

Emociones por celos en hombres y mujeres.



Los hombres son más celosos sexualmente, mientras que a las mujeres les preocupa más la pérdida del apoyo en toda la extensión de la palabra, (económico, emocional, sentimental, físico, etc.). Rosales (2009, en red) registró que los hombres expresan con mayor facilidad sus celos dicen más a menudo que están sintiendo en ese momento, por ejemplo (forzar una discusión, atacar a su rival o a su mujer, salir corriendo, etc.). La única acción que las mujeres refieren con más frecuencia que los hombres, es buscar apoyo de una amiga íntima, habitualmente otra mujer, aluden más frecuentemente a sentimientos de (desamparo, depresión, inseguridad, miedo).

Fernández, Gamarra, Izal y Betelu, (2001) consideran que la reacción que con mayor recurrencia se registra tanto en hombres como en mujeres es darle vueltas a la situación y atormentarse, lo que se denomina “aprovechar la oportunidad para pensar y procesar”.

2.4 Tipos de celos

Todos los sujetos tenemos celos, envidia, tristeza, amor, temores, etc. y se consideran estados afectivos normales. Son modos de considerar determinadas situaciones o determinadas relaciones. En ocasiones los afectos tienen algún tipo de manifestación que hace que el sujeto no comprenda el porqué de su comportamiento (Caratozzolo, 2002).

Todo celoso, en su estado de "sana conciencia", sabe muy bien que de la nada se adelanta a protestar, a pelear, discutir y se corroe por dentro por causa de sus fantasías alucinantes, de sus pensamientos devoradores y de sus locas 'certezas', casi siempre infundadas. Pero de nada le sirve saber, porque cuando el celo llega, toda la razón se desvanece. Lo que impera es una especie de lente de aumento, convirtiendo cualquier situación en una gran posibilidad de perder aquello que se ama (García, Gómez y Canto, 2001).

Para Fernández, Olcay, Castro, Escobar y Fuentes, (2003) es difícil explicar el celo, porque este no se basa en hechos reales, si no en la forma como el celoso interpreta tales hechos. El celoso parece estar constantemente en alerta, listo para obtener, al fin, la prueba de que sus sospechas estaban ciertas. No se trata, por lo tanto, de luchar contra si y sus sentimientos, y sí de acogerse, comprenderse, transformarse.

No es posible no ser celoso. Y el que dice no serlo, es que ha reprimido los celos y los manifiesta de manera inconsciente como menciona Freud. Más que amar al otro, el celoso quiere poseerlo, considerando que el deseo de poseer puede ser ejercido de muchas formas. De acuerdo con las creencias de cada uno, la práctica y la expresión del celo ocurrirán de distintas maneras (Fernández, Olcay, Castro, Escobar y Fuentes, 2003).

Se ha venido hablando, de que son los celos, como se manifiestan, que características mantienen, cual es la diferencia entre hombres y mujeres, pero estos no son de una sola clase, es importante describir algunos tipos de celos,

para ilustrar de alguna manera lo que viven algunas personas e identificar que lo que sienten son celos, aunque intente todo el tiempo garantizar que no, dando otros nombres a lo que está sintiendo, tales como cuidado, respeto, educación, atención, amor, etc. Es decir, enmascarando su comportamiento y su emoción.

Algunos tipos de celos:

2.4.1 Celotipia

Celotipia deriva del griego “*zeo*” (hiervir, arder, enfurecer, quemar). Celotipo o celoso es ser-golpeado por algo ardiente. Con respecto al contenido o tema de los celos se da una variedad (García, Gómez y Canto, 2001).

La celotipia, o enfermedad de los celos, tiene su origen en la personalidad misma del celoso. Hay algo en la estructura de esa personalidad que no funciona bien. La celotipia, “*pasión de celos*”, es una pesadilla mal sana para el que la sufre (víctima), y para el que la vive (protagonista). Detrás de la celotipia se encuentra una intensa dependencia afectiva y una falta de autoestima. El celoso esconde una personalidad débil, dependiente e insegura. Esa misma inseguridad hace que el celoso se aferre al objeto de su amor de manera obsesiva y actúe de manera muy posesiva, al grado de desear disponer de su pareja como si fuera un objeto propio (Ostrosky, 2008).

Para Sommers (2001) la celopatía, ya se considera una enfermedad, y es punto donde ya se está causando daño a la pareja o a uno mismo. Sommer asegura que la celotipia no alcanzó categoría de reflexión psicopatológica hasta que Karl Jaspers publicó su brillante estudio “Delirio Celotípico”, Contribución al problema: ¿Desarrollo de una Personalidad o Proceso? En dicho trabajo Jaspers encuentra cuatro formas de las ideas de celos, a saber:

- 1.- Celos Psicológicamente Normales.
- 2.- Celos Morbosos.

3.- Celos Delirioses (desarrollo).

4.- Delirio Celotípico (proceso).

En la celotipia psicológica las ideas de celos son cambiantes, se aumentan por todas partes y se olvidan, luego vuelven a reestructurarse y se justifican encontrando fundamento de una u otra manera.

2.4.2 Celos Patológicos

Para Ostrosky (2008) los celos son una emoción que surge cuando se desea poseer en exclusiva a la persona amada. El miedo a la pérdida, real o imaginaria, se manifiesta como una amenaza. Normalmente asociamos este sentimiento a las relaciones de pareja, pero también puede darse entre hermanos compañeros de trabajo, de estudio, entre amigos, y cualquier lugar de convivencia.

Los celos y la envidia por ejemplo tiene el mismo motivo: la necesidad de poseer. Sin embargo, hay una distinción clave. El celoso manifiesta su miedo a perder su posesión, es decir, considera que es suya y no quiere que nada y principalmente nadie se la quite, el envidioso en cambio anhela lo que no posee (Ostrosky, 2008). Esta situación se traduce en una dependencia afectiva en donde el celoso no se imagina solo. El individuo piensa que necesita del otro para vivir, pero esta necesidad se agudiza a tal punto que la idea del abandono o de verse en soledad llega a convertirse en una pesadilla obsesiva. Así mismo, el celoso teme que pueda aparecer cualquier rival (porque se considera a si mismo como alguien que no esta a la altura de lo que la persona amada merece) con mas meritos y se haga con su propiedad privada. Ciertamente los celos son un sentimiento que se representa tanto en los hombres como en las mujeres y el trasfondo de su pesadilla emocional suele ser un serio problema de baja autoestima.

Los celos patológicos están acompañados de intensos sentimientos de inseguridad, auto-compasión, hostilidad, depresión y suelen ser destructivos para la relación, baja autoestima, culpa y ansiedad, en casos mas graves conduce a depresión, fobias y paranoias (Rosales, 2009).

Los celos forman parte de nuestra vida, pueden participar como integrantes en una relación, amorosa, como “prueba de amor”. Pero cuando el amor es invadido por los celos patológicos, el control, la posesividad y el sometimiento van ocupando su lugar provocando un empobrecimiento del sujeto y la pareja (Caratozzolo, 2002)

2.4.3 Celos irracionales

Para Rossi (2005) la sensación de amenaza es condición fundamental de los celos. Frente a algo o alguien que es, lo sentimos o lo deseamos como nuestro, los celos son una reacción frente a esa amenaza que se presenta ante nuestro deseo. Sin pretender ser muy exhaustivos, resumamos la idea diciendo que los celos se basan en una experiencia pasada del individuo y que se manifiesta frente a un estímulo presente y que se expresa como una amenaza a nuestro deseo. Es decir:

- Los celos son patrimonio de lo imaginario
- El estímulo para ellos puede ser simbólico
- La manifestación es en el campo de lo real

Los celos no se justifican en lo real, sino en lo imaginario. Y es allí donde toma su valor más importante. Las sospechas, las pruebas no implican celos. Implican duda y decisión personal frente a una situación. O sea, los celos son una actitud frente al otro en una situación en la que sentimos que está amenazada nuestra posición. A esa amenaza imaginaria, necesitamos llevarla a un plano real y para hacerlo nos aferramos a elementos concretos. Sin embargo los elementos

concretos no justifican los celos. Sino que lo transforman en comprobación (García, 2001 y Rossi, 2005).

Para Rage (2002) los celos irracionales en este sentido no respetan sexo, edad, parentesco, clase social, cultura, etc. La persona celosa desea controlar y poseer.

Los celos son sentimientos universales, y en este sentido no son patológicos. La “conducta” que evoca es lo que con frecuencia resulta irracional. Los celos pueden ser buenos o malos, dependiendo no tanto de lo que sentimos, sino de lo que hacemos y de la forma en que actuamos de acuerdo con lo que sentimos.

Cuando se trata de poner en práctica estas conductas complejas y sutiles, pero sin la garantía de una seguridad o una permanencia, surgen los celos irracionales. A pesar de que racionalmente se sepa que esos sentimientos son infundados, la persona se llena de dolor, amargura e impotencia y empieza a dirigir la culpa de su dolor hacia el exterior, en dirección de alguien, para no hacerlo contra si mismo.

Los celos irracionales es otra de las actitudes de amor inmaduro. Es un hecho que todo amor es en alguna forma celoso, ya que las personas que aman desean conservar al ser amado. El problema surge ante la irracionalidad. Esta actitud se presenta cuando los celos son el elemento central y característico del amor. Es posible que en su fantasía esa persona celosa quiera que su pareja solo exista para ella en una forma posesiva.

Para una persona que manifiesta celos irracionales no existe la persona de su pareja, porque confunde el amor con la posesión. Los celos son algo difícil de superar, ya que la posesividad de uno exaspera el instinto de defensa del otro. Desafortunadamente, en muchos casos los celos irracionales han sido tan frecuentes y agresivos, que es posible que ya no se distinga cuando son falsos o cuando son verdaderos.

Los celos solo disminuyen cuando las personas recuperan sus “sentimientos de valía y respeto hacia sí mismo” esto es, cuando se deja de incorporar el problema y se empieza a considerarlo en una forma objetiva, como algo que se deriva de las propias exigencias y necesidades personales (Rage, 2002).

2.4.4 Celos Fraternos

También llamados filiales, son frecuentes en el ambiente familiar, y por lo mismo, es habitual escuchar la frase “el pequeño esta celoso del hermano que esta por nacer”. En un sentido de desarrollo, los celos y el duelo se consideran naturales o normales, los cuales constituyen una parte del aprendizaje de los estados afectivos (Rossi, 2005).

2.4.5 Celos proyectados

Los celos enraizados en la proyección, presentes tanto en hombres como en mujeres, proviene de la propia infidelidad (ya sea del hecho o del impulso de ser infiel) que se ha reprimido, ante lo cual el individuo se protege de la culpa con la creencia de que el infiel es el otro. Por lo general, el mecanismo de proyección genera celos desenfrenados y violentos, pues su intensidad crece en razón directa al grado de infidelidad de la persona celosa (Rossi, 2005). Es decir, en ocasiones los celos que se manifiestan son a causa de alguna acción del pasado que se relaciona con el presente.

2.4.6 Celos delirantes

Por la intensidad con que usan la proyección y las tendencias paranoides, los celos delirantes hacen que la persona vaya mas halla en la elaboración fantástica y genere juicios equivocados de la realidad, pues sus pensamientos se funden en los miedos a sobrellevar la angustia desencadenada por la perdida del objeto, la

dependencia o falta de autoestima, entre otros. Como los celos proyectados, los delirantes proviene de anhelos de infidelidad reprimidos, pero los objetos de tales fantasías son del mismo sexo. Los celos delirantes explico Freud corresponden a una homosexualidad fermentada y no se expresan por su calidad inconciente y reprimida, lo cual les confiere un nivel de conflicto no resuelto, los sitúa entre las modalidades clásicas de la paranoia. Esto no excluye hallar celos de los tres estratos combinados en un mismo sujeto.

2.4.7 Celos “normales”

Son en donde ni la frecuencia ni la intensidad invaden todo el escenario de la vida en pareja (Fernández, Olcay, Castro, Escobar y Fuentes, 2003).

Los celos normales, también se entienden como la situación en donde cualquier persona puede sentir en un momento dado celos sin que suponga un problema para ninguna de las dos personas involucradas en la relación.

Los celos normales son aquellos que no dañan a los demás si no a nosotros mismos, pues son pasajeros y surgen de una razón real que los justifica. Cabe señalar que éstos se pueden transformar de normales a enfermos en una abrir y cerrar de ojos, pero no puede ocurrir al revés. (Rosales, 2009).

2.4.8 Celos sostenidos

Son cuando existe entre juego de pareja, en donde los celos son un condimento a la relación, siendo aceptados los celos por ambas partes (Caratozzolo, 2002). Es decir, aquí los celos juegan un papel importante para que la relación mantenga un equilibrio.

2.4.9 Celos “buenos”

Consisten en una preocupación por la posible pérdida de una persona amada o malestar por la relación real o imaginada que esa persona tiene con alguien más. Quienes sienten este tipo de celos prefieren que sus parejas permanezcan con

ellos y no desean que tengan una relación demasiado íntima con nadie más. Esto a veces causa algunos problemas en la pareja pero no son demasiado serios ni producen un malestar intenso a ninguno de los miembros de la pareja (Fernández, Olcay, Castro, Escobar y Fuentes, 2003).

Para García, Gómez y Canto, (2001) los celos buenos se caracterizan por la retención de pensamientos positivos sobre nuestro compañero o compañera, aún cuando se genere dolor. La mayoría de la gente puede experimentar varios grados de celos buenos sobre su compañero o compañera. Los celos buenos no siempre significan que la persona que siente celos es insegura o posesiva, especialmente, si los celos se experimentan como sólo una emoción pasajera. Los celos buenos, inclusive si son muy dolorosos, raramente infligen daño profundo o permanente en ninguna de las dos personas en la pareja, ni en la relación.

2.4.10 Celos “malos”

Son una reacción destructiva y mística que de la nada inventan pensamientos malos e injustos sobre el compañero o la compañera de uno. Esos malos pensamientos frecuentemente son bien disimulados, pero son insidiosamente destructivos para las emociones de ambas personas en la pareja (Fernández, Gamarra, Izal y Betelu, 2001).

Este tipo de celos le impiden a la persona celosa conocer, aceptar, recordar o creer los valores del compañero o la compañera que es víctima. En su lugar, una amargura irreal, cinismo o malevolencia hacia la víctima son conjurados por los celos malos. Tales ilusiones negativas generalmente están arraigadas en experiencias pasadas que no están relacionadas al compañero o compañera que es ahora víctima. La víctima generalmente siente que la persona con celos le proyecta información indicando que él o ella es mala persona. Esto causa que la víctima responda con mayor perplejidad y asombro, seguidos por coraje, disgusto y un sentido de injusticia.

Se pueden identificar dos tipos de celos: “*de pensamientos buenos y de pensamientos malos*”. Ambos tipos se basan en la suposición errónea de que uno tiene derecho sobre la vida de su compañero o compañera, especialmente sobre la vida sexual de esa persona. Los sentimientos de celos surgen cuando la suposición irreal de que poseemos a nuestro compañero o compañera parece ser amenazada (Fernández, Gamarra, Izal y Betelu, 2001).

2.4.11 Celos morbosos

Según Caratozzolo (2002) en este tipo de celos las ideas se desarrollan de modo lento o brusco, pero estable, las demostraciones se mantienen durante años y a duras penas pueden olvidarse, salen por doquier y aumentan. No son sistematizadas y la autocrítica es más o menos amplia.

Ambas formas deben ser diferenciadas de la “Celotipia Deliroide” en la cual surgen ideas y observaciones que aparecen por doquier y se olvidan sin ninguna crítica; también debe diferenciarse del “Delirio Celotípico” sistematizado, en el que existe plena certeza "con el surgir de la representación del hecho.

2.4.12 Celos deliroides

En estos no hay la certeza, sino, la sospecha que sometida a crítica, finalmente aparece como verdadera. El delirio celotípico tiene, en su génesis, conexiones con todos los síntomas psicóticos dependiendo del cuadro morbozo en que se presente. Si no se da en la plenitud de los demás síntomas su origen puede hallarse en una combinación de errores sensoriales y falsos recuerdos (Fernández, Olcay, Castro y Escobar, 2003).

2.4.13 Celos intensos

Este tipo de celos reflejan la existencia de una inseguridad personal, así como de un sentimiento de posición sobre la pareja y de un temor a perderla en beneficio de un rival, e interfieren negativamente en la vida cotidiana (García, Gómez y Canto, 2001).

2.4.14 Celos rencorosos

Cuando la persona celosa no tiene ningún interés en lo que su pareja puede ofrecer, y sin embargo no tolera las intrusiones. Es frecuente en relaciones de larga duración en las que han desaparecido los deseos sexuales y el afecto (Sommers, 2001).

2.4.15 Celos retrospectivos

El fenómeno de los celos retrospectivos, son cuando el celoso pretende detalles de la historia anterior. El celoso no sufre por la privación actual o futura surgida de las ganancias de otro, sino por episodios que ya no pueden afectar ni la cantidad ni la duración de acceso a su pareja. Irracionalmente quiere reescribir la historia convirtiéndose a si mismo en el único objeto de verdadera pasión de todos los tiempos (Sommers, 2001).

2.4.16 Celos infantiles

Los celos infantiles (del griego Tzélós: envidia) suelen considerarse normales y suelen evolucionar favorablemente en un plazo mas o menos largo de tiempo. Cuando los celos ante los hermanos u otras personas se hacen permanentes, pueden convertirse en patológicos. El diagnóstico de los celos infantiles viene determinados por la presencia de agresiones entre hermanos, la aparición de conductas propias de edades inferiores de todo tipo, manifestaciones somáticas (Fernández, Gamarra, Izal y Betelu, 2001).

2.4.17 Celos reactivos

Se manifiestan cuando el celoso tiene una rabieta o se hunde en la melancolía ante un episodio de pérdida de afecto.

En los celos reactivos de igual forma se manifiestan después de la infidelidad, no en lo que uno hace para prevenirla. Los celos preventivos carecen de la inmediatez de los celos reactivos y aunque parecen servir a propósitos biológicos, es mucho más difícil ver cómo pueden vincularse con programas orgánicos en nuestros cerebros. Y esto porque suelen implicar a instituciones sociales antes que a individuos (Sommers, 2001).

2.4.18 Celos preventivos

Son las maniobras sociales y personales a las que recurre un individuo para aislar a su cónyuge de las tentaciones o de las oportunidades para volcarse a otros (Sommers, 2001).

García, Gómez y Canto, (2001) dicen que: los celos de todo tipo se relacionan con el temor de perder algo psicológicamente muy importante (el prestigio, el ser cuidado por alguien, el pertenecer a una persona, el respeto).

Según Caratuzzolo (2002) sea cual fuere el sexo, los celos son una demanda de ser el único, el irremplazable para el otro, aquello que es ya una posición imaginaria de totalización, una anulación de la alteridad, una aspiración hacia el uno.

En conclusión, se puede detectar que existen diferentes tipos de celos, unos catalogados como buenos, sanos para la relación, otros enfermizos, malos, etc., pero al final del día uno los toma o relaciona con su vida diaria acorde a sus experiencias, pero esto no solo queda en una manifestación de celos, en muchas de las veces ya sean buenos o malos, sus consecuencias son muy marcadas en la vida tanto del celoso como del celado, estas consecuencias pueden ir desde violencia hasta la misma muerte, es por este motivo que en el siguiente capítulo se abordará de una manera más amplia las consecuencias de los mismos.

CAPÍTULO 3. LOS CELOS Y SUS CONSECUENCIAS

Todos hemos sentido y sentiremos celos en algún momento de nuestras vidas, eso es totalmente innato a la raza humana. Pero cuando este sentimiento se torna patológico, surgen infinidad de problemas que pueden perjudicar la vida de la pareja. Según diversos especialistas, la mayoría de las veces los celos empiezan a generarse desde la niñez y en la medida que no aprendemos a controlarlos, pueden ir incrementándose a través de los años y afectar en nuestras formas de interactuar con los demás.

Es la cultura en donde nos desarrollamos la encargada de determinar qué situación es amenazadora, cuándo esa situación es realmente un peligro y en qué condiciones se requiere la manifestación de la emoción de celos. Por lo tanto, la estructura social en la que vivimos es un factor determinante en la percepción de la amenaza. Sobre los pilares culturales hombres y mujeres construyen su desarrollo emocional, siendo el distinto proceso de socialización el responsable de las diferencias intergenéricas encontradas en las investigaciones de los psicólogos evolucionistas. Las normas y roles de género dominantes en un contexto ideológico van a determinar la percepción que ellas y ellos poseen de sus compañeros, creando diferentes expectativas ante el comportamiento social del sexo opuesto. Este proceso de comparación, inherente al contexto social en que se vive, causa el alejamiento entre la imagen real y la ideal que la persona tiene de sí misma (García, Gómez, y Canto, 2001).

Tomando en cuenta la naturaleza del hombre, sus propios instintos y fundamentalmente sus limitaciones personales, nos resulta evidente que este necesita de la vida social como condición en su conservación, desarrollo físico y cumplimiento de sus tareas intelectuales y morales (Echeburúa y Fernández, 2001).

Sobre la base de las ideas desarrolladas por Sternberg (1998 en Martina y Fernández, 2003) cabe plantear que los sentimientos referidos a estar enamorado/a son reconocidos como importantes en la gran mayoría de las culturas. Para dicho autor el amor romántico está integrado por tres componentes principales a los que denomina pasión, intimidad y compromiso. Aunque tales componentes se diferencian entre sí, aparecen vinculados en historias de vidas concretas y se expresan a través de sentimientos de celos y comportamientos producidos por los celos.

Como sostiene Martina y Fernández (2003), dolor, soledad y traiciones contrastan con los imaginarios sociales vigentes sobre la condición de virtuosos que se suponen tienen los enamoramientos. Las situaciones de ruptura y discordia se proclaman como síntomas de fracasos, pero el conflicto es la norma y no su excepción, un ejemplo claro de una manifestación de conflicto en la pareja son los celos que sienten y viven cada uno de los miembros de la pareja.

Pero ¿Cómo conocer a la persona celosa? El primer paso es a partir de una comparación entre determinadas experiencias personales con las situaciones de otra persona expuestas en el momento de la situación que le está produciendo celos, tales como (un comportamiento distinto, un olor diferente, un cambio y/o ruptura de horarios, falta de interés en el otro, etc.). Sin embargo, los celos constituyen un estado afectivo que puede ser considerado habitual, común y hasta normal, mientras la persona mantenga el control de ellos y no permita que interfieran negativamente en su cotidianidad. Entonces, podría decirse que un cierto grado de celos en su sentido de vigilancia no debería causar ningún problema (Echeburua y Fernández, 2001).

Para Martina y Fernández (2003) los celos son sentimientos displacenteros que expresan el temor a la pérdida de la pareja o el desagrado frente a una experiencia real o imaginaria referida a la experiencia emocional que su pareja ha

tenido o tenga con una tercera persona. Tales experiencias evocan facetas diferentes de los celos: *enojo, rabia, humillación, ansiedad, tristeza, depresión*.

En este sentido los celos son las emociones que surgen ante la sospecha real o imaginaria de una amenaza hacia las relaciones que consideramos valiosas (pareja, amigos, familia, etc.), tratándose de un mecanismo psicológico clave para hombres y mujeres, el alivio del malestar del celoso solo se consigue con las conductas comprobatorias dirigidas a verificar la base real de dichos sentimientos (García, Gómez y Canto, 2001).

Cualquier acontecimiento de la vida cotidiana, por trivial que pueda resultar a un observador externo, puede ser suficiente para desencadenar un episodio agudo de celos, poco a poco la vida del celoso comienza a girar en torno a sus miedos, que llegan a determinar el tipo de comportamientos y a interferir gravemente en el funcionamiento del día a día (Pérez, 2008).

Lo que no se suele valorar en estos casos es la consecuencia real que pueden tener los celos injustificados en una relación que en un primer momento podía ser buena y bonita entre dos personas (Cesio, 2004).

Las personas celosas suelen ser sensibles, lo que puede dar lugar a manifestaciones orgánicas como: *tensión muscular, dolor de estomago, cansancio, enuresis diurna o nocturna*. Pueden experimentar *sentimiento de rechazo, deseos de agredir* y esto hace que se sientan culpables, lo que a su vez incrementa su sufrimiento. Es como un círculo vicioso que eleva su ansiedad y le impide afrontar la vida con seriedad.

Los celos cuando son excesivos resultan sofocantes para quien los sufre y son perjudiciales también para quien los padece, además se agravan con el tiempo si no se aprende a manejarlos. Por ejemplo los celos patológicos causan *tristeza, ira, sentimiento de frustración y miedo que termina en peleas constantes, persecuciones, discusiones y agresiones en la pareja*. La persona celosa piensa

constantemente que le engañan y para corroborar sus creencias indaga en la vida de su pareja realizando cosas como *revisar sus bolsillos, espiarla, atosigarla con preguntas, prohibiéndole determinadas actividades, etc.* El celado además de padecer un infierno, termina con importantes problemas psicológicos que pueden condicionar su vida presente y futura (Rossi, 2005).

Los pensamientos mórbidos relacionados con los celos y los rituales complejos que llevan a acabo este tipo de personas influyen de manera significativa en el desarrollo de la vida cotidiana, la vida afectiva y la estabilidad de la pareja se hallan profundamente deterioradas y las discusiones se vuelven una constante, de la misma manera, las relaciones interpersonales se ven afectadas (Pérez, 2008).

Los celos siempre se producen por miedo a perder a la otra persona, pero la realidad es que se rompen muchas más parejas por lo insoportable que puede llegar a convertirse una convivencia cargada de celos, discusiones y deseos de dominación hacia el otro y lo que empieza siendo un intento por evitar un final, termina convirtiéndose en el único motivo para que la historia de amor termine, es por eso que hombres y mujeres manifiestan la emoción de los celos de diferentes formas, esto puede deberse al estilo de crianza, el nivel de estudios tanto del celoso como del celado, el tipo de religión con el cual fueron educados, o a la convivencia que mantiene dentro de su círculo social, etc. (Cesio, 2004).

La persona que siente celos percibe la realidad algo distorsionada, *considera que es menos querida que antes, parece tener un radar que le trae a la memoria lo que le produce angustia, su autoestima suele ser baja, vive con ansiedad, puede experimentar rechazo a aquello que le produce satisfacción, le cuesta centrarse en actividades que exige concentración o se aísla en su mundo* (García, Gómez y Canto, 2001).

Aunque se lleguen a calificar a los celos como normales, su presencia y manifestación, no son completamente racionales ya que, nacen de circunstancias actuales, proporcionados a la situación real, es decir aun en los celos normales

siempre hay algún componente irracional, además los celos empiezan a ser problemáticos cuando tiranizan el campo de la conciencia o denotan una pérdida de realidad que interfiere negativamente en la relación de pareja, y en su bienestar personal (Echeburúa y Fernández, 2001).

Rossi (2005) ha identificado que hay siempre cuatro componentes principales en las conductas de celos: *el amor a una persona, el afán de posesión, la fidelidad pactada y el desprestigio social de la infidelidad.*

El celoso está tan dedicado en sí que al dedicarle cada vez mayor tiempo a la pareja, va perdiendo curiosidad por el mundo exterior y tiene, además, un temor adicional a que su pareja pueda mostrarse interesada por otras personas si aumentan las relaciones sociales. El ámbito laboral también se ve afectado los pensamientos de celos se disparan y por lo tanto disminuye la capacidad de concentración en las actividades laborales (Pérez, 2008).

Según Echeburúa y Fernández (2001) quienes son o se consideran personas celosas se sienten inferiores a las demás personas, se sienten olvidadas, descuidadas y esto refuerza la idea de que la otra persona pueda terminar la relación, situación que genera angustia y puede provocar gran estrés y cansancio. En este sentido las personas celosas presentan ciertas características personales:

- inseguridad en uno mismo y la dependencia emocional.
- desconfianza hacia los demás.
- baja autoestima.
- intervención y la carencia de recursos sociales.

Cuando una persona está sintiendo celos, manifiesta conductas físicas como:

- ✓ Taquicardias
- ✓ Nerviosismo
- ✓ Jaquecas

En situaciones más extremas, intervienen los trastornos de ansiedad y aprensión con los que también pueden experimentar otros síntomas en tres etapas:

Primera:

- ✓ Nerviosismo intenso
- ✓ Nudo en la garganta
- ✓ Manos temblorosas
- ✓ Mayor susceptibilidad hasta el grado de perder totalmente el control sobre sus actos como respuesta a un estímulo dado.

Segunda:

- ✓ Aumento de la sudoración en manos por la tensión
- ✓ Llanto desconsolado
- ✓ Dolor de estómago
- ✓ Mareo
- ✓ Respiración acelerada.

Tercera:

- ✓ Angustia
- ✓ Gritos desgarradores
- ✓ Excesiva preocupación por el futuro y posesiones

El celoso, en su intimidad piensa que no es lo suficientemente hombre o mujer y que por ello su pareja estará siempre al acecho de una mejor persona. El celoso carece de todo juicio, su entendimiento está bloqueado, sus figuraciones le parecen realidades y sus sospechas verdades, pues su conducta revela un profundo sentimiento de minusvalía personal (Echeburúa y Fernández, 2001).

Por otro lado, la pareja del celoso puede verse obligada a mentir para evitar problemas o a terminar la relación por el grado de hostigamiento que el otro le propicia, pero estas serían las consecuencias más leves ya que hay casos de agresiones físicas, privación de la libertad, obsesiones, hasta asesinatos a causa de los celos (Cesio, 2004).

Una de las consecuencias más extremas y a su vez más comunes de los celos es el homicidio, e infidelidades, pero todo esto depende de cómo sea el carácter de cada persona, algunas pueden reaccionar de modo violento o también sumirse en una gran depresión.

3.1 El homicidio por celos

Como se ha venido mencionando los celos han producido situaciones extremas a lo largo de la historia, "*Crimen Pasional*" se ha convertido en una expresión tan familiar que difícilmente reparamos en cuán paradójica es: *pasión y crimen, amor y muerte*. Es la cruel paradoja en cumplimiento de la cual uno mata a la persona que más ama.

Sin lugar a dudas el homicidio es el más grave de los delitos. Es importante destacar la importancia y trascendencia del homicidio por tratarse de un delito que además de provocar una afectación individual y familiar y además principalmente social, ya que es esta quien integrada por cada individuo repugna dicha conducta delictiva, que por tanto provoca rechazo.

Se podría explicar de manera sintetizada entonces que pasa con los celos y con la comisión de un homicidio contra la pareja. Ante el amor, la química cerebral, es decir, los niveles de Dopamina y Norepinefrina aumentan de manera considerable, pero lo hacen en búsqueda del placer, sin embargo, cuando hay una adversidad una deserción un pensamiento compulsivo, estos niveles tienden a aumentar aun más, y la serotonina se reduce lo que provoca acciones agresivas, depresión, estrés, angustia, ansiedad el enojo, insomnio, etc. (Pérez, 2008).

3.2 La infidelidad un elemento esencial para celos

Según Cesio (2004) la relación de pareja se basa explícita o implícitamente en una fidelidad pactada. Por muy abierta que sea la forma en que se plantee una

relación, los celos emergen si a uno le importa emocionalmente la pareja y ve peligrar la relación por la aparición en escena de un rival.

Por lo que tal parece que el problema principal para sentir celos en muchos de los casos, es la influencia que tiene en ellos el tema de la infidelidad, conocer las repercusiones que traen a la sociedad los celos y la infidelidad es importante, ya que esta es una de las razones de mayor peso por las que una pareja rompe su matrimonio; destruyen la confianza de los enamorados y los pilares sobre los que se cimienta una relación. Así mismo los celos propician hostilidad dentro de la convivencia matrimonial, haciendo imposible la vida conyugal (Svenn, Candida, Estefanero y Franco, 2008).

Por lo que la infidelidad es vista como una defraudación, traición a una relación, la violación a un convenio como la ruptura del compromiso de exclusividad sexual o emocional de uno de los componentes de una relación afectiva, por la intervención de una tercera persona; su concepción es vista de distinta forma según el medio social en que se desarrolla una persona.

Según Cesio, (2004) los problemas inseparables a los celos son la infidelidad y la culpa. Si se logra convencer a ambos, la infidelidad dejaría de ser un problema. Lamentablemente la culpa y los celos rara vez son superados en el curso de una vida; de ahí la necesidad de mantener en secreto la infidelidad. Quienes han sido infieles suelen ser los candidatos más probables a manifestar un ataque de celos no provocados. La persona asustada y culpable crea distancia para proteger un secreto y al mismo tiempo se angustia y clama por una mayor proximidad, tal vez manifieste celos incoherentes y desorientadores por el hecho de pedir simultáneamente intimidad y distanciamiento. Los matrimonios o noviazgos donde los celos alcancen una mayor intensidad quizá se caractericen por una posesividad máxima y una intimidad mínima.

Todo lo mencionado depende de las diferencias en la manifestación de celos de hombres y mujeres ante dos supuestas infidelidades, sexual y emocional. De acuerdo con su hipótesis de partida, la infidelidad sexual es la que más celos e ira genera tanto a hombres como a mujeres, lo que coincide con su planteamiento sociocultural: "la agresión al elemento pasional supone la amenaza a la exclusividad de la relación amorosa". El análisis de las diferencias de género refleja una reacción de ira y de celos entre los varones orientada a la posibilidad de la existencia de relaciones genitales, mientras que las mujeres se sienten más amenazadas ante la posibilidad de que su pareja se involucre afectivamente con otra persona (Svenn, Candida, Estefanero y Franco, 2008).

3.3 Consecuencias de los celos

El principal problema de los celos es que aunque sí se puede alcanzar un cierto control, su curación es muy difícil. Una vía para dominar los celos es hablar abiertamente de ellos con la persona que se los provoca y, en su caso, con el especialista. Es fácil que en toda relación se produzcan celos por temor a perder al ser querido, pero hay que ser capaz de controlarlos para lograr ser feliz, pues la persona celosa difícilmente puede serlo, ya que sus deseos por controlar a su pareja de forma continua, y el sospechar de todos sus actos, le imposibilitan conseguir esa felicidad llevando a identificar como consecuencia de los celos:

- Una baja autoestima (aunque parezca lo contrario)
- Dificultad para valorarse a sí mismo
- Pérdidas afectivas en la infancia ocasionadas por padres poco valorativos de las virtudes de los hijos, muy exigentes y muy críticos
- Patrones afectivos mal aprendidos o modelos poco útiles para seguir

Lo cual debería ser tratado si se desea terminar una situación grave y/o conflicto

3.3.1 Baja autoestima

Los celos surgen en aquellas personas inseguras que no confían en que su pareja sea capaz de quererle y de serle fiel. Cuando una persona tiene la autoestima por los suelos, le resulta difícil llegar a creer que alguien pueda fijarse en ella, por lo que empiezan las dudas y se llegan a ver traiciones donde realmente no las hay.

Para Rossi (2005) el historial de críticas y la poca valoración que arrastra una persona celosa, hace que no sepa apreciar lo que los demás hacen por él, y que lo interprete como si no fuese para él, como si debiera de haber otro motivo para que se actúe así, por ejemplo, encontrar un posible amante, esto haría que todas las conductas que realice su pareja serán reinterpretadas por el celoso hacia ese punto.

El problema está en la pérdida de autoestima que ha sufrido esta persona y que le hace verse como poco merecedor de cariño o aprecio. En su pensamiento sólo hay ideas del tipo:

- "No valgo para nada"
- "Nadie puede quererme porque soy un perdedor"
- "Por qué me quiere mi pareja si no valgo para nada"
- "Seguro que me está engañando"

3.3.2 Cognición o Pensamientos

La mente es una de las "máquinas" más creativas que existen y que actúa de forma automática. Cuando una persona permite que los celos se manifiesten en su forma de ser y comportarse, su carácter se ve dominado por ciertas ideas falsas o verdaderas. La persona empieza a ver cosas que no son ciertas, llegando a causar a otras personas sin tener pruebas. El celoso con ánimo de controlar todos los pasos de su pareja para que no le sea infiel, consigue mantener a ésta como en una cárcel, e incluso los detalles buenos que su pareja pueda tener con él, serán mal interpretados y llevados al extremo.

Los celos son, como hemos dicho, la falta de confianza en uno mismo y en la pareja. Se trata de una actitud obsesiva que encadena situaciones innecesarias que se pueden evitar bajo un adecuado análisis. En muchos casos, la persona celosa actúa impulsivamente, de forma inadecuada con la pareja, y una vez que se ha dado cuenta del error que ha cometido se arrepiente y se disculpa. No obstante, el tiempo va pasando y el error se vuelve a cometer, lo que sin duda llega a deteriorar una relación y generar un círculo de violencia (Rossi, 2005).

3.3.3 Agresividad verbal o física

Los celos son considerados, por algunas personas, como una muestra de amor. Pero cuando los celos, la violencia y/o la agresividad se mezclan responden a la noción de apropiarse de algo, pero ese algo, es alguien. Cuando esa propiedad se ve amenazada, existe la posibilidad real o fantaseada de pérdida y esto termina en ansiedad, inquietud, etc. que según las características personales de cada uno se expresan de manera diferente (Santoro, 2009).

Cada vez que el celoso interprete que le están engañando, reaccionará de manera agresiva, ya sea verbal o físicamente, con críticas a su pareja, recriminaciones, obligaciones, etc. que sólo él será capaz de entender debido a su incoherencia y que los demás verán como un abuso de poder y una falta de respeto, con lo que las discusiones se sucederán una y otra vez.

Como su actitud se fomentó desde la edad infantil, esta se equipara a la de un niño pequeño, con rabietas, gritos, agresividad, incomprensión e irracionalidad. Esta problemática es más profunda de lo que parece en un primer momento, pues no se trata de un individuo cabezón que sólo piensa en él, sino que subyace un verdadero problema emocional que necesita tratamiento y re-aprendizaje (Rossi, 2005).

En definitiva, poniéndonos en el punto de vista de la otra parte, es decir, del miembro de la pareja que está siendo objeto de los celos, lo que empieza siendo como algo halagador y con cierta tolerancia, se convierte en una pesadilla que le

corta su libertad, las personalidades celosas se caracterizan por la inseguridad, la dependencia emocional, la introversión, la desconfianza y la baja autoestima, así como por una preocupación enfermiza por la fidelidad de la pareja, en estos casos los celos pueden estar latentes y activarse en forma de arrebatos en diversos momentos de la relación.

En conclusión, los celos son un conjunto de emociones que surgen a raíz de un deseo de poseer algo, (pareja) de forma exclusiva, cuando una persona siente celos existen tanto componentes internos (*ira, sudoración, miedo, pena, sentimientos de humillación, rabia, enojo, dolor, taquicardia, etc.*) como externos que tienen que ver justamente con la exteriorización de dichos sentimientos (*llorar, gritar, reclamar y hasta recurrir a la violencia*). Los celos en general tienen que ver con la cultura en que se vive, la influencia del medio, pero también con la historia de vida que se va formando desde la infancia. Es por eso que en todos los casos donde existe una relación que implica amor (*de hermanos, de padres, de pareja, de amigos*) es normal que una persona sienta celos, sin embargo estos pueden ser tanto una emoción normal y agradable como una emoción que se torne problemática y que provoque actitudes en el ser humano de venganza y/o violencia. Los celos en hombres se desencadenan en agresión o ira y en las mujeres en forma de depresión, por lo general el hombre culpa a la mujer de sus celos y la mujer se culpa así misma.

CAPÍTULO 4. INVESTIGACION

Todos somos susceptibles de sufrir celos, pero cuando son la causa de una ruptura sentimental se convierten en un enemigo a combatir con todas las armas.

Sobre el origen de los celos se ha escrito mucho. Hay autores que opinan que los celos son innatos en el ser humano, y otros que consideran que los celos son producto de nuestra cultura. En lo que sí están de acuerdo los expertos es que los celos continuos en la pareja pueden acabar por romper definitivamente una relación e imposibilitar otras nuevas, si no se controlan.

Existen psicólogos que definen los celos como un estado de preocupación que debilita la relación, una preocupación por la posibilidad de perder la atención del compañero querido y por el que se siente atracción.

Es verdad que los celos acechan a cualquiera, pero no todo el mundo sabe dosificar su efervescencia. Los que estudian a la pareja consideran que hay personas con más tendencias que otras a sufrir ataques de celos. Un temperamento apasionado no concibe el amor sin ellos, mientras que los de personalidad más fría recurren a la razón para no caer en lo que consideran una bajeza. Las personas celosas creen poco en sí mismas y en su capacidad de gustar y atraer a su pareja, dependen en exceso del amor de los demás. El hecho de pensar en la posibilidad de perder al ser amado les angustia y deprime. Por ello, mantienen conductas controladoras que le permiten asegurarse de la fidelidad de la pareja y de su posición de exclusividad.

Los celos llegan a tener asociadas conductas agresivas y pueden desembocar en situaciones inaguantables para cualquiera de los dos miembros de la pareja, por lo que la relación se “quema”. La persona celosa puede llegar a obligar, prohibir, e incluso utilizar la fuerza física para someter al otro y tenerlo bajo control, para quedarse más segura de que es correspondida.

Si aparecen los celos en una pareja, los especialistas aconsejan, primero, descubrir cuál es la causa, si el origen es patológico o hay en realidad un distanciamiento afectivo. Con ello se llegará a soluciones distintas, en los dos casos será necesario un trabajo de pareja para salvar la relación o priorizar una terapia individual con el afectado.

Lo que nos lleva a plantearnos las siguientes Hipótesis:

- 1.- Existirá diferencia en el nivel de celos en hombres y mujeres según su nivel de estudio, religión, edad y género
- 2.- El nivel de celos es mayor en hombres que en mujeres según su nivel de estudio, religión, edad y género.
- 3.- El nivel de celos es mayor en mujeres que en hombres según su nivel de estudio, religión, edad y género.
- 4.- No existe diferencia en el nivel de celos de hombres y mujeres.

Por lo tanto el objetivo general y los objetivos particulares de la presente investigación son:

Identificar quienes son más celosos según el género, el nivel educativo, la religión y la edad.

- Identificar y describir factores que intervienen en la manifestación de celos en hombres y mujeres así como su intensidad en función y frecuencia de su género.
- Detectar si el género, el nivel educativo, la edad y la religión, son factores para poder manifestar celos.

4.1 Método

4.1.1 Sujetos

120 personas: 60 hombres y 60 mujeres. La edad promedio de los encuestados fue de 15 a 40 años en ambos sexos. Por otro lado, con respecto a la ocupación de las mujeres tenemos a estudiantes, profesionistas, empleadas, militares y dedicadas al hogar. En la ocupación de los hombres, están estudiantes, profesionistas, empleados, militares.

4.1.2 Escenario

Las personas que fueron encuestadas, pertenecían al D.F. y Edo. De México, los cuestionarios fueron aplicados, en el hogar, la calle, oficinas y salones de clase.

4.1.3 Materiales

Se utilizaron cuestionarios, lápices, bolígrafos y borradores.

4.1.4 Instrumento

Se utilizó un cuestionario enfocado a los celos, con apartados de pensamientos, conductas y reacciones físicas y emocionales a los celos (Ver anexo. 1).

4.1.5 Procedimiento

Se solicitó la participación voluntaria a personas del sexo masculino y femenino, para contestar un cuestionario de 45 reactivos, sin un límite de tiempo, estando presente el aplicador para responder cualquier duda acerca del mismo, al finalizar la contestación se agradeció su colaboración.

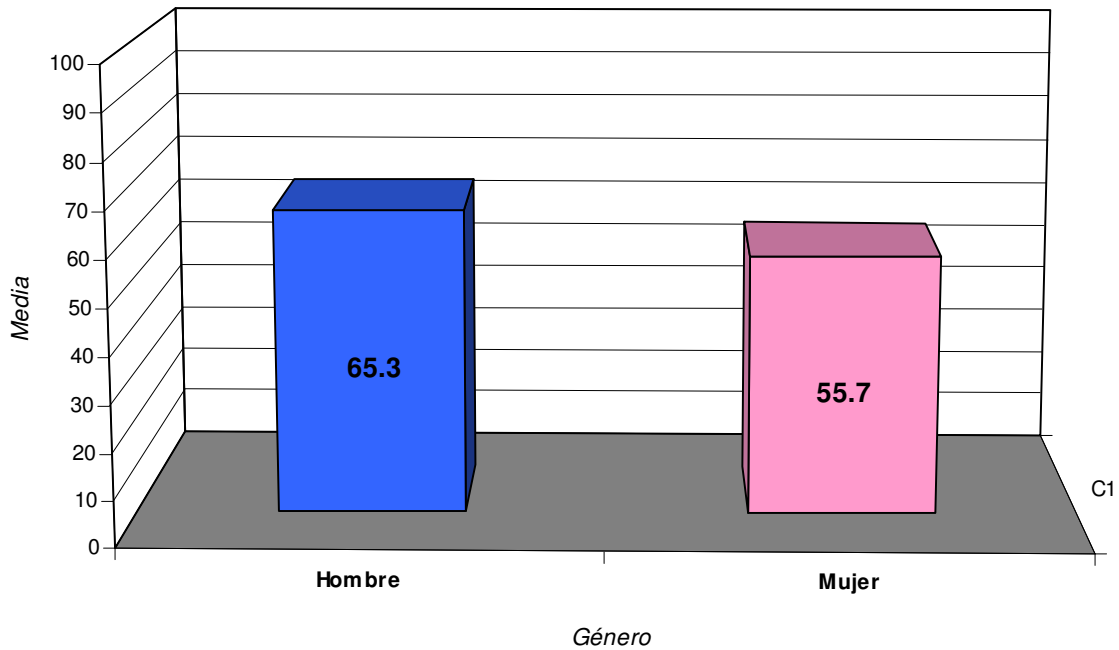
4.2 Resultados

Para la descripción y análisis de resultados se utilizó el programa del SPSS 10.0 para obtener comparaciones entre género, estado civil, religión, y escolaridad, en las áreas de pensamiento, conductas, emociones y reacciones físicas, las cuales se describirán a continuación:

De acuerdo a las preguntas relacionadas el área de **pensamiento**: *Sospecho que mi "pareja" ve en secreto a otra persona. Estoy preocupad@ que alguien pueda estar interesad@ de mi "pareja". Sospecho que a mi "pareja" le gusta otra persona. Estoy preocupad@ que alguien trate de seducir a mi "pareja". La virginidad es importante en la relación de pareja. Las relaciones sexuales son importantes en la pareja. Pienso que mis creencias religiosas son un factor importante para tener una relación de pareja. La experiencia sexual de mi pareja es factor para que yo no las disfrute. Los celos por parte de tu pareja son para ti una preocupación. Piensas que los celos son necesarios en una relación de pareja. ¿Crees que los celos se relacionan directamente con la infidelidad?, Cuando te hacen una escena de celos, ¿Crees que es justificada?* Las cuales fueron aplicadas al género, estado civil, religión, y escolaridad, se obtuvo lo siguiente:

Género: Se encontró que los hombres son más propensos a tener pensamientos celosos que las mujeres, manteniendo una media de 66.3 y 55.7 de un nivel de cien, estadísticamente esta diferencia no es significativa, sin embargo según la teoría, esto es debido a que los hombres temen más a una infidelidad de carácter físico, y el mantener pensamientos como los antes mencionados, los ponen alerta ante cualquier situación en donde pueda estar inmiscuida una tercera persona, en algún momento dichos pensamientos, se creen reales y es de ahí la manifestación de celos, de igual forma dicha diferencia también puede ser causada por factores, como: el estilo de crianza, historias de vida, el medio en donde se desarrolla la persona, etc. (ver gráfica. 1).

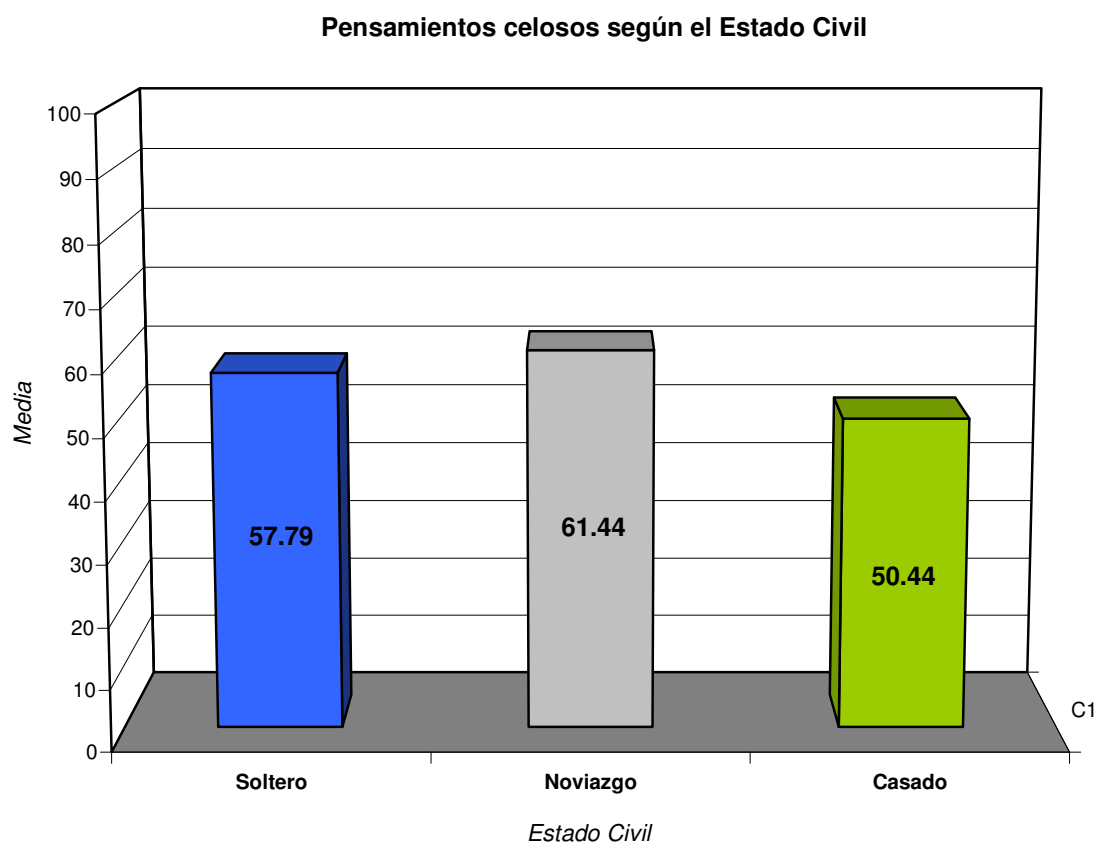
Pensamientos celosos según el Género



Gráfica 1. Muestra el nivel de pensamientos celosos, que manifestaron hombres y mujeres de esta investigación

Estado Civil: Se encontró que tanto para hombres y mujeres dentro de las categorías de soltero, noviazgo y casados, existen medias de 57.79, 61.44, 50.44 respectivamente de un nivel de cien, siendo las personas que mantienen un noviazgo son las más propensas a tener pensamientos celosos, seguidos por los solteros y finalmente los casados, estadísticamente esta diferencia no es significativa, sin embargo según la teoría, esto puede deberse a que los solteros no intentan mantener una relación duradera ni formal, y por ende no se ocupan pensando en las actividades y conductas que puedan tener sus parejas, mientras que las personas que mantienen un noviazgo, su situación es diferente, ya que en esta categoría se inicia con planes de vida juntos, y se sienten temerosos de que la relación y sus planes se vengán abajo, mientras que los casados, son los menos preocupados en estar pensando las actividades y conductas de la pareja,

ya que se sienten estables emocionalmente, existe mayor comunicación, y una supuesta fidelidad pactada (ver gráfica 2)

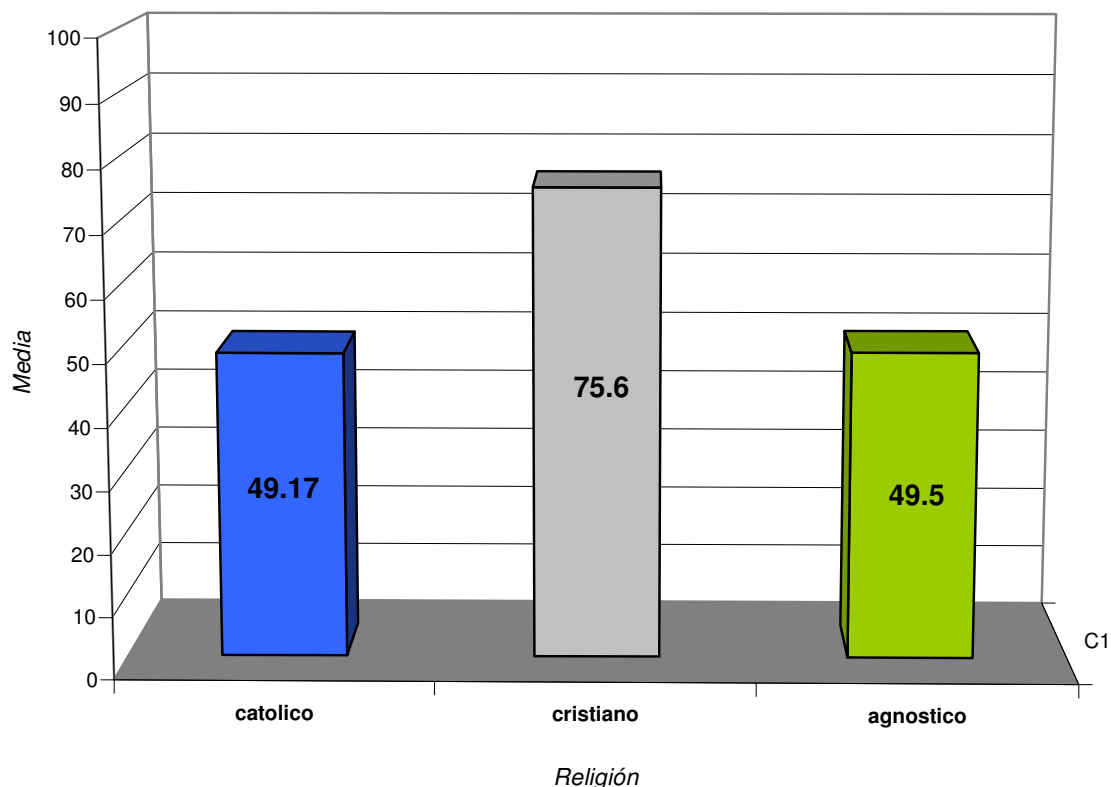


Gráfica 2. Muestra el nivel de pensamientos celosos que mantienen los solteros, los de noviazgo y casados.

Religión: Se encontró que tanto para hombres y mujeres dentro de las categorías de católicos, cristianos y agnósticos, existen medias de 49.17, 75.6, 49.5, respectivamente de un nivel de cien, siendo las personas de religión cristiana, quienes mantienen un nivel mayor de pensamientos celosos, estadísticamente esta diferencia no es significativa, la teoría menciona, que ninguna religión, enseña a como manifestar, reaccionar, o categorizar una situación de celos, sin embargo, la información que cada religión proporciona a sus creyentes, es ocupada por los mismos para su beneficio en cuanto a celos se refiere, esta

diferencia también puede deberse a que en el estudio realizado, no se maneja la misma cantidad de personas, en las tres categorías (ver gráfica 3).

Pensamientos celosos según la Religión

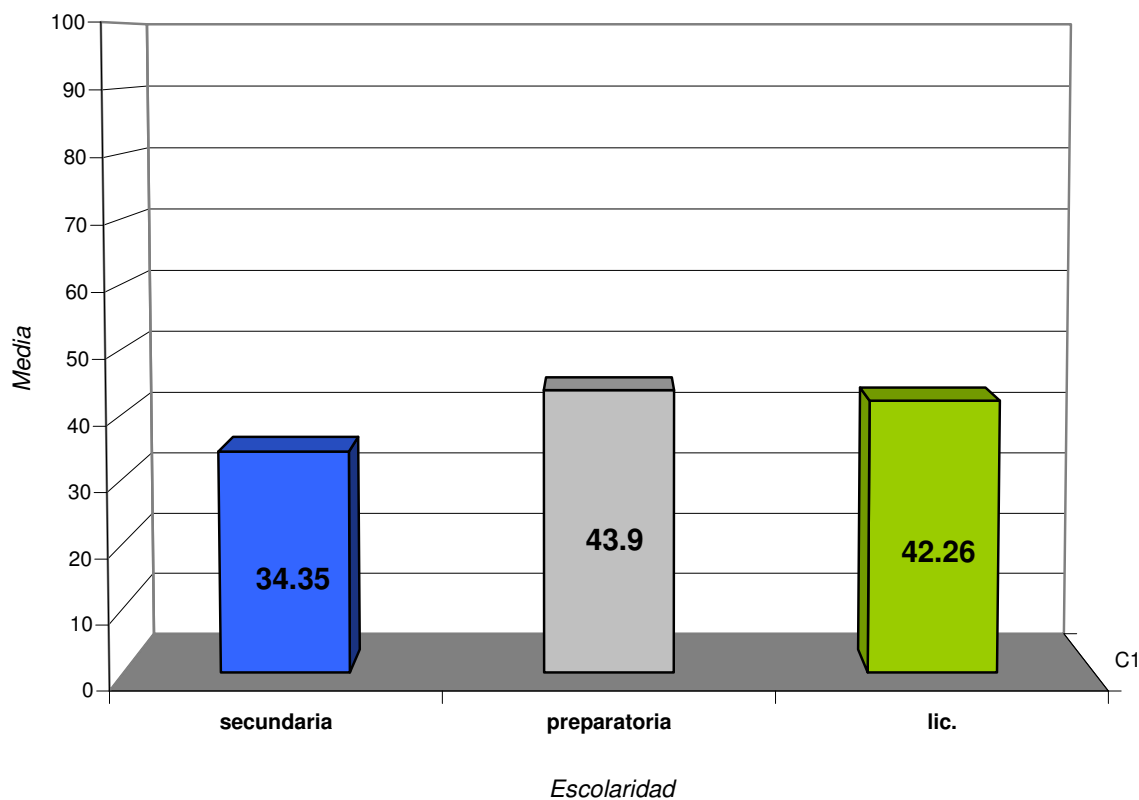


Gráfica. 3. Muestra el nivel de pensamientos celosos que mantienen las personas católicas, cristianas y agnósticas.

Escolaridad: Se encontró que tanto para hombres y mujeres dentro de las categorías de escolaridad, secundaria, preparatoria y licenciatura, existen medias de 34.35, 43.9, 42.26, respectivamente de un nivel de cien, siendo las personas de preparatoria las más propensas a tener pensamientos celosos, estadísticamente esta diferencia no es significativa. Esto se puede deber a que, las personas de secundaria, no buscan una relación formal, se encuentran dentro de una etapa de exploración en cuanto a parejas se refiere, es por esta razón que no se ocupan de pensar en las actividades y conductas de su pareja, mientras que

las personas de nivel preparatoria, inician la búsqueda de una relación estable, pero sin llegar a tener planes de vida, esta situación hace que exista un temor de ser remplazado por otra persona que cumpla con una variedad de características (que él o ella no tienen), por ejemplo: en lo económico, físicamente, popularidad, etc. y las personas de licenciatura, se encuentran dentro de una estabilidad emocional debido a la madurez alcanzada por la edad, por la ocupación de sus estudios, actividades de desarrollo personal, es por eso que no se ocupan de pensar en conductas y actividades de su pareja (ver grafica 4).

Pensamientos celosos según la Escolaridad

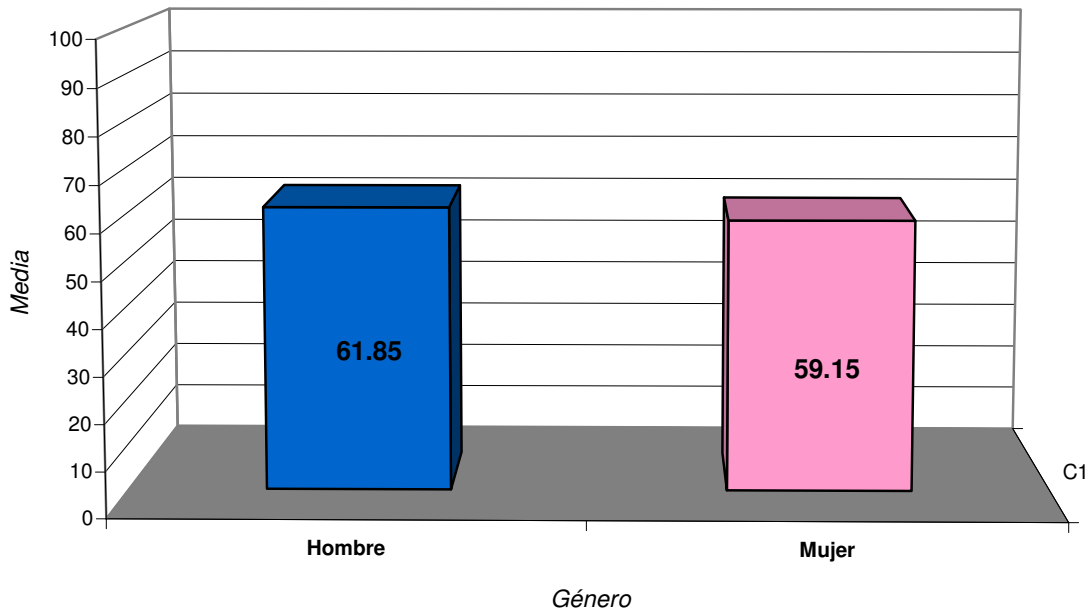


Gráfica. 4. Muestra el nivel de pensamientos celosos según el nivel educativo, de las personas de secundaria, preparatoria y licenciatura

De acuerdo a las preguntas relacionadas con el área de **conductas**: *Reviso los medios de comunicación electrónicos y cosas personales de mi pareja. Le Llamo a mi "pareja" inesperadamente. Le pregunto a mi "pareja" acerca de relaciones románticas pasadas. Le pregunto a mi "pareja" acerca de sus llamadas telefónicas. Le pregunto a mi "pareja" acerca de donde estuvo o donde va a ir. Cuando me percató que mi pareja se encuentra hablando con alguien del sexo opuesto me acerco. Sorprendo a mi "pareja" con visitas no planeadas para ver con quién está. En una escena de celos, ¿Puedes dialogar o explicar la situación a tu pareja?* Las cuales fueron aplicadas al género, estado civil, religión, y escolaridad, se obtuvo lo siguiente:

Género: Se encontró que los hombres son más propensos a tener y manifestar conductas celosas como las antes mencionadas (llamadas inesperadas, hurgar en sus cosas, indagar sobre que hizo y en donde estuvo, etc.) que las mujeres, manteniendo una media de 61.85 y 59.15 de un nivel de cien, estadísticamente esta diferencia no es significativa, sin embargo según la teoría, esto es debido a que los hombres sienten de su propiedad a la pareja, queriendo manejar sus tiempos, actividades diarias, amistades, etc. estas conductas mantendrían al hombre informado de cualquier situación que pudiera generar una infidelidad, mientras que las mujeres, sus conductas solo son realizadas cuando detectan algo concreto que se relacione a una posible infidelidad (*ver gráfica 5*).

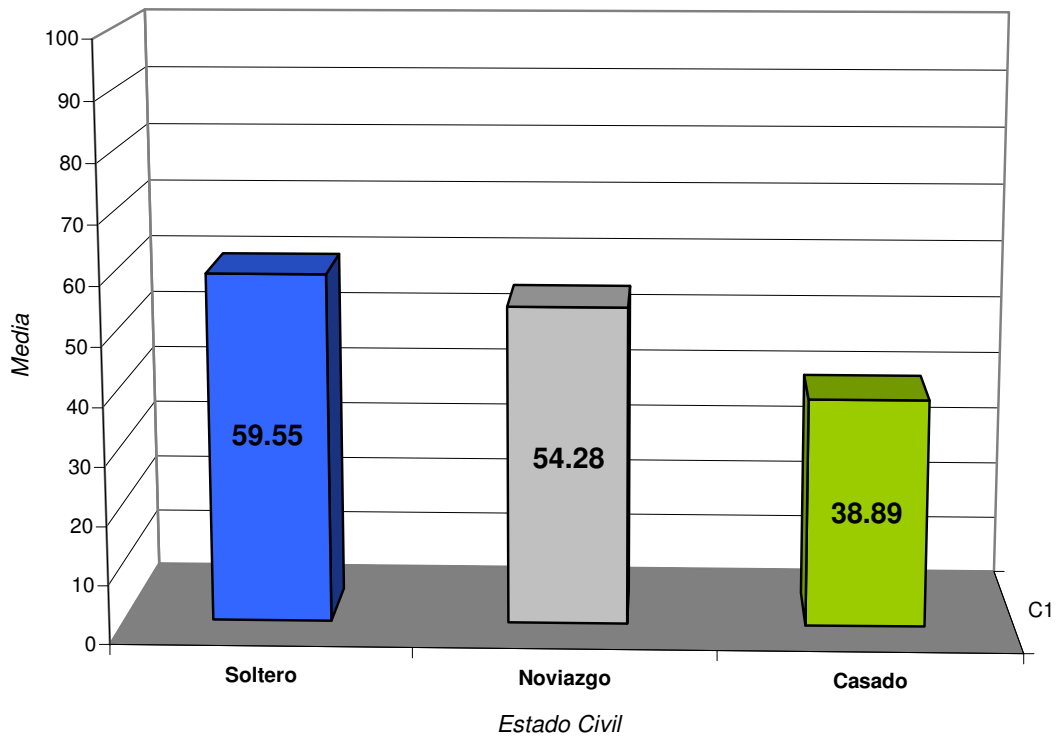
Conductas celosas según el Género



Gráfica 5. Muestra en nivel de conductas celosas de hombres y mujeres

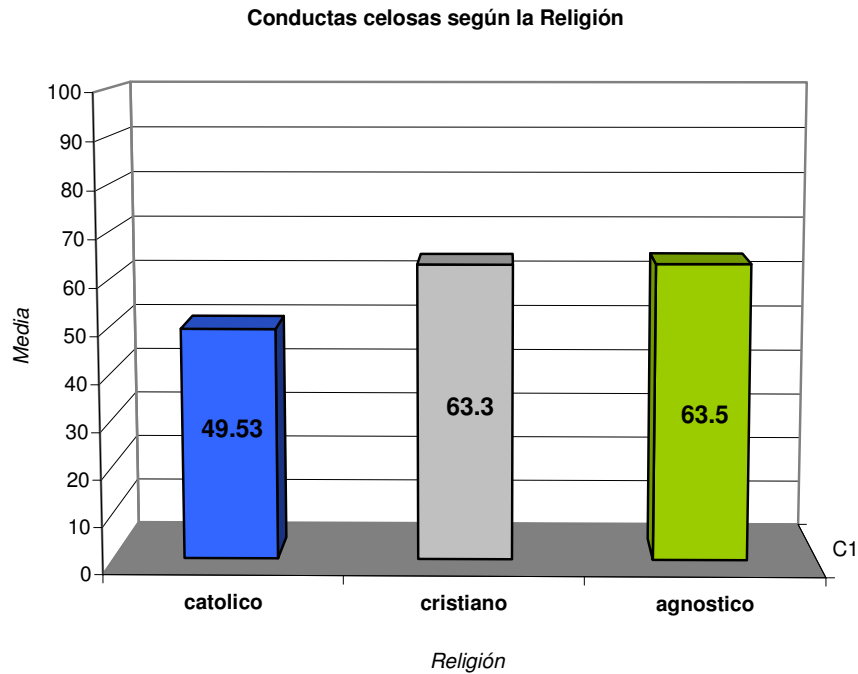
Estado Civil: Se encontró que tanto para hombres y mujeres dentro de las categorías de soltero, noviazgo y casados, existen medias de 59.55, 54.28, 38.89, respectivamente de un nivel de cien, siendo los solteros quienes mantienen conductas celosas más frecuentes, seguidos por los de noviazgo y finalmente los casados, estadísticamente esta diferencia no es significativa, sin embargo esto puede deberse según Sarrible (2009) a que los solteros, a pesar de no intentar mantener una relación formal su intención si es tener un control sobre la pareja, en todo lo que gira en torno a ella, mientras quienes mantienen un noviazgo, se considera que son una relación con una estabilidad emocional, acompañado de la edad y la madurez, sin embargo esto no los mantiene exentos de una infidelidad, en los casados disminuye la frecuencia en conductas celosas de control, debido a la estabilidad que puede proporcionar el matrimonio, la fidelidad pactada, la edad de madurez, etc. (ver gráfica 6).

Conductas celosas según el Estado Civil



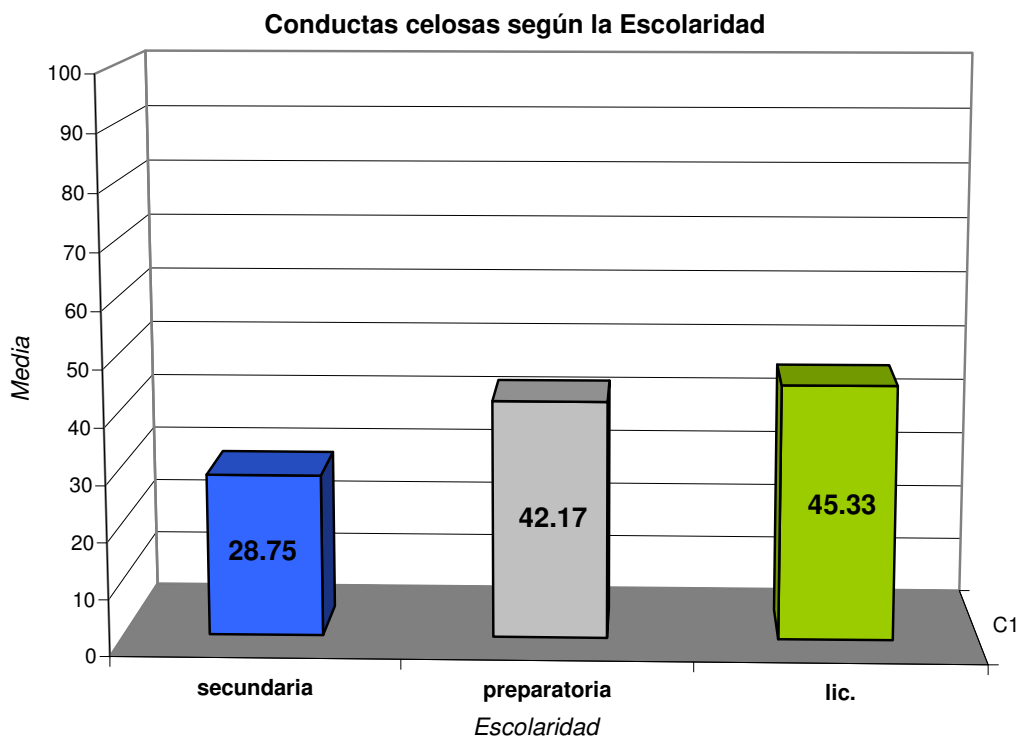
Gráfica 6. Muestra el nivel de conductas celosas que mantienen los solteros, los noviazgos y casados.

Religión: Se encontró que tanto para hombres y mujeres dentro de las categorías de católicos, cristianos y agnósticos, existen medias de 49.53, 63.3, 63.5, respectivamente de un nivel de cien, siendo las personas agnósticas, quienes mantienen un mayor nivel de conductas celosas, estadísticamente esta diferencia no es significativa, sin embargo a pesar de que no existen teóricamente datos que hablen sobre como la religión influye en las conductas celosas de las personas, podría decirse que dicha diferencia existente, puede deberse a una gran cantidad de variables, por ejemplo: el que las personas agnósticas no profesen una religión, el estilo de crianza, el medio donde se desarrolla la persona, influencia de otros, historias de vida, etc. (ver gráfica 7).



Gráfica 7. Muestra el nivel de conductas celosas realizadas por los católicos, cristianos y agnósticos.

Escolaridad: Se encontró que tanto para hombres y mujeres dentro de las categorías de escolaridad, secundaria, preparatoria y licenciatura, existen medias de 28.75, 42.17, 45.33, respectivamente de un nivel de cien, siendo las personas de licenciatura las más propensas a tener conductas celosas, seguidas por los de preparatoria y finalmente los de secundaria, estadísticamente esta diferencia no es significativa, debido a que según la teoría, las personas de licenciatura, son quienes por su edad, madurez, el nivel educativo, experiencias de parejas, buscan una relación más estable, en donde crean planes de vida juntos, es por este tipo de situaciones que temen a una infidelidad, al abandono de la pareja, al remplazo, a que todo lo planeado se venga abajo, etc. y el mantener conductas como las antes mencionadas, los mantiene tranquilos, previniendo así cualquier anomalía en al relación (*ver gráfica 8*).

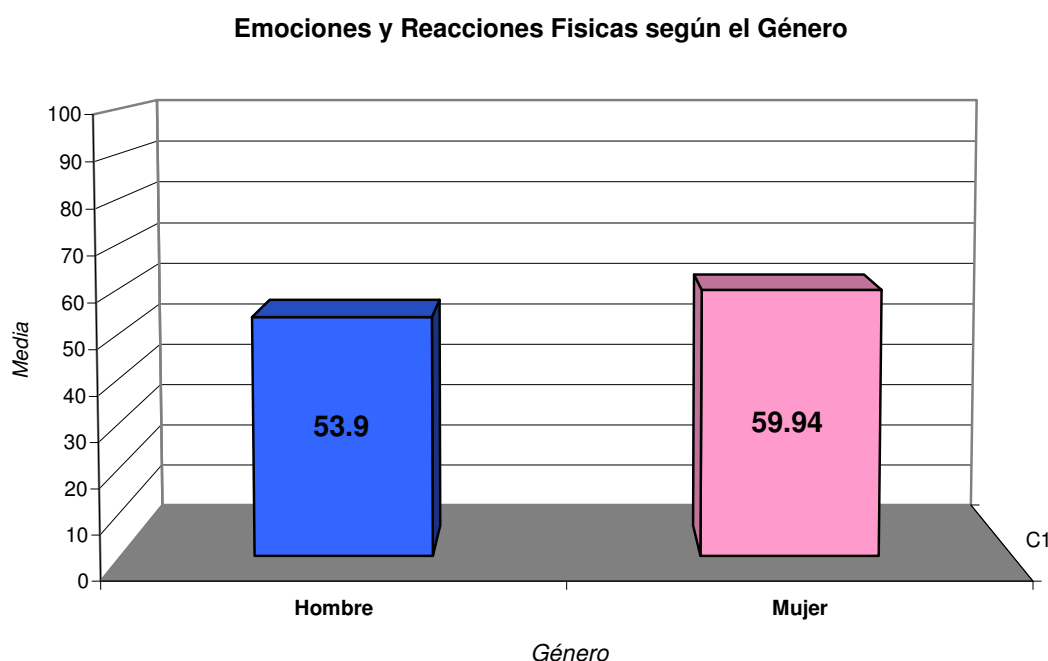


Gráfica. 8. Muestra el nivel de conductas celosas que mantienen las personas de secundaria, preparatoria y licenciatura.

De acuerdo a las preguntas relacionadas con las **emociones y reacciones físicas de los celos**: *Cuando mi "pareja" comenta sobre el buen aspecto de una persona del sexo opuesto. Cuando mi "pareja" muestra interés al hablar con otra persona del sexo opuesto. Cuando una persona del sexo opuesto se acerca constantemente a mi pareja. Cuando mi "pareja" esta coqueteando con otra persona. Cuando mi pareja esta en constante contacto físico y/o por otros medios de comunicación con una persona del sexo opuesto. Cuando mi "pareja" tiene demostraciones afectivas (besos, abrazos, y/o caricias) con personas del sexo opuesto.* Las cuales fueron aplicadas al género, estado civil, religión, y escolaridad, se obtuvo lo siguiente:

Género: Se encontró que las mujeres son más propensas a tener emociones y reacciones físicas celosas que los hombres, manteniendo una media de 59.94 y

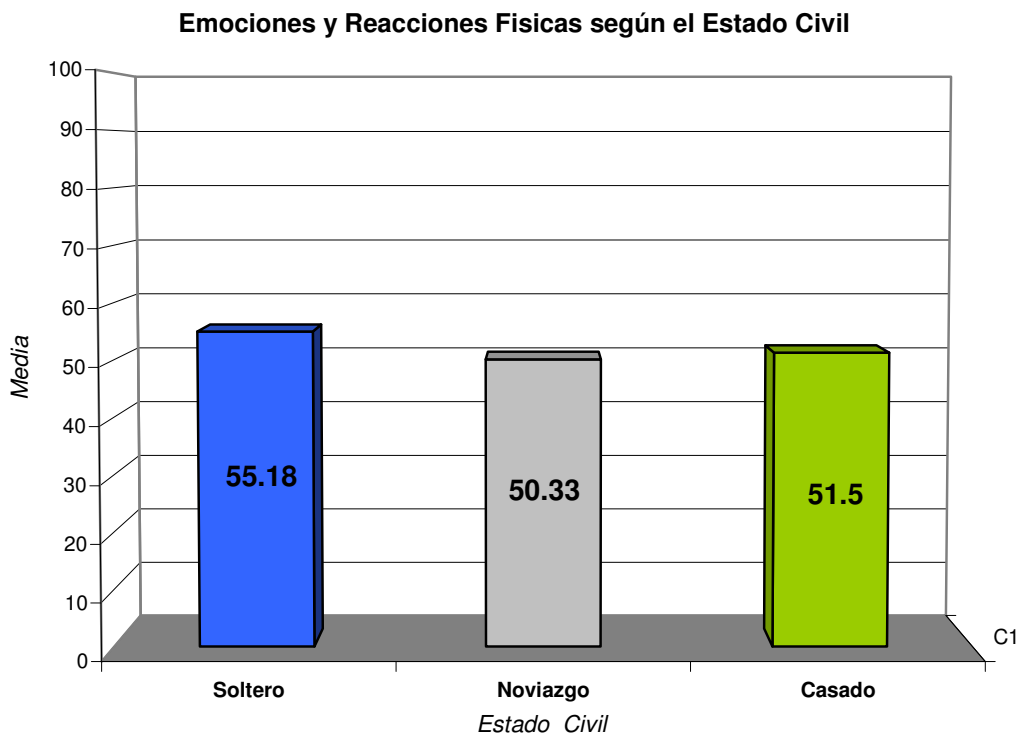
53.9 respectivamente de un nivel de cien, estadísticamente esta diferencia no es significativa, sin embargo según la teoría, esto es debido a que las mujeres, temen más a una infidelidad emocional que física, reafirmando lo que dice la teoría con la presente investigación, las mujeres al percibir cualquier inestabilidad en la relación, sus emociones son afectas alterando de igual forma sus reacciones (ver gráfica 9).



Gráfica 9. Muestra el nivel de emociones y reacciones físicas según el género

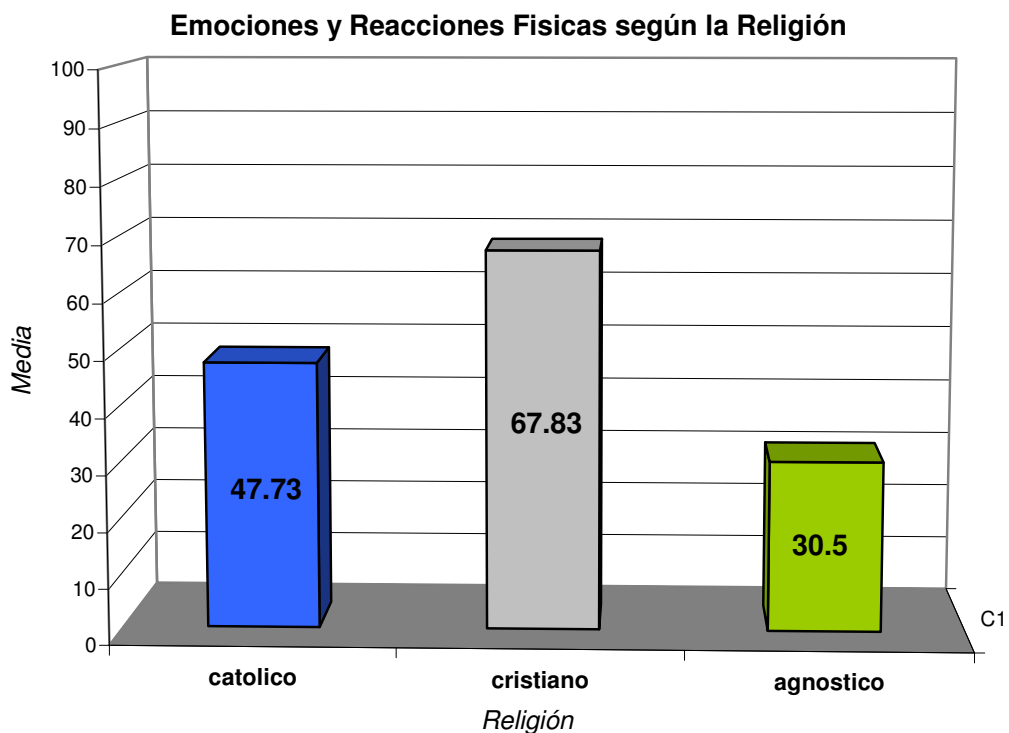
Estado Civil: Se encontró que tanto para hombres y mujeres dentro de las categorías de soltero, noviazgo y casados, existen medias de 55.18, 50.33, 51.5 respectivamente de un nivel de cien, siendo las personas solteras las más propensas a manifestar sus emociones y reacciones físicas celosas, seguidos por los casados y finalmente las personas que mantiene un noviazgo, estadísticamente esta diferencia no es significativa, sin embargo a pesar de que teóricamente no hay algo concreto sobre las manifestaciones y reacciones físicas ante situaciones celosas, esto podría deberse a la perspectiva de cada persona, el cómo valora cada quien determinada situación, ya que las experiencias en

situaciones celosas y de parejas, etc., son diferentes nos enseñan a interpretar de diferentes formas las miles de conductas que mantenemos en una relación (ver gráfica 10).



Gráfica 10. Muestra el nivel de manifestación de emociones y reacciones físicas según el estado civil.

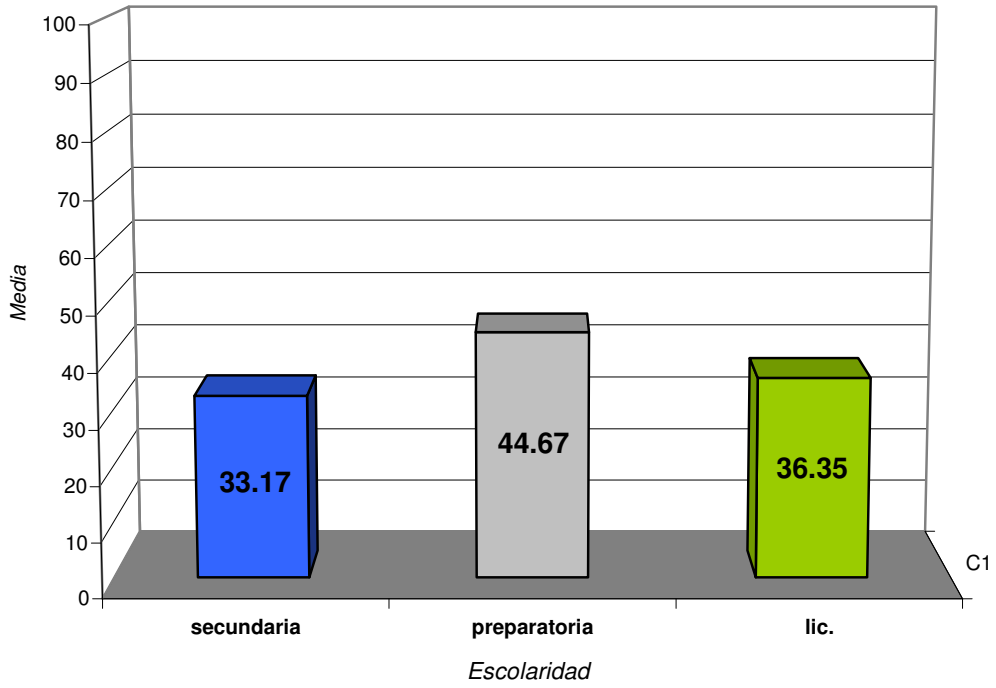
Religión: Se encontró que tanto para hombres y mujeres dentro de las categorías de católicos, cristianos y agnósticos, existen medias de 47.73, 67.83, 30.5, respectivamente de un nivel de cien, siendo las personas de religión cristiana, quienes mantienen un nivel mayor de manifestación de emociones y conductas físicas celosas, estadísticamente esta diferencia no es significativa, esto podría ser comparado con los pensamientos celosos que mantienen las personas cristianas, ya que al ser influidas por los pensamientos cambian sus conductas y la manifestación de su sentir ante determinada situación, ya que como menciona la teoría ninguna religión, enseña a como manifestar, reaccionar, o categorizar una situación de celos (ver gráfica 11).



Gráfica 11. Muestra el nivel de manifestación y reacciones físicas de los católicos, cristianos y agnósticos.

Escolaridad: Se encontró que tanto para hombres y mujeres dentro de las categorías de escolaridad, secundaria, preparatoria y licenciatura, existen medias de 33.17, 44.67, 36.35, respectivamente de un nivel de cien, siendo las personas de preparatoria las más propensas a tener manifestaciones de emociones y reacciones físicas celosas, estadísticamente esta diferencia no es significativa, debido a que según la teoría, conforme pasa el tiempo se alcanza un mayor grado de madurez para poder establecer una relación de pareja, y llevar acabo todo lo que socialmente se espera de la misma, sin embargo así mismo asegura la teoría que no hay una edad en específico la cual marque el inicio de la manifestación de emociones, pudiendo ser este factor el cual interviene para que las personas de preparatoria tengan un mayor nivel de manifestación de emociones y conductas celosas (ver gráfica 12).

Emociones y Reacciones Físicas según la Escolaridad



Gráfica 12. Muestra el nivel de manifestación de emociones y reacciones físicas celosas según la escolaridad

4.3 Discusión y Conclusiones

A partir de los resultados expuestos anteriormente encontramos que, aunque las diferencias en cuanto a la manifestación de celos tanto en hombres como en mujeres no son significativas estadísticamente, hay una ligera diferencia ante situaciones concretas con lo que respecta a:

La relación entre los celos y la religión ya que se encontró una media como resultado de 46.78 en católicos, 85.33 en cristianos y un 46.75 en agnósticos de una población total de 120 sujetos, los resultados nos indican que los cristianos tienden a ser más celosos que el resto de las religiones, sin embargo la teoría nos dice que, la religión en muchos de los casos no es un factor determinante para la manifestación de los mismos, esta situación de celos y religión es más apegada o significativa dentro de la misma religión, por ejemplo: el celo a que el sacerdote ponga más atención a un creyente que a otro, el mismo celo que se tiene a Dios como exclusividad de creencia, los resultados de esta investigación se podrían deber a que la muestra de cristianos no es significativa en comparación con las demás religiones.

En cuanto a la escolaridad, encontramos como resultado una media de 31.17 en jóvenes de secundaria, 42.53 en jóvenes de preparatoria y 38.81 en personas de licenciatura, encontrando que los jóvenes de preparatoria son más celosos en cuanto a situaciones de pensamientos, esto quiere decir que en algunas situaciones como sospechar que su pareja ve en secreto a otra persona, pensar que a su pareja le puede gustar alguien mas, etc., crean en su mente una historia sin bases, esto hace que manifiesten de alguna manera celos. De acuerdo a Martina (2003) los jóvenes de una edad entre 15 y 18 años, tienen pocas probabilidades a manifestar celos ya que sus relaciones de pareja no son con la intención de formalizarlas a largo plazo, las personas de 20 a 28 años aprox. sus relaciones son un poco más formales incluyendo planes de vida juntos, esto hace que cuando detectan una situación de peligro se manifiesten con conductas

celosas, y las personas que oscilan entre 30 años en adelante, sus manifestaciones de celos son casi nulas, ya que son personas “maduras” y tienen un mejor manejo de situaciones que pudieran ser detonantes de celos.

En el estado civil las personas que son solteras tienden a manifestar sus celos en conductas como revisar los medios de comunicación de su pareja, llamar inesperadamente, sorprender a su pareja con visitas no planeadas, etc., esto es según García (2005) porque los hombres solteros no les es grato saberse desplazados por alguien más, las personas que mantiene un noviazgo formal, son menores sus celos debido a que se sienten estables en su relación, sin dejar de lado que existe la posibilidad de que alguna situación ponga en peligro la relación y así manifestar sus celos, a gran diferencia de los casados su situación es muy diferente ya que cuando existe un matrimonio se supone que ambas personas son maduras y mantienen un mejor control ante situaciones que pudieran ser causantes de celos.

En conclusión, se encontró que los hombres son un poco más celosos que las mujeres, ya que los hombres mantienen una media de 65.3 y las mujeres una media de 55.7 en cuanto a pensamientos se refieren. En relación a las conductas celosas se encontró que los hombres se manifiestan más conductualmente que las mujeres con una medias de 61.85 y 59.15 respectivamente. Por último en cuanto a emociones y reacciones físicas se refiere, las mujeres obtuvieron una media de 59.94 y los hombres 53.9, con un total de 57.64 hombres y un 56.4 mujeres.

Esto puede deberse a las diferencias entre grupos culturales, relaciones personales, y el sexo de las personas, es decir, su constitución biológica, lo que los hace ser hombres o mujeres. Numerosos autores han citado diferencias de este tipo en torno al amor o a la pasión, y otros han hallado que los hombres dan más importancia al amor pasional y al lúdico, mientras que las mujeres se inclinan más por el amor amistoso (*storge*), el lógico (*pragma*) y el posesivo o maníaco.

Dichos énfasis obedecen a que, para cada sexo, el uso de uno u otro estilo ofrece más ventajas en el proceso evolutivo (Sánchez, 2009).

Cabe señalar que según los resultados obtenidos, no existe una tendencia determinante hacia algún género, en cuanto al nivel de celos, sin embargo si existe una diferencia no significativa, la cual puede deberse a factores como:

El Estado Civil: del cual dependerá si son solteros, si se mantienen en una relación estable, o son casados, ya que dependiendo de dicho estado, influyen factores como la estabilidad en la pareja, la edad e historias de vida.

La Religión: ya que en esta se pueden manejar a conveniencia de alguna de las dos partes, lo aprendido en la religión que se profese, cualquiera que sea está.

La Escolaridad: la cual dependiendo si es *secundaria, preparatoria y/o licenciatura* dependerán factores como el nivel de madures, la estabilidad emocional, historias de vida.

De igual forma a partir de los resultados obtenidos en esta investigación, nos surgen ciertos cuestionamientos como: ¿El tiempo de relación es factor para la manifestación de celos? ¿Cómo saber si se rebasa el límite entre celos moderados y celos extremistas? ¿Cómo controlarse para no tener celos? ¿Es normal tener celos con otras personas aunque no sea la pareja? ¿Qué significa no sentir celos? ¿Por qué hay celos cuando no hay motivos concretos?

En consideración a lo anterior se desprenden las siguientes propuestas:

- Realizar estudios con la misma cantidad de sujetos hombres, mujeres, niños, adolescentes, ancianos, de igual forma equilibrar o igualar el mismo numero de participantes de acuerdo a sus características y/o factores a

estudiar, por ejemplo, el estado civil, la religión, la escolaridad, el género, la pareja.

- Realizar talleres, micro-talleres, cursos y pláticas dirigidos a parejas en diferentes etapas (noviazgo, comprometidas, casadas, en amasiato o amantes, parejas jóvenes, con hijos, sin hijos, maduras, de segundas nupcias, etc.) con la finalidad de un mejor funcionamiento de la relación.
- Realizar talleres con temáticas específicas, en donde se involucre a la pareja, como violencia, homicidio, celos, infidelidad, sexualidad, autoestima, pareja, dependencia, planificación familiar.
- Ofrecer asesoría psicológica, legal, médica a parejas e individualmente para el mejor funcionamiento de la misma.
- Distribuir información escrita, en video, pláticas, etc. sobre que son los celos, los elementos que involucra, sus consecuencias y alternativas para controlar o eliminar estos cuando están afectando la relación y de manera drástica el bienestar e integridad de cada miembro de la pareja.

REFERENCIAS

Barron, A., Martínez D. (2001) *Los Celos una Perspectiva Psicológica y Social*, Cáp. IV. Teorías Socio-Culturales Pág. 53-59, Málaga, Editorial. Ediciones Aljibe.

Bruno, F. (1997) Diccionario de términos psicológicos fundamentales. Barcelona. Paidós Studio. Recuperado en: http://www.psycoactiva.com/diccio_i.htm

Caratozzolo, D. (2002) Los Celos Parejas en Crisis, Pág. 52-59, México, Editorial. Homo Sapiens.

Carrera, P. y García, L. (1996) *Conocimiento social de los celos*. Revista: Psicothema, Vol. 8, No. 003, Pág. 445-456, España. Recuperado en: <http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/pdf/727/72780301.pdf>

Costa, N., Romariz, B. (2008) *Celos: test de definiciones y una hipótesis sobre la diferencia de género bajo la óptica del análisis de la conducta*. Terapia psicológica Vol. 26, # 1, Pág. 15-25, Brasil, Recuperado en: http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-48082008000100002&script=sci_arttext

Corona, S., Rodríguez, Z. (2000), *El amor como vínculo social, discurso e historia: aproximaciones bibliográficas*. Revista: Espiral. Vol. 6, Nº 017, Pp. 49-70, Universidad de Guadalajara. México.

Cesio, F. (2004) *Celos, Olvido, Homosexualidad, Desmemoria*, Revista Electroneurobiología, Vol. 12, Pág. 231-243, Recuperado en: <http://electroneubio.secyt.gov.ar/index2.htm>

Díaz, R. (2009 en red) *Anatomía del amor*, Escuela Superior de Psicología de CD Juárez, Revista: Conducta, año 7 numero 15 recuperado en: <http://www.superiordepsicologia.com/archivos-esc/rev-conducta/num15/RC-15-3.pdf>

Diccionario Enciclopédico Grijalbo (1990) Tomo 2, Barcelona, España.

Echeburúa, O., Fernández, J. (2001) Celos en la pareja: Una emoción destructiva. Un Enfoque Clínico. Pág. 154-168, Barcelona España. Editorial Ariel.

Eugenia, V., Restrepo, L. y Rafael, J. (2007) *Parejas satisfechas de larga duración en la ciudad de Cali*. Revista: Pensamiento Psicológico, Vol. 3, N° 8, Pág. 85-107. Colombia.

Eguiluz, L. (2006) *Las parejas funcionales que perduran en el tiempo*, Terapia familiar y de pareja, Pág. 517-530, Santiago de Chile, Edit. Mediterráneo.

Ferrer, V., Bosch, E., Navarro, C., Ramis, M., García, E. (2008) *El concepto del amor en España*. Revista: Psicothema año/Vol. 20 numero 004, Pág. 589-595, Universidad de Oviedo, España.

Fernández, A., Gamarra, A., Izal, C., Betelu, M. (2001) *La Familia ante los Celos Infantiles*, Pág. 4-17, Revista: Electrónica. Deptó. De Educación y Cultura, España.

Fernández, A., Olcay, R., Castro, P., Escobar L., Fuentes, C. (2003) *Diferencias sexuales en los celos: diferencias sexuales en la experiencia subjetiva de celos en jóvenes chilenos: Prueba del alcance intercultural de la psicología evolucionista*. Revista: University Psychologia: Red de Revistas científicas de America Latina y el Caribe, España y Portugal. Vol. 2, N° 002. Pág. 101-107 Colombia. <http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/pdf/647/64720202.pdf>

Fidas, C. (2004) *Celos: Olvido, Homosexualidad, Desmemoria*, Revista: Electroneurobiología, Pág. 231-243, Buenos Aires Argentina. Recuperado en: http://electroneubio.secyt.gou.ar/olvido_y_celos.pdf

García, R. (1990) Diccionario básico de la lengua española, México, Editorial. Larousse.

García, P., Gómez, L., M^a Canto, J. (2001) *Reacción de celos ante una infidelidad: Diferencias entre hombres y mujeres y características del rival*. Revista: Psicothema, Vol. 13, N^o 4, Pp. 611-616. Universidad de Málaga España. Recuperado en: <http://webdeptos.uma.es/psicologiasocial/luisgomez/Reaccion%20de%20celos.pdf>

García, E., Fernández, P., Rico, R. (2005) Género y sexo como variables moduladoras del comportamiento sexual en jóvenes universitarios. Revista: Psicothema, Vol.17, N^o 001, Pág. 49-56 Universidad de Oviedo, España.

Gottman, J. y Silver, N. (2006) Siete reglas de oro para vivir en pareja, Buenos Aires, Editorial. Sudamericana S.A.

Luis, J. (1993) *Consideraciones psicosociales sobre el amor romántico*, Revista: Psicothema, Vol. 5, Suplemento, Pág. 181-196, Facultad de Psicología Universidad Complutense de Madrid, Recuperado en: <http://www.psycothema.com/pdf/1137.pdf>

Lamas, M. (1999) *Usos Dificultades y Posibilidades de la Categoría de Género*, numero 021 Pág. 147-178, Universidad Autónoma del Estado de México Toluca México.

Martina, M. (2003) *Elección de Pareja en Adolescentes y Adultos Jóvenes*. Recuperado en: <http://www.palermo.edu/cienciassociales/publicaciones/PDF/psico4/4%20PSICO%2003.PDF>

Martina, M., Fernández, M. (2003) *Los sentimientos de celos en las relaciones sexuales de adultos argentinos* Pág. 1-16, Facultad de Psicología, Buenos Aires Argentina.

Martínez, F. (2002) *El amor y las relaciones de género*. Trabajo presentado en el XLII Congreso Nacional de Psicoanálisis y IV Dialogo Latinoamericano Intergeneracional entre Hombres y Mujeres, en la CD. De Guanajuato, Gto. Recuperado en: http://proyectos.filos.unam.mx/~webmaster/lecturarealidad/mis_archivos/documentos/4_fernando_martinez/2_amor.pdf

Murueta, M. (2009) *El amor en la teoría de la praxis*. México UNAM Iztacala, Amapsi. Recuperado en: http://www.amapsi.org/portal/index.php?option=com_content&task=category§ionid=7&id=20&Itemid=110

Murueta, M. (2009) *Tecnología del amor*. México UNAM Iztacala, Amapsi. Recuperado en: http://www.amapsi.org/portal/index.php?option=com_content&task=category§ionid=7&id=20&Itemid=110

Nazare, C. y Romariz, B. (2007) *Celos: un ejercicio de interpretación desde la perspectiva del análisis de la conducta*. Revista: Perspectivas en psicología Vol. 4, # 1 Pág. 139-147 recuperado en: http://www.usta.edu.co/diversitas/doc_pdf/diversitas_7/vol.4no.1/articulo_11.pdf

Nazare, C., Da Silva, R. (2008) *Celos: Test de Definición y una Hipótesis sobre la Diferencia de Género bajo la Óptica del Análisis de la Conducta*. Revista: Terapia Psicológica, Vol. 26, Nº 1, Pp. 15-25. Universidad Federal de Maranhão Brasil, Recuperado en: http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-48082008000100002&script=sci_arttext

Ostrosky, F. (2008) *La cuna de la Violencia*, Cap. 3, Mentes Asesinas la violencia en tu cerebro, Pág. 75-108. México, Editorial. Libros QUO.

Pérez, A. (2008) Tesis, *Análisis de los celos como un detonante en el homicidio de pareja*, Universidad de Londres, México

Rage, E. (2002) *La pareja: Elección, Problemática y Desarrollo*. Cap. 7 Pág. 194-199, México, Editorial. Plaza y Valdés Editores.

Rossi, L. (2005) *Relación de pareja: Retos y Soluciones*, Cap. 16 Celos: ¿un Cariño Delirante? Pág. 77-82 México, Editorial. ETM Editores de Textos Mexicanos.

Rosales, R. (Recuperado en el 2009) Los Celos. Universidad de los Andes.

Sánchez, R. (2009) *Efectos diferenciales del bienestar subjetivo, autorrealización y celos en las fases del amor pasional*, Revista. Enseñanza e Investigación en Psicología, Vol. 14, Núm. 1, pp. 5-21 Universidad Veracruzana Xalapa, México.

Santoro, S. (2009) Centro de Psicología Clínica, Laboral y Forense. En red: http://www.cpcba.com.ar/celos_en_la_pareja.html

Sarrille, G. (2009 en red) *Segunda Pareja y Diferencias por Género*. Universidad de Barcelona. En red: http://www.reis.cis.es/REISWeb/PDF/REIS_076_08.pdf

Svenn, J., Candida, M., Estefanero, G., Franco, P. (2008) *Relación entre los celos y la tendencia infiel en jóvenes de 18 a 25 años*. Universidad Nacional de San Agustín-Arequipa. Recuperado en: http://www.psicologia-online.com/articulos/2008/10/celos_infidelidad.shtml

Sommers, P. (2001) Los celos, conocerlos, comprenderlos, asumirlos. Su influencia en las relaciones amorosas, la familia y la vida cotidiana, Cap. 1 “*Quien ama a mi amante es mi enemigo*” Pág. 13-117, Cap. 5 La antropología de los celos, Pág. 119-135. México, Editorial. Paidós.

Tordjman, G. (1989) La pareja: realidades, problemas, perspectivas de la vida común. Pág. 255-262, México. Editorial, Grijalbo.

Welwood, J. (1990) Amigarnos con la emoción Pág. 125-140, En: Psicoterapia y salud en Oriente/Occidente, España.

NEWS

The image features the word "NEWS" in a large, bold, sans-serif font. The letters are filled with a vertical gradient, transitioning from a bright yellow-gold at the bottom to a dark brown at the top. The text is presented in a 3D style, with a dark brown, textured shadow cast beneath each letter, suggesting a light source from the upper left. The background is plain white.



Universidad Nacional Autónoma de México
Facultad de estudios Superiores Iztacala



Instrucciones:

Tu participación nos es muy importante para poder realizar nuestra investigación referente a los “Celos”, por lo que te pedimos que seas lo mas sincer@ posible. De los siguientes reactivos marca con una “X” la respuesta con la que mas te identificas. Recuerda que no hay respuestas buenas ni malas. La información será anónima y se utilizara para fines estadísticos.

Edad: _____ **Sexo:** _____ **Ocupación:** _____ **Lugar que ocupas dentro de la familia:** _____ **Tienes novi@ actual:** si _____ no _____ **Tiempo de relación (actual o última):** _____ **Religión:** _____ **Edo. Civil:** _____ **Escolaridad:** _____

Porque te consideras celos@: _____

Qué logras con manifestar tus celos a tu pareja: _____

¿Qué tan frecuente tienes los siguientes pensamientos acerca de tu “pareja”?

	MUY FRECUENTE	FRECUENTEMENTE	POCO FRECUENTE	NUNCA
Sospecho que mi “pareja” ve en secreto a otra persona.				
Estoy preocupad@ que alguien pueda estar interesad@ de mi “pareja”.				
Sospecho que a mi “pareja” le gusta otra persona.				
Estoy preocupad@ que alguien trate de seducir a mi “pareja”.				
La virginidad es importante en la relación de pareja.				
Las relaciones sexuales son importantes en la pareja.				
Pienso que mis creencias religiosas son un factor importante para tener una relación de pareja.				
La experiencia sexual de mi pareja es factor para que yo no las disfrute.				
Los celos por parte de tu pareja son para ti una preocupación.				
Cuando te hacen una escena de celos, ¿Crees que es justificada?				

¿Crees que los celos se relacionan directamente con la infidelidad?.				
Piensas que los celos son necesarios en una relación de pareja.				

¿Qué tan frecuente realizas las siguientes conductas?

	MUY FRECUENTE	FRECUENTEMENTE	POCO FRECUENTE	NUNCA
Reviso los medios de comunicación electrónicos y cosas personales de mi pareja.				
Le Llamo a mi “pareja” inesperadamente.				
Le pregunto a mi “pareja” acerca de relaciones románticas pasadas.				
Le pregunto a mi “pareja” acerca de sus llamadas telefónicas.				
Le pregunto a mi “pareja” acerca de donde estuvo o donde va a ir.				
Cuando me percató que mi pareja se encuentra hablando con alguien del sexo opuesto me acerco.				
Sorprendo a mi “pareja” con visitas no planeadas para ver con quién está.				
En una escena de celos, ¿Puedes dialogar o explicar la situación a tu pareja?				

¿Cuáles son las emociones y reacciones físicas que presentas en las siguientes situaciones?

Cuando mi “pareja” comenta sobre el buen aspecto de una persona del sexo opuesto.	
Cuando mi “pareja” muestra interés al hablar con otra persona del sexo opuesto.	
Cuando una persona del sexo opuesto se acerca constantemente a mi pareja.	
Cuando mi “pareja” esta coqueteando con otra persona.	
Cuando mi pareja esta en constante	

contacto físico y/o por otros medios de comunicación con una persona del sexo opuesto.	
Cuando mi "pareja" tiene demostraciones afectivas (besos, abrazos, y/o caricias) con personas del sexo opuesto.	

Frente a una escena de celos, ¿Qué comportamientos a) utilizas tu, o b) tu pareja, para expresarlos?

	a	b		a	b
Controlarte			Agredirte verbalmente		
Insultarte			Agredirte físicamente		
Gritarte			Humillarte		
			Otros:		

En tu experiencia, ¿Cuál es el límite al que a) llegaste o b) llego contigo tu pareja en una escena de celos?

	a	b		a	b
Diálogo			Agresión		
Llanto			Golpes		
Violencia			Celos patológicos		
Imprudencia			Discusión		
Acoso			Prohibiciones		
Nada			Reclamo		
			Otros:		

Acorde a tu experiencia cual es la justificación que le das a una situación de celos

Falta de Atención a tu pareja	Inseguridad	
Cambios de conducta	Coqueteos	
Comparaciones con otras personas	Engaños	
Relaciones con tus Amigos	Sospechas	
Relaciones con tus Amigas	Otros:	

Según tu opinión, las causas de los celos son debido a:

Imaginación del otro	Comentarios superfluos que haces	Comparaciones	
Coqueteo con otros	Relación con artistas y/o figuras publicas	Forma de vestirse	
Acciones indebidas	Cambios de comportamientos tuyos	Forma de maquillarse	
		Otros:	

Durante una escena de celos de parte de tu pareja, ¿qué sensaciones experimentas?

Angustia		Ganas de Llorar		Bronca		Deseos de agredirla	
Miedo		Indiferencia		Impotencia		Humillación	
Ansiedad		Malestar				Otros:	

Para evitar los problemas de celos, qué cambios a) realizaste b) realizo tu pareja?

	A	b		a	b
Comportamientos con respecto a los otros			Reprimir comentarios		
Apariencia física (cambio en la vestimenta, en el maquillaje)			No ir a ciertos lugares		
Ocultar tus reacciones frente a tu pareja			No frecuentar a ciertas personas		
Dejar un trabajo			Dejar la profesión		
Ningún cambio			No tengo problemas de celos		
			Otros:		

Después de una escena de celos de parte de tu pareja, ¿que sientes?

Impotencia		Ganas de Llorar		Malestar	
Bronca		Indiferencia			
Humillación		Deseos de agredir		Otros:	

En el siguiente apartado de preguntas, puedes desarrollar tan extensamente como consideres necesario.

¿En tu familia has visto escenas de celos? Si: _____ No: _____
Cual: _____

¿En tu familia tuviste situaciones de celos? Si: _____ No: _____
Cual: _____

En lo celos@ te parece a: _____

¿Ante que situaciones, sientes celos por tu pareja? _____

¿Ha incrementado o te manifiestas con mayor frecuencia celos@? Si: _____ No: _____

Por qué: _____

¿Qué significa, para ti, que tu pareja no tenga celos?

¿Qué crees que deberías hacer para evitar los celos en tu pareja?
