



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES ZARAGOZA
CARRERA DE PSICOLOGÍA

LOS ESTILOS DE AMOR Y LA CODEPENDENCIA
EN LA RELACION DE PAREJA

T E S I S

QUE PARA OBTENER EL TITULO DE:

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A:

SALCEDO CALLADO PABLO TONATHIU

JURADO DEL EXAMEN

TUTORA: DRA. MIRNA GARCÍA MÉNDEZ

COMITÉ: DRA. SOFIA RIVERA ARAGÓN

LIC. JESÚS BARROSO OCHOA

MTRA. ALEJANDRA LUNA GARCÍA

LIC. OTILIA AURORA RAMÍREZ ARELLANO

PROYECTO UNAM-DGAPA-PAPIIT IN304712



México, D. F

Diciembre, 2014



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

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

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

Agradecimientos

...A mis padres: Patricia Callado y Salvador Salcedo, así como a mis hermanos Sara y Samuel Salcedo.

Gracias por todo el apoyo otorgado, el acompañamiento constante, el amor brindado y la incondicionalidad demostrada a lo largo de todos estos años y sobre todo en este último periodo de desarrollo personal
Los amo

...Daniela Álvarez Saavedra

Por mostrarme que la verdadera amistad se mantiene presente pese al tiempo, la distancia y a los diferentes acontecimientos de la vida. Eres uno de mis más grandes ejemplos y maestros, muchas gracias por todo
Dani.

.. Lizbeth Rodríguez, Mariana Basurto y Karen Ortega

Por qué en los momentos más difíciles de mi vida, en un lugar en donde no me sentía cómodo, lograron hacerme sentir como en casa, entendido y apreciado.
En verdad muchas gracias.

...Mayra Nabyl Cornejo Becerril

Amiga, simple y sencillamente, esta tesis no estaría aquí de no ser por ti, eres sin duda una de las personas más importantes en mi vida y espero que lo sigas siendo por muchos años más.
Gracias por todo.

...la Dra. Mirna García Méndez y el Mtro. Eduardo Contreras Ramírez

Por su paciencia y apoyo, muchas gracias por que durante todo este tiempo en la carrera y en la titulación, fueron sin falla alguna, luces en el camino de este proceso.

...Proyecto PAPIIT

Por promover de forma extraordinaria el desarrollo profesional y personal, a través de un apoyo económico que en ocasiones es tan ausente y necesario.

INDICE

Resumen.....	1
Capítulo 1 Introducción.....	2
Capítulo 2 La pareja.....	6
2.1 ¿Qué es la pareja?	9
2.2 La estructura de la pareja	11
2.3 Un marco para los elementos que conforman la pareja	20
Capítulo 3 Estilos de amor.....	25
3.1 El amor clásico.....	25
3.2 El amor cortés o fine amour.....	27
3.3 El amor del siglo XX	29
3.4 El amor en la postmodernidad.....	31
3.5 Teorías sobre el amor.....	33
3.5.1 La teoría evolutiva del amor	33
3.5.2 La teoría triangular de Stenberg.....	35
3.5.3 Los colores del amor de Lee	37
Capítulo 4 La codependencia y adicción al amor.....	43
4.1 Adicción y dependencia.....	43
4.2 La codependencia	45
4.3 Repercusiones conductuales y cognitivas en la codependencia.....	47
4.4 Amor adictivo	48
4.5 ¿Cómo surge el amor adictivo?.....	50
4.6 Causas de desarrollo	51
4.7 Causas biológicas.....	54
Capítulo 5 Método.....	57
5.1 Planteamiento del problema	57
5.2 Preguntas de investigación.....	57
5.3 Objetivos	58
5.4 Hipotesis	58
5.5 Variables.....	59
5.6 Diseño.....	60
5.7 Tipo de investigación.....	60
5.8 Participantes	60
5.9 Instrumentos	61
5.10 Procedimiento.....	62
Capítulo 6 Resultados y discusiones.....	64
6.1 Resultados	64
6.2 Discusión	66
Referencias.....	71

Resumen

Los distintos modos que el ser humano desarrolla de estar en pareja se traducen como estilos de amar. Cada estilo tiene propiedades y características diferenciables entre sí. La teoría de los estilos del amor es un enfoque creado por John Lee en el que propone seis estilos de amar, tres primarios (Eros, Ludus y Storge) y otros tres secundarios (Ágape, Manía y Pragma) (Lee, 1976). La codependencia se entiende como un trastorno de las relaciones interpersonales que se presenta en casi todas las personas que tienen una convivencia cercana con un adicto, llevando al demérito de la autoestima acompañado de sensaciones de responsabilidad exagerada por los sentimientos o conductas de otros. (Noriega & Ramos, 2002; Stafford, 2001). El objetivo de esta investigación fue describir las relaciones entre los estilos de amor y la codependencia, así como las diferencias presentes entre hombres y mujeres para estos dos elementos. Participaron de manera voluntaria 176 participantes (H=55, M=121) del Distrito Federal que respondieron dos instrumentos: El inventario de estilos de amor para adultos (Ojeda, 2006) y El instrumento de codependencia Modificado (ICOD) (Noriega & Ramos, 2002). Resultado de la correlación lineal de Pearson se obtuvieron relaciones significativas positivas de los estilos Manía y Ludus con todos los factores relacionados a la codependencia. Respecto al Sexo y los estilos de amor los hombres mostraron ser más ágapicos (M=34.491) a diferencia de las mujeres (M= 25.066), eróticos (M=53.964) que las mujeres (M= 46.843) y lúdicos (M=21.891) que las mujeres (M=18.256). Finalmente no se encontraron diferencias significativas en cuanto a los factores de codependencia entre hombres y mujeres (hombres, M=24.55, Mujeres, M= 22.E46). Se concluye que las personas con estilos de amor predominantes Ludus y Manía tienden a presentar en mayor medida comportamientos codependientes caracterizados por una exagerada necesidad de conexión con el otro y un ciclo de evitación-dependencia. (Daire, Jacobson & Carlson, 2012). Asimismo se observa que el riesgo para el desarrollo de codependencia en hombres y mujeres en la actualidad es el mismo ya que no se presentan diferencias entre las frecuencias de codependencia de uno u otro.

Palabras clave: Estilos de amor, Codependencia, Pareja

Capítulo 1

Introducción

La pareja, es un tipo de vínculo afectivo que se caracteriza por una serie de elementos cognitivos, conductuales y emocionales compartidos por dos personas que reconocen una relación entre sí. En ellas, se suscitan experiencias afectivas que están influenciadas por la cultura, la sociedad y las diferencias individuales. (Dion & Dion, 1993; Neto, 2007; Rodríguez, 2006). De las demandas que surgen en los marcos socio-culturales y de las diferencias individuales al vivir y expresar afectos, las personas que se relacionan encuentran los dictámenes y normas a través de las cuales crean diferentes tipos de vínculos amorosos.

La pareja es uno de los espacios de desarrollo más importantes que las personas experimentan. Dentro de sus límites intervienen muy distintos elementos de la vida afectiva: amor, enamoramiento, intimidad, compromiso, apego, regulación emocional, comunicación, confianza, pasión, sexualidad, celos, posesividad e incluso, adicción.

La tipología de lo que es considerado una pareja se ha modificado a lo largo de la historia. En particular, en los tiempos modernos. Los últimos 30 años, el concepto de lo que compone la relación de pareja, cambió en contraste con las concepciones clásicas, generando una ola nueva de concepciones sobre lo que es un vínculo amoroso. (Núñez & Zazueta, 2012). No obstante tres tipos de relaciones siguen conservándose. Las relaciones de noviazgo, matrimonio y unión libre son tipos de vínculos que las personas establecen en distintos momentos de su desarrollo. Estas formas de estar en pareja se diferencian por los variados estilos que cada persona tiene para interactuar con otra dentro una relación amorosa.

Los estilos particulares de interacción al estar en pareja se traducen como estilos de amar. Cada estilo tiene propiedades y características diferenciables entre sí, también incluyen demandas especiales y necesidades por satisfacer.

Así, cada persona forma una relación de pareja para dar respuesta a una serie de necesidades individuales, físicas y emocionales que se expresan de distinta manera según su estilo particular al amar. (Villegas & Mallor, 2012). Las características de los distintos estilos de amor que las personas tienen, median los comportamientos en la relación de pareja y dirigen la forma en que está impacta en su vida.

Numerosos estudios han investigado las relaciones que los estilos de amor tienen con respecto a la familia, la cultura, la sociedad, la identidad, la comunicación, la deseabilidad social, la satisfacción de la relación, las diferencias de género y las adicciones afectivas (Davies, 2001; Dion & Dion, 1993; Goodboy & Myers, 2010; Levine, Strzyzewski, & Sun, 2006; Neto, 2007; Ogletree, 2010; Shurts & Myers, 2008). Los hallazgos obtenidos de estas investigaciones han hecho posible conocer la naturaleza y flexibilidad de los estilos amorosos, así como su permeabilidad e importancia para la salud, funcionalidad, regulación emocional y bienestar en general.

En el rubro de los comportamientos disfuncionales y conflictivos que se pueden presentar en las relaciones de pareja, las llamadas adicciones afectivas tienen especial atención. De manera general se define a las dependencias afectivas como los trastornos relacionales caracterizados por la manifestación de comportamientos adictivos en la relación interpersonal basados en la asimetría de los roles y una actitud dependiente (Moral & Sirvent, 2009). Las relaciones adictivas generan en sus integrantes vínculos de dependencia, caracterizados entre otros elementos, por una necesidad afectiva extrema, subordinación emocional, descuido de otros ámbitos de la vida cotidiana, deseo intenso e irracional por la pareja, síntomas de abstinencia ante la ausencia del otro, apego invalidante con menoscabo de la autonomía, desestimación de los límites personales y una baja satisfacción dentro de la relación (Hoogstad, 2008).

A pesar de la insatisfacción, acompañada por el menoscabo constante de la autoestima y la pérdida de límites, fracturar una relación de naturaleza dependiente es sumamente difícil. La dependencia de uno de sus miembros lleva al otro a crear patrones de culpa y excesivo sentido de responsabilidad por la satisfacción de su pareja. A este patrón adictivo dual que se produce de una interacción adictiva continua se le conoce como bidependencia o codependencia (Hoogstad, 2008; Stafford, 2001).

Se ha encontrado una similitud importante entre la sintomatología y estructuras involucradas en las dependencias a sustancias y las llamadas dependencias afectivas. Se entiende a las dependencias afectivas como verdaderas adicciones en el sentido sintomático del concepto, e incluso en la modificación neuroquímica presente en la adicción a sustancias (Burkett & Young, 2012).

Por otro lado, también se encontró que en el desarrollo de los dependientes afectivos y sus codependientes se ven involucrados algunos estilos de amor que por sus características propician en mayor medida estas interacciones:

En un estudio realizado por Goodboy y Myers en el 2010 analizaron los indicadores de calidad de una relación con respecto a las conductas negativas que se presentaban dentro de ellas. Encontraron que algunas conductas negativas, como la inducción de celos, o la manipulación emocional, tenían una relación elevada y predictiva con indicadores de calidad y mantenimiento en la relación de pareja. Además hallaron que los seis estilos de amor analizados tenían relaciones predictivas con respecto a conductas negativas. En lo particular los estilos Ludus y Manía presentaban la relación más elevada con este tipo de conductas, lo cual a pesar de mantener la relación, generaba vínculos sumamente conflictivos, disfuncionales y dependientes.

Por otro lado, con respecto a las particularidades de cada sexo, se ha investigado las diferencias que existen tanto en los estilos de amor, como en las dependencias afectivas y se han encontrado que los puntajes en los estilos de Storage y Pragma son más elevados en las mujeres, mismas que presentan una

menor puntuación en el estilo Ludus. Asimismo no se encontraron diferencias en Eros, Manía y Ágape (Dion & Dion, 1993). No obstante estos resultados han sido inconsistentes en más de una ocasión, variando constantemente en las preferencias de estilos de amor para hombres y para mujeres. (Davies, 2001; Ferrer, Bosch, Navarro, Ramis & García, 2008). Estas inconsistencias en los resultados aumentan el interés por investigar dichas discrepancias a modo de encontrar una respuesta satisfactoria para ellas.

Capítulo 2

La pareja

Desde su nacimiento, el ser humano mantiene relaciones que juegan un papel fundamental en la adquisición de habilidades y competencias inter e intrapersonales, mismas que coadyuvan a un buen funcionamiento de los diversos procesos de su desarrollo. Estas relaciones se diversifican y cobran distintos matices de importancia según el momento de la vida que se observe.

Al llegar a la adolescencia y juventud se comienza a vivir un tipo de relaciones con un significado particularmente importante. Las relaciones románticas son los vínculos que inician en este periodo del desarrollo y funcionan como elemento trascendental para el crecimiento del joven y el adolescente, así como para toda su vida afectiva futura (Collins, 2003; Connolly & McIsaac, 2009; Nina, 2011; Sprecher, Felmeé, Metts, Fehr, & Vanni, 1998). Las primeras experiencias amorosas representan pilares para el establecimiento de nuevos noviazgos, para la conformación y descubrimiento de nuevas necesidades dentro de las relaciones y para el posible desenvolvimiento que la persona pueda tener en ellas.

Las relaciones románticas se convierten para el joven en centros importantes de descubrimiento de vivencias, modos de relacionarse y puntos de encuentro innovadores con respecto a su propia experiencia. De igual manera, propician el encuentro de espacios de intimidad en las relaciones con otros hasta entonces desconocidos, así como el desarrollo de comportamientos sexuales cada vez más importantes para sí (Diamond, 2004).

La pareja romántica, es fundamental para comprender el comportamiento humano como entidad global, tanto en su dimensión individual, como en sus enfoques sociales y de interacción. De esta forma la pareja romántica ha sido centro de extensas expresiones humanas que dan cuenta de los intentos por comprender dicho vínculo: desde ser inspiración en canciones, poemas,

pinturas, esculturas, así como de una gran cantidad de expresiones artísticas, hasta prestarse como objeto de análisis en el arte, la filosofía, la moral, el pensamiento y la historia (Maureira, 2011; Morales, 2003).

El estudio de la pareja tiene una historia extensa y compleja, misma que ha sido enriquecida desde las disciplinas de la psicología y la sociología principalmente. Desde el principio de su investigación a la fecha, ha sido posible el develar mucho de su naturaleza, su estructura básica y los elementos que la conforman (Maureira, 2011; Morales, 2003).

De los estudios en el campo de la psicología, se ha logrado identificar que la pareja se construye para dar respuesta a una serie de necesidades humanas, la más evidente de ellas, la reproducción, y otras no tan evidentes como el sentido de compañía y la solidaridad. La pareja romántica es resultado de una larga evolución social, ideológica, económica y humana, que ha otorgado particular valor en la época contemporánea a la elección libre e individual del compañero romántico, basándose en la atracción sexual y el enamoramiento (Morales, 2003; Villegas & Mallor, 2012).

Muchos de los elementos que conforman las relaciones románticas están supeditados a diversas presiones que las sociedades y culturas ejercen, Moore y Leung (2001) mencionan que los estilos y las características de las relaciones se modifican a través de las culturas, dando como resultado particularidades que se ajustan a lo que la sociedad y sus grupos tanto minoritarios como mayoritarios demandan. De igual modo, las metas que se establecen en la relación de modo individual o conjunto, tienden a acordar con lo que la sociedad y cultura particular exige, en el contexto específico en el que se encuentre.

En México las transformaciones en las relaciones de pareja en la última década han sido sobresalientes; la evolución social, el imaginario de pareja y las diversificaciones de las relaciones humanas, confluyen en los cambios que en la actualidad pueden percibirse. La estructura de la pareja, los ideales que se tienen sobre la misma, así como la dinámica de la estructura ha cambiado (Villegas & Mallor, 2012). En la actualidad la elección de pareja y su formación depende de más elementos para su éxito futuro, de tal modo que las personas

las conforman y plantean según sus propias visiones y metas particulares, hechos que dan como resultado, novedosas e innovadoras maneras de “estar juntos” (Bucay, 2000; Riso, 2012).

El reflejo de esta realidad se expresa en las características que dan estructura a la relación romántica en la actualidad. La pareja ahora está compuesta de una serie de elementos tan diversos como los deseos e ilusiones de cada quien, su cultura, su sociedad y valores familiares particulares. La relación de pareja es una dinámica de interacción humana que va a estar dada por diferentes parámetros, dependiendo de la sociedad en donde se produzca. Un proceso que abarca toda la naturaleza humana, en donde el amor, es un elemento de la relación, pero no el único que la conforma (Maureira, 2011; Rey, Mateus & Bayona, 2010).

Las novedosas variantes que en la actualidad conforman a la pareja se pueden dilucidar en la conformación de nuevos contratos en las relaciones, en donde el amor ya no es su sinónimo, sino solo parte de una serie de elementos que la conforman. La pareja ahora exige modelos que respondan a la apertura que cada par de seres humanos tenga hacia las diferencias individuales, motivaciones, deseos y aspiraciones particulares (Ehrenfeld, 2000).

Esta apertura necesaria, prácticamente exigida por parte de la realidad empírica, confronta a los modelos existentes que visualizan a la pareja en tipologías de interacción. En donde el escenario de la pareja es estático y sus características se enlistan inertes ante una realidad a cada momento más dinámica y cambiante. Hasta ahora, la incursión de la ciencia en los fenómenos de la pareja romántica se realiza a partir de una visión teórica que propone súper estructuras predeterminadas: Tipologías básicas de relaciones. “Formas” establecidas de antemano y clasificaciones categóricas en donde la pareja, cualquiera que ésta sea tiene que caber o encajar. La visión de la pareja generalmente se limita a exponer las formas posibles de interacción, de modo que cada relación pueda encontrarse en una clasificación posible o al menos tener cabida en alguna de las existentes (Ehrenfeld, 2000; Giddens, 2001).

La historicidad de la pareja, validaba dichos marcos teóricos en congruencia con las motivaciones y estructuras de los matrimonios y noviazgos de la época, que eran ajenos al ajetreo de la individualidad o la elección libre, sometidos mayormente a los “deberes” o mandamientos de las sociedades. (Rodríguez, 2006) Las metas de las relaciones eran claras y cumplían con hitos bien definidos, comúnmente conocidos y bien aceptados social, cultural e individualmente. Sin embargo, la actualidad en lo correspondiente a estos tres ámbitos a cimbrado los esquemas que sostenían dichas ideas, contrastando ampliamente las visiones de las relaciones románticas (Fernández, 2000).

Los nuevos vínculos exigen un esfuerzo por flexibilizar las visiones acerca de lo que motiva, conforma, mantiene y dirige una relación, más aún, también invitan a modificar aquellas viejas clasificatorias y categorías relacionales, cambiándolas por un concepto más dinámico de los vínculos, que entienda entre sus tantas características las diferencias individuales, sus dimensiones y consecuencias.

2.1 ¿Qué es la pareja?

La relación de pareja se puede definir como una serie de interacciones que ocurren a lo largo del tiempo, mismas que se caracterizan por involucrar a dos individuos que reconocen un vínculo entre sí. Estos vínculos son voluntarios en su mayoría, y en ellos existe una atracción basada en la apariencia física, características de la personalidad, compatibilidad de intereses o habilidades, e implican manifestaciones de afecto, compañerismo, intimidad, protección y apoyo (Allen & Land, 1999; Furman, Brown, & Feiring, 1999; Maureira, 2011).

La relación es una especie de unidad, en donde su estructura y dinámica se compone de elementos generales, mismos que se combinan en grados y maneras diferentes según los contratos particulares de cada pareja. Estas combinaciones dan como resultado la gran diversidad de formas de vivir una relación amorosa, que puede ser entendida, no desde una clasificación

predeterminada, sino desde la comprensión de la naturaleza de sus elementos, así como de la forma particular en que cada relación los mezcla.

Se habla de una individualización de las formas en cómo se establecen las relaciones de pareja, cuya noción real es el tener seres libres de roles internalizados y de biografías de lo que “debe de ser” una relación (Bruckner, 2011).

Ha llegado un límite crítico en el que se hace imposible conservar las formas tradicionales de establecer relaciones amorosas, donde las características de las interacciones ya no están dadas por la sociedad y la cultura, porque el costo de mantenerlas sería el aumento paulatino de los conflictos en las parejas. Se requiere entonces de hombres y mujeres que aprendan a tener comprensión, paciencia, disposición para llegar a compromisos, y sobre todo el valor de negociar permanentemente nuevos acuerdos sobre los eventos que acontezcan (Beck & Beck-Gernsheim, 2001).

Las prácticas cada vez más heterodoxas en lo sexual y lo afectivo han generado combinaciones antes no existentes en la realidad cotidiana, modificando desde sus cimientos las tipologías hasta ahora conocidas y haciendo cada vez más necesaria la adecuación de los modelos presentes a las nuevas parejas (Rodríguez, 2006). De esta forma se hace necesaria una opción no percedera de visualizar la pareja, dentro de un tiempo y dinámica cada instante más vertiginosa.

La opción elegida por la investigación actual es visualizar los elementos que componen las parejas, es decir, los caracteres que se combinan en las relaciones, aspectos que permanecen ante la modificación contemporánea de las formas de interactuar, quedando de esta manera, exentos de la caducidad de los modelos categóricos o tipologías de pareja, prestando una flexibilidad necesaria para la revolución de los tiempos actuales (Burke & Young, 2012; Guevara, 2005; Zuazua, 2011).

Finalmente, la calidad y características de la relación dependerán de los elementos y la manera en que se relacionan entre sí: La percepción de la satisfacción, el compromiso, la intimidad, la confianza, la pasión y el amor romántico, son las variables que hasta ahora han demostrado una correlación entre sí, así como con la calidad y características de la relación (Collins, 2003; Diamond, 2004; Matias, 2008; Olderback & Figueredo, 2012; Torres & Ojeda, 2009).

2.2 La estructura de la pareja

En estos tiempos los jóvenes se convierten en sujetos que reorganizan, rearticulan o reconfiguran nuevas prácticas y representaciones en torno a nuevas narrativas que rompen con la regularidad y homogeneidad de los discursos tradicionales, recombinan y crean nuevos y viejos elementos, generando rupturas y discontinuidades (Zuazua, 2011).

Los jóvenes, como principales actores de transformación, funcionan como una especie de enzima en las relaciones románticas y la forma de entenderlas, particularmente en su praxis, la pareja joven es la más innovadora. Por ello se hace necesario entender el fenómeno desde este enfoque; En el núcleo principal de las modificaciones hay una transformación de las interacciones amorosas, resultante de la información vertida horizontalmente entre compañeros, amigos y personas de la convivencia cotidiana, y la información que surge de la educación de los padres y sociedad (Hand, Thomas, Bulbaltz, Demer & Buyanjargal, 2013; Rodríguez, 2006).

La pareja, como parte importante del desarrollo en la juventud, se ha entendido a través de los elementos que la conforman, las concomitantes de la dinámica, así como sus diferencias y similitudes, de persona a persona, de relación a relación.

Lo que se discute al hablar de pareja, consiste en el proceso de la subjetivación misma, el cual incluye una concepción sobre el propio cuerpo, la manera en cómo es experimentado y las formas de sentir y manifestar afectos en diferentes niveles y distintas dimensiones. Por lo tanto es necesario exponer cada uno de los elementos, sus especificaciones y maneras de comprenderse, para plantear una visión global de lo que interviene y caracteriza a la relación romántica:

El Amor

La experiencia del amor es central y vitalmente importante para la vivencia y significación de las relaciones de pareja (Graham, 2011) debido a su flexibilidad, el amor y sus posibles conceptualizaciones son diferentes a lo largo de las distintas maneras de formar una relación.

Beck y Beck-Gernsheim, en 2001, enuncian las revoluciones en las diferencias individuales desde las cuales es necesario ahora entender los viejos grandes marcos de referencia social; la familia, el matrimonio, la paternidad, la sexualidad, el erotismo, el amor y la pareja, ya no pueden ser presupuestados o anunciados de forma obligatoria, si no que cada uno varía en cuanto a contenidos, delimitaciones, normas, moral y posibilidades, incluso de individuo a individuo, de relación a relación y tiene que ser descifrado, acordado y fundamentado en todos sus detalles desde el cómo hasta el por qué y el por qué no.

Dichas revoluciones nacientes hace una década, fundamentan la búsqueda en este periodo de tiempo de formas nuevas de comprender al amor en las relaciones románticas. Entrando en constante discusión con respecto a lo que el amor puede abarcar, y en cuya actividad una conclusión esencial queda en el aire: la pareja no solo es amor.

Al extraer entonces del amor la omnipotencia que hasta entonces lo investía, queda a la luz su verdadero alcance y potencial, la perspectiva desde la

que se parte, es del entendimiento del amor como el sustrato puramente emotivo, sentimental o afectivo de una relación, un motivador para estar juntos. Así comienza esta novedosa perspectiva; La determinación del amor suele ser muy vaga, pues los contenidos de los que es y debe ser han cambiado con frecuencia en el curso de la historia, en los últimos siglos y especialmente en la última década, una evolución lenta permite observar ahora al amor como un contrato puramente sentimental de obligación mutua (Beck & Beck-Gernsheim, 2001).

Por otra parte Bruckner en el 2011, bajo esta misma línea enuncia que el amor en primer lugar debe dejar de ser más que un sentimiento, el entendimiento del mismo como toda una manera de estar con otra persona sigue siendo transmitido de generación en generación, como una especie de conocimiento necesario para todos. Sin embargo, en algún punto del camino, dicho conocimiento tuvo una fractura esencial, cuestionando el alcance del amor y su permeabilidad a toda actividad en la pareja, re-cobrando poco a poco, su justo lugar afectivo y limitado.

La individualización de los contratos de pareja ha realizado una segunda labor: el entendimiento de lo que el amor es como parte de una relación, depende cada vez más de un concepto particular a cada persona y no de un deber ser de la cultura o la sociedad.

Por tanto, la comprensión general de lo que el amor compone o refiere es realmente amplia, subjetiva e individualizada, y no obstante en lo que a la investigación se refiere, el amor romántico es el componente esencial en la satisfacción, estabilidad y salud psíquica y general de una relación. Así mismo, este amor se alimenta de la pasión, la intimidad y compromiso. (Graham, 2011) Siendo considerado finalmente en la actualidad, como el sustrato afectivo de la relación, mismo que actúa como fenómeno que permea, más no determina, lo que sucede dentro una pareja.

La pasión

En una segunda mirada a los elementos básicos que conforman la dinámica y estructura de la pareja, se presenta la pasión como un concepto fundamental.

Esta puede ser entendida de maneras diferentes; Al igual que el amor, su permeabilidad hacia todas las actividades humanas actúa como un motivador fundamental de la actividad, entendido comúnmente como el grado de mayor atracción o preferencia hacia alguna actividad o cosa. La importancia cardinal de la pasión para la comprensión de la pareja como vínculo, se encuentra justificada, debido a que incluso dentro del conocimiento popular se sabe bien que no hay relación sin atracción física.

La relación de pareja es insostenible si no se observa en una primera instancia que existe algún tipo de atracción mutua física y sexual. De este modo, Sternberg en el 1999 explica que la pasión implica deseos y necesidades que se manifiestan en una excitación psicológica y fisiológica natural, que llevada de la mano en la interacción con el otro, la direcciona y significa. Finalmente concluye que la pasión es la expresión directa del deseo que se puede llegar a sentir o percibir hacia otra persona, y que a su vez eventualmente motiva un acercamiento físico.

En congruencia con Sternberg en el 1999, se puede entender a la pasión dentro de la dinámica de la pareja, como la atracción física que existe entre dos personas que impulsa a intentar tener una proximidad cada vez mayor (Sumter, Valkenburg & Peter, 2013).

Por otro lado, es un elemento motivacional crucial en el inicio de una relación, y posteriormente también para el desarrollo de conceptos pilares en la dinámica de la misma como lo son la intimidad y el compromiso (Sternberg, 1999).

Se identifica entonces a la pasión como el motivador primordial de la atracción e incluso como la atracción primigenia misma, en donde el surgimiento de estos impulsos se experimenta inicialmente en la adolescencia y se acentúa notablemente en la juventud.

La aparición de la pasión en esta fase del desarrollo plantea diferentes dificultades, ya que debido a la inmadurez del adolescente o a su poca o nula experiencia, llega a generar relaciones absolutamente llevadas por la atracción, las cuales estén o no estén sustentadas en la elección racional, encuentran toda motivación y fuerza para continuar, de forma que aunque parezca difícil de considerar, en estas relaciones la persona no elige, sino se deja llevar (Gómez, 2004).

Finalmente, esta naturaleza dual de la pasión, como factor de riesgo y motivador principal de atracción, genera la necesidad de entenderla por separado, es decir, de comprenderse como el deseo sexual puramente dicho, una atracción física intensa hacia otra persona, la cual puede o no estar relacionada con un sentimiento o afecto especial, así como también a un fin inocuo o dañino para la relación.

La confianza

La confianza es una estructura poco estudiada. Esa situación particular se debe a que en variedad de ocasiones este concepto es confundido con otros como el compromiso, la intimidad o la fidelidad.

No obstante se ha logrado definir este concepto dentro de los fenómenos de pareja como la expectativa de respuesta apropiada de otro a las necesidades personales en el presente o futuro. (Montecinos & Cevallos, 2008). Es decir, la confianza se genera enteramente en la interacción con el otro, siendo un producto exclusivo de un vínculo interpersonal cercano (Chaulet, 2009; Zak, Coulter, Giglio, Hall, Sanford & Pellowski, 2002).

La confianza dentro de los límites de la relación de pareja se ha definido como un sentimiento o creencia en el apego o compromiso que se tiene hacia los acuerdos realizados, así como hacia el bienestar y estabilidad de la relación (Chaulet, 2009).

Se puede entender también como la situación en que una persona cree que otra u otras, serán benevolentes y honestas, motivadas por el interés personal o de una relación (Montecinos & Cevallos, 2008).

Por tanto, la confianza es fundamental para entender la seguridad emocional percibida dentro de la pareja, así como los motivos y las conductas del otro. Lo que finalmente funciona como elemento cohesionador de la pareja, mismo que es vital, para la duración y calidad de la misma.

Por otra parte, su dinámica se expresa como un proceso continuo que depende de las vivencias de la cotidianidad y una constante renovación de la misma, validada de la experiencia personal en la relación (Zak, Coulter, Giglio, Hall, Sanford & Pellowski, 2002).

La existencia continua de confianza en la relación, es decir, su permeabilidad en la intimidad, el amor, la pasión y el compromiso, garantiza una percepción de satisfacción elevada, que se expresa como la creencia en que existe un esfuerzo por parte de la pareja al cuidado de todos estos elementos y al bienestar de la relación como globalidad.

La intimidad

La idea de la intimidad es inmensamente amplia, su estudio es extenso y sus ramificaciones variadas, ya que la sola idea de lo que comprende este fenómeno es permeable a una multitud de fenómenos psicológicos, sociales e incluso políticos.

En el universo de las relaciones interpersonales la intimidad posee tres diferentes aproximaciones conceptuales, las cuales comprenden las diferentes visiones particulares que se pueden tener de ella (Guevara, 2005):

1.- Como aproximación, es decir como una relación cercana y profunda con otros, basada en el conocimiento mutuo.

2.- Como espacio de privacidad personal, sustraída de las miradas de otros.

3.- Como una esfera social, donde tiene lugar lo personal y el mundo afectivo.

Estos tres acercamientos plantean una intimidad “interpersonal”, que comprende el desenvolvimiento personal privado, un espacio ajeno al conocimiento social, así como la vivencia de relaciones, en donde lo que se llama íntimo, será considerado, acordado y respetado por las partes que estructuran las interacciones.

La intimidad interpersonal es aquella que se experimenta dentro del vínculo de pareja, propiciando relaciones con un conocimiento mutuo elevado, y una comprensión recíproca. (Guevara, 2005). De igual forma la intimidad comprende un espacio de privacidad especial, relacionada con la vida sentimental, es decir, amorosa, y la vida de proximidad física, es decir, sexual, ambas sustraídas del mundo exterior a la pareja.

No obstante, su definición es parte de una constante y compleja ola de cambios y transformaciones sociales, culturales y personales, en donde la apertura en la delimitación de los conceptos principalmente los referidos a las interacciones sociales es el adjetivo principal, caracterizándose por un vuelco del lugar en donde las definiciones suceden, no desde lo institucional, sino ahora en lo personal.

La intimidad desde los acuerdos personales que en ella convienen, supone compartir lo afectivo con el otro; es el intercambio de pensamientos y

sentimientos de significación personal con otro individuo que es altamente valorado (Montesinos & Cevallos, 2008).

En conclusión, la intimidad es una necesidad humana, es el deseo del encuentro del otro, en una relación plenamente satisfactoria, que se subdivide en extractos de cuidado particular tales como el emocional, el comunicacional, el cognitivo o de pensamiento, el interaccional y el sexual (Mancillas, 2006).

El compromiso.

Dentro de los espacios de la pareja existen diferentes acuerdos y charlas, así como metas en la comunicación e interacción de sus partes. Para la buena realización de estos objetivos es necesario un agente catalizador que influya en la dirección del intercambio de información, así pues, es el compromiso el elemento que influye directamente en realización de dichas actividades y en la duración que se decida pueda tener la pareja (Sumter, Valkenburg & Peter, 2013).

El compromiso se percibe a través de una sensación particular desde la cual se considera la fortaleza del vínculo con el otro, y a su vez, la duración que se pretende pueda tener (Panayiotou, 2005).

De esta manera, altos niveles de compromiso dentro de una relación de pareja, la dotan de seriedad y formalidad según el imaginario social, haciendo que se refuerce esta misma al paso del tiempo (Panayiotou, 2005; Ysseldyk & Wohl, 2012).

Dentro del compromiso se pueden identificar diferentes fases, una primera fase moral, que es entendida como la parte del compromiso que se dirige enteramente a la interacción con el otro, es decir, al respeto de los acuerdos realizados en la relación y la obligación de responder a ellos y por otro lado, la fase del compromiso personal, el cual se fundamenta en la sensación de

deseo de continuar una relación con el otro debido a que esta causa satisfacción (Marshall, 2010).

El compromiso tiene una raíz ampliamente social y cultural, ya que mucha de su estructura y entendimiento se debe a las demandas sociales y culturales específicas de un contexto y tiempo determinado (Marshall, 2010).

Finalmente se asocia directamente a este elemento con la duración de la relación de pareja, debido a que tiene una amplia correlación con las posibilidades de perdón a una transgresión importante a los acuerdos establecidos, es decir, entre mayor sea el nivel de compromiso, es más probable que se puedan perdonar fallas en los acuerdos e interacciones dentro de la pareja (Ysseldyk & Wohl, 2012).

La satisfacción de la relación

Finalmente en la interacción de pareja, se presenta la satisfacción de la relación. Este constructo es más un resultado de la dinámica de los elementos anteriormente descritos, que un componente individual de la interacción. La satisfacción percibida es quizás el elemento crucial en el que se fundamenta el bienestar y la permanencia del vínculo en pareja.

A pesar de su multifactorialidad la satisfacción de la relación encuentra en su definición un cause simple, ya que se entiende como la evaluación que se realiza de manera interpersonal sobre los sentimientos positivos que se tienen o guardan hacia la persona con la que se está y la relación en general (Miller-Ott, Kelly & Duran, 2012; Sakalli-Ugurlu, 2003).

De su conceptualización sencilla pero altamente permeable, se desprenden diferentes elementos relacionados con su evolución y existencia en la relación. Con referencia a la satisfacción en la relación de pareja, surgen las evaluaciones de costo-beneficio de la misma, las alternativas para la

continuación de la relación, el tiempo que se pasará junto a la pareja, la fuerza del vínculo y la futura orientación de la relación (Butzer & Kuiper, 2008; Olderbak & Figueredo, 2012; Sakalli-Ugurlu, 2003).

Su causalidad implica la existencia de factores personales importantes, sin los cuales una satisfacción elevada se vuelve complicada de alcanzar, estos factores asociados a su génesis son los estilos de apego, el amor por la pareja, y la inteligencia personal. Medidas individuales que facilitan la obtención de percepciones positivas elevadas de satisfacción dentro de una relación (Malouff, Coutler, Receveur, Martin, James, Gilbert, Sehutte, Hall & Elkowitz, 2012).

En correspondencia, Butzer y Kuiper en el 2008 han encontrado que la elevada medida de satisfacción provee a los individuos de estados afectivos positivos y estados de ánimo favorables, con los cuales es más sencillo el desenvolvimiento en las tareas y compromisos propios de una relación.

Finalmente, la importancia de este elemento en la relación de pareja es indiscutible, dado que un índice favorable de satisfacción garantiza una estabilidad del vínculo, así como bajas posibilidades de disolución, lo que a su vez, coopera para el aumento de índices favorables en todos los demás elementos que intervienen en la interacción de pareja.

2.3 Un marco para los elementos que conforman la pareja.

La pareja conformada por los elementos de amor, pasión, intimidad, compromiso, confianza y la satisfacción percibida dentro de ella, requiere de un marco de comprensión global. Es decir, un marco teórico bajo el cual se entienda lo que pertenece, causa y dirige la dinámica de los mismos. Este marco comprende todo lo que pertenece a la pareja y lo que puede afectarla o dirigirla.

La investigación sobre los temas relativos al desarrollo de las interacciones humanas se dirige a partir de un marco conceptual amplio que

permite desentrañar la intrincada red de relaciones, correlaciones, mediadores y moderadores que intervienen en ellas, particularmente en aquellas que se consideran con mayor intimidad.

Como se mencionó anteriormente el conocimiento en el campo de las relaciones de pareja no resistió la prueba del tiempo, mostrando contradicciones conceptuales y resultados irreplicables. En otros casos, la falta de congruencia y estabilidad teórica ante la realidad empírica evidenciaba fallas en la validez externa de los estudios realizados, exponiendo una imposibilidad de generalizar sus resultados a poblaciones o muestras amplias. Estas observaciones llevaron a considerar la creación de un marco teórico integral que guiara la interrelación entre las múltiples facetas, conceptos y dinámicas de la relación de pareja, dentro de sus tiempos y ecosistemas particulares (Díaz-Loving, 2010).

Con la finalidad de crear el marco integral surgió el establecimiento de una estructura teórica y explicativa de los elementos de la pareja basada en una perspectiva, Historico-bio-psico-socio-cultural. (Díaz-Guerrero, 1972, en Díaz-Loving, 2010). Esta perspectiva da orden y cabida a los aspectos; *históricos* y por lo tanto de evolución y desarrollo de cada elemento de la pareja a través de las culturas; *Biológicos* vinculados principalmente a las necesidades de compañía interdependiente que se expresan en las relaciones; *Psicosociales*, que se dirigen a las normas, papeles y estatus dictados en cada contexto humano, así como a los procesos de formación de atribuciones, impresiones e influencias sociales presentes en el acontecer cotidiano que afectan las expectativas, actitudes, perspectivas, valores y percepción de las personas dentro de los vínculos; y por ultimo *Culturales* ya que los matices, las formas y distinciones del “cómo” dentro de los comportamientos, varían en esta dimensión, también incluye las maneras en que se expresan e interpretan los afectos dentro de un contexto cultural específico (Díaz-Loving, 2010).

La perspectiva Historico-Bio-psico-social-cultural, reconoce dentro de su estructura que la realidad humana es dinámica y cambiante, naturaleza que hace necesario contemplar sus aspectos históricos y longitudinales de evolución y

desarrollo, en cada uno de sus elementos participantes, dentro de las culturas, individuos y parejas (Díaz-Loving, 2010).

El ciclo de acercamiento-alejamiento

Para el entendimiento de las relaciones humanas, particularmente aquellas referidas como de pareja, la perspectiva Histórico-bio-psico-social permite concebir la relación como una serie de pasos internalizados que se dan a través del tiempo y que delimitan el nivel o grado de acercamiento e intimidad que perciben los sujetos involucrados. Dependiendo del grado de acercamiento o alejamiento en que se encuentre la relación, cada miembro va a evaluar, tanto cognoscitiva, como afectivamente, las conductas del otro de manera diferente. Así, cuando una persona siente ilusión de las perspectivas de la relación, interpreta positivamente las acciones y características de la pareja. De manera inversa, en las etapas de disolución o alejamiento máximo, esas mismas conductas pueden ser vistas como algo aversivo. Cada relación existe a través del tiempo y el ciclo de acercamiento-alejamiento permite observar la dinámica de la pareja como un constante flujo dinámico (Díaz-Loving, 2010).

El ciclo de alejamiento-acercamiento, es solo una parte que conforma el sistema medular de la perspectiva Histórico-bio-psico-social, las estructuras básicas que comprenden esta perspectiva se entienden en función de componentes, cada uno perteneciente a un aspecto de la teórica y que conforman en globalidad la comprensión dinámica de la pareja, Parafraseando a Díaz-Loving (2010) los componentes son los siguientes:

Componente biocultural.

Comprende las necesidades básicas del ser humano de afecto, apego, cuidado, cariño, interdependencia, compañía y amor, entendiéndolas como

esenciales para la sobrevivencia de la especie y genéticamente determinadas. Las características biológicas incluyen también el desarrollo del potencial cultural su transmisión a través del lenguaje, lo que correlaciona esta con el marco de ecosistema socio-cultural en donde la pareja se crea y moviliza.

Componente socio-cultural.

La naturaleza universal de los fenómenos de pareja asegura su relevancia e invita a estudiar sus diversos matices en grupos socio-culturales particulares.

El componente biocultural no se encuentra, ni se desarrolla en un vacío, sino que se establece y modifica dentro de una interrelación constante con las pautas socioculturales de un contexto determinado. Las normas, reglas y papeles específicos de la interacción humana, idiosincrasias particulares a cada grupo cultural, regulan la forma en cómo se desarrollan las relaciones íntimas. En el marco de la perspectiva Historico-bio-psico-social estas restricciones son las que conforman el componente socio-cultural.

Componente individual

La interacción dinámica, dialéctica y constante a través de la vida de las características biológicas y las restricciones y elementos socio-culturales desemboca en el desarrollo de los rasgos, valores, creencias, actitudes y capacidades que los individuos utilizan en sus relaciones interpersonales.

El componente individual refiere a las diferencias individuales y su influencia en la formación y evolución de las relaciones de pareja. Ya que estas diferencias producen maneras sustancialmente distintas de interactuar dentro de las relaciones. Este componente se expresa de forma particular en las teorizaciones que expresan los aspectos diferenciales entre los modos de vivir las relaciones, como los estilos de amor postulados por Lee (1976).

Componente evaluativo

En cuanto se funden en interacción el componente individual y el cultural en la pareja, el sujeto que los vive evalúa su relación y a su compañero, tanto a nivel cognoscitivo, como a nivel afectivo.

La naturaleza evaluativa del ser humano es una característica inherente a la recepción de estímulos que representan otras personas o eventos del día. Esta noción de evaluación está íntimamente relacionada por características antecedentes (representadas en los componentes del modelo) de tal manera que la predisposición evaluativa determina el inicio de una relación dependiendo de las perspectivas cognoscitivas y afectivas que se ejercen sobre la persona y el posible vínculo con ella. Los criterios y las condiciones por las cuales la persona efectúa las evaluaciones cognoscitivas y afectivas dentro de sus relaciones son estudiados dentro de este componente.

Componente conductual.

Finalmente el componente cultural completa los constructos presentados en el modelo Histórico-bio-psico-social. Una vez comprendidos los componentes que el sujeto extrajo desde su biología, de su contexto socio-cultural, de su persona y de su entendimiento, la persona recorre y codifica su conocimiento completo para encontrar la mejor estrategia para responder al estímulo.

Esta conducta tiene un impacto y una interpretación de alejamiento o acercamiento del sujeto hacia su pareja, la que a su vez, evalúa el mejor modo de responder, dicha respuesta afecta a la pareja por completo, lo que finalmente impacta las expectativas y percepciones de sí mismo y del otro. Al integrar, acomodar y asimilar las vivencias, la persona decide si quiere repetir o cambiar su conducta en respuesta a estímulos similares en el futuro, lo que en sí mismo, continúa o concluye la pareja.

Capítulo 3

Estilos de amor

A lo largo de la historia de la humanidad el amor ha sido considerado como algo mucho más grande que un sentimiento, se le considera toda una visualización de la vida, una forma en cómo las personas estructuran una convivencia juntos y el motivador principal de la relación de pareja. Al hablar del amor es inevitable incluir la naturaleza creativa y moldeadora del ser humano, que a través de las épocas ha modificado la forma de conceptualizarlo y vivirlo.

En cada época de la historia es posible ubicar un estilo particular de explicar el fenómeno amoroso, a través del análisis de estas corrientes es posible dilucidar la influencia que estos estilos presentan entre sí.

Las civilizaciones clásicas concretamente las nacientes metrópolis del imperio romano y griego fueron quienes realizaron un primer intento para explicar el amor. Sus ideologías y reflexiones sobre este sentimiento trascendieron en la manera de entenderlo y vivirlo, siendo considerados sus pensamientos como fundamentales para la práctica posterior del amor (Orlandini, 2003).

3.1 El amor clásico

El amor clásico nace en los albores de la civilización universal. En las dos más importantes metrópolis de la antigüedad, Grecia y Roma. En el seno de estas dos culturas se cultiva y desarrolla, uno de los primeros y más influyentes conceptos del amor de la historia humana.

El idealismo y el realismo son dos tradiciones encontradas en las reflexiones de ambas culturas, dentro de las que se privilegia el cultivo del alma

o el cuerpo como las fuentes de las que emana el amor entre humanos (Rodríguez, 2006).

De la primera tradición es decir la idealista, surge el amor espiritualizado gobernado por una razón única y especial. Cuya perfección existe en la expresión aún vigente “amor platónico”. La segunda perspectiva tradicional, la realista, es de donde nace la visión de un amor corporalizado, sensualizado y tentador al que había que rehuir por ser poco honroso y varonil (Eslava, 1997; Pierre, 2000).

En estas civilizaciones los varones eran considerados ciudadanos por simple condición, de forma que entre sus múltiples poderes o derechos estaba el tomar a una esposa para llevarla a casa y cumplir con las obligaciones civiles y de procreación. Este rol era inquebrantable por la mujer, e indigno de ser combinado con las pasiones propias de la sexualidad. El erotismo por su parte, por las condiciones expuestas en la ley romana y griega, era negado dentro del hogar, quedando a cargo de las hetairas y concubinas (Orlandini, 2003)

El noviazgo era inexistente en el mundo greco-romano y las negociaciones de boda permanecían ajenas en todo momento a la “novia”, cuya condición era totalmente pasiva en todo el proceso del emparejamiento. Todos los asuntos de la unión se centraban en efectos monetarios para las familias involucradas y en la perpetuación de una clase noble (Eslava, 1997; Pierre, 2000).

En el pueblo romano en particular, el centro de la ideología sobre el amor se suscribía en la representación de este acto como poco honorable, teñido con notas de escándalo, afeminamiento y ridiculez. Esto generó en el varón romano un pánico especial a la pasión amorosa, ya que lo hacía perder la libertad y podía convertirlo en un esclavo de la mujer (Pierre, 2000).

Para el pueblo griego, el amor se entendía a través del mito de andrógino. Un ser formado por los dos géneros, poseedor de cuatro piernas y brazos, altamente orgulloso de su condición “superior”. Mismo que motivado por está, retó a los dioses a una batalla y tras su derrota, Zeus lo condenaría a ser partido

por la mitad. El amor es el resultado de la división divina que obliga a cada mitad a buscar su complemento, naciendo el enamoramiento como el indicador de haberse encontrado (Orlandini, 2003).

En contraparte a las posiciones comunes de la época que representaban el idealismo y el realismo, una tradición surgida también de la época clásica se manifiesta en la obra de los poetas Ovidio y Lucrecio. Se expone un realismo distinto que exhibe un amor terrenal en la sexualidad y en donde la felicidad humana no consiste en una búsqueda trascendental, sino en la complacencia de los deseos simples y tangibles (Singer, 1999):

Las obras de los poetas Óvido y Lucrecio alrededor del siglo II A.C, explican que la experiencia amorosa pasa a ser algo posible, experimentable por cualquier persona y por lo tanto, corresponde a ambos sexos su plenitud. Amar significa saberlo hacer o en su defecto aprender a hacerlo. Dentro de esta visión, el cuerpo y el alma no existen en direcciones opuestas, para el goce del amor se necesita la admiración que nace en el espíritu y el placer que surge del cuerpo. Elevando el concepto del amor a una experiencia con una aparente modernidad pese al tiempo en que fue descrito (Rodríguez, 2006).

3.2 El amor cortés o fine amour

Las vivencias idealizadas de las culturas griegas y romanas dejaron profundas huellas en la civilización occidental y sus concepciones sobre el amor. Con el paso del tiempo, las marcas dejadas por las creencias clásicas del amor impactaron a las maneras de vivirlo durante diferentes épocas de la historia. En el medievo se mantuvieron rasgos del enamoramiento superior, el amor que aspira a la superación del alma, en el cual, el cuerpo es algo sucio, depósito de los deseos más bajos de lo humano.

El amor cortes representa una de las utopías eróticas de la edad media. Este modelo amoroso, otorga especial atención a la mujer, la cual a su vez

difícilmente se entrega totalmente a su adorador en una especie de juego de persecución que se extiende en temporalidad, tanto, como el amor que expresen el uno por el otro (Singer, 1999).

El amor ideal cortes o el “fine amour” como posteriormente fue conocido por escritores y trovadores itinerantes, existe en sus inicios casi de manera única en la literatura y los cantos de aventura. Representaba una protesta a las prácticas amorosas reprimidas por la doctrina de la iglesia y sus valores (Passerini, 2009).

Dentro del amor cortes, en los canticos de trovadores, se ubican con claridad cuatro componentes básicos; La humildad del varón, la cortesía, el adulterio y la religión del amor (Rodríguez, 2006).

- *La humildad del varón*; La postura del hombre debía de ser de humillación y homenaje ante la dama. La mujer dominaba al amante, el cual rinde vasallaje y obediencia. También lo caracteriza una fidelidad absoluta y una total atención a los caprichos de su amada, por más alejados o descabellados que estos puedan ser.
- *La cortesía*; La cortesía es el culto a la elegancia del gesto, del lenguaje y del espíritu. Es una exaltación de la educación y el refinamiento aristocrático del varón y sus signos hacia la dama.
- *El adulterio*; Dentro de un orden social donde el matrimonio solo se suscitaba por interés, el amor solo podía existir en el adulterio. Para el amante cortes la dama no era ni la esposa, ni la madre abnegada. Era un ser superior, amable, libre, frívolo e inasequible
- *La religión del amor*; El amor cortes se elevó a grados tales que llegó a considerarse como aquello que le daba sentido a la vida, la máxima aspiración en donde dos seres humanos podían alcanzar niveles de gracia. El amor cortes se convirtió en una especie de religión, en cuyo centro existía el culto directo a la mujer.

El *finne amour*, transformo la experiencia amorosa en un culto de índole religioso. Expresado en la interacción entre el caballero y su dama. Así, el placer

del amante radicaba en su espera por el sexo y los derechos propios de un amante.

En su evolución, el amor cortes conllevó una educación afectiva sin precedentes para el varón. Con el paso del tiempo el galanteo cortes se integró a los noviazgos comunes y finalmente se extendió a la práctica amorosa de todos los hombres. Esta expresión de cortesía, mejor conocida como "cortejo" enseñó al hombre el deber de conquistar la sensibilidad, la inteligencia y el corazón de las mujeres (Fisher, 2007; Singer, 1999).

Aún sin cambiar su situación en la época como personas carentes de derechos, las mujeres tradicionalmente relegadas en todos los ámbitos, son elevadas en el plano amoroso al rango de objeto de culto. A los cuales, se rinden los varones otorgándoles pleitesía (Passerini, 2009; Rodríguez, 2006; Singer, 1999).

El amor cortes también implica dos vertientes aparentemente contrapuestas, una paradoja que perdura incluso en la actualidad; El amor es algo inefable que nos puede llevar a la gloria, pero también nos puede llevar al infierno, es fuente de todo placer y sufrimiento (Fisher, 2007; Passerini, 2009).

Finalmente, esta visión amorosa extraída de su contexto original, en el que era reprimida por la iglesia, evoluciona en pleno en los siglos siguientes sin represión, convirtiéndose en el amor romántico.

3.3 El amor del siglo XX

Con el paso del tiempo, el amor romántico evolucionó. Formas más adaptadas a las necesidades de las sociedades y sus realidades morales surgieron como corrientes alternas a las tradiciones románticas. Pese a ello, grandes rasgos de las prácticas anteriores a este siglo se mantuvieron. El progreso del concepto de amor fue la síntesis de los elementos más importantes

de las visiones anteriores, sumadas a las nuevas adaptaciones demandadas por la población.

La vivencia de este “nuevo amor” del siglo XX se expresaba en la naturaleza de los matrimonios. El retorno del matrimonio acordado se instaló en la sociedad, con la novedad de una nueva razón social; Los hombres buscaban la unión matrimonial únicamente cuando sus condiciones de independencia eran cumplidas. Tener un trabajo, ser independiente económicamente y poder mantener una familia, eran las concomitantes detrás de todo varón que acordase un matrimonio (Seguin, 1980; Orlandini, 2006).

A la par de la evolución de los contratos amorosos existió una liberación sexual en los años veinte. Motivada en gran medida por los estudios de Sigmund Freud. El movimiento tuvo su apogeo en EU y Europa occidental, llevándose a los ámbitos académicos desde los cuales se difundió a otras latitudes (Seguin, 1980).

El trabajo de Sigmund Freud fortaleció de manera importante la visión realista del amor y sobre todo de su halo sexual. Los descubrimientos realizados por él, dieron un marco científico a lo hasta ese punto dicho sobre el amor. Ignorar sus hallazgos era equivalente a desconocer datos sobre la realidad humana fundamentados empíricamente. Por lo que la validez de lo resuelto por los estudios de Freud permaneció durante todo el siglo XX y se impregno a todas las creencias existentes sobre lo amoroso y los vínculos que de ello se desprenden (Rodríguez, 2006).

El amor en el siglo XX se visualiza como no dependiente de un instintito sexual innato, sino como algo que es solo posible gracias al conocimiento obtenido de los padres sobre lo que “lo amoroso” comprende. Dotando a la relación con los padres de características fundamentales para los sentimientos amorosos que se tengan en un futuro (Burin & Meler, 1998; Rodríguez, 2006).

La revolución sexual conllevó un desarrollo a lo largo de la décadas subsecuentes a los veinte. Existió una mayor permisividad moral e individual sobre la satisfacción del cuerpo, también una distensión de las oposiciones entre

los sexos, que colocaba a ambos géneros como enemigos y propicio una individualización de las relaciones y sus acuerdos. Esta evolución traslado lo amoroso que existía solo en los vínculos clandestinos fuera del matrimonio, hacía la inclusión del amor dentro de los acuerdos matrimoniales e incluso el goce de lo sexual dentro también de dicha relación (Burin & Meler, 1998).

Por primera ocasión en la historia el amor se vivenciaba de manera integra dentro de un solo vinculo, junto con lo sexual y lo socialmente aceptado. El noviazgo no necesariamente implicaba matrimonio, y el matrimonio a su vez, era electivo, decidido de manera absoluta por los integrantes de la relación. Este modelo amoroso vivido de manera más intensa y cotidiana desde finales de los setentas, reinaría y modificaría todos los estudios previos con respecto al amor.

3.4 El amor en la postmodernidad

El planteamiento de la “postmodernidad” implica pensar el mundo actual desde la visión de desarrollo, de evolución o cambio. Desde finales de la década de los noventas se plantea una revolución de pensamiento y de vivencias. Una modificación de la esencia desde la cual se entienden la mayoría de los eventos importantes en la vida de una persona: El cambio en la estructura familiar, el desapego a las morales religiosas tradicionales, y por supuesto, la evolución de los acuerdos amorosos que incluye una mayor libertad en ellos (Trujillo, 2009).

El amor en lo que respecta a la pareja no ha estado exento de las alteraciones de la vida “postmoderna”. Los novedosos acuerdos entre los sectores más reactivos de la población traen consigo la propuesta de una libertad nunca antes experimentada dentro de estos vínculos y con ello, también una reestructuración de los elementos que conforman a una pareja y una relación amorosa.

Así, una oleada de nuevas propuestas afectivas en los acuerdos amorosos ha inundado a la sociedad actual y consigo, han traído también

críticas y diferentes opiniones al respecto. Desde la cotidianidad surgen los principales detractores argumentando la defensa a los cánones conocidos, las buenas costumbres e incluso cuestionando la veracidad de las “nuevas relaciones”. Trujillo en el 2009 menciona que en los tiempos presentes, donde está de moda ser “alternativo” “rebelde” u “otra propuesta”, hay nuevos elementos que convocan la deliberación de los fenómenos emergentes para los que las ciencias humanas fallan al intentar acercarse. Continúa mencionando que la novedosa “libertad amorosa” es una de esas características de la actualidad que escapa de la ciencia. Generando caos entre quienes las viven ya que expresan una falta de contacto sin precedentes, que evita las relaciones íntimas e imposibilita la capacidad de sentir. Produciendo contactos efímeros e individualizados, devenidos de la elección libre.

Por otro lado, existen de igual manera opiniones a favor de la revolución que ha traído el postmodernismo, escriben Aguilar y López, 2004, referidos en Reyna, 2006;

“Los novios hoy se fijan más en cualidades afectivas y románticas, prefiriendo en su pareja otros rasgos de personalidad que, para el desempeño de los futuros roles o funciones esponsales, les resultarán útiles”

Argumentando que es posible que las modificaciones que han sufrido los modos de relacionarse sirvan para un mejor desempeño futuro en vínculos distintos de “mayor formalidad”.

En síntesis, es especialmente complicado compilar dentro de una opinión unificada los pensamientos sobre el curso de las modificaciones dentro de las relaciones amorosas en la actualidad. Es quizás erróneo pensar que puedan ser dotadas de adjetivos “positivos” o “negativos” e incluso es posible que todo juicio sobre ello sea demasiado prematuro. Solo el paso de los años podrá determinar si el fluir de esta revolución amorosa postmoderna deviene en un intento fallido y dañino en las prácticas afectivas de pareja o en el establecimiento de los pilares que estructuren el entendimiento de lo amoroso en los años venideros. Mientras

tanto, el estudio de las características emergentes en las relaciones y sus efectos en los integrantes de la pareja es fundamental para el esclarecimiento del funcionamiento paulatino de estos nuevos acuerdos de relación y sus posibles daños o beneficios.

3.5 Teorías sobre el amor

El entendimiento de las relaciones de pareja y los vínculos amorosos a través de la lente científica de ningún modo ha sido menos infructuoso que los esfuerzos por explicar el amor desde las vivencias personales y las experiencias particulares. Así, diferentes explicaciones científicas se han vertido para hallar una razón a todo lo concerniente con el amor y sus estilos.

Con la intención de comprender “el mundo amoroso” la investigación ha encontrado diferentes maneras de visualizar explicaciones de la formación, la dinámica y la finalización de los vínculos caracterizados por este sentimiento. En el campo científico se enumeran diferentes postulados que parten de distintos puntos; la teoría de la evolución, teorías de interacción social, o teorías sobre los componentes del amor (Yela, 2000).

De entre los más destacados por su amplitud y aceptación, la teoría evolutiva del amor desarrollada por Willson en 1978, la teoría triangular de Sternberg creada en la década de 1990 y la teoría de los estilos de amor de Lee surgida a partir de 1978, ejemplifican algunos de los mejores ejercicios para la comprensión de los fenómenos amorosos.

3.5.1 La teoría evolutiva del amor.

Dicha teoría postulada por Glenn Willson en 1978 expone que la pareja y el amor son productos generados a partir de necesidades básicas e instintos

primarios originados como resultado de la evolución. Para Wilson el amor se origina por tres instintos básicos (Prada, 1994):

1.- La necesidad del niño de ser protegido; Razón por la cual el futuro adulto tiende a enamorarse y establecer vínculos con personas que le recuerden a sus padres en aspectos básicos.

2.- El instinto de protección paterna; Mismo que posteriormente dicta un patrón en donde la persona no solo busca ser protegida por su pareja dotando de seguridad al vínculo, sino que también desea ser protegido.

3.- El instinto sexual; Al cual se deben las divisiones fundamentales biológicas y los roles sexuales posteriores diferenciados entre hombres y mujeres.

La teoría plantea que en la línea de razonamientos evolutivos, el amor cumple la función de prevalencia de la especie. Siendo de particular importancia la elección de pareja, debido a que de ella depende el éxito o fracaso de la reproducción. Así los seres humanos son observados como especie, visión según la cual, las personas se observan y actúan, acordes con una meta en común: la reproducción (Andrade & Cedillo, 2011).

Determinado biológicamente, lo amoroso cobra real valor al seleccionar un compañero reproductivo, y el enamoramiento es solo una herramienta que ayuda en la atracción de características neuroanatómicas y neurofisiológicas (Prada, 1994).

Desde la perspectiva evolutiva del amor también se explican los cambios en las observaciones de la forma en cómo se viven las relaciones de pareja según el sexo. Las diferencias de los roles que se toman tanto al iniciar un cortejo, como al vivir el enamoramiento y el amor, son variaciones básicas surgidas de la adaptación evolutiva de hombres y mujeres a lo largo de la historia. Los hombres perciben la necesidad de tener un mayor número de parejas reproductivas y la creación de estrategias para ello se hace necesaria, en la conducta del varón una iniciativa más elevada es normal. En contraste las mujeres se encuentran sometidas a una elección más rigurosa de una pareja reproductiva, debido al

número limitado de hijos que pueden criar, por lo que seleccionan a un compañero mayormente adaptado y por ende con mayor capacidad para sobrevivir (Hatfield, Luckhurts & Rapson, 2010; Harrison & Shortall, 2011).

3.5.2 La teoría triangular de Sternberg

Robert J. Sternberg, psicólogo estadounidense que a principios de la década de los noventa desarrolló una perspectiva peculiar y reflexiva al pensar sobre el amor. Tras realizar un análisis exhaustivo de los modelos amorosos existentes hasta ese entonces, elaboró uno propio a partir de la observación de elementos que para él destacaban tanto en el inicio, como en la continuación y finalmente en la disolución de la pareja (Sumter, Valkenburg & Peter, 2013). De dichos esfuerzos surgió la teoría triangular del amor, esta perspectiva teórica plantea que en toda relación de pareja se presentan de forma continua tres elementos, los cuales son invariables al tiempo y el espacio. Así, la dinámica de la relación depende enteramente de la manera en que estos componentes se encuentren en cantidad.

La teoría triangular es llamada de este modo gracias a que el amor es entendido en términos de tres componentes, que forman los tres vértices de un triángulo el cual se asemejará más a un triángulo equilátero en la medida en que sus componentes estén más equilibrados. Los elementos planteados por Sternberg dentro de la teoría triangular son la pasión, la intimidad y el compromiso-decisión (Diessner, Frost & Smith, 2004). Cada elemento de la teoría triangular del amor está provisto de su propia definición particular y heterogénea:

La pasión, es el componente de la teoría entendido como la expresión de los deseos y necesidades hacia la otra persona. También puede presentarse como un deseo intenso de unión con el otro. Refiere al romance, a la atracción física y la consumación sexual. Por lo que Sternberg consideró, que este

componente es mayormente pero no exclusivamente responsable, de la motivación para estar con alguien (Diessner, et al., 2004; Sternberg, 1999).

La intimidad es comprendida como el sentimiento que se sucede dentro de una relación y que provee el vínculo o la conexión entre ambos. Refiere al sentido de unión, de cierre emocional de las experiencias de pareja, así como al sentimiento de calidez emocional en el amor. La intimidad también incluye agrupamientos sentimentales como: el promover el bienestar de la persona amada, el deseo de compartir la vida y las experiencias de ella, el entendimiento mutuo, la alta estima compartida y la comunicación íntima (Diessner, et al., 2004; Sternberg, 1999).

Finalmente, el compromiso-decisión está compuesto por dos elementos: el primero, la decisión que corresponde al corto plazo y comprende el decidir amar a otra persona y el segundo, el compromiso que incluye el mantener ese amor en un largo lapso de tiempo. Además de ello, se considera que el compromiso es el componente cognitivo del amor, ya que implica la toma de decisión de estar en y permanecer en la relación amorosa (Diessner, et al., 2004).

La teoría triangular del amor de Sternberg también comprende una organización particular de sus componentes. Su dinámica se planteó a través de una metáfora en donde se podían visualizar a estos tres elementos como si fuesen cada uno un vértice de un triángulo, el cual, entre mayor sea la cantidad y equilibrio de estos tres factores, será mayor la satisfacción percibida de la relación y su calidad. Por el contrario, conforme más grande sea el desequilibrio de estos componentes, mayor será la extensión del vértice hacia alguno de los lados, y la insatisfacción en alguno de sus elementos, dando como resultado las diferentes gamas de relaciones posibles y estilos de amor, caracterizados por un mayor grado y predominancia de alguno de los tres elementos (Sumter, Valkenburg & Peter, 2013; Sternberg, 1999).

En lo correspondiente a la dinámica de la relación, Sternberg plantea propiedades de los componentes, las cuales explica como la manera en que la pasión, la intimidad y el compromiso se comportan, así como la forma en que

mantienen su estabilidad en la pareja. Cada elemento o vértice tiene un desarrollo diferente, es decir, un camino independiente al de los demás, en donde la intimidad corresponde al vínculo afectivo, la pasión a la motivación en la relación y el compromiso a la cognición de la misma (Madey & Rogers, 2009; Sternberg, 1999).

De manera global, la teoría triangular del amor, se presenta como una organización tentativa de jerarquía a los elementos que según Sternberg componen a la pareja y al amor, en donde la pasión, el compromiso y la intimidad son los pilares fundamentales que estructuran toda la relación, y producen toda la gama posible de parejas.

3.5.3 Los colores del amor de Lee

Numerosas teorías pretenden entender el amor de forma científica. Cada cual, propone variantes y aspectos innovadores para entenderlo a cada fase de la historia (Kanemasa, Taniguchi, & Daibo, 2004).

John Alan Lee, psicólogo canadiense el cual en la etapa de transición de la década de los setentas a los ochentas formuló una manera peculiar de comprender la dinámica amorosa de las personas en general. En su visión, la manera en como la gente se relacionaba en pareja podía ser entendida a través de estilos amorosos. Lee concentro sus esfuerzos en dar a conocer el amor dentro de una tipología única y original, en ella identificó seis estilos diferentes en como las personas suelen relacionarse en las parejas amorosas. Los seis estilos, tres primarios y otros tres secundarios generados de las combinaciones de los primeros, forman la teoría de los estilos del amor formulada por vez primera en *The colors of love*, en el año de 1976 (Kanemasa, Taniguchi, & Daibo, 2004; Sternberg, 1999).

Así, los tres primeros estilos amorosos serían productores de los tres siguientes estilos subordinados a ellos, todos estableciendo una manera diferente de vivir el amor. Estas diferencias en la vivencia del amor son aprendidas a través de las reglas y prácticas culturales: en la familia, en la interacción con las demás personas y la participación en las primeras parejas (Galicia, Sánchez & Robles, 2013).

Los estilos de amor

La teoría de los estilos del amor es un enfoque conceptual creado a partir de los análisis de diferentes teorías sobre el amor y la literatura de ficción o realista sobre el tema. De ello, Lee generó un modelo teórico, empleando una metáfora inusualmente funcional:

Él propone imaginar al amor en una especie de disco cromático o disco de colores en donde los tipos básicos dan como resultado una gama amplia posterior. Así pues, la teoría de Lee, distingue entre seis estilos principales de amor (Lacey, Reifman, Scott, Harris & Fitzpatrick, 2004; Levine, Strzyzewski & Sun, 2006):

Tres principales:

1.- *Eros*: Un estilo de amor que se caracteriza por la búsqueda de un amor basado por una poderosa atracción por la pareja, tanto de manera física como emocional y un cuidado muy especial por la cercanía física y una conducta de adaptación al otro.

2.- *Ludus*: Que ejemplifica un amor "juguetón" o aventurero, caracterizado por relaciones poco comprometidas, con una escasa fidelidad y una amplia

distancia personal. Igualmente las personas en este estilo suelen tener un cuidado particular hacia el lenguaje no verbal y el contacto sexual.

3.- *Storage*: un estilo desarrollado a partir de la progresión del afecto y el compañerismo. Un amor sustentado en la amistad y la fraternidad. Basado en una amplia y constante comunicación y el cariño.

Y tres secundarios;

4.- *Manía*: Que surge de la combinación de estilos entre Eros y Ludos. Amor caracterizado por la obsesión, los celos y una alta reactividad emocional. Las personas con este estilo suelen tener un estilo de amar más acelerado, con muchas estrategias de acercamiento físico y sexual y poco razonamiento.

6.- *Pragma*: Estilo que es producto de la combinación entre Ludus y Storage. Un estilo caracterizado por la practicidad de sus decisiones y las posibilidades que se tienen para llevarlo a cabo. Situación que conlleva a una interacción y acercamiento profundo a nivel personal y social con la pareja.

5.- *Ágape*: Surgido de la combinación de Eros y Storage. Se caracteriza por un amor prácticamente incondicional que deja de lado la búsqueda de reciprocidad. Representa un esfuerzo altruista y generoso con la pareja y el intercambio en ella, llegando incluso a la satisfacción del otro a través del autosacrificio.

Estos estilos de amor son el reflejo del aprendizaje en las experiencias amorosas, así como también de las diversas influencias de la sociedad y la cultura. De la misma manera, los cambios en los estilos amorosos que experimenta una persona están supeditados a las modificaciones que sufre a lo largo del tiempo en su desarrollo, a los valores de la sociedad, la cultura en donde esté inmersa, y los ideales particulares que genere (Davies, 2001).

Los estilos de amor también son idealizaciones de las formas en cómo se viven las relaciones a nivel conductual y emocional. Estos estilos raramente son mutuamente excluyentes, y dada esa condición ninguna persona suele tener un solo estilo de amor puro. Por el contrario, se pueden identificar estilos predominantes de amor, que a su vez pueden virar o modificarse según el momento de la vida de la persona y su historia de desarrollo particular (Hetsroni, 2012).

Investigaciones sobre los estilos de amor y las preferencias por género

Los estilos de amor son moldeados y aprendidos, son también elementos sensibles a las condiciones familiares y culturales de cada individuo. Esta naturaleza ha generado el estudio de la teoría de los estilos del amor en conjunto con constructos como el género o sexo (Ferrer, Bosch, Navarro, Ramis & García, 2004; McGuirk & Pettijohn, 2008).

No todos los estilos de amor son deseables de la misma forma para hombres que para mujeres. Algunos estilos son mayormente practicados por las mujeres que por los hombres y viceversa. Según Davies en el 2001 se puede identificar la deseabilidad de cada estilo para hombres y para mujeres, del estudio realizado se encontró que el estilo de amor Eros es más deseable en mujeres y encuentra un mayor rechazo en el género masculino. Por su parte Ludus es un estilo indeseable para las mujeres y altamente atractivo para los hombres, y finalmente el estilo Agape parece tener una afinidad especial en el género femenino y una aversión para el género masculino.

Esto es congruente con lo encontrado por Dion y Dion en 1993, en un estudio que comparaba los estilos de amor entre los géneros de diferentes culturas. En la investigación se encontró que el estilo de amor Ludus es el que presenta un mayor contraste en las mediciones realizadas entre hombres y mujeres e incluso, entre culturas distintas. Los resultados muestran que el estilo de amor Ludus tiene una mayor existencia entre los estudiantes

universitarios de occidente que de oriente, y entre hombres en contraste con las mujeres.

Asimismo este estudio mostró que las mayores diferencias entre los sexos estaban en los estilos Storage, Pragma y Ágape en donde las mujeres parecen tener mayor afinidad a ellos que los hombres dentro de una población universitaria. De igual forma, los estilos en donde no se encuentran diferencias entre los géneros son Eros y Manía.

Los estudios sobre el género y los estilos de amor a lo largo del tiempo, han posibilitado la observación de los cambios en las preferencias sobre los estilos de amor de hombres y mujeres a lo largo de los años, las tendencias particulares hacia las prácticas amorosas y sus factores de riesgo.

La teoría de los estilos del amor es sensible a la cognición. Cada estilo refleja una forma de pensar y sentir el amor y dada esta condición, un estilo puede predecir qué características pueden estar asociadas con los deseos de cada quien, o cada grupo de hombres y mujeres. Los estilos de amor pueden ser predictores importantes de las características potenciales que busca una persona para una pareja. Así pues el estilo de amor que la gente mantenga en algún momento de su vida en particular, servirá como guía predictiva de las características que buscará en parejas potenciales, sean de manera tacita o de forma deseable únicamente (Hahn & Blass, 1997; Levine, Strzyzewski & Sun, 2006).

Para el género femenino, y sus estilos de amor predominantes Eros, Ágape y Pragma, las preferencias se especifican de la siguiente manera.

Eros: Este estilo se relaciona con las personas que buscan una satisfacción física, por tanto prioriza el cuidado y atractivo físico y sexual.

Ágape: Busca la tolerancia y la demanda racional de lo deseado a la pareja, permitiendo la expresividad e individualidad sin presión

Pragma: Concentra la búsqueda de personas con una toma de decisiones prácticas y racionales con respecto a las diferentes opciones que se tenga.

Por su parte, en las preferencias de estilos el género masculino encuentra especial afinidad en Ludus y Pragma;

Ludus: Beneficia el juego y las salidas constantes con diferentes prospectos

Y Pragma: Que busca personas con una toma de decisiones prácticas y racionales con respecto a las diferentes opciones que se tenga (Dion & Dion, 1993; Hahn & Blass, 1997; Levine, et al., 2006).

Sin embargo, pese a poder fungir como predictores potenciales de las características preferidas por uno u otro sexo, los estilos de amor no son predictores absolutamente fiables de las condiciones de una pareja o de las preferencias de una persona, debe siempre de observarse los tiempos y los cambios culturales en cada situación (Lee, 1976).

Finalmente cada estilo de amor determina mucho de los ideales y conductas que cada sexo y cada persona tendrá en su interacción en la relación de pareja. Dicho de otro modo, las formas en que las personas visualicen sus vivencias afectivas, son determinadas en parte por el estilo de amor que predomine en el momento en particular que se observe y en la cultura particular en la que se esté.

Capítulo 4

La Codependencia y adicción al amor

4.1 Adicción y dependencia

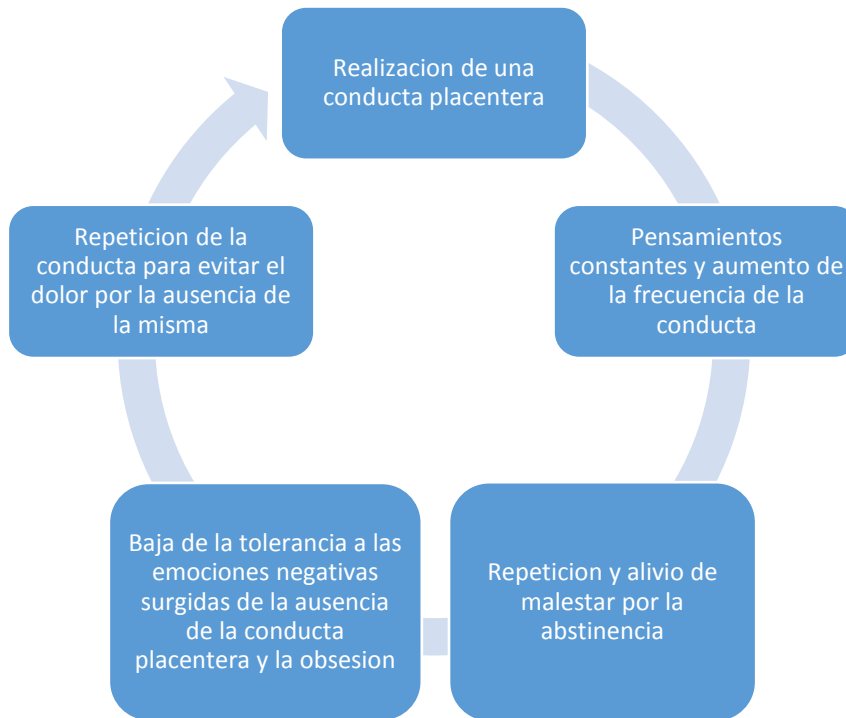
La adicción y la dependencia son dos fenómenos multifactoriales que se presentan por lo general de manera conjunta. La adicción antecede a la dependencia como el proceso primario a través del cual la dependencia surge como la situación en la que se ve inmersa la persona sujeta a la adicción.

Aunque existen diversas modalidades de adicción así como objetos de adicción, el perfil del dependiente y su sintomatología suele ser constante. Esta serie de síntomas se repiten en todas las adicciones y forman parte de los elementos comunes a todas ellas: la pérdida de control, la búsqueda del placer inmediato sin medir las consecuencias de los actos, la baja tolerancia a la frustración y una constante necesidad de obtener plenitud a través de la sustancia, objeto, persona o situación que proporcione placer. La repetición de las situaciones placenteras desencadenan procesos que involucran la neuroquímica cerebral responsable de los fenómenos de adicción, el área mesolímbica se inunda principalmente de oxitocina proporcionando a la persona placer y reforzando así la realización de la actividad (Retana, 2004).

Cualquier actividad que represente placer para la persona y que se suscite de manera repetitiva puede convertirse en una adicción. Así, una definición sencilla de adicción, sería el proceso de creación de un hábito de repetición de conductas dirigidas a un fin específico de placer/evitación (Fragola, 2009).

El proceso de producción de una adicción es variante a cada objeto adictivo, pero subyace de elementos constantes. Para toda adicción hace falta inicialmente una conducta placentera. (Véase gráfica 1)

Grafica 1



Esta conducta placentera inicial si es lo suficientemente intensa produce pensamientos constantes sobre ella y sobre la posibilidad de aumentar su frecuencia, la repetición de la conducta y el deseo hacia ese aumento produce un abandono hacia otras actividades que no tengan relación con la conducta de placer (Retana, 2011). La repetición de la conducta placentera tiende a aliviar el malestar que produce el pensamiento obsesivo que se tiene en la ausencia de la misma, esta repetición constante produce una tolerancia progresiva a la conducta, es decir implica una mayor necesidad de repetición y duración, así como una baja tolerancia hacia las emociones negativas presentes en la abstinencia. Finalmente se completa el círculo adictivo al repetir cada vez en mayor medida la conducta placentera ya no solo para obtener placer de ella, sino para evitar también el dolor por la abstinencia (Eisenman, Dantzker & Ellis, 2004).

La adicción entonces puede entenderse como una enfermedad que consiste en el desarrollo de una relación patológica o enfermiza (dependencia) entre una persona y una sustancia, actividad o par, hasta el punto de llevar al abandono y la destrucción personal (Retana, 2011).

Por su parte la dependencia es el tipo de vínculo que la persona establece con la sustancia, actividad o par, este vínculo dependiente se ve reforzado a dos niveles diferentes:

La dependencia física también conocida como neuroadaptación, este fenómeno lleva al cerebro a requerir niveles específicos de sustancias producidas por el consumo de la droga o la repetición de la conducta placentera. Los componentes principales de la neuroadaptación son la tolerancia y el síndrome de abstinencia (Burkett & Young, 2012).

Y la dependencia psicológica la cual incluye las características no físicas de la dependencia, elementos emocionales y cognitivos que acompañan a la dependencia física y que consolidan el fenómeno de la adicción. Estas condiciones psicológicas son el deseo intenso y casi incontrolable por repetir la conducta placentera, un estado de anhelo constante en los momentos de ausencia de la droga, y un ansia exacerbada por evitar el malestar físico que se vive en la ausencia de la droga. Finalmente estos rasgos se consolidan con conductas de mantenimiento de la adicción tales como los juegos de poder y la manipulación para la continuación del vínculo adictivo (Moral & Sirvent, 2009; Retana, 2011).

4.2 La codependencia

En las adicciones, además de dependientes a las distintas sustancias, se presentan ocasiones algunas circunstancias en que los consumidores están acompañados en su enfermedad por una o varias personas. Dichas personas se encuentran inmersas en una dinámica enfermiza junto con el dependiente, en la

cual se acompaña y prioriza la vida y necesidades del dependiente a las propias, a esta condición se le llama co-dependencia.

Se define como codependencia a la evaluación total de la autoestima a través de la capacidad de controlar los sentimientos o conductas de otros. Es la pérdida de límites dentro de relaciones complicadas de adicción en donde se presenta un exagerado sentido de responsabilidad o culpa, en el intento de satisfacer las necesidades del adicto (Stafford, 2001).

La diferencia entre la codependencia y la adicción al amor radica en que este último no requiere de un acompañante en su misma condición de dependiente, él mismo se coloca en una posición de necesidad ante su pareja y se subyuga a diferentes demandas. Por su lado, el co-dependiente, requiere de la existencia de un dependiente primario (a alguna sustancia, actividad, persona o condición) mismo que acompaña en su dependencia con la creencia irracional de responsabilidad sobre su condición.

En estas relaciones cuando no se cumplen las necesidades primarias de apego de parte de la pareja que se encuentra inmersa en su adicción, se activan conductas que incluyen sentimientos de ansiedad y angustia, junto con pensamientos irracionales, creencias y actitudes de la misma índole. Estas conductas, pensamientos y sentimientos, llevan al distanciamiento emocional de sí mismo, y a una exagerada necesidad de conexión con el otro, iniciado así un ciclo de evitación-dependencia (Daire, Jacobson & Carlson, 2012).

La codependencia es entonces el símil de un trastorno adictivo, llevado a la familia o a la pareja del dependiente primario (Daire, et al., 2012).

Por otra parte, la codependencia también se entiende como un trastorno de las relaciones interpersonales que se presenta de manera repetitiva en casi todas las personas que tienen una convivencia cercana y prolongada con un adicto, cualquiera que este sea. En el ámbito de la pareja, se le considera codependiente por que permanece en su relación, incluso si esta le causa un abuso constante o una explotación. Organiza su vida alrededor de las necesidades de "su adicto" y de su problemática por miedo a evitar el dolor de

terminar un fuerte compromiso que estableció, a pesar de la falta de satisfactores personales o gratificaciones de pareja (Noriega & Ramos, 2002).

4.3 Repercusiones conductuales y cognitivas en la codependencia

Las personas que desarrollan una relación codependiente con su pareja adicta, crean conductas y pensamientos específicos que le sirven para continuar su vínculo, estos comportamientos se ven reflejados en pautas complejas que sostienen dichas interacciones.

Las pautas conductuales principales de la persona codependiente comienzan con una regulación emocional externa y una evaluación personal sustentada en las opiniones y observaciones de los demás, de igual manera presta especial atención a las expectativas que los otros puedan depositar en él. El auto sacrificio es otra de las pautas importantes con la cual el co-adicto prioriza siempre las necesidades de su adicto sobre las suyas ya que niega la existencia de estas, considerando incluso en ocasiones que sus necesidades son simplemente la satisfacción de las necesidades del otro (Anderson, 1994).

El control incondicional, es otra de las pautas de la codependencia que fundamenta una de las principales creencias que sostienen la relación, ya que hace pensar a la persona que los demás son capaces de controlar las emociones y conductas que pueda tener, asimismo confiere el control emocional y sus acciones al otro, lo cual por lo general conviene en la persona en una parálisis ante su adicto. Finalmente, la supresión emocional completa el círculo de pautas conductuales de la codependencia realizando la acción de la eliminación personal, deliberada y consciente de las emociones propias, y evitando así la posibilidad de ser consciente del malestar y el descuido que se experimenta en una relación codependiente (Marks, Blore, Hine & Dear, 2012).

Las repercusiones cognitivas que experimenta el codependiente se pueden clasificar como perturbaciones individuales caracterizadas por un

“enredo” personal de tipo emocional, confusión, focalización de los pensamientos en el otro, tendencia a ser controlado por el otro o fácilmente manipulable y un intenso deseo de prestar atención y cuidado hacia la pareja, en la que se concentran toda estabilidad emocional, seguridad interna y autoestima (Wells, Hill, Brack, Brack & Firestone, 2006).

El ámbito cognitivo acompaña al emocional generando sentimientos de devaluación personal, de modo que el codependiente se considera valuado a través de la entrega a su pareja y experimentando una culpa irrefrenable al no cumplir las expectativas del otro, devenida de la pérdida de los límites entre la propia responsabilidad y la de la pareja (Wells, et al., 2006).

Finalmente la codependencia puede presentarse incluso en vínculos donde las personas no presentan adicciones a sustancias psicoactivas. Las enfermedades, las discapacidades y las adicciones sociales, particularmente la adicción al amor, crean condiciones en la pareja en las cuales la persona que las padece crea un perfil dependiente extremadamente similar a la adicción a sustancias, por lo cual la codependencia en las parejas de estas personas puede desarrollarse de la misma manera en que se desarrollaría en las drogadicciones.

4.4 Amor adictivo

Todos los vínculos humanos exigen un grado distinto de intensidad y cantidad de sentimientos. Las relaciones románticas comprenden un conjunto de vínculos que se caracterizan especialmente por su alta intensidad y variedad en sentimientos por otra persona, así como un grado elevado de intimidad física y emocional (Sussman, 2010).

Las primeras interacciones dentro de las relaciones románticas son procesos de aprendizaje, dentro de los cuales el adolescente vive experiencias que formarán la manera en como visualiza el amor y su manera de estar en él. Estos encuentros también propician los vínculos en donde las necesidades

particulares de cada uno son expuestas a la pareja con intención de ser satisfechas.

Cuando las demandas de expresión afectiva dentro de la relación de pareja son especialmente intensas, irracionales y son acompañadas por altas cantidades de ansiedad suponen situaciones estresantes para alguno de los miembros de la pareja que no encuentra la satisfacción de las mismas dentro de su relación (Lemos, Jaller, Gonzáles, Díaz & De la Ossa, 2011).

Estas demandas constantes y elevadas a nivel emocional y afectivo, sumadas a una asimetría de los roles de pareja y a una actitud dependiente con respecto al otro y su disposición para la satisfacción de las necesidades, puede suponer la manifestación de comportamientos adictivos en la relación (Moral & Sirvent, 2009).

Algunas relaciones interpersonales devienen en dependencias sentimentales caracterizadas ya sea por la búsqueda constante de complacencia en la persona de la que se depende o por la tendencia a idealizar a aquellos a los que se solicita momentos de atención, pretendiendo monopolizar sus expresiones de amor (Sussman, 2010).

Según Sussman (2010) la incapacidad para manejar la necesidad de muestras afectivas de parte del otro dentro de una relación romántica es producto de un amor inmaduro, que presenta como características la búsqueda de poder, posesividad, persuasión y protección extremas, mismas que llevan a la relación a consecuencias negativas y conductas inadaptadas conocidas como “adicción al amor”.

Dentro de la adicción amorosa existe una dependencia emocional intensa en donde la persona amada, objeto esencial del deseo, se identifica rápida e indiscutiblemente como absolutamente necesaria. Asimismo, se identifica en el amor adictivo un deseo intempestivo, un compromiso compulsivo, deterioro progresivo del control y comportamiento continuo hacia la persona objeto de la adicción con consecuencias adversas (Reynauld, Karilla, Blecha & Benyamina, 2010).

Se comprende la adicción al amor como la búsqueda de apoyo en alguien externo, en el intento por cubrir necesidades no satisfechas a nivel personal con la intención de evitar el temor o dolor emocional, solucionar problemas diversos y mantener el equilibrio (Retana & Sánchez-Aragón, 2008).

4.5 ¿Cómo surge el amor adictivo?

Se comprende que amor adictivo o adicción al amor es un evento multifactorial de índole biológico y de desarrollo. Su origen no se encuentra determinado plenamente, por lo que se desconocen la totalidad de sus causas. Sin embargo se han encontrado elementos de desarrollo posible y factores de crianza relacionados con el surgimiento del amor adictivo en la adolescencia y adultez.

El amor adictivo puede provenir de distorsiones en los procesos de aprendizaje neurobiológico y sociales que pueden ser influenciados por los medios de comunicación y otros caracteres culturales (Sussman, 2010).

De entre ellos, algunos elementos que destacan por su importancia en la etiología de una dependencia emocional o adicción al amor se encuentran:

- Esquemas desadaptativos
- Infancia temprana de desconfianza/abuso
- creencias de personalidad paranoide
- creencia sobre la falacia de cambio
- falla en la estrategia de afrontamiento “autonomía”.

Por otra parte, se han identificado también que el miedo a la soledad, a la pérdida o el abandono, son factores que predisponen a las personas dentro de relaciones de pareja a convertirse en seres particularmente vulnerables y patológicos.

4.6 Causas de desarrollo

El origen de las problemáticas de pareja se ha estudiado a partir de un análisis multifactorial de elementos que intervienen en los vínculos interpersonales. De ello, se ha observado que las primeras experiencias amorosas son puntos clave en el desarrollo de patrones inadaptados y patológicos en las relaciones. Se sabe, que estas primeras interacciones son la fuente primigenia de diferentes creencias y expectativas sobre el amor y la pareja, de ello que se intente analizar las diferentes eventualidades que ocurren en estas primeras relaciones con el afán de encontrar patrones negativos de interacción o factores relacionados a las dependencias emocionales.

Las primeras interacciones amorosas se producen en los últimos periodos de la infancia y los primeros momentos de la adolescencia temprana. En estas primeras vivencias en el amor son en donde se producen los intercambios iniciales que se pueden considerar como amorosos. En ellos, también se ponen en práctica y ajustan los aprendizajes sobre el amor y la pareja adquiridos de los padres y amigos (Carlson & Rose, 2007).

Dentro de estos noviazgos algunos elementos cobran especial importancia ya que marcan las futuras interacciones y establecen estándares para futuras relaciones. Entre los más importantes están la reciprocidad, la confianza percibida y la satisfacción en la relación. También se tienen las primeras experiencias negativas y estresantes de la relación (Carlson & Rose, 2007).

En estas vivencias iniciales se identifican los primeros esquemas desadaptativos adquiridos en la infancia, así como las creencias centrales sobre la relación, las cuales incluyen distorsiones cognitivas adquiridas por los padres. También se activan las estrategias de afrontamiento con las que cuentan los

participantes de la relación para enfrentar los problemas o estresores en el noviazgo (Lemos, Jaller, Gonzáles, Díaz & De la Ossa, 2011).

Las estrategias de afrontamiento inadecuadas y las diversas distorsiones cognitivas sobre el amor, pueden influir en la creación de un perfil altamente vulnerable a relaciones destructivas o de pendientes.

Una relación adictiva se produce cuando la interacción de pareja genera un daño y perjudica la salud física y emocional sin que sea posible el librarse de ella (Retana & Sánchez-Aragón, 2005).

Así la relación de pareja común puede desarrollar poco a poco una interacción dependiente debido a que muchos de los eventos que al principio son percibidos como románticos pueden ser de la misma manera iniciadores de condiciones adictivas, principalmente aquellos que son pertenecientes a la falsa creencia sobre el potencial mágico y destinado de la relación (Retana & Sánchez-Aragón, 2005).

El paso de una relación sana a una relación adictiva se origina cuando una persona ve a otra de manera consciente o inconsciente con el objetivo de llenar un vacío, lo que lleva rápidamente a hacer la relación el centro de su vida (Retana & Sánchez-Aragón, 2008).

Los primeros indicios de una relación dependiente son las cualidades compulsivas de uno o ambos miembros de la relación, seguido de sentimientos de pánico generado por la ausencia del compañero, complementado por síndrome de abstinencia y el miedo a este si es que llega a concluir la relación (Retana & Sánchez-Aragón, 2005).

Existen variantes complejas en la interacción de pareja dependiente, hay una diferenciación clara entre las dependencias relacionales; Las dependencias emocionales genuinas, que se refieren a las dependencias afectivas o emocionales, (adicción al amor y dependencias atípicas). Y las coadicciones (codependencia y bidependencia) que son dependencias surgidas como

secundarias a una persona que tiene trastornos adictivos, condiciones de enfermedad o discapacidad (Hoogstad, 2008).

Las relaciones de pareja en general pueden caer en diversos tipos de dependencias, mismas que tienen diferencias sutiles entre sus características y componentes. De la misma forma las personas dependientes adquieren perfiles particulares se trate de coadicciones o dependencias emocionales.

Los individuos emocionalmente dependientes buscan estabilidad emocional y seguridad. Cualquier persona dependiente cree que las problemáticas que tenga a nivel individual solo pueden ser resueltas por alguien externo a ellos (Hoogstad, 2008; Lemos, Jaller, Gonzales, Díaz & De la Ossa, 2011).

De este perfil primario del dependiente emocional se desprenden características específicas de los adictos al amor, en los cuales se encuentra una semejanza importante con los adictos a sustancias y sus proveedores:

El dependiente dentro de una relación de pareja es una persona vulnerable emocionalmente, con creencias mágicas sobre el amor y expectativas. Tiene una predisposición a la complacencia inagotable con su pareja y una preocupación elevada ante la fractura posible de su relación.

Por otra parte, la pareja del dependiente identificado mayormente como el proveedor, busca una posición de poder y dominancia. Tiene una férrea autoestima que se conjunta con una manipulación exacerbada o conductas de explotación. Tienden a desarrollar escasa empatía o afecto. Finalmente son individuos seguros de sí mismos lo que genera un estado de fascinación sobre los dependientes emocionales (Moral & Sirvent, 2009).

Las posiciones de poder en estas relaciones propician estados de tensión y ansiedad propios de las dependencias, además de relaciones de larga duración con intensos problemas y variabilidades en la estabilidad y satisfacción. A su vez, las relaciones de larga duración y tensiones constantes se encuentran asociadas con la agresión.

Una “mala relación”, con insatisfacción o con miembros altamente vulnerables a nivel emocional, son factores relacionados con la agresión tanto psicológica como física entre sus miembros, lo que incrementa el daño que puede sufrir y experimentar cualquiera de las partes de la interacción (Woodin, Caldeira & O’Leary, 2013).

4.7 Causas biológicas

La dependencia afectiva dentro de las relaciones románticas tiene una serie de características:

- Posesividad y desgaste psicofisiológico intenso
- Incapacidad para romper vínculos
- Amor condicional
- Locus de control externo
- Pseudosimbiosis (no estar completo sin el otro)
- Voracidad de cariño/amor
- Desajustes afectivos en forma de sentimientos negativos.

Estas características tienen una elevada similitud con las condiciones de una adicción por abuso de sustancias. Los hallazgos en las concordancias de los síntomas de estas adicciones propiciaron investigaciones que develaran más información acerca de estos fenómenos:

Los adictos a sustancias tienden a generar conductas de sacrificio con tal de obtener la droga. Esa condición, dentro de los contextos de pareja puede ser la causa principal de las conductas que los adictos al amor presentan como

autodestructivas al intentar mantener una relación que se ha convertido en enfermiza (Woodin, et al., 2013).

La concordancia de los circuitos neuronales y neuroquímicos que existen entre los dependientes a sustancias y los adictos al amor es semejante, más aún existe una concordancia sintomática entre ellos lo cual refuerza la hipótesis de que existen implicaciones neuroquímicas en las dos condiciones adictivas (Woodin, et al., 2013).

En toda adicción existen una serie de circuitos neuronales involucrados en el desarrollo y el mantenimiento de la adicción, los sistemas de recompensa y de castigo cuyos activadores químicos son la Dopamina (DA), los opioides psicotrópicos, la Oxitocina (OT) y la vasopresina (AVP) participan tanto en los procesos de adicción a sustancias como en los diferentes tipos de adicciones sociales. Particularmente la Dopamina (DA) tiene una participación vital en el proceso de inicio de la adicción a sustancias, y en el proceso pasional del enamoramiento (Woodin, et al., 2013).

En las adicciones sociales se considera que el papel de la droga es tomado por el proveedor de la relación (la pareja). El cual puede actuar como droga y como proveedor de la misma, ya que su presencia puede detonar la liberación de los químicos neuronales que refuerzan los circuitos de adicción. Así mismo, en las diferentes variantes de los adictos al amor, no es en sí misma la presencia del proveedor lo que detona la liberación de neurotransmisores como la dopamina, sino los comportamientos específicos que detonan la sensación de tranquilidad y placer en la pareja, mismos que por lo general escasean en el adicto.

Con respecto al mantenimiento de la adicción, además de la dopamina, la oxitocina es otro neurotransmisor participe en los procesos de reforzamiento y aprendizaje mismos que se relacionan con el aprendizaje y el apego social. La oxitocina ayuda al circuito que retroalimenta los procesos de placer en el área tegumental ventral y el sistema límbico, principalmente el núcleo acumbens, responsable del fenómeno de la tolerancia en la adicción (Burkett & Young, 2012).

Con el fenómeno de la tolerancia presente, la adecuación y modificación de neurotransmisores en el cerebro, los sistemas de recompensa y castigo, así como un síndrome de abstinencia y el miedo a su presencia ante la amenaza del término de la relación, la adicción al amor es sin duda muy similar en cuanto a sus implicaciones de salud biológicas, como cualquier otra adicción a sustancias.

Capítulo 5

Método

5.1 Planteamiento del problema

En la dinámica de pareja, existen diversos elementos que convergen y coexisten para su armonía y buen funcionamiento. En este equilibrio delicado de los elementos de la relación, las diferencias individuales cobran un papel fundamental para establecer vínculos duraderos y estables. (Rodríguez, 2006) El reflejo de las diferencias individuales se observa en los distintos matices en cómo cada persona vive la pareja y los estilos amor que se expresan en la relación. Al respecto, los distintos estilos de amor conllevan interiorizaciones de lo que una pareja “debe” y “tiene” que ser. Estas determinantes socio-culturales, confluyen con las creencias y comportamientos acordes a cada persona. Elementos que en ocasiones, al progresar la pareja, crean patrones conductuales disfuncionales, riesgosos o patológicos. La codependencia es una tipología de interacción patológica dentro de la relación de pareja, que produce en sus miembros alteraciones fisiológicas, conductuales y emocionales que coartan con el buen funcionamiento de la relación y de las personas, no sólo en el interior del vínculo, sino también en todos sus aspectos individuales. Así pues, algunos estilos de amor pueden contener dentro de sus distintas expresiones, elementos que convergen con dinámicas disfuncionales, las cuales al progresar la relación y perdurar el vínculo, pueden desembocar en patrones de conducta codependiente.

5.2 Preguntas de investigación

¿Existe una relación entre los estilos de amor y la codependencia?

¿Hay alguna diferencia en la codependencia y los estilos de amor entre hombres y mujeres?

5.3 Objetivos

Objetivo general

Describir las relaciones entre los estilos de amor y la codependencia.

Describir las diferencias en la codependencia y los estilos de amor entre hombres y mujeres.

Objetivos específicos

Conocer la relación de los estilos de amor: Storge, Eros, Ludos, Pragma Ágape y Manía, con respecto a los índices de codependencia presentes en la pareja.

Conocer las diferencias en hombres y mujeres en los diferentes factores de codependencia: mecanismo de negación, desarrollo incompleto de la identidad, represión emocional, orientación rescatadora

Conocer las diferencias que existen en los estilos de amor, para hombres y mujeres.

5.4 Hipótesis

Ha1. Entre los estilos de amor y la codependencia existe una relación estadísticamente significativa.

Ho1. Entre los estilos de amor y la codependencia no existe una relación estadísticamente significativa.

Ha2. Los hombres y las mujeres presentan diferencias estadísticamente significativas en sus puntajes de codependencia.

Ho2. Los hombres y las mujeres no presentan diferencias estadísticamente significativas en sus puntajes de codependencia.

Ha1. Los hombres y las mujeres presentan diferencias entre sus puntajes de estilos de amor

Ho2. Los hombres y las mujeres no presentan diferencias entre sus puntajes de estilos de amor.

5.5 Variables

Variables independientes

Sexo

Definición conceptual

Diferencias dictadas de manera orgánica entre hombres y mujeres a las que se atribuyen diferencias genéricas, hormonales y anatómicas (Matud, Rodríguez, Marrero & Carballeira, 2002).

Definición operacional

Número de hombres y mujeres que participaron en la investigación

Variables dependientes

Estilos de amor

Definición conceptual

Son las formas diferentes en como las personas suelen relacionarse en las parejas amorosas, la manera de demostrar sus afectos y procesar las vivencias en ellas (Kanemasa, Taniguchi & Daibo, 2004; Sternberg, 1999).

Definición operacional

Distribución de los participantes en los factores de los seis estilos de amor.

Codependencia

Definición conceptual

La pérdida de límites dentro de relaciones complicadas de adicción en donde se presenta un exagerado sentido de responsabilidad o culpa, en el intento de satisfacer las necesidades del adicto (Stafford, 2001).

Definición operacional

Puntajes obtenidos por los participantes dentro de las mediciones de codependencia.

5.6 Diseño

Correlacional de dos muestras independientes, para obtener diferencias de grupos.

5.7 Tipo de investigación.

Investigación no experimental de tipo transversal

5.8 Participantes

Se utilizó un muestreo no probabilístico intencional por cuotas. Participaron 176 personas, 55 hombres y 121 mujeres. En la tabla 1 se presentan los datos sociodemográficos de la muestra:

Tabla 1.

Características de la muestra

Edad:	20 – 64 años (M=37.62 DE=7.606)
Escolaridad:	Primaria: 11 Secundaria: 67 Técnico: 28 Preparatoria: 41 Licenciatura: 23 Postgrado: 5
Estado civil:	129 casados y 47 casados
Años de relación:	3-50 años (M= 15.71 DE= 7.23)
Hijos:	1-5 hijos (M= 2.23)

5.9 Instrumentos

El instrumento de codependencia Modificado (ICOD) (Norlega & Ramos, 2002). La cual es una prueba de tamizaje para detectar los casos de codependencia dentro de la relación de pareja. Que consta de una escala Likert con cinco opciones de respuesta, así como de 30 reactivos que explican el 66% de la varianza, con una alpha de Cronbach global de .9201. El instrumento se integra por cuatro factores; a) mecanismo de negación, b) desarrollo incompleto de la identidad, c) represión emocional, d) orientación rescatadora.

El inventario de estilos de amor para adultos (IEAA) (Ojeda, 2006). El cual es una escala tipo Likert con cinco intervalos de respuesta. Se compone por 82

ítems distribuidos en 6 factores que representan cada uno los estilos de amor de Lee (1976):

Eros: Un estilo de amor que se caracteriza por la búsqueda de un amor basado por una poderosa atracción por la pareja, tanto de manera física como emocional y un cuidado muy especial por la cercanía física y una conducta de adaptación al otro.

Ludus: Que ejemplifica un amor "juguetón" o aventurero, caracterizado por relaciones poco comprometidas, con una escasa fidelidad y una amplia distancia personal. Igualmente las personas en este estilo suelen tener un cuidado particular hacia el lenguaje no verbal y el contacto sexual.

Storage: un estilo desarrollado a partir de la progresión del afecto y el compañerismo. Un amor sustentado en la amistad y la fraternidad. Basado en una amplia y constante comunicación y el cariño.

Manía: Que surge de la combinación de estilos entre Eros y Ludus. Amor caracterizado por la obsesión, los celos y una alta reactividad emocional. Las personas con este estilo suelen tener un estilo de amar más acelerado, con muchas estrategias de acercamiento físico y sexual y poco razonamiento.

Pragma: Estilo que producto de la combinación entre Ludus y Storage. Un estilo caracterizado por la practicidad de sus decisiones y las posibilidades que se tienen para llevarlo a cabo. Situación que conlleva a una interacción y acercamiento profundo a nivel personal y social con la pareja.

Ágape: Surgido de la combinación de Eros y Storage. Se caracteriza por un amor prácticamente incondicional que deja de lado la búsqueda de reciprocidad. Representa un esfuerzo altruista y generoso con la pareja y el intercambio en ella, llegando incluso a la satisfacción del otro a través del autosacrificio.

5.10 Procedimiento

Se contactó a las personas cuya situación fuese la requerida según los criterios de inclusión de la muestra, posteriormente se acudió a sus centros de trabajo u hogares para explicar el objetivo de la investigación, haciendo énfasis en la confidencialidad y anonimato de las respuestas. A quienes accedieron se les pidió firmar el consentimiento para la aplicación de las pruebas y se proporcionaron los inventarios en cuestión.

Capítulo 6

Resultados y discusiones

6.1 Resultados

Para la comprobación de las hipótesis propuestas en la investigación se realizaron análisis de tipo inferencial. Se realizó una correlación producto momento de Pearson, así como una *t* de Student para muestras independientes. En la Tabla 2 se muestran los resultados de las correlaciones entre los estilos de amor y los factores de codependencia.

Tabla 2.

Correlaciones entre los estilos de amor y los factores asociados con la codependencia

	MEC.NEGAC.	DES.INCOM.IDEN.	REPRE.EMOCION.	ORIENT. RESCAT.
STORGE	-.456**	-.262**	-.298**	-.347**
ÁGAPE	0,087	.293**	0,096	-0,038
EROS	-0,109	0,074	-0,073	-0,073
MANIA	.335**	.317**	.254**	.235**
LUDUS	.401**	.332**	.320**	.267**
PRAGMA	-0,019	-0,015	0,067	-0,023

** Correlación significativa al 0.01 (bilateral)

Nota: Factores asociados a la codependencia según el inventario ICOD instrumento de codependencia Modificado: MEC. NEGAC.= Mecanismo de negación; DES.INCOM.IDEN.= Desarrollo incompleto de la identidad; REPRE.EMOCION.= Represión emocional; ORIENT. RESCAT.= Orientación rescatadora

Como se puede observar existen correlaciones significativas negativas entre el estilo de amor Storge y todos los factores relacionados con la codependencia.

Por su parte los estilos Mania y Ludus presentan correlaciones significativas positivas con todos los factores relacionados a la codependencia. Esto indica que los estilos Mania y Ludus promueven relaciones con alta reactividad emocional, en donde existe un poco compromiso hacia la pareja y ritmos acelerados en donde no se regula emocionalmente lo que acontece en ellas pueden relacionarse con puntajes en factores de codependencia.

En lo concerniente a las diferencias entre hombres y mujeres en los factores de codependencia no se obtuvieron diferencias estadísticamente significativas al realizar la prueba *t* de Student.

Finalmente, al comparar puntajes en los estilos de amor entre hombres y mujeres se encontraron diferencias estadísticamente significativas para los estilos Ágape $t = 7.741, p < .01$; Eros $t = 4.904, p < .01$ y Ludus $t = 3.463, p < .01$. A través de las medias se puede observar que los hombres ($M=34.491$) a diferencia de las mujeres ($M= 25.066$) son más ágapicos. De la misma forma se muestra que los hombres ($M=53.964$) son más eróticos que las mujeres ($M= 46.843$) y finalmente también se presenta en los hombres ($M=21.891$) un estilo más lúdico que en las mujeres ($M=18.256$). Estas diferencias se muestran en la Figura 1

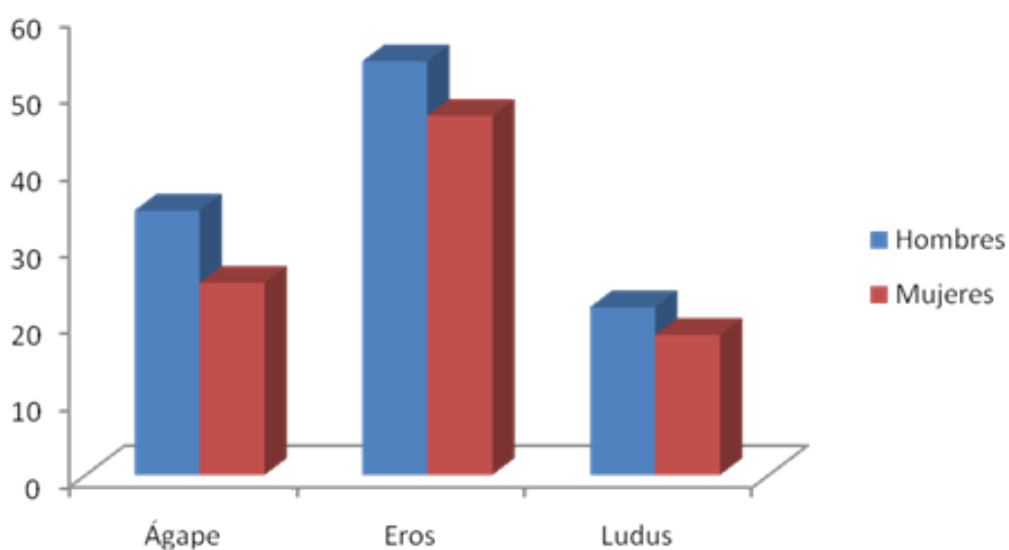


Figura 1. Diferencias de medias en hombres y mujeres en los estilos de amor.

6.2 Discusión

Producto de ésta investigación se obtuvo que los estilos de amor Manía y Ludus presentan una correlación significativa y positiva con todos los factores de la codependencia. Este hallazgo es congruente con lo encontrado previamente sobre los estilos de amor y las conductas negativas dentro de una relación de pareja (Goodboy, Horan, Booth-Butterfield, 2012; Goodboy & Myers, 2012). Los estilos Ludus y Manía tienen una relación más elevada con las conductas negativas presentes en las parejas, así como con el mantenimiento de estos vínculos a través de patrones conductuales negativos. Estas características están presentes también en relaciones conflictivas que perduran y dañan a sus miembros con prácticas disfuncionales como la codependencia.

De ello, se puede considerar que las personas cuyos estilos de amor predominantes sean Ludus o Manía, tienden a desarrollar formas de interactuar en pareja que incluyen elementos desadaptativos, como la manipulación emocional y la inducción intencionada de celos. Estas conductas disfuncionales traen consigo la progresión de patrones en la relación que promueven una sensación de necesidad real por el otro, misma que se incluye en la dimensión emocional y física de la dependencia (Lemos, et al., 2011; Retana & Sánchez-Aragón, 2008).

Por otro lado, el estilo de amor Ágape puntúo una correlación positiva con el factor “Desarrollo Incompleto de la Identidad” de la codependencia. Este hallazgo es consistente con lo encontrado por Galicia et al.(2013) que realizó un estudio para observar las relaciones que los estilos de amor guardaban con la violencia en los adolescentes y sus vínculos de pareja, el cual es un comportamiento común dentro de las relaciones de codependencia. De los resultados de la investigación se obtuvo que el estilo Ágape caracterizado por una entrega incondicional en la relación y una subyugación de las propias necesidades en contraste con las de la persona amada, era uno de los relacionados con un

mayor índice de recepción de violencia y transgresión dentro de la pareja. Así el estilo Ágapico incluye dentro de sí, características asociadas con el perfil de una persona codependiente.

La última correlación apreciada en los resultados fue del estilo de amor Storge, el cual mostró una relación negativa con respecto a todos los indicadores de codependencia, este resultado es consistente con el planteamiento que el estilo de amor Storge tiene en sus relaciones, a través del cual se sostienen vínculos que progresan gracias a la comunicación, al cariño y al vínculo sustentado en la fraternidad y amistad, así mismo promueve relaciones alejadas de elementos vinculados directamente con la codependencia, como lo son la obsesión exagerada por la necesidad de estar con el otro y manipulación emocional dirigida a mantener el vínculo a largo plazo (Ojeda, 2006).

Por su parte, los estilos Eros y Pragma no puntuaron correlaciones con ningún factor de codependencia. Esto encuentra explicación en las diferencias existentes entre los perfiles requeridos para las relaciones dependientes y los expresados dentro de estos dos estilos de amor; Eros propicia vínculos cuya atracción es principalmente física y sexual, alejado del acercamiento y el compromiso, dos condiciones necesarias en las dependencias afectivas. Por su parte Pragma busca relaciones caracterizadas por la practicidad, racionalidad y pensamiento, factores que se encuentran alejados de la impulsividad y demerito no razonado de las necesidades personales ante la pareja, que son necesarias dentro de la codependencia (Hahn & Blass, 1977; Levine, et al., 2006; Retana, 2011).

Se sugiere aumente la investigación con respecto a las correlaciones que la codependencia tiene con los estilos de amor dentro de muestras más amplias y centrando la atención no solo en los factores asociados positivamente, sino también en aquellos que presenten correlaciones negativas, ya que estos últimos podrían representar claves en la búsqueda de factores de protección o exponer conductas que promuevan la prevención de comportamientos codependientes.

En cuanto a los análisis realizados para encontrar diferencias de codependencia para hombres y mujeres, los resultados obtenidos no mostraron

ninguna de forma significativa. Esto es consistente con la investigación sobre el tema ya que aunque existe un perfil diferenciado en el tipo de codependencia para hombres; que son más propensos a ser adictos en relaciones con sensaciones intensas, y para mujeres; que expresan una dependencia mayor en las relaciones con alta expresividad afectiva y mecanismos de negación, no se han encontrado diferencias en cuanto a la predisposición para desarrollar codependencia entre ambos (Moral & Sirvent, 2009).

Estos resultados refuerzan lo encontrado por Sussman (2010) que expone que los hombres y las mujeres comparten las mismas dificultades en el apego ansioso ambivalente que genera dificultades posteriores en la adicción al amor.

Finalmente, los resultados de las diferencias en los estilos de amor presentes en los dos sexos, expusieron una discrepancia para tres estilos de amor; Ágape, Eros y Ludus. En donde en los tres casos los hombres resultaron ser mayormente participes, en contraste con las mujeres. Mostrando que los hombres mantienen relaciones en búsqueda de una mayor satisfacción física priorizando aún el aspecto físico y sexual (Eros), vínculos en los cuales se pueda mantener un poca cantidad de compromiso y salidas constantes con diferentes prospectos de relación (Ludus) y finalmente parejas en donde exista una alta incondicionalidad y tolerancia a las demandas y necesidades (Ágape) (Lee, 1976).

Estos resultados encuentran refuerzo en investigaciones previas en donde se observó que los varones eran más afines hacia los estilos Ágape y Eros en contraste con las mujeres, las cuales además presentaban especial rechazo hacia el estilo de amor Ludus (Ferrer, et al., 2008).

No obstante, en otros estudios que realizaron análisis comparativos para los estilos de amor entre los diferentes sexos se han encontrado otros resultados, exponiendo amplias inconsistencias con respecto a la preferencia de sobre los estilos de amor y el sexo, debidas posiblemente a variaciones culturales o

sociales (Dion & Dion, 1993; Mesura y Rangel, 2009; Neto, 2007; Ogletree, 2010, San Juan, 2012).

Limitaciones del estudio y sugerencias.

Una de las principales limitaciones del estudio es la extensión y características de la muestra. Se propone que en futuros estudios sobre la codependencia se amplíe la población estudiada, así como sus características demográficas, para tener un entendimiento mayor con respecto al fenómeno en los diferentes periodos de la vida.

Por otro lado, los diferentes conceptos que se tienen de la codependencia y la confusión que esta tiene con otros constructos con la adicción al amor, no ha permitido delimitar diferencias claras entre estos padecimientos. Se sugiere se aumente la investigación sobre este rubro para comprender mejor las dependencias afectivas existentes dentro de la relación de pareja.

Otra sugerencia importante recae en la manera en cómo se visualizan las problemáticas internas de la relación de pareja para su estudio. La polémica que existe en el uso de la palabra dependencia y más aún en el de la palabra adicción para referirse a una relación disfuncional es un ejemplo de ello (Anderson, 1994; Retana, 2011; Reynauld, Karila, Blecha & Benyamina, 2010; Stafford, 2001).

Las clasificatorias que conllevan pensar una problemática a través de los puntos de corte que se establecen para considerarlo una patología y por ende “un problema real” dificultan la inclusión de comportamientos disfuncionales que pueden ser considerados por las propias personas como graves o de atención. Esta misma postura es poco sensible a las diferencias individuales que la disfuncionalidad pueda presentar para cada caso. Por tanto se propone se amplíe el estudio de las problemáticas de pareja a través de la postura dimensional de la psicopatología (Hernández-Guzmán, Del Palacio, Freyre, Alcázar-Olán, 2011) la cual puede ser una opción viable para dar explicación

satisfactoria a las diferencias individuales y problemas en la heterogeneidad que los comportamientos disfuncionales de pareja contienen.

En conclusión el estudio de los estilos de amor y las distintas formas de dependencia afectiva ha expuesto la necesidad de visualizar las diferentes aristas desde las cuales se pueda abordar la temática. Es importante aumentar la atención a los factores asociados al desarrollo de conductas disfuncionales en la interacción de pareja desde épocas tempranas, para generar estudios desde un halo preventivo y dar respuestas efectivas a una de las problemáticas cada vez más comunes en los vínculos afectivos de la adolescencia y juventud.

Referencias

- Allen, J. P., & Land, D. (1999). Attachment in adolescence. *Handbook of Attachment Theory and Research*. Guilford: New York.
- Anderson, S.C., (1994). A critical analysis of the concept of codependency. *Journal Social Work*, 39(6), 677-684.
- Andrade, G. A., & Cedillo, P. R. (2011). La normalización científica del amor; propósito de la perspectiva evolutiva en la psicología. *Revista Latinoamericana de Estudios Sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad*, 3(6), 83 – 95.
- Beck, U. & Beck-Gernsheim, E. (2001). El normal caos del amor. las nuevas formas de la relación amorosa. Paidós: Barcelona.
- Bruckner, P. (2011). La paradoja del amor. Tusquets Editores: España.
- Bucay, J. (2000). Amarse con los ojos abiertos. El desarrollo personal a través de la pareja. Planeta: México.
- Burin, M. & Meler, I. (1998). Género y familia; Poder, amor y sexualidad en la construcción de la subjetividad. Paidós: Iberoamérica.
- Burke, J. T., & Young, L. V. (2012). Sexual transformation and intimate behaviors in romantic relationships. *Journal of Sex Research*, 49(5), 454-463.
- Burkett, J. T., & Young, L. V. (2012). The behavioral, anatomical and pharmacological parallels between social attachment, love and addiction. *Psychopharmacology*, 244, 1-26.
- Butzer, B., & Kuiper, N. A. (2008). Humor use in romantic relationships: the effects of relationships satisfaction and pleasant versus conflict situations. *The Journal of Psychology*, 142(3), 245-260.

- Carlson, W., & Rose, A. J. (2007). The role of reciprocity in romantic relationship in middle childhood and early adolescence. *Journal Merrill-Palmer Quarterly*, 53(2), 262-290.
- Chaulet, J. (2009). La construcción equipada del vínculo amoroso. Webs de encuentros y sus caminos de confianza. *Revista Hispana para el Análisis de Redes Sociales*, 16, 92-127.
- Collins, W. A. (2003). More than myth, the developmental significance of romantic relationships during adolescence. *Journal of Research an Adolescence*. 13(1), 1-24.
- Connolly, J., & McIsaac, C. (2009). Adolescents' explanations for romantic dissolutions: a developmental perspective. *Journal of Adolescence*, 32(5), 1209-1223.
- Daire, A. P., Jacobson, L., & Carlson, R. G. (2012). Emotional stocks and bonds; A metaphorical model for conceptualizing and treating codependency and other forms of emotional overinvesting. *American Journal Psychotherapy*, 66(3), 259-278.
- Dandurand, C., & Lafontaine, M. F. (2013). Intimacy and couple satisfaction; the moderating role of romantic attachment. *International Journal Psychological Studies*. 5(1), 74-90.
- Davies, M. F. (2001). Socially desirable responding and impression management in the endorsement of love styles. *The Journal of Psychology*, 131(5), 562-570.
- Diaz-Loving, R. (2010). Una teoría Bio-Psico-Socio-Cultural de la relación de pareja. En Diaz-Loving, R. & Rivera, S. (Comp): *Antología Psicosocial de la Pareja*. México: Porrúa/ AMEPSO.
- Diessner, R., Frost, N., & Smith, T. (2004). Describing the neoclassical psyche embedded in the Stenberg's triangular theory of love. *Journal Society for Personality Research*, 32(7), 688-690.

- Dion, K. L., & Dion, K. K. (1993). Gender and ethno cultural comparisons in styles of love. *Psychology of Woman Quarterly*, 17, 463-473.
- Ehrenfeld, L. N. (2000). Embarazo en adolescentes: Aproximación social, cultural y subjetiva desde las jóvenes. En Gabriel Medina Carrasco (Comp.). *Aproximaciones a la diversidad juvenil*. Colegio de México: México.
- Eisenman, R., Dantzker, M. L., & Ellis, L. (2004). Self-ratings of dependency/addiction regarding, drugs, sex, love and food; male and female college students. *Sexual Addictions and Compulsivity*, 11, 115-127.
- Eryilmaz, A., & Atak, H. (2011). Investigation of starting romantic intimacy in emerging adulthood in terms of self-esteem, gender and gender roles. *Journal Educational Science Theory and Practice*, 11(2), 595-600.
- Eslava, J. (1997). *Amor y sexo en la antigua Grecia*. Temas de hoy: Madrid.
- Fernández, C. (2000). *La afectividad colectiva*. Taurus: México.
- Ferrer, V.A., Bosch, E., Navarro, G., Ramis, M. C., & García, M. E. (2006). El concepto de amor en España. *Pshicothema*, 20(4), 589-595. Recuperado de www.pshicothema.com.
- Fisher, H. (2007). *Anatomía del amor. Historia natural de la monogamia, el adulterio y el divorcio*. Anagrama: Barcelona.
- Fragola, O. A. (2009). Vulnerabilidad adolescente y psicopatología de las adicciones. *Psicoanálisis*, 31(2), 337-359.
- Furman, W., Brown, B., & Feiring, C. (1999). *The development of romantic relationships in adolescence*. Cambridge University Press: EU.
- Galicia, M. I., Sánchez, V. A., & Robles, O. F. (2013). Relación entre los estilos de amor y la violencia en adolescentes. *Revista Psicología desde el Caribe*, 30(2), 211-235.
- Gómez, J. (2004). *El amor en la sociedad en riesgo*. El Roure: Barcelona.

- Goodboy, A. K., Horan, S. M., & Booth-Butterfield, M. (2012). Intentional jealousy evoking behavior in romantic relationships as a function of received partner affection and love styles. *Communication Quarterly*, 60(3), 370-385.
- Goodboy, A. K., Myers, S. A., & Members of Investigating Comm. (2010). Relational quality indicators and love styles as predictors of negative relational maintenance behaviors in romantic relationships. *Communication Report*, 23(2), 65-78.
- Graham, J. M. (2011). Measuring love in romantic relationships; a meta-analysis. *Journal of Social and Personal Relationships*, 28(6), 748-771.
- Guevara, R. E. (2005). Intimidad y modernidad. Precisiones conceptuales y su pertinencia para el caso de México. *Revista de Estudios Sociológicos*, 13(69), 857-877.
- Hahn, J., & Blass, T. (1997). Dating partner preferences; a function of similarity of love styles. *Journal Social Behavior and Personality*, 12(3), 595-564.
- Hand, M. M., Thomas, D., Buboltz, W. C., Deemer, E. D., & Buyanjargal, M. (2013). Facebook and romantic relationships; intimacy and couple satisfaction associated with online, social network use a cyberpsychology. *Behavior and Social Networking*, 16(1), 8-13.
- Harrison, M. A., & Shortall, J. C. (2011). Woman and men love; who really feels it and says it first. *Journal Social Psychology*, 151(6), 727-736.
- Hatfield, E., Luckhurst, C. L., & Rapson, R. L. (2010). Sexual motives; cultural evolutionary and social psychological perspectives. *Journal Sexual and Culture*, 14, 173-190.
- Hetsroni, A. (2012). Association's between television viewing and love styles; an interpretation using cultivation theory. *Journal Psychological Reports*, 110(1), 35-50.

- Hoogstad, J. (2008). Choice theory and emotional dependency. *International Journal of Reality Therapy*, 28(1), 63-68.
- Kanemasa, Y., Taniguchi, J., & Daibo, I. (2004). Love styles and romantic love experiences in japan. *Journal Social Behavior and Personality*, 32(3), 265-282.
- Lacey, R.S., Reifman, A., Scott, J.P., Harris, S., & Fitzpatrick, J. (2004). Selection sexual moral attitudes, love styles and mate selection. *The Journal of Sex Research*, 41(2), 121-128.
- Hernández-Guzmán, L., Del Palacio, A., Freyre, M., & Alcázar-Olán, R. (2011). La perspectiva dimensional de la psicopatología. *Revista Mexicana de Psicología*, 28(2), 111-120.
- Lee, J. (1976). *The colors of love*. Printice-Hall: EU.
- Levine, T., Strzyzewski, K., & Sun, H. (2006). Love styles and communication in relationships; partner preferences initiation, and insatisfaction. *Journal Communication Quarterly*, 54(4), 465-486.
- Lemos, M., Jaller, C., González, A. M., Díaz, Z. T., & De la Ossa, D. (2011). Perfil cognitivo de la dependencia emocional en estudiantes universitarios en Medellín Colombia. *Universitas Psychologica*. 11(2); 395-404.
- McGuirk, M. E., & Pettijohn, T. F. (2008). Birth order and romantic relationships styles and attitudes in college students. *North American Journal Psychology*, 10(1), 37-52.
- MacGregor, J. C. D., & Cavallo, J. V. (2011). Breaking the rules personal control increases women's direct relationships initiation. *Journal of Social and Personal Relationships*, 28(6), 848-867.
- Madey, S. F., & Rodgers, L. (2009). The effect of attachment and Sternberg triangular theory of love on relationships satisfaction. *Individual Differences Research*, 7(2), 76-84.

- Malouff, J., Coulter, K., Recheveur, H., Martin, K., James, P., Gilbert, S., Sehutte, N., Hall, L & Elkowitz, J. (2012). Development and initial validation of the four factor romantic relationships scales. *Curr Psychol*, 31, 349-364.
- Mancillas, C. (2006). La construcción de la intimidad en las relaciones de pareja; el caso del Valle de Chalco. *Revista Psicológica Iberoamericana*, 14(2), 5-15.
- Marks, A. D., Blore, R. L., Hine, D. W., & Dear, G. (2012). Development and validation of a revised measure of codependency. *Australian Journal of Psychology*, 64(3), 119-127.
- Marshall, T. C. (2010). Love at the cultural crossroad; intimacy and commitment in Chinese Canadian relationships. *Journal of International Association Relationship Research*, 25, 143-168.
- Matías, S. (2008). Estudiantes universitarios y sus relaciones de pareja. De sus experiencias y proyectos de vida. *RIMIE*, 13(18), 801-823.
- Matud, M. P., Rodríguez, C., Marrero, R., & Carballeira, M. (2002). Psicología del género; implicaciones en la vida cotidiana. Biblioteca nueva: Madrid.
- Maureira, F. (2011). Los cuatro componentes de la pareja. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 14(1), 321-332. Recuperado de: <http://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/issue/view/2085>.
- Mesura, K., & Rangel, M. (2009). Actitud hacia los estilos amorosos entre los jóvenes universitarios. Tesis de Licenciatura no publicada, México: Universidad Nacional Autónoma de México.
- Miller-Ott, A. E., Kelly, L., & Duran, R. L. (2012). The effects of cellphone usage rules on satisfaction in romantic relationships. *Communication Quarterly*, 60(1), 17-34.

- Montecinos, E. R., & Cevallos, A. R. (2008). Relaciones de las experiencias sexuales infanto-juveniles con la confianza diádica y el temor a la intimidad en estudiantes universitarios. *Revista Terapia Psicológica*, 26(2), 229-239
- Moral, M., & Sirvent, C. (2009). Dependencia afectiva y género; Perfil sintomático diferencial en dependientes afectivos españoles. *Revista Interamericana de Psicología*, 43(2), 230-240.
- Morales, J. F. (2003). Un estudio sobre “noviazgo y matrimonio” treinta años después. *Revista Acción Psicológica*, 2(3), 277-280.
- Moore, S. M., & Leung, C. (2001). Romantic beliefs styles, and relationships among young people from Chinese, southern, European, and Anglo-Australian backgrounds. *Asian Journal of Social Psychology*, 4, 53-68.
- Neto, F. (2007). Love styles; across-cultural study of Brithis, Indian and Portuguese college students. *Journal of Comparative Family Studies*, 38(2), 239-254.
- Núñez, N. G., & Zazueta, L. E. (2012). Modernidades e intimidad: aproximaciones conceptuales para el estudio de las transformaciones de las parejas heterosexuales en México. *Estudios Sociales*, 20(2), 349-374.
- Nina, R. (2011). ¿Que nos mantiene juntos? Explorando el compromiso y las estrategias de mantenimiento en la relación marital. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 13(2), 197-220.
- Noriega, G. G., & Ramos, L. (2002). Construcción y validación del instrumento de codependencia (ICOD) para mujeres mexicanas. *Salud Mental*, 25(2), 38-48.
- Ogletree, S. (2010). With this ring thee wed: Relating gender roles and love styles to attitudes towards engagement rings and weddings. *Gender Issues*, 27, 67-77.

- Ojeda, A. (2006). Inventario de los estilos de amor para adultos. En M.L. Velasco & M. R. Luna (Comps.). Instrumentos de evaluación en terapia familiar y de pareja. (pp. 201-222). Pax: México.
- Olderbak, S., & Figueredo, A. J. (2012). Shared life history strategy as a strong predictor of romantic relationships satisfaction. *Journal Social, Evolutionary and Cultural Psychology*, 6(1), 111-131.
- Orlandi, A. (2003). El enamoramiento y el mal de amores. Fondo de Cultura: México.
- Ortega y Gasset. (1971). Estudios sobre el amor. Salvat editores: España.
- Palestina, O. (2011). Intimidad, pasión y compromiso en las relaciones de pareja. Tesis de Licenciatura no publicada, México: Universidad Nacional Autónoma de México.
- Panayiotou, G. (2005). Love, Commitment and responses to conflict among Cypriot dating couples; two models one relationship. *International Journal of Psychology*, 40(2), 108-117.
- Pascal, B. (2011). La paradoja del amor. Grasset et Pasquelle Editors: Paris.
- Passerini, L. (2009). Love and the idea of Europe. Berghahn Books: NY.
- Pearson, J. C., Child, J. T., Carmon, A. F., & Miller, A. N. (2009). The influence of intimacy rituals and biological sex on relational quality and intimacy among dating couples. *Communication Research Reports*, 26(4), 297-310.
- Pierre, G. (2000). El amor en la Roma antigua. Paidós: Iberoamérica.
- Prada, R. (1994). Sexualidad y amor. San Pablo: Madrid.
- Retana, F. B. (2011). Rastreado el origen, desarrollo e interacción de los adictos al amor (Tesis doctoral). Recuperada de <http://bibliotecas.unam.mx/index.php/catalogos>.

- Retana, B. (2004). El amor como adicción: perspectivas de los hombres y las mujeres. Tesis de Licenciatura no publicada, México: Universidad Nacional Autónoma de México.
- Retana, F.B., & Sánchez-Aragón, R. (2005). Construcción y validación de una escala para medir adicción al amor en adolescentes. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 10(1), 121-141.
- Retana, F.B., & Sánchez-Aragón, R. (2008). El papel de los estilos de apego y los celos en la asociación con el amor adictivo. *Psicología Iberoamericana*, 16(1), 15-22.
- Rey, C., Mateus, A., & Bayona, A. (2010). Malos tratos ejercidos por adolescentes durante el noviazgo: diferencias por sexo. *Revista Mexicana de Psicología*, 27(2), 169-181.
- Reyna, A. (2006). Relaciones de pareja durante la adolescencia. Tesina para obtener el título de licenciatura. Fes Iztacala UNAM. Pag. 54.
- Reynauld, M., Karilla, L., Blecha, L., & Benyamina, A. (2010). Is love an addictive disorder?. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 36, 261-267.
- Riso, W. (2012). Amar o depender. Emece: Buenos Aires.
- Rodríguez, Z. (2006). Paradojas del amor romántico. Instituto Mexicano de la Juventud: México.
- Sakalli-Ugurlu, N. (2003). How do romantic relationships satisfaction, gender stereotypes, and gender relate to future time orientation in romantic relationships?. *The Journal of Psychology*, 137(3), 294-303.
- Sanchez-Aragon, R. (2007). Pasión romántica. Más allá de la intuición, una ciencia del amor. Porrúa: México.
- Sanchez, V., Ortega, J., Ortega, R., & Viejo, C. (2008). Las relaciones sentimentales en la adolescencia; satisfacción, conflictos y violencia. *Escritos de Psicología*, 2(1), 97-109.

- San Juan, L. (2012). Funcionamiento familiar y estilos de amor: Correlatos y diferencias. Tesis de Licenciatura no publicada, México: Universidad Nacional Autónoma de México.
- Seguin, A. (1980). Amor, sexo y matrimonio. Un estudio de su historia y realidad actual. Monte Avilar: Caracas.
- Shurts, W. M., & Myers, E. J. (2008). An examination of liking love styles, and wellness among emerging adults; implications for social wellness and development. *Adulthood Journal*, 7(2), 52-68.
- Singer, I. (1999). La naturaleza del amor. Siglo XXI: México.
- Sprecher, S., Felmee, D., Metts, S., Fehr, B. & Vanni, D. (1998). Factors associated with distress following the breakup of a close relationship. *Journal Social and Personal Relationships*, 15, 791-809.
- Stafford, L. (2001). Is codependency a meaningful concept?. *Issues in Mental Health Nursing*, 22, 273-286.
- Sternberg, R. (1999). El triángulo del amor. Intimidad, amor y compromiso. Paidós, Barcelona.
- Sussman, S. (2010). Love addiction definition etiology, treatment. *Sexual Addiction and Compulsivity*. 17; 31-45.
- Sumter, S. R., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2013). Perceptions of love across the lifespan; differences in passion, intimacy, and commitment. *Internal Journal of Behavioral Development*, 37(5), 417-427.
- Torres, T & Ojeda, A. (2009) El compromiso y la estabilidad de la pareja, definición y dimensiones dentro de la población mexicana. *Revista de Psicología Iberoamericana*, 17(1), 38 – 47.
- Trujillo, A. (2009). Anécdotas de putas; cuando el placer es un negocio. Styria: Barcelona.

- Villegas, M. & Mallor, P. (2012). La dimensión estructural y evolutiva en las relaciones de pareja. *Acción Psicológica*, 9(2), 97-110.
- Wells, M. C., Hill, M. B., Brack, G., Brack, C. J., & Firestone, E. E. (2006). Codependency's relationship to defining characteristic in college students. *Journal of College Student Psychotherapy*, 20 (41), 71-84.
- Woodin, E., Caldeira, V., & O'Leary, K. D. (2013). Dating aggression in emerging adulthood; interactions between relationship processes and individual vulnerabilities. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 30(6), 619-650.
- Yela, C. (2009). El amor desde la psicología social. Ni tan libres, ni tan racionales. Piramide: Madrid.
- Ysseldyk, R., & Wohl, M. J. A. (2012). I forgive therefore I'm committed; a longitudinal examination of commitment after a romantic relationships transgression. *Canadian Journal of Behavioral Science*, 44(4), 257-263.
- Zuazua, M. (2011). Jóvenes y pareja; construcción de un sentido en donde el contexto de la complejidad social. *Prismasocial*, 6, 1-37.
- Zak, A., Coulter, C., Giglio, S., Hall, J., Sanford, S., & Pellowski, N. (2002). Do his friend and family like me? Predictors of infidelity in intimate relationships. *North American Journal of Psychology*, 4(2), 287-290.