



UNIVERSIDAD DE MURCIA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA

**Amor y Formación de Pareja:
Factores Implicados en la
Adolescencia**

D^a María Dolores Díaz Bastida

2017



Universidad de Murcia

Tesis Doctoral

**Amor y formación de pareja:
Factores implicados en la
adolescencia**

María Dolores Díaz Bastida

Dirigida por Dra. Doña María Peñaranda Ortega
Facultad de Psicología

2017

A mi madre.

Agradecimientos

María, mi directora de tesis, todavía recuerdo cómo comenzó este gran proyecto y cómo ha ido transformándose. Los obstáculos que hemos tenido que ir superando hasta llegar aquí no han sido pocos, pero a pesar de todo, siempre has puesto ilusión en todo lo que hemos iniciado juntas y has permanecido a mi lado, dándome ánimos, no dejándome caer cuando las fuerzas estaban a punto de abandonarme, confiando en mí. Gracias por aportarme luz.

Han sido muchas las personas que durante este trayecto se han cruzado en mi camino y han contribuido con su granito de arena particular a esta idea, dándole forma. He cogido algo de cada uno de vosotros y lo guardaré para siempre. Gracias a todos.

Además, quisiera agradecer a los que, de una forma u otra, se han preocupado por la evolución de esta tesis y por mi propio estado, ofreciéndome su ayuda desinteresada en cualquier momento. Sois tantos que me es imposible nombraros sin dejarme a alguien, pero os llevo en mi pensamiento y mi corazón.

La propia tesis me ha enseñado mucho, no solamente a nivel de conocimientos, sino de la vida. Me ha ayudado a priorizar, a valorar aspectos que antes me pasaban desapercibidos. Toda tormenta te cambia, te voltea y te arrastra en ocasiones, pero cuando sales de ella no vuelves a ser la misma persona, en eso consiste. Gracias por hacerme crecer.

A mi familia, agradeceros vuestra eterna paciencia y comprensión, por sacarme una sonrisa, por esas fotos y montajes divertidos y por darme tantos ánimos cuando más lo necesitaba. Todos saben lo que este trabajo supone, hasta mi sobrina pequeña: “tita, quiero jugar contigo, pero como tienes tanto que leer, mejor otro día”.

Concluyo, dándole las gracias eternas a mi madre. Desde pequeña siempre me ha enseñado valores tremendamente positivos, entre ellos el esfuerzo y la persistencia, animándome a estudiar. A lo largo de toda mi trayectoria académica y personal, ha renunciando a muchas cosas por apoyarme en momentos difíciles. Si no fuera por ella, no habría llegado hasta aquí, hubiera sido imposible. Jamás me ha soltado la mano y me faltará vida para agradecersele. Por ello, sabiendo lo que significa para mí, le dedico esta tesis doctoral. Es la maestra de mi vida. Gracias mamá.

INDICE

	<u>Página</u>
1. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN	9
2. METODOLOGÍA	17
3. MARCO TEÓRICO	29
3.1. Conceptualizando el amor y la pareja	30
3.1.1. <i>El amor y la pareja a lo largo de la historia</i>	30
3.1.2. <i>Nociones y clasificaciones de amor</i>	42
a) Definiendo el amor	42
b) Tipos de amor y sus componentes	49
3.1.3. <i>La pareja: Formas, criterios de selección y fases</i>	73
3.1.4. <i>¿Cómo surgen las relaciones de pareja? Aportaciones teóricas</i>	95
a) Concepto de afiliación y atracción	101
b) Factores explicativos de la atracción	106
c) Teorías de la atracción y la interacción	120
3.1.5. <i>Diferencias culturales</i>	124
3.2. Características del desarrollo adolescente	140
3.2.1. <i>Desarrollo cognitivo</i>	142
3.2.2. <i>Maduración cerebral</i>	147
3.2.3. <i>Desarrollo físico</i>	156
3.2.4. <i>Desarrollo de la identidad</i>	161
3.2.5. <i>Desarrollo de la autoestima y el autoconcepto</i>	166
3.2.6. <i>Desarrollo social</i>	176
3.2.7. <i>Las relaciones de pareja en la adolescencia</i>	187
3.2.8. <i>Desarrollo de la sexualidad</i>	198
3.3. Biología del amor	209
3.3.1. <i>Planteamientos evolucionistas del amor</i>	210
3.3.2. <i>Fases del amor, sustancias cerebrales y sus funciones</i>	215
3.3.3. <i>El amor entre descontrol químico y promotor de la salud</i>	222
3.3.4. <i>Estructuras cerebrales implicadas en el amor</i>	228
3.4. Influencia del contexto	236

3.4.1. <i>La familia</i>	237
a) Apego.....	255
b) Estilos parentales educativos	282
c) El maltrato en la infancia	298
• Factores de riesgo y protección	303
• Consecuencias de la experiencia de maltrato	308
d) Divorcio	321
• Consecuencias en la adolescencia y edad adulta	324
• Matizaciones a los efectos del divorcio en los hijos.....	333
3.4.2. <i>Estereotipos, roles de género y medios de comunicación</i>	340
a) Formación de los estereotipos y roles de género.....	343
b) La televisión.....	354
c) Literatura y cine	366
d) La música	382
e) Nuevas tecnologías: Uso y abuso de las redes sociales y aplicaciones móviles	388
3.4.3. <i>Creencias irracionales y mitos del amor romántico</i>	398
4. CONCLUSIONES	427
5. REFERENCIAS	453

1. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN

El estudio del amor permite un análisis muy extenso y desde diversas perspectivas, como ejemplo podríamos nombrar a los filósofos griegos, pasando por trovadores medievales o el amor cortesano europeo (Flores, 2008). Sin embargo, fruto del trabajo de autores pioneros en el terreno, esta temática pasó de ser objeto de admiración del arte, a rama de estudio de la ciencia. Tal y como apunta Fernández Villanueva (1998), a pesar de los múltiples contenidos que se le han otorgado y las versiones que se han formulado, existen unas características constantes en su definición. En primer lugar, se expondría como un sentimiento complejo, refinado y elaborado, experimentado como una emoción íntima. Se trataría de un afecto secundario altamente influido por aspectos sociales. La autora lo califica de sentimiento sublime al no quedar reducido a una mera expresión fisiológica o a un simple afecto hacia otra persona, ya que conlleva una amplia amalgama de elementos a considerar. La segunda característica, es la de aquellas cualidades que se le conceden a la persona a la que se ama, como sobrevaloración o dotación de alto prestigio en comparación al resto de personas del entorno. La tercera consideración versaría en torno a los rasgos peculiares propios de la dinámica de la pareja. En este caso, se encontrarían aspectos como la seducción o aquellas utilizadas para incrementar la felicidad y el disfrute, lo cual no ocurre, al menos no siempre, con el resto de relaciones que mantenemos. Por último, el amor como una creación, o sea, las personas no aman a un objeto como ente real, sino que generan una forma de amar ideal. Esto se puede observar ampliamente en el arte, en el que los autores expresan su noción subjetiva del amor.

Actualmente sabemos que hay distintos tipos de amor, que se trata de un sentimiento promovido por sustancias químicas y estructuras cerebrales y que va evolucionando en función de la edad y las experiencias, entre otras cosas, pero todavía queda un largo camino por recorrer. La importancia de investigar en torno a todos los factores que rodean al amor, así como su influencia y consecuencias a nivel personal y relacional, reside en que se trata de un elemento multifactorial, es decir, tal y como exponen Carreño Meléndez, Henales Almaraz y Sánchez Bravo (2011), el amor no se reduce a un asunto que compete a dos personas, sino que queda marcado y representado por la historia personal, las etapas del desarrollo, la familia, la sociedad y la cultura. De ahí a aportar un grano de arena al estudio de esta temática, poniendo el acento en el amor y la formación de parejas en la adolescencia, una etapa de adquisición de nuevas experiencias y en donde este sentimiento se vive de una forma intensa, pero caracteri-

zada por una gran vulnerabilidad debido a la impericia y al proceso de construcción en el que se encuentran los adolescentes.

Partiendo de esto, entenderíamos la adolescencia como la fase del desarrollo que se encuentra entre la infancia y la madurez, considerándose una etapa de transición que comienza poco después que la persona cumpla los 10 años de edad y finaliza en algún punto a lo largo de la veintena (Viejo y Ortega Ruiz, 2015), estando caracterizada por importantes cambios biológicos, sociales y a nivel comportamental que abarcan el desarrollo físico, madurez sexual y cambios emocionales que servirán como guía para consolidar y asentar su identidad (Bjorklund y Hernández Blasi, 2012). Esta noción de la adolescencia occidentalizada nació, según Palacios y Oliva (1999), en el siglo XX con la Revolución Industrial. Afirman que al marcar ésta un antes y un después a nivel social, se produjo un incremento de la necesidad de formación para la realización del trabajo, de forma que esto implica un tiempo de capacitación y, por consiguiente, el retraso de la edad mínima para trabajar e incorporarse a la vida adulta. Es lo que Erikson (1980) denominó *moratoria social*, un tiempo de espera que la sociedad entrega a sus miembros de menor edad y que les sirve como preparación para llevar a cabo las funciones adultas, mientras se ubican y pueden encontrar su lugar en la sociedad. No obstante, Villa Sepúlveda (2011) aclara que este concepto quedará afectado por una serie de factores, como es la distinción social, el género, la cultura, la generación a la que se pertenezca y los cambios históricos y sociales en los que dicho periodo de preparación queda medido. Precisamente, basándose en los cambios tan profundos que definen a esta etapa vital, Hall (1904) describió la adolescencia como una etapa de tormenta y estrés que se caracteriza por un estado de ánimo que oscila entre los extremos, junto al intento de adaptación social mientras se construye la identidad. Esta visión catastrofista tradicional de los adolescentes se ha reforzado por un amplio abanico de aspectos negativos que, en ocasiones, aparecen en esta fase como conductas delictivas, adicciones, comportamientos de riesgo o conflictos familiares, entre otras. Sin embargo, como señalan Viejo y Ortega Ruiz (2015), en los últimos años ha aparecido un nuevo enfoque que arroja una visión menos negativa del adolescente y su periodo de cambio, en el que se afirma que, a pesar de las transformaciones experimentadas, esta fase no se caracteriza por presentar más tensiones o dificultades que en otros momentos de la vida, aunque sí es cierto que existen factores de construcción social que pueden suponer una barrera para un desarrollo posterior.

Por tanto, como los cambios en esta etapa existen y son rápidos y drásticos, Rodrigo et al. (2004) entienden que provocan contradicciones en el proceso de búsqueda del equilibrio propio y con la sociedad a la que el adolescente desea incorporarse, debe asumir e interiorizar transformaciones de tipo social, a nivel familiar, con los amigos, relaciones de competición con los iguales y un incremento de la necesidad de aceptación y pertenencia al grupo, así como un creciente interés romántico o sentimental por otras personas. Por ello, los adolescentes representan una materia maleable y receptiva que está muy abierta a los influjos de los modelos sociales y de los contextos que frecuentan. En relación a este entorno, las personas forman uniones con los otros, los cuales van a tener un peso importante a la hora de dar forma al mundo interno de cada sujeto y, por extensión, a su relación con los contextos próximos. De esta forma, los tipos de relaciones que se establecen son muy diversas: con los progenitores, hermanos, familia extensa, amigos y relaciones de pareja, entre otras. Ésta última es una dimensión ampliamente estudiada por la importancia que tiene para el ser humano, ya que la creación de un vínculo amoroso con otra persona es la expresión del más puro concepto de apego infantil y conlleva una gran carga de implicaciones emocionales. Así para Donatelle, Davis, Munroe y Munroe (2001), la pareja es la relación interpersonal más significativa y para Tordjman (1989), la elección de pareja tiene como finalidad crear un vínculo propio a partir de un grupo, por lo que cobra una gran importancia para las personas en esta fase. La adolescencia, etapa de experimentación en las relaciones románticas, supone un periodo decisivo para educar en valores afectivos y prevenir el establecimiento de uniones de pareja negativas que puedan provocar consecuencias perjudiciales. A pesar de ello, las relaciones de noviazgo, aunque suponen un aprendizaje añadido de los modos de relación que se desarrollarán a lo largo de la vida, no están exentas de toxicidad en esta etapa. La importancia del estudio del amor y la pareja en la adolescencia y el refuerzo de la educación en este terreno, con el fin de dotar a los adolescentes de herramientas e información adecuada sobre las relaciones románticas, se pone de manifiesto mediante un sondeo de opinión nacional realizado por el Instituto de la Juventud (2010), en donde el 15,6% de los participantes encuestados entre 15 y 29 años hubiera preferido tener más información sobre relaciones de pareja en comparación con otras temáticas afectivo-sexuales, tales como diversidad sexual, modelos de familia o prácticas sexuales, entre otras, solamente superado por métodos anticonceptivos (21%) y ETS (25,7%). La falta de información en torno al ámbito afectivo y relacional que experimentan los jóvenes en España y que pone de relieve la necesidad de la misma, se muestra de nuevo en un estudio

descriptivo realizado por Meras Lliebre (2003) en institutos madrileños con 450 jóvenes de entre 15 y 19 años. Los resultados confirmaron la confusión que los alumnos mostraban entre la violencia de cualquier tipo y el amor, ya que el 80% de las chicas y un 75% de los chicos no relacionaban la falta de amor con el maltrato. Es decir, la gran mayoría de chicas y chicos, pensaban que se puede hacer sufrir y causar daño a alguien a quien supuestamente se quiere. Todas estas creencias, conductas y actitudes en torno al amor y la pareja vienen impuestas a través de elementos socializadores muy variados, desde la red social más próxima, que incluiría a familiares, amigos, compañeros o conocidos, hasta factores mucho más amplios y muy potentes en influencia, como son los medios de comunicación de masas transmisores de ideas, en muchos casos erróneas y adulteradas, que promocionan una visión del amor y las relaciones románticas poco real, influenciando en un público fácilmente sugestionable como es el adolescente.

Además, las personas no quieren cometer errores a la hora de escoger una pareja, pero por desgracia son muchas las que solamente se encuentran con relaciones amorosas poco satisfactorias (Scarano, 2005). Por ello, atendiendo a Capponi (2004), es fundamental revisar y conocer los factores implicados en la elección de los compañeros sentimentales, ya que aunque esto siga sin asegurar el éxito del vínculo amoroso, de este modo se puede reducir la posibilidad de fracaso e incrementar la probabilidad de una relación de pareja y una convivencia placentera y sana. Estos conocimientos pueden hacernos reflexionar y revisar la calidad de nuestros propios lazos afectivos y otorgarnos mayor libertad a la hora de escoger y un mayor control sobre nuestra vida, tanto para relaciones actuales, como futuras. Sin duda, existen numerosos elementos que justifican la falta de éxito o la presencia del mismo en las relaciones en general y las de pareja en particular, por lo que resulta interesante cuestionar qué es aquello que forma parte del juego de elecciones equivocadas, de atracción hacia ciertas personas, rasgos y situaciones que desembocan en relaciones románticas muy satisfactorias, o bien fracasos amorosos de forma consecutiva que provocan sufrimiento a lo largo de su existencia. Por estos motivos, el estudio de aquellos factores que se ven implicados en la formación de pareja cobra fuerza, ya que puede abrir el camino hacia futuras investigaciones en torno a las relaciones amorosas en la adolescencia. Esto va a permitir trabajar, en la medida de lo posible, estos aspectos y aportar información sólida y elaborada tanto a los padres, como profesores y, por

supuesto, los propios adolescentes, para conseguir un incremento de relaciones de pareja más saludables.

En otro orden de cosas, teniendo en cuenta que el presente trabajo tiene como objetivos el revisar y exponer los factores implicados en el amor y pareja adolescente, se utiliza una metodología de revisión teórica que permite obtener toda la información necesaria para estos fines, por lo que se expondrá detalladamente el proceso de recopilación de información, así como los criterios de selección y una división específica de los documentos utilizados. Partiendo de esta búsqueda y recogida de datos, se profundizará en el estudio a través de cuatro grandes bloques de información.

El primero de ellos, engloba una visión amplia del concepto de amor y de pareja que permite encuadrar y asentar las bases de lo que se explicará posteriormente. Se trata de un profundo repaso a nivel teórico que incluye aspectos generales relacionados con estas dos nociones. En primer lugar, se expone un paseo histórico por ambos conceptos para comprender y justificar el origen de la visión actual que poseemos. En segundo lugar, un listado de definiciones y componentes del amor, así como de la pareja, sus fases y los criterios de selección. El tercer elemento que se incluye, representa todas aquellas teorías que explican la formación de pareja desde distintas perspectivas de estudio, así como las diferencias culturales encontradas con respecto al entendimiento y vivencia del amor y la visión del hombre y la mujer.

El segundo, contextualiza la población estudiada, haciendo un recorrido por el desarrollo adolescente en los distintos ámbitos que lo forman, ya que tanto los cambios detectados, como sus características principales en cada uno de ellos, influirán de cara a su desarrollo en el plano afectivo y sexual y viceversa. De este modo, se puede apreciar que, con respecto a la infancia, se produce un salto significativo a nivel cognitivo, cerebral, físico, de formación de identidad, autoestima y autoconcepto, relaciones sociales y, por supuesto, el surgimiento de la atracción hacia los otros y el establecimiento de las primeras relaciones de pareja con sus rasgos distintivos.

Por otro lado, el tercer gran bloque gira en torno a la perspectiva biológica del amor. Al igual que el concepto se analiza desde otras ramas de estudio, ésta representa un comple-

mento de influencia a las explicaciones ambientales, lo que va a ayudar a comprender ciertos comportamientos, pensamientos y actitudes de las personas que están enamoradas y cómo esto marca las relaciones de pareja. Abarcará desde los planteamientos evolucionistas del amor, hasta sustancias y estructuras cerebrales implicadas y sus funciones.

Un cuarto apartado incluye la presencia de aquellos factores ambientales o agentes socializadores que las investigaciones han resaltado a la hora de entablar relaciones de corte amoroso en la adolescencia, es decir, la influencia contextual. En este apartado se exponen desde elementos familiares, hasta factores más extensos, como son los medios de comunicación y la poderosa influencia que ejercen, así como las consecuencias detectadas en ambos elementos. En el primero, se engloban los vínculos de apego, estilos educativos de los padres y los efectos del maltrato y el divorcio en los hijos, que crearán una serie de modelos y expectativas románticas dando forma a la futura selección de una pareja potencial. De igual forma ocurre en el segundo conjunto, ya que los medios de comunicación de masas transmiten una serie de mensajes en torno al género, el amor y las parejas que pueden desembocar en creencias distorsionadas sobre estos elementos, repercutiendo directamente a nivel personal y, por tanto, en la calidad de los vínculos establecidos. Teniendo en cuenta que los adolescentes son altos consumidores de los medios y que se encuentran en una fase de vulnerabilidad por los cambios experimentados, se hace necesario analizar la información transmitida a través de la televisión, que incluirá publicidad y series, también la literatura y el cine, pasando por la música y finalizando con las nuevas tecnologías, ya que en esta era digital se han convertido en un nuevo foco del que parten numerosos problemas relacionales, incluidos los de pareja, debido a un mal uso de las mismas.

Por otro lado, pero dentro de éste último bloque y muy relacionado con el peso que ejercen los elementos socializadores, como broche final se muestran los mitos del amor que nacen precisamente de la información transmitida por estas fuentes. La importancia de su análisis reside en que el tipo de unión amorosa establecida con otra persona, va a partir de las nociones que la persona en cuestión posea sobre el amor, por lo que la calidad de ésta dependerá de los aprendizajes previos y expectativas generadas en torno a este tema, produciéndose en muchos casos problemas personales y de relación al darse un choque entre la realidad y el ideal de amor que se tiene.

Tras esto, se muestran las conclusiones de todo el trabajo realizado, que contendrán un amplio resumen de los datos aportados, matizaciones, así como limitaciones y sugerencias a posibles vías futuras de investigación.

Finalmente, un apartado de referencias que permitirá consultar los documentos utilizados para elaborar el presente trabajo.

2. METODOLOGÍA

Atendiendo a las razones expuestas en el apartado previo, los objetivos generales que persigue el presente trabajo son los siguientes:

- Revisar de forma exhaustiva el fenómeno del amor y la formación de pareja en la adolescencia.
- Exponer los factores que caracterizan este campo de estudio.

Para la consecución de estos objetivos y como un buen modo de acercarnos al tipo de trabajo que se quiere plantear, se ha aplicado una metodología de revisión teórica. Tal y como apunta Guirao Goris (2015), el llevar a cabo una revisión de estas dimensiones representa una herramienta que sirve para explicar e invitar a la práctica y discusión en el trabajo académico, ya que se trata de un estudio detallado y selectivo que proporciona una información esencial. En este sentido, puede ayudar a inspirar y generar nuevas ideas, poniendo de manifiesto los conocimientos y sus posibles fallos (Aveyard, 2010). Por su parte, Guirao Goris (2015) afirma que la finalidad de esta metodología es la localización y revisión profunda y exhaustiva de un área. En este caso concreto, nos enfocamos en el amor y las relaciones de pareja y su manifestación en la adolescencia.

Por otro lado, tal y como exponen Taylor y Bogdan (1992), los rasgos propios de una investigación de corte cualitativo responden a varias características, siendo algunas de las cuales las siguientes:

- Es inductiva o cuasi-inductiva, es decir, que guarda mayor relación con el descubrimiento que con la verificación.
- Es holística, se percibe a la población de estudio como una totalidad.
- Es naturalista, ya que se intenta comprender a las personas dentro de su propio marco de referencia.

- La cuarta característica gira en torno a la no imposición de visiones previas, es decir, se mantienen al margen las predisposiciones y creencias propias del investigador a la hora de iniciar el trabajo.
- Es rigurosa, al intentar resolver los problemas de validez mediante la exhaustividad, esto es, el análisis detallado y profundo.

Añadir que, basándonos en estos rasgos, las limitaciones propias de la investigación han quedado expuestas en el apartado de conclusiones de la presente tesis doctoral.

Para obtener el máximo de datos disponible al respecto y una visión completa y unitaria del tema elegido, se han buscado y recopilado diversos documentos que guarden relación con los factores mencionados previamente, así como con la etapa adolescente. Esta revisión ha ayudado a identificar las aproximaciones teóricas en torno al tema de estudio, además ha proporcionado información amplia sobre el mismo y, a su vez, servirá como soporte al lector para encontrar una información resumida y condensada que le ahorre tiempo y esfuerzo con respecto a la obtención de documentos originales.

Teniendo en cuenta que en la actualidad existe un océano de información gracias a la digitalización de la misma, es necesario, por un lado, conocer e identificar la información y, por otro, evaluar la adecuación y relevancia de su contenido. En este sentido, a raíz de adoptar esta metodología de revisión, se ha conseguido recabar una cantidad de información mediante una búsqueda previa realizada entre 2014 y 2017. El grueso de la misma se encuentra entre 2014 y 2015, haciendo una breve actualización en 2016 y 2017 por motivos de ampliación de contenido a revisar. En dicha búsqueda, se ha tomado como punto de partida un conjunto de bases de datos que recopilan toda la información segmentada por categorías y temáticas. Las bases de datos que han sido utilizadas son tanto de uso público: Dialnet, DOAJ (Directory of Open Access Journals), Google Académico/Google Scholar, Latindex, Redalyc, SciELO (Scientific Electronic Library Online) y TDR (Tesis Doctorales en Red); como de uso privado con acceso a través de la biblioteca digital de la Universidad de Murcia: CSIC (ISOC e IME), PSICODOC, PsycInfo y WoS (Web of Science). Se llevó un registro del tipo de documento y su contenido en cada una de ellas con la finalidad de evitar repetir las búsquedas y hacer éstas

más efectivas. De igual forma, se completa la recogida de documentación mediante dos vías. En primer lugar, la consulta directa a expertos. Ésta consistió en entrevistas con autoridades vinculadas al amor y las relaciones de pareja, que facilitaron la información de base necesaria como punto de inicio para una indagación más profunda. La segunda, la búsqueda manual, usando como criterio de ampliación aquellos autores o temáticas más destacadas en los diversos trabajos revisados. Veamos brevemente las características de cada una de las bases de datos mencionadas:

- CSIC: Base de datos multidisciplinar de acceso privado, cuya producción científica abarca artículos de revistas científicas y de forma más reducida actas de congresos, informes, series, compilaciones y monografías. Contiene datos bibliográficos de Ciencia y Tecnología (ICYT), Ciencias Sociales y Humanidades (ISOC) y Biomedicina (IME), siendo consultadas las dos últimas.
- Dialnet: Base de datos de acceso público con más de 5 millones y medio de documentos referenciados divididos en revistas, libros, artículos, tesis doctorales de universidades españolas y congresos.
- DOAJ (Directory of Open Access Journals): Directorio de revistas de acceso abierto que cuenta con más de 9.000 revistas y casi 2 millones y medio de artículos, llegando a 129 países.
- Google Académico/Google Scholar: Buscador de Google destinado al ámbito académico que engloba literatura científica, además de indicar editoriales, repositorios, bibliotecas y bases de datos. Se pueden encontrar artículos de revistas científicas, ponencias, informes, tesis doctorales, citas y enlaces a libros. Este soporte se ha utilizado como complemento en los casos en los que había que matizar cierta información.
- Latindex: Sistema de información sobre revistas de divulgación científica y cultural, de investigación y técnico profesionales que se editan en España, Portugal, América Latina y el Caribe. Posee cuatro bases de datos con más de 7.500 revistas en línea y más de 1 millón y medio de textos completos.

- PSICODOC: Bases de datos bibliográfica de ciencias de la salud específica de psicología y ciencias afines, creada por el Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid en colaboración con la Universidad Complutense de Madrid. Engloba artículos completos de revistas españolas y de América Latina, capítulos de libros, presentaciones, reseñas y actas en congresos.
- PsycInfo: Base de datos de la American Psychological Association cuyos registros bibliográficos se centran en el campo de la psicología y ciencias sociales y del comportamiento de más de 50 países. Los documentos base son revistas, capítulos de libros, reseñas de libros y editoriales, casos clínicos, estudios empíricos y revisiones.
- Redalyc: Sistema de información científica de acceso abierto que representa una red de revistas científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal. Incluye 1.200 revistas (145 españolas), más de 41.500 fascículos y más de 535.000 artículos a texto completo.
- SciELO (Scientific Electronic Library Online): Biblioteca para la publicación electrónica cooperativa de revistas científicas. Proporciona acceso a una colección de 60 revistas y artículos a texto completo dentro de las ciencias de la salud.
- TDR (Tesis Doctorales en Red): Base de datos de tesis doctorales españolas y a nivel internacional. Pueden ser consultadas más de 90.000 tesis de acceso libre pudiendo realizar las búsquedas a texto completo, por autor, título, director, materia o universidad, entre otros criterios.
- WoS (Web of Science): Base de datos general de acceso privado que incluye información desde el año 1900 hasta la presente fecha. No solamente contiene bases de datos específicas que abarcan documentos científicos, sino también datos en torno a congresos, conferencias, seminarios, talleres, convenciones y coloquios.

Añadido a esto, se han utilizado una serie de palabras clave/keywords en español e inglés para hacer más específica la búsqueda digital de información. Las utilizadas en español

han sido: “amor”; “amor AND pareja”; “amor AND adolescencia”; “pareja AND adolescencia”; “amor AND historia”; “amor cortés”; “amor romántico”; “tipos de amor”; “componentes del amor”; “fases de la pareja”; “atracción”; “pasión”; “interacción”; “afiliación”; “psicología del amor”; “psicología del amor AND adolescencia”; “sociología AND amor”; “estudios culturales AND amor”; “diferencias culturales AND amor”; “género AND amor”; “diferencias de género AND amor”; “selección de pareja AND género”; “cognición AND adolescencia”; “cerebro adolescente”; “área prefrontal AND adolescencia”; “riesgos AND adolescencia”; “desarrollo físico adolescente”; “crecimiento adolescente”; “identidad AND adolescencia”; “autoestima AND adolescencia”; “autoconcepto AND adolescencia”; “autoestima AND amor”; “amistad AND adolescencia”; “iguales AND adolescencia”; “desarrollo social AND adolescencia”; “grupo de amigos AND adolescencia”; “amistad AND pareja adolescente”; “apego AND amistad adolescente”; “beneficios pareja adolescente”; “sexualidad adolescente”; “desarrollo sexual”; “identidad sexual adolescente”; “educación afectivo-sexual”; “amor AND sexualidad adolescente”; “pareja AND sexualidad adolescente”; “orientación sexual”; “deseo sexual”; “selección natural AND amor”; “reproducción AND pareja”; “biología AND amor”; “función biológica amor”; “crianza AND evolución”; “crianza AND cuidado”; “biología AND género AND amor”; “biología AND género AND evolución”; “enamoramiento”; “química AND amor”; “neurotransmisores AND amor”; “hormonas AND amor”; “cerebro AND amor”; “estructuras cerebrales AND amor”; “circuitos cerebrales AND amor”; “feniletilamina AND amor”; “oxitocina AND amor”; “vasopresina AND amor”; “dopamina AND amor”; “adicción AND amor”; “amor adictivo”; “familia AND adolescencia”; “influencia familiar AND adolescencia”; “vínculo familiar AND adolescencia”; “apoyo familiar AND adolescencia”; “familia AND adolescencia AND pareja”; “aprendizaje familiar AND adolescencia”; “conflicto familiar AND adolescencia”; “apego”; “estilos de apego”; “estilos de apego AND consecuencias”; “apego AND amor”; “apego AND pareja”; “apego AND amor AND adolescencia”; “apego AND pareja AND adolescencia”; “educación AND adolescencia”; “estilos parentales educativos”; “familia AND normas AND adolescencia”; “control AND familia AND adolescencia”; “supervisión AND familia AND adolescencia”; “estilos educativos AND pareja adolescente”; “estilos educativos AND amor adolescente”; “violencia familiar”; “tipos de maltrato infantil”; “maltrato infantil AND consecuencias”; “maltrato infantil AND factores de riesgo”; “maltrato infantil AND factores de protección”; “maltrato infantil AND pareja”; “maltrato AND adolescencia”; “maltrato AND apego”; “maltrato AND estilos educativos”;

“conflicto AND pareja”; “divorcio”; “divorcio AND adolescencia”; “apego AND divorcio”; “divorcio AND consecuencias AND adolescencia”; “hermanos AND divorcio”; “divorcio AND pareja AND adolescencia”; “divorcio AND diferencias de género”; “crianza AND divorcio”; “roles de género”; “roles de género AND amor”; “roles de género AND medios de comunicación”; “identidad de género AND adolescencia”; “familia AND roles de género”; “contexto social AND roles de género”; “estereotipos AND roles de género”; “sexismo”; “medios de comunicación AND adolescencia”; “medios de comunicación AND amor”; “medios de comunicación AND pareja”; “series adolescentes AND amor”; “series adolescentes AND roles de género”; “programas de televisión AND pareja”; “publicidad AND roles de género”; “publicidad AND adolescencia”; “cine AND amor”; “cine AND roles de género”; “cine AND adolescencia”; “novela romántica AND adolescencia”; “cuentos tradicionales AND roles de género”; “revistas adolescentes AND pareja”; “revistas adolescentes AND diferencias de género”; “música AND adolescencia”; “música AND amor AND pareja”; “estilos de música AND amor”; “canciones tradicionales AND roles de género”; “música AND diferencias de género”; “nuevas tecnologías AND amor”; “tecnología AND pareja”; “tecnología AND adolescencia”; “redes sociales AND adolescencia”; “redes sociales AND pareja AND adolescencia”; “teléfono móvil AND adolescencia”; “teléfono móvil AND pareja AND adolescencia”; “celos AND nuevas tecnologías AND adolescencia”; “aplicaciones móviles AND pareja”; “sexting”; “sexting AND adolescencia”; “creencias irracionales”; “creencias irracionales AND amor AND pareja”; “mitos”; “mitos del amor romántico”; “mitos del amor romántico AND pareja”; “mitos del amor romántico AND adolescencia”; “mitos AND sexo”; “mitos AND cultura”.

Por su parte, las utilizadas en inglés han sido las siguientes: “love”; “love AND couple”; “love AND adolescence”; “couple AND adolescence”; “love AND history”; “romantic love”; “types of love”; “passion”; “attraction”; “psychology of love”; “psychology of love AND adolescence”; “cultural studies AND love”; “cultural differences AND love”; “gender AND love”; “gender differences AND love”; “adolescent brain”; “cognitive development AND adolescence”; “physical development AND adolescence”; “adolescence growth”; “identity AND adolescence”; “self esteem AND adolescence”; “self concept AND adolescence”; “self esteem AND love”; “adolescent friendship”; “peer AND adolescence”; “social development AND adolescence”; “couple AND adolescent friendship”; “adolescent sexuality”; “sex-

ual development”; “sexual identity AND adolescence”; “sexual education”; “love AND sexuality AND adolescence”; “couple AND sexuality AND adolescence”; “sexual orientation”; “sexual desire”; “natural selection AND love”; “biology of love”; “biology AND gender AND love”; “falling in love”; “chemistry AND love”; “hormones AND love”; “brain in love”; “oxytocin AND love”; “vasopressin AND love”; “dopamine AND love”; “addiction AND love”; “addictive love”; “family AND adolescence”; “familiar bond AND adolescence”; “family support AND adolescence”; “family AND couple AND adolescence”; “familiar conflict AND adolescence”; “attachment”; “attachment style”; “attachment styles AND consequences”; “attachment AND love”; “attachment AND couple”; “attachment AND love AND adolescence”; attachment AND couple AND adolescence”; “education AND adolescence”; “educational styles”; “control AND family AND adolescence”; “educational styles AND adolescent couple”; “educational styles AND love AND adolescence”; “familiar violence”; “child abuse”; “child abuse AND consequences”; “risk factors AND child abuse”; “child abuse AND couple”; “violence AND adolescence”; “maltreatment AND attachment”; “maltreatment AND educational styles”; “divorce”; “divorce AND adolescence”; “divorce AND attachment”; “divorce consequences AND adolescence”; “siblings AND divorce”; “divorce AND couple AND adolescence”; “divorce AND gender differences”; “gender roles”; “stereotypes”; “gender roles AND love”; “gender roles AND mass media”; “gender identity AND adolescence”; “gender roles AND family”; “gender roles AND social context”; “sexism”; “adolescence AND mass media”; “love AND mass media”; “couple AND mass media”; “TV series AND love AND adolescence”; “TV series AND couple”; “commercial AND gender roles”; “commercial AND adolescence”; “movies AND love AND couple”; “movies AND love AND adolescence”; “movies AND gender roles”; “romance AND adolescence”; “tales AND gender roles”; “teen magazine AND couple”; “teen magazine AND gender roles”; “music AND adolescence”; “music AND love AND couple”; “music styles AND love”; “music AND gender roles”; “music AND gender differences”; “new technologies AND love”; “technology AND couple”; “technology AND adolescence”; “social networks AND adolescence”; “social networks AND couple AND adolescence”; “mobile phone AND adolescence”; “mobile phone AND couple AND adolescence”; “jealousy AND new technologies AND adolescence”; “mobile apps AND couple”; “sexting”; “sexting AND adolescence”; “myths”; “romantic love myths”; “romantic love myths AND couple”; “romantic love myths AND adolescence”; “myths AND sex”; “myths AND culture”.

Partiendo de las bases de datos, consultas manuales, a expertos y habiendo utilizado las palabras clave anteriormente mencionadas, se obtuvo un amplísimo abanico de documentos, por lo que se realizó un proceso de selección dividido en dos pasos. El primero, a su vez, se basó en tres criterios. En primer lugar, hacer una elección en la que se utilizaba la lectura del resumen/abstract inicial como criterio de inclusión o exclusión, en función de si se adaptaba o no a las necesidades del trabajo. En segundo lugar, rechazar aquellos documentos científicos que aparecían de forma repetida en las distintas bases de datos. En tercero, no incluir aquellos cuya información, en general, no resultó útil para el desarrollo de los objetivos.

En un segundo momento de la selección, fueron rechazados 312 por no aportar información realmente relevante para el presente trabajo a pesar de haber pasado la primera fase, quedando un dato final de 1.247 documentos utilizados para la elaboración del texto, que coincide con el número final de referencias. No obstante, aclarar que éstas últimas no se ajustan al total de referencias del texto, sino que hay autores que aparecen por duplicado a lo largo del mismo, ya que sus aportaciones no son exclusivas de una temática. Esta información queda expuesta en la Tabla 1, donde se puede observar la división amplia por temática y tipo de documento utilizado del que se ha extraído cada referencia. Debido a las matizaciones previas, no se ha utilizado como criterio la base de datos de procedencia y se ha optado por la agrupación en función del tipo de documento encontrado, agrupados en cada uno de los apartados de este trabajo. Aclarar que dentro de la Tabla 1, la columna *otros* engloba los documentos utilizados como soporte para la elaboración de los apartados de introducción y metodología.

Se ha tenido en cuenta que los materiales aportaran información sobre la población adolescente y la formación de pareja, aunque no en todos los casos. Es decir, algunos de estos documentos proporcionaban datos teóricos necesarios para generar una base extensa, sobre la cual sí poder desarrollar aspectos específicos de las díadas románticas adolescentes. También mencionar que se han rechazado aquellos que sí hablaban de relaciones de pareja, pero en otras franjas de edad muy avanzadas, como la vejez, así como los que repetían la información que ya se había recopilado sobre cada tema en concreto. De igual forma, no se ha utilizado documentación en idiomas cuyo alfabeto es distinto al del castellano, debido a la dificultad añadida que suponía su traducción y lectura.

Finalmente, las referencias abarcan todo el siglo XX y el XXI hasta la fecha presente, siendo la cita más antigua de 1904 y la más actual de 2017, con el fin de hacer una recopilación lo más exhaustiva posible de la información disponible y recoger los apuntes más importantes de las distintas décadas. No se ha seguido un orden cronológico en la presentación, sino que más bien se ha atendido a una secuencia lógica dependiendo del contenido que se estuviese trabajando. Por otro lado, como se ha visto en las palabras clave, las referencias finales son en su gran mayoría en español e inglés, obtenidas de escritos procedentes de España, América Latina y países de habla inglesa, principalmente Estados Unidos y Reino Unido. No obstante, al utilizar otras fuentes de búsqueda, tal y como se ha mencionado antes, también se han revisado documentos en otras lenguas, como gallego, catalán, portugués, francés e italiano, aunque en una proporción poco significativa en comparación a los dos idiomas señalados.

Tabla 1

Referencias divididas por tipo de documento y apartados

Tipo de documento	Conceptualizando el amor y la pareja	Características del desarrollo adolescente	Biología del amor	Influencia del contexto	Otros
Artículo de revista	159	129	51	465	8
Libro	78	28	12	130	9
Capítulo de libro	23	42	3	66	1
Estudio		4		8	1
Informe		1		4	
Tesis doctoral	1			3	
Encuesta oficial				2	
Guía				2	
Jornada				2	
Presentación en congreso			1	1	
Clase magistral				1	
Artículo en página web				1	
Apuntes universitarios en red			1		
Folleto divulgativo en red		1			
Manual		1			
Material didáctico				1	
Página web	1				
Ponencia			1		
Póster				1	
Programa educativo		1			
Protocolo oficial de actuación				1	
Proyecto		1			
Seminario	1				
TOTAL	263	208	69	688	19

3. MARCO TEÓRICO

3.1. Conceptualizando el amor y la pareja

Tras el análisis profundo del amor, las parejas, los vínculos y las formas que tiene el ser humano de relacionarse, es fácil percatarse de la gran variedad de posturas y disciplinas que intentan definir o categorizar algo que, por definición, es abstracto, no es algo observable, sino un estado personal e interno. Es sorprendente la incansable lucha del ser humano a la hora de poner nombre a algo que tiene una gran parte subjetiva y que el sentido se lo da la forma que cada cual tiene de vivirlo. No obstante, como se comentaba anteriormente, existen diversas ramas de estudio en torno al amor que ayudan a comprender, al menos en parte, todos los elementos que lo rodean, desde la filosofía, pasando por la antropología, la historia, aspectos neuroquímicos y biológicos o cuestiones psicológicas y sociales, todo ello necesario para entender este fenómeno que mueve al mundo. Por ello, comenzamos con un encuadre amplio del concepto en el que se hará un repaso por su evolución hasta nuestros días, así como una visión de las diversas nociones y tipologías existentes desde diversas perspectivas y culturas, atendiendo también a aquellas teorías que intentan dar una explicación sobre la razón de la unión hacia los demás.

3.1.1. *El amor y la pareja a lo largo de la historia*

El unirnos a otros representa el germen de las relaciones amorosas, de ahí a que tanto el amor, como la pareja sean de las experiencias más enriquecedoras para el ser humano. Según Páez (2006), se tiene conocimiento de la existencia de grabados sumerios de unos 4000 años de antigüedad en los que se pueden observar imágenes relacionadas con la manifestación de amor y la formación de uniones románticas. De igual manera, a lo largo del tiempo el amor ha sido un elemento muy extendido principalmente en el arte. Según establece Karandashev (2015), los comportamientos y actitudes hacia el amor y las relaciones de pareja han cambiado mucho a lo largo de las distintas etapas de la historia, algunas de las cuales son impensables en nuestro tiempo y cultura occidental. Sin embargo, afirma que toda esta historia ha dado forma a los matices culturales actuales y muchos de estos conceptos siguen vigentes, aunque adoptando otras formas, es por ello necesario conocer nuestros orígenes en este terreno. Expone varios datos sobre esta diversidad. Por ejemplo, los primeros egipcios ya llevaban a cabo prácticas para el control de la natalidad, los griegos clásicos eran recompensados con bellas

mujeres listas para concebir descendencia y los templos sumerios y babilonios eran regidos por sacerdotes, sacerdotisas y prostitutas sagradas. Trasladándonos al concepto de amor dentro de la literatura de occidente, hemos de hacer mención al nacimiento del mito griego de Eros (Cupido en la mitología romana) en palabras de Díaz Morfa (2003) y su relación con Psique, un romance entre el dios del amor, el sexo y la fertilidad y una bellísima mortal, a través de Fossa Arcila (2013). Amor es el nombre del dios griego Eros, hijo de Afrodita, la cual es descendiente de Urano, dios del cielo y Gea, la tierra. El nacimiento de Afrodita se produce cuando Gea pide a su hijo Cronos, dios del tiempo, que la libere de la tiranía de su esposo. Lo hace cortándole los testículos y al caer al mar, nace la diosa del amor y el matrimonio. De esta manera, la madre del amor llega a la vida castrando al tiempo, lo cual podría ser la forma actual del amor eterno, en el que el tiempo no debe hacer mella. Con el transcurrir, Afrodita contrae matrimonio con Hefestos que representa al fuego, pero mantiene una relación paralela con Ares, dios de la guerra, naciendo de ésta sus hijos Eros, Anteros, Fogos (temor), Deimos (terror) y Armonía. Por tanto, Eros es nieto de la castración, hijo de la infracción y hermano del terror y el miedo. Por este motivo, al ser percibido por Zeus como un ser maligno y engañoso, obliga a Afrodita a acabar con él, pero ella lo oculta en el bosque donde sobrevive amamantado por fieras salvajes. Como apunta Humbert (1984), el amor tiene una apariencia tierna y angelical, la de un bebé, pero su naturaleza es malvada y caprichosa, al igual que sus progenitores.

Una vez comprendido el origen de Eros, pasamos a explicar la relación que éste mantiene con Psique. En este sentido, Afrodita, envidiaba la atracción que entre los hombres producía la joven Psique, hija del Rey de Anatolia. Celosa de la belleza de la mortal, la condenó a enamorarse del hombre más feo y desagradable jamás conocido y para ejecutar esta tarea mandó a Eros, quien cautivado por la presencia sin igual de Psique no pudo arrojarle su flecha de amor, llevándola con él y manteniendo oculto el romance para evitar la ira de su madre. Para facilitar esta tarea siempre se encuentran de noche en plena oscuridad, quedando prohibida cualquier cuestión sobre su identidad. Tras amarse noche, tras noche, Psique influenciada por sus hermanas sintió la enorme curiosidad de averiguar quién era su misterioso amante y para ello arrimó una vela al rostro de Eros, quemándole la cara accidentalmente y produciendo su marcha. Arrepentida por su acción, Psique pide ayuda a Afrodita, la cual, movida por el rencor y el odio que sentía por tal engaño, le exige el cumplimiento de una serie de tareas inhumanas,

entre ellas bajar al Hades en busca de un cofre que, al ser abierto, produce en Psique un profundo sueño del cual no podrá despertar. Al enterarse del suceso, Eros corre en su auxilio y pide ayuda a Zeus para poderla traer de nuevo al mundo de los vivos, siendo la única forma el otorgarle la inmortalidad y pudiendo así permanecer juntos en el Olimpo por toda la eternidad. En este sentido, Díaz Morfa (2003), hace una lectura muy interesante del mito. Expone que la relación descrita en esta historia, mantiene las características que actualmente pueden definir a cualquier pareja, como es la pasión, los celos, la envidia, perdón y reconciliación, entre otros, lo que da a entender que el concepto del amor romántico mantiene ciertas constantes en su definición. Por otro lado, las pruebas que debe superar la protagonista son un símbolo que hace referencia a las diversas problemáticas por las que atraviesa cualquier pareja, especialmente en las fases de inicio y consolidación de la misma. La petición a Zeus sería una representación del deseo de amor eterno al que aspira cualquier pareja que comienza. A fin de cuentas, la moraleja de esta historia es que el amor siempre vence a cualquier adversidad, idea que se ha transmitido a lo largo de los siglos y que ha pasado a formar parte de las creencias populares, las cuales, en ocasiones, son causa de innumerables problemas.

Llegado este punto se hace interesante hacer un repaso a la historia y poder así mostrar unas pinceladas de la forma en la que el concepto ha ido cambiando hasta el presente. El amor entendido como una construcción histórica en el que cada periodo ha desarrollado una idea distinta sobre él. Para realizar este viaje y aunque se amplíe la información, se tomará como hilo conductor la información histórica presente en la tesis doctoral de Da Silva Gonçalves (2014). Una de las partes de este gran trabajo muestra cómo el amor evoluciona desde la prehistoria hasta la actualidad. En primer lugar, encontramos el amor en la prehistoria, en este punto la autora menciona que en una época en la que el instinto de supervivencia era prioritario para el ser humano se requería el anexionarse a grupos con el fin de dilatar la vida durante más tiempo, ya que proporcionan protección ante las posibles amenazas. De tal forma que esta afiliación, aunque no se pueda denominar amor como tal, puede considerarse como el primer esbozo de búsqueda de unión hacia los otros, con independencia que los motivos que mueven a las personas a hacerlo sean muy distintas a día de hoy. También se hace referencia al aspecto más biológico y químico del amor, a esas primeras uniones que permiten la perpetuación de la especie humana, la parte de deseo, atracción y unión primaria, la necesidad de la parte erótica y pasional del amor como guía de la evolución humana en sus orígenes.

La segunda parada se centra en las tribus y primeras sociedades. Aquí el amor, o más bien las uniones entre los miembros, se basan de nuevo en la supervivencia del conjunto, motivadas por factores económicos que favorecen al conjunto social, el amor se concibe como medio para alcanzar el objetivo del bien común y no poner en peligro al grupo.

En esta línea, nos trasladamos a oriente en donde la historia de China nos habla de actitudes muy positivas hacia el amor apasionado y el sexo, sin embargo éstas se tornaron muy represivas hace aproximadamente unos mil años cuando los neo-confucionistas llegaron al poder religioso y político. En relación a esto, Murstein (1974) hace un repaso de estos cambios. Afirma que esta nueva era se caracterizada por la destrucción de las obras de arte y la literatura relacionada con el erotismo, los matrimonios eran concertados sin la posibilidad de elegir al cónyuge, por lo que poco importaba si se atraían o no sexualmente o si existía un vínculo afectivo entre ambos, ya que su fin máximo era procrear. No obstante, como se conoce y se observará más adelante, el hombre siempre ha obtenido mayores beneficios de las relaciones amorosas que la mujer, así entre los matrimonios ricos era muy frecuente el concubinato. Esto es, la concubina satisfacía sexualmente al hombre, siendo variable el estatus de ésta, a veces una sirvienta que entre sus tareas incluía el placer sexual o bien, en el caso de existir una conexión emocional añadida, una persona cuya posición social podría mejorar. Ni qué decir que el papel de la mujer en estas uniones se limitaba a dar a luz, criar y mantenerse fiel al esposo, sin más. Otra característica son las muestras restringidas de amor en público, rasgo asumido de ideales confucianos sobre la conducta reservada y digna. Este modelo restrictivo afectaba únicamente a las clases altas, teniendo muy poca influencia sobre la población campesina que representaba casi el total de la población china. En esta clase social, la mujer tiene un papel muy distinto, ya que el trabajo extenuante para sacar adelante a la familia ayudó a pudieran ejercer más poder en las decisiones familiares.

Toca ahora conocer el amor en la Grecia clásica. Se centra en el estudio que los antiguos filósofos griegos hacen de las uniones y la familia, en la que el hombre siempre es el centro, bien por ser el que dirige la casa y los tipos de relaciones que se establecen (con esposa, hijos, con esclavos...), o por representar una alternativa a la familia tradicional de la época, como son las relaciones homosexuales, quedando la mujer relegada a la crianza de los hi-

jos, al placer sexual y a la compañía del hombre. El amor en esta época no tenía una alta representación, habría problemas en su conceptualización, ya que la mayor expresión de amor era el matrimonio para cumplir expectativas de tipo social e incluso se visualizaba como una entidad difícil de separar de la amistad. En este sentido, Tannahill (1989) establece que los hombres se interesaban sexualmente por sus esposas mucho menos que por otras mujeres con las que no compartían hogar. Es decir, se sentían especialmente atraídos por lo que en la época era conocido como *hetaira*, aunque actualmente no quedan todavía claramente definidas sus funciones. No obstante, Da Silva Gonçalves (2014) mantiene que, a pesar de esta última afirmación, el único atisbo de amor real que se observa, es el que existe entre un hombre adulto y otro adolescente. Los chicos jóvenes estaban muy idealizados, de tal forma que se convertían en objeto de deseo de los varones adultos, quienes utilizaban los gimnasios juveniles como pretexto de punto de encuentro y poder así observarlos ejercitarse casi desnudos. Según González-Reigosa y Kaminsky (1989), una prueba tangible de la unión romántica entre dos hombres que ha llegado hasta nuestros días, reside en un jarrón que data del siglo V-VI previo a nuestra era. Al analizarlo, se observó que la mayoría de inscripciones eróticas que contenía estaban escritas por y para hombres. En general, el amor en la Grecia clásica tenía más connotaciones de admiración que de amor romántico tal y como lo conocemos a día de hoy, se trataría de un concepto cargado de espiritualidad y adoración hacia la belleza.

Seguido a esto, encontramos el amor en Roma. En esta etapa se sigue caracterizando por la conveniencia política o económica, las uniones matrimoniales servían para continuar la descendencia, de varones, por supuesto, alguien que pudiera heredar las riquezas de la familia, quedando la mujer como moneda de cambio, pasando a ser propiedad del hombre y relegada a gestionar la casa y cuidar a los hijos. Por tanto, la unión en este caso sirve para proteger todo lo que posee el hombre romano, sobre todo dentro de las altas clases sociales el casarse por amor no era lo más habitual. Dentro de esta etapa, se produce un claro punto de inflexión en torno a la visión del amor con la caída del Imperio Romano en los siglos II y III d. C. En este momento se pudo extender el Cristianismo como religión que propulsaba un amor puro, alejado de influencias de tipo sexual y terrenal, altruista, un concepto alejado del interés propio del hombre para su beneficio de cualquier tipo. Esta noción de amor espiritual que lleva por estandarte la Iglesia Católica va a mantenerse hasta el siglo XII, instante en el que surge el amor

cortés y que simboliza los primeros atisbos de lo que hoy entendemos por amor romántico y que da lugar a la quinta fase, la Edad Media.

Con este concepto medieval del amor, empiezan a aflorar las primeras características propias de lo que será el amor romántico a título actual, tales como la libertad de elección de la persona amada y no en función de motivos económicos, religiosos o comunitarios, así como admiración mutua y existencia un compromiso duradero por opción propia y no impuesta. Este amor cortés surge en la región francesa de Provenza en torno al siglo XII, el cual está destinado a la nobleza y la corte. Al tratarse de un amor no bendecido a ojos de Dios, fuera del propio matrimonio de conveniencia, quedaba fuera de los límites de lo permitido, considerándose prohibido. El amor cortés estaría formado por el amor puro, que consiste en el deseo del reencuentro con la persona amada, debido a que la separación entre los amantes y la osadía de llevar a cabo un amor secreto incrementaba el deseo de volver a encontrarse de forma furtiva. El tener que esperar para ver de nuevo al amante avivaría la llama del amor, pero sin tener contacto carnal, por ello este amor era exclusivo para la corte y no para el pueblo, ya que la base instintiva de éste último impedía el poder experimentarlo. La idea de consumación sexual unida únicamente al matrimonio también es la noción que defiende la Iglesia Católica con respecto a las parejas, institución que influyó claramente en la noción del amor en esta etapa de la historia. Tal y como se comentaba anteriormente, con la expansión del Cristianismo, la Iglesia, representante máxima de esta ideología, añade una visión negativa de la pasión sexual, reduciéndola únicamente al matrimonio, por lo que amor y sexualidad quedaban relegadas a lo mismo, la procreación. Las personas que se consideraban buenas cristianas debían reprimir sus instintos y reducir el acto sexual al lecho conyugal, únicamente con el objetivo de traer al mundo a los hijos, sin ningún tipo de pasión, deseo, ni atracción intermedia.

Pasemos a otra etapa, la cual se caracteriza por estar llena de revoluciones ideológicas que traerán consigo consecuencias sociales y, a su vez, repercutirán en la formación de las parejas. Aquí Da Silva Gonçalves (2014) diferencia tres subfases: Renacimiento, Ilustración y Romanticismo. Comenzando con el Renacimiento, esta etapa que abarca los siglos XV y XVI y supone un cambio cultural radical. En este punto, se vislumbra un amor mucho más cercano al concepto presente en donde existía la libertad de elegir a la pareja y se admite el placer se-

xual como parte de la relación, es decir, la gente empezaba a casarse por amor y había una mayor aceptación general de lo carnal, de la pasión romántica hasta entonces condenada.

Siguiendo con la Ilustración y la Revolución Francesa, la defensa y ensalzamiento de lo racional empapaba todas las áreas de la vida humana, incluyendo al amor, el cual tenía una base únicamente mental y quedaba alejado de la parte emocional, entendido como algo lógico y ordenado, cuyo control quedaba bajo quien lo experimentaba (Saiedi, 1993). Unido a esto, desde finales del siglo XVII y durante todo el XVIII, se produce un descenso en el poder e influencia de la Iglesia Católica debido a la aparición del Protestantismo en las clases altas y a la ideología dominante por entonces, una forma de pensar que proponía una dicotomía entre razón y pasión y que, como todo pensamiento reduccionista, intenta explicar un concepto tan complejo de forma lógica y restringirlo a leyes físicas rígidas. En esta etapa, se mantiene la elección libre de la pareja y se une la educación conjunta de los hijos, así como la delimitación de lo que empieza a ser el hogar unifamiliar. No obstante, en este momento se sigue teniendo un concepto muy negativo de la mujer.

Finalmente nos encontramos con el Romanticismo a principios del siglo XIX, un movimiento que surge contra el racionalismo de la Ilustración y que posibilita los cambios necesarios para la visión del amor romántico actual. Se concebía, por un lado, al hombre como una criatura altamente influenciable por sus emociones y no innatamente racional que se enamoraba sin razón aparente y, por otro, al amor como algo incontrolable para el ser humano, el cual formaba parte de los sentidos y acontecía sin más, con una gran carga emocional. Como se aprecia, se trata de una visión totalmente contraria a la perspectiva racional tan defendida poco tiempo antes. La concepción del amor durante esta etapa se caracteriza como escasa de raciocinio, así lo exponen autores como Boswell (1997), quien afirma que el amor no se relaciona con el razonamiento, sino con los sentimientos y que, por tanto, al no sustentarse sobre una base lógica no hay principios por los que una persona pueda influir en otra para que se enamore.

A nivel de pareja, ya se aceptaba de forma universal la elección propia del compañero/a y la búsqueda del beneficio y felicidad, frente a la entrega al grupo de etapas previas. Además, se introduce el concepto de igualdad laboral entre hombres y mujeres que va a influir

claramente en la manera de ver y compartir la vida conyugal. Por tanto, la noción del amor romántico actual surge en esta etapa llena de cambios a nivel social con la Revolución Industrial, en una sociedad individualista en la que se valora la felicidad propia de cada sujeto en todos los sentidos, incluido el amor y las relaciones. Esta revolución laboral supuso amplios cambios en la forma en la que los miembros de una pareja tenían de relacionarse, ya que comenzaron las migraciones del campo a la ciudad, problemas salariales, distintas y novedosas formas de trabajo, entre otras. Esto originó que el amor se convirtiera en un elemento de apoyo en un mundo no cercano a la estabilidad y asociado al matrimonio en la clase media. Continuando dentro del siglo XIX, podemos hacer un matiz en torno al amor en la época victoriana, definida entre otras cosas por la preocupación por la decencia y un incremento de la moralidad que se trasladan a la visión del amor. Autores como Archer (1985) o Peterson (1989), establecen que el amor ideal de esta etapa es entre hombre y mujer, pero se trataría de un amor carente de pasión, la cual únicamente debía ofrecerse a Dios, quedando las relaciones sexuales limitadas a la procreación, bifurcándose así el amor y el sexo, ya que el deseo sexual era considerado como una absoluta bajeza. Al contrario, el amor era un elemento enaltecido especialmente para los hombres al necesitaban influencias positivas.

Por otro lado, poco después de la mitad del siglo XX, concretamente en la década de los 60, se produce una revolución a nivel afectiva y sexual, tal y como exponen Carreño Meléndez et al. (2011). Este cambio de visión favoreció un incremento en la frecuencia de las relaciones sexuales y cambió la forma en la que se organizaban las uniones, apareciendo novedades como el amor libre, parejas abiertas, comunidades sexuales o contratos prematrimoniales. Pero sin duda, una de las mayores características es que se ensalzó el papel de la sexualidad, cosa muy positiva teniendo en cuenta los antecedentes, pero en detrimento de la parte afectiva que media en las parejas.

Finalmente, ofrecemos la visión de Da Silva Gonçalves (2014) con respecto al amor romántico en la actualidad. En el presente, el concepto que tenemos de este término dista mucho en todos los planos del que se concebía siglos atrás, es decir, ahora la única razón por la que se acepta estar con alguien a nivel de pareja es el amor, el estar enamorado de esa persona que nos enriquece ampliamente en muchos sentidos. El papel de la mujer y el hombre a nivel social ha cambiado sustancialmente y la sumisión femenina ante la figura masculina cada vez

está menos extendida. Además, la conveniencia en las uniones matrimoniales está obsoleta, al menos en la mayoría del mundo occidental, en el que ambos miembros de la pareja son libres de decidir con quién casarse e incluso si hacerlo o no, de ahí a que la familia, amigos o el grupo social en general tengan poco que aportar en este sentido. Las características de las parejas actuales ya fueron predichas por Rogers (1976), no andando nada desencaminado si lo comparamos con los rasgos que actualmente presentan. Tal y como los muestra, éstos incluirían una mayor libertad y variedad en las relaciones sexuales, basándolas en el placer y no centradas meramente en la procreación, con una gran carga de intimidad. Además, a nivel de pareja se deja libre elección en tener hijos. El concepto de compromiso legal cambia, ya que las uniones de larga duración podrán ser igualmente válidas y la estabilidad y duración de la misma dependerá de satisfacciones mutuas en varios campos personales. Finalmente, apunta que habrá mayor tendencia a la posesión y los celos y que las uniones virtuales estarán cada vez más extendidas. Otra aportación en esta línea la realiza Sánchez Escárcega (1994), que ya planteaba las transformaciones que marcarían el desarrollo de la pareja durante el siglo XX y a título posterior. En primer lugar, el cambio de rol de la mujer dentro de la familia debido a las necesidades económicas, pasando de un contexto interno y familiar a otro externo y social, lo cual se traduce en poder para ellas en diversos ámbitos de su vida y que resulta altamente influyente a nivel de pareja. La segunda característica y consecuencia de la primera, es el cambio en el rol del hombre, produciéndose una transformación paralela, incorporándose progresivamente al ámbito interno y familiar del cual se desprende más la mujer, participando así en la crianza y a los afectos. El tercer rasgo son cambios en la sexualidad, derivados en su mayoría por las transformaciones en los roles tradicionales y por los avances tecnológicos. Por ejemplo, la proliferación y extensión de los anticonceptivos, ya que a nivel de repercusión, se equipara al descubrimiento de los ordenadores, de la telecomunicación y las relaciones a distancia. Con el incremento en su uso, se rompe la unión entre la concepción y el placer sexual, quedando éste relegado a algo íntimo de cada pareja, abandonando el acto sexual con connotaciones obligatorias hacia el gusto por el placer. El cuarto cambio a destacar obedece al desarrollo tecnológico, rápido, voraz, que proporciona altas comodidades y beneficios y que da lugar a una visión del mundo basada en la inmediatez y proporcionando una disminución en la tolerancia a la frustración y la capacidad de espera, lo cual también se puede trasladar a la pareja. Según expone, la urgencia y la necesidad de mantenerse actualizado en este terreno dificultan la duración de las uniones, haciendo que los duelos se elaboren más rápido de lo habitual por el

hábito de no atarse a nada. La quinta transformación se centra en la expectativa de vida, un incremento en la edad y en la duración de la pareja. A este incremento se le une una mayor probabilidad de aparición de crisis y el pasar por etapas distintas que parejas de años atrás no pudieron vivir por tener una menor esperanza de vida. En sexto lugar, diferencias en la influencia y el valor que se otorga a las instituciones que hasta hace poco servían como elementos de contención social, tales como la familia, la religión y el estado. Finalmente, en séptimo lugar, pero no menos importante, cambios en el concepto de amor, lo cual lleva produciéndose a lo largo de la existencia del ser humano. Añadido a esto, debemos remarcar los puntos identificatorios donde ocurren los fenómenos de la pareja, lo que se conoce como los cuatro parámetros de Puget y Berenstein (1989). Se trataría de cuatro áreas que muestran el funcionamiento de la pareja y que experimentarán un cambio para el siglo XXI, es lo que conocen como la *posmodernidad de la pareja*. Estos parámetros son cotidianidad, proyecto vital compartido, relaciones sexuales y tendencia monogámica:

- Cotidianidad: Es lo que se conoce coloquialmente como vivir en pareja. Se refiere a la estabilidad que se desprende de los intercambios diarios entre los dos miembros, actuando como organizador de encuentros y desencuentros de los mismos. Dentro de esta categoría, los fenómenos que hay en la concepción de pareja actual son dos. Por un lado, el convivir sin una formalización legal, bien porque son parejas jóvenes que todavía no quieren un mayor compromiso, o bien aquellas que han pasado por un divorcio y que ahora disfrutan de vivir juntas, pero sin papeles legales de por medio. Por otro lado, surgen nuevos modos de convivencia, como las parejas *LAT* o *Living Apart Together* que se verán posteriormente. Se trata de parejas estables, pero que no comparten un mismo techo.
- Proyecto vital compartido: Consiste en aunar los objetivos o planes futuros dentro de la pareja y su puesta en funcionamiento. Al igual que antes, en este nivel se presentan cambios en las parejas de la era actual. El primero, hace referencia al concepto de *cor-toplacismo*, esto es, visualización y aceptación de la no eternidad del vínculo, se pasa de un *para toda la vida* a *mientras dure el amor*. En segundo lugar, la mezcla de incremento del número de divorcios, de convivencia no tradicional, la edad media para casarse y el cambio conceptual hacia una unión de pareja con fecha de caducidad. Fi-

nalmente, el paso de un proyecto conjunto de formación de familia, a otro basado en la individualidad.

- Relaciones sexuales: Influenciadas por el modelo cultural de cada lugar que se encarga de organizar una amplia diversidad de prácticas sexuales. Las anotaciones que se derivan de las variantes posmodernas de unión sexual también aparecen en este fenómeno. Primeramente, exigencia en la pareja de relaciones sexuales frecuentes, completas y satisfactoriamente mutuas, las cuales servirán como soporte de gran parte de la relación. En segundo puesto, los diversos grados de aceptación social de parejas que no cumplen la tradicional heterosexualidad. El tercer cambio reporta información sobre los cambios en el concepto de virginidad femenina, reducida a sectores más específicos y unido a éste, una cuarta anotación, la separación entre placer y reproducción. Por último, la libre sexualidad.

- Tendencia monogámica: Definida por estar ligada a una única persona, solamente dos individuos que comparten una unión. Con el nuevo concepto de pareja, se desprende, por un lado, una poligamia sucesiva ante la libertad experimentada por el divorcio, así como una disminución del valor que se le otorga a la fidelidad; por otro, un cambio sustancial en el concepto de monogamia gracias a la entrada de la mujer al mundo laboral, que le permite decidir si continuar o no la relación exclusiva, ya que no depende del pilar económico del hombre.

Por su parte, Rodríguez-Brioso Pérez (2004), en relación a la visión actual de pareja como obtención de felicidad y satisfacción sexual, afirma que la causa de ésta reside en profundos cambios sociales, el paso de una sociedad tradicional a una individualista, la diferente estructura familiar actual o los cambios con respecto al papel de la mujer, entre otros. Esto hace que hayamos pasado de vínculos tradicionales que, aunque aportaban seguridad reducían las posibles elecciones, a un crecimiento del individuo con capacidad de toma de decisiones y asunción de las consecuencias de sus actos. Expone que este proceso de individualización se traduciría en un nuevo concepto de pareja en donde se vela por la satisfacción de ambos miembros en todos los planos, donde ambas partes están satisfechas, quedando inmersos en lo que la autora denomina relación pura. Esto es, una unión caracterizada por la intimidad pro-

funda y la libertad de elección en el tipo de relación que se desea mantener, en el que la libertad y la sensación de bienestar es primordial, que a su vez derivará en un nuevo concepto de amor que veremos más adelante, el *amor confluyente*. Para finalizar y en otro orden de cosas, la autora propone que uno de los cambios más importantes que se han producido en torno al amor y las parejas es la ruptura entre el vínculo matrimonio, sexo y procreación. Es decir, hasta no hace muchos años, las relaciones sexuales previas al matrimonio no estaban permitidas o, en su defecto, quedaban condenadas socialmente. Actualmente se ha producido un giro importante en este terreno, ya que el sexo previo al matrimonio es defendido por la gran mayoría de personas y tiene como principal objetivo el placer personal y/o la expresión de amor, no únicamente la reproducción. Este hecho se ha visto beneficiado por la extensión y mayor uso de métodos anticonceptivos, así como por un desligamiento del mundo religioso.

Por su parte, prosiguiendo con las características actuales de la pareja y el amor, Bauman (2005) describe la fragilidad de las relaciones que se comentaba anteriormente en la noción de amor que tenemos en la sociedad actual, el cual obtiene el adjetivo de *líquido*. Esto es, un amor igual de frágil y moldeable que la sociedad en la que se desarrolla. Se trataría de un amor inestable y sin compromiso a largo plazo sobre el que se asientan relaciones efímeras y carentes de significado, únicamente usadas para satisfacer necesidades o llenar vacíos personales. Un amor de usar y tirar, sin valor alguno. En contraste y basándose en este concepto, un estudio de Angulo Martínez, Conde Forero, Huertas Bonilla y Ruíz Garzón (2016) permite hablar de *amor sólido*, aquel en el que los miembros que lo experimentan muestran cuidado hacia la pareja, miran por el crecimiento de la relación a través de la lucha conjunta por resolver los conflictos que surgen en la relación, así como los desafíos de la vida diaria y, sobre todo, tienen como objetivo la conservación de su unión.

Ciertamente, la forma en la que concebimos el amor en el presente se aleja mucho de todo lo anterior, tanto en el sentimiento individual, como la forma de relacionarnos y al valor que otorgamos a éste y a la pareja, lo cual es una prueba de la evolución del mismo a lo largo de la historia y cómo lo ocurrido tiempo atrás, da forma a la idea presente. No obstante, también es necesario tener en cuenta que a día de hoy, como se comentaba al principio de este apartado y como recalca Da Silva Gonçalves (2014), el amor y la pareja siguen siendo conceptos difíciles de definir, ya que probablemente no seamos capaces de abarcar todo lo que tie-

nen/deben ser, debido a que jugamos con un elemento en contra y es la vivencia personal del amor. Sea como fuere, a pesar de estos inconvenientes a la hora de trabajar los conceptos, se seguirá aportando información a través de las investigaciones para hacerlos cada vez más comprensibles.

3.1.2. Nociones y clasificaciones de amor

a) Definiendo el amor

Además de hacer un recorrido histórico del amor, es fundamental delimitar el concepto objeto de estudio a pesar de los supuestos establecidos por Sangrador (1993), que expresan dos cuestiones y que ponen de manifiesto el amplio abanico de concepciones del que se dispone. Por un lado, existen casi tantos tipos de amor como personas y, por otro, casi tantas definiciones como investigaciones. Además, concluye que el amor puede concebirse de tres formas. La primera, como una actitud. Hace referencia a la atracción por otro, lo cual lleva a pensar, actuar y sentir orientado hacia esa persona. La segunda, como una emoción. Un sentimiento acompañado de reacciones fisiológicas. Finalmente, el amor como una conducta, esto es, las acciones destinadas a la persona que amamos, como cuidarla, hacerle compañía o atender sus necesidades. Por tanto, en función de la amplia muestra de definiciones y perspectivas existentes y a pesar de la dificultad para dar una reseña única, se exponen a continuación una serie de conceptualizaciones referentes a esta temática que nos darán una idea de las distintas visiones que se ofrecen. Se necesita tener una base del significado de la palabra amor para ir comprendiendo las distintas perspectivas teóricas que se muestran del mismo y que se mostrarán más adelante. Recalcar que tanto en este apartado, como en el que concierne a la tipología amorosa, las distintas visiones que se ofrecen son, sobre todo, de tipo psicosocial y alguna pincelada evolutiva, aunque la gran mayoría de autores que se nombran podrían encuadrarse en una clasificación clásica del amor. De ahí a que tal y como se observará posteriormente en otros apartados, las teorías relativas al amor que se expongan se van a centrar en otras temáticas con la finalidad de no repetir información innecesaria. Una vez aclarado esto, comencemos con las distintas visiones del amor.

Tomamos como punto de partida una definición amplia, como la que ofrece el Diccionario de la Real Academia Española (2016). Encontramos catorce acepciones distintas, así como diferenciación de diversos tipos de amor y expresiones que incluyen la palabra o hacen alusión al significado general. En cuanto a las definiciones, encontramos que amor procede del latín *amor*, *-ōris* y de esos catorce significados, ocho hacen referencia a elementos referidos al amor como tal, de los cuales se destacan: sentimiento intenso del ser humano que necesita y busca el encuentro y unión con otro ser; sentimiento hacia otra persona que naturalmente nos atrae y que nos completa, intentando que sea algo recíproco; sentimiento de afecto y entrega hacia alguien o algo; tendencia hacia la unión sexual; persona amada; relaciones amorosas; objeto de cariño para alguien; expresiones de amor y caricias. Tal y como se puede apreciar, se incluyen elementos biológicos, afectivos y sociales. Por tanto, el amor como compendio de diferentes perspectivas en donde destacan palabras que asumimos como propias del concepto y que en sí mismas nos llaman a crear una imagen del mismo, tales como sentimiento, unión, deseo, afecto, entrega o cariño. La extensión semántica del amor contiene expresiones como compartir, unirse a o entregarse, es decir, dirigirse hacia el objeto de deseo, hacia la satisfacción propia y conjunta.

Por otro lado, en el diccionario, junto a los significados de la palabra, aparecen diferenciados varios tipos de amor, los cuales parece interesante mencionar. Entre ellos encontramos, por un lado, el *amor libre* que hace referencia al ámbito de las relaciones sexuales sin regular. Por otro, el *amor platónico* que muestra esa idealización tan característica de la época griega. Finalmente, el *amor propio*, esto es, el amor que uno tiene hacia sí mismo y también relacionado con la mejora en los comportamientos. El último apartado a destacar dentro del concepto de amor que aporta el diccionario, son algunas expresiones propias de nuestra lengua en la que se incluye la palabra amor y que tienen que ver con el aspecto que ocupa este trabajo. En primer lugar, *hacer el amor*, que se relaciona con galantear, enamorar y también con la unión sexual. En segundo lugar, *requerir de amores*, asociado al cortejo y, finalmente, *tratar amores*, que significa tener relaciones amorosas.

Para comprender un poco más el concepto, también se hace necesario nombrar los sinónimos y antónimos que utilizamos en la lengua española para referirnos a este término y para ello hacemos mención al diccionario de Laborda (1999). Antes de enumerarlos, hay hacer

una pequeña matización, al igual que ocurría en la definición previa. Al hacer la revisión se observa cómo una buena parte de estos términos son realmente contenidos asociados al amor, palabras que unidas evocan una definición global como tal, pero se usan de forma indistinta e individualmente para referirse al término como si de éste mismo se tratara, cuando no es el caso. Centrándonos de nuevo en la temática, el autor cita como sinónimos palabras tales como amistad, ternura, simpatía, flechazo o atracción, entre otras. De igual forma, considera que son antónimos odio, desprecio o antipatía. Por otro lado, en el Diccionario de sinónimos, antónimos y parónimos (2008), encontramos que con respecto a los sinónimos del amor incluye los conceptos de afecto, cariño, devoción, preferencia, apego y querer, mientras que en los antónimos añade desamor e indiferencia en comparación con la anterior definición.

Como se comentaba, también existen numerosos autores que intentan contribuir a explicar y definir este fenómeno. Iniciamos el recorrido con Reik (1944), que contempla el amor como una búsqueda de salvación de uno mismo debido a insatisfacciones personales y a sensaciones de vacío. Cuando la vida no es satisfactoria las personas reclaman amor, ya que este concepto lo representa todo. Buscarían amor, pasión y perfección en los otros, lo que hará que en las etapas iniciales de la relación, todo marche bien y crean que han encontrado a quien encaja perfectamente en su ideal. Sin embargo, con el paso del tiempo se desilusionan frente a una realidad que no ha cumplido sus expectativas poco realistas, las cuales estarían basadas en aspectos oscuros a nivel personal, además de tomar conciencia del hecho que nadie puede salvarlos. Con respecto a esto último, expone que es cierto que una persona puede comprender a nivel intelectual que no es posible salvar o ser salvado utilizando el amor para ello, pero el llegar a interiorizar este hecho a nivel emocional es altamente complicado. Por tanto, en este punto nos encontraríamos con tres alternativas, siendo ésta: el adaptarnos a un nuevo tipo de amor, vivir a sabiendas que nadie nos puede salvar o intentar buscar ese amor salvador a toda costa, entrando de nuevo en el círculo eterno de esperanzas de haberlo encontrado, seguidas de altas dosis de frustración. Esta visión del amor está muy relacionada con la expuesta por Klein y Riviere (1982), siendo el amor el resultado de la dependencia a los otros para satisfacer necesidades propias.

Por otro lado, Freud (1957) plasma su visión a través del filtro de la *sexualidad sublimada*. Parte de la base que las personas buscamos incrementar nuestra actividad sexual con

respecto tanto a la frecuencia, como en número de parejas sexuales y lugares en general, en comparación al resto de la sociedad y a lo que socialmente está aceptado. En función de esto, el amor tendría dos principales objetivos. El primero, sería el servir de vehículo para llevar a un plano asumible nuestros deseos menos populares, reconduciendo todos o a casi todos ellos. El segundo, se basaría en ayudar a la canalización de la frustración que sienten los niños y las niñas al ver que no pueden satisfacer su deseo y pasión hacia el progenitor del sexo opuesto. Este desengaño, que se produce a los 6 años, haría que los pequeños entraran en un estado de latencia sexual, reprimiendo todos sus deseos, lo que explicaría que se alejaran de niños y niñas del sexo opuesto durante esta fase.

Por su parte, Fromm (2000) en su teoría existencial percibe el amor como el logro de la unión interpersonal, la fusión con el otro, un deseo visto como el impulso más poderoso para el ser humano y lo que sostiene a las personas, a la familia y a la sociedad en su conjunto. La no consecución de esta unión supondría destrucción propia y ajena, ya que la humanidad necesita el amor para su supervivencia. Además, el amor presentaría otra característica, la actividad, la no pasividad. El amor sería un elemento activo en el sentido de dar, de aportar, no de recibir. Lo que una persona que ama ofrece a otra, es la parte positiva de ella misma y esa parte vive en la persona receptora, por lo que el amor produce amor, elemento productivo, nunca pasivo. Cuando una persona llega a este punto, significa la superación de la dependencia y del egoísmo.

La noción de amor de Maslow (1991) también se asemeja a estas visiones, ya que se basa en necesidades en el sentido de pertenencia. La razón de ser solamente una porción y no la visión completa del concepto se explicará más adelante, en la diferenciación que el autor hace sobre los tipos de amor. En este momento, para ahondar un poco más hay que remontarse a la jerarquía de necesidades básicas establecida por el autor y, aunque se hace necesario contextualizar al amor insertándolo en la teoría a la que pertenece su visión, debido a la temática que nos compete, nos centraremos únicamente en las necesidades psicológicas, concretamente las de sentido de pertenencia y amor. Prosiguiendo, la teoría postula que las disfunciones que experimenta el ser humano se deben a carencias en ciertas necesidades básicas y que, aunque el grado y tipo de satisfacción cambien a lo largo de las distintas sociedades, el hombre siente la necesidad de llenar la base de su naturaleza, esto es, las necesidades más básicas, hasta al-

canzar la más elevada de ellas, ya que de lo contrario sería imposible. Es decir, el autor defiende que es indispensable la satisfacción previa de las necesidades biológicas y primarias para la supervivencia en comparación a las menos críticas. Tanto las necesidades fisiológicas, como las amorosas, son esenciales para las personas, no obstante, cuando alguien tiene sed, la necesidad de amar o cualquier otra del ámbito afectivo queda relegada a un segundo plano, ya que no es decisiva. Sin embargo, esta priorización de las necesidades no ocurre a la inversa, debido a que cuando tenemos problemas en el terreno amoroso, puede disminuir el apetito por el sentimiento de tristeza que experimentamos, pero seguimos teniendo necesidad de comer. Para exponer todo esto, elabora una escala de necesidades en forma de pirámide que explica, desde su base, aquellas a satisfacer en orden de preferencia, estas son: fisiológicas, de seguridad, pertenencia y amor, estima y de autorrealización. Lo que se quiere exponer al hablar de orden dentro de una jerarquía con respecto a las necesidades humanas, es la continuidad en la aparición de éstas y a su contingente satisfacción, surgiendo otras de orden superior. De esta forma, al calmar necesidades de tipo fisiológico en primer lugar, se permite la aparición de otras con carácter más social, como las de amor, afecto y sentido de pertenencia, ya que las personas se ven motivadas a ser miembros de grupos, como la familia, compañeros o amigos, así como a buscar relaciones íntimas con sus miembros. Concretamente las necesidades de amor suponen dar y recibir afecto, de modo que cuando no se satisfacen, se manifiestan en una percepción intensa de ausencia y no pertenencia hacia personas cercanas y queridas, produciéndose inadaptaciones psicológicas cuando el intento de cubrirlas se ve frustrado, por lo que el amor es manifestado como necesidad a cubrir para el buen funcionamiento del ser humano.

Otra definición es la ofrecida por Rubin (1970). Percibe el amor como el más profundo y significativo de los sentimientos, vivido por la gran mayoría de la población. Es una actitud que alguien experimenta hacia otra persona en particular y que le predispone para pensar y sentir de una manera específica hacia ella, lo cual queda plasmado en su trabajo, en el que se para el amor en dos factores principales: amar y gustar. De las pruebas aplicadas a un grupo de estudiantes universitarios, extrae que el concepto de amor romántico tiene componentes definidos, esto es, esos aspectos diferentes que experimentamos hacia la persona objeto de nuestro amor. Serían los siguientes: necesidad dependiente por estar con esa persona, el centrarse de forma exclusiva en ella, predisposición a ayudar y, por último, un comportamiento de apego,

que incluiría elementos de evaluación favorable hacia el otro, respeto y percepción de similitud con uno mismo. Esta postura también es defendida por Jiménez Burillo (1981), quien diferencia el amor de la atracción. Ambas visiones se resumirían en que el amor es ayudar al otro en una combinación de dependencia y posesión. Destacar en este punto que al menos una parte de esta forma de entender el amor se aleja mucho de los trabajos actuales sobre relaciones de pareja saludables que abogan y trabajan por una mayor toma de conciencia poblacional con respecto a los elementos que deben constituir las bases de una relación amorosa saludable. Una aportación más a esta diferenciación de conceptos la lleva a cabo Morales et al. (1999), que distinguen igualmente entre los conceptos de querer y amar, ya que en España se utiliza con más frecuencia el primero. Además, éste presentaría una gran variedad de acepciones teniendo en cuenta de quién venga, sus circunstancias personales y en qué contexto se diga, por lo que su significado va a variar mucho en función de estas condiciones. Por este motivo, no es de extrañar que las personas tengan nociones y expectativas distintas de lo que es el amor, lo cual puede llegar a producir numerosos problemas, como quejas, peticiones irrealistas a la pareja o reproches por percibir exceso de amor o falta del mismo.

En definitiva, en función de lo que una persona entienda por amor, los antecedentes que posea y las consecuencias obtenidas de su experimentación, dará lugar a formas concretas de pensar, actuar y sentir en lo que a las relaciones amorosas se refiere. Añadido a esto, Morales et al. (1999) establecen tres características definitorias del amor romántico que han sido recopiladas en base a las investigaciones revisadas. La primera característica se relaciona con un estado cargado de emociones y excitación fisiológica, entre las que se encuentran la atracción y deseo sexual, sentimientos negativos en ausencia de la persona amada, celos y excitación general. El segundo rasgo hace referencia a los pensamientos relacionados con la pareja y a su contenido, todo ello relacionado con la idealización, el deseo y necesidad de conocerla profundamente. Finalmente, la presencia de cierto patrón conductual define a este tipo de amor, formado por expresión verbal y física de afecto y sentimientos positivos, manifestaciones materiales, apoyo emocional o mostrar interés. En contraposición a estas perspectivas, Moya (1999) expone una argumentación lingüística de nuestro idioma para equiparar a los conceptos de amar y querer, defendiendo que podrían usarse de forma indistinta, debido principalmente a que en la lengua española se emplea con mayor frecuencia el segundo término y que, contextualizando la palabra, el significado sería el mismo. En este caso, ocurre lo que ya

se comentaba con anterioridad con respecto al uso que se hace de componentes del amor como sustitutivos o sinónimos del propio término, dando lugar a posibles confusiones y a dificultar más la investigación en torno a él. En este caso, el autor intercambia un concepto por otro basándose únicamente en aspectos del lenguaje, no en los componentes de cada uno en cuestión. Otra aportación, es la que hace Yela (2000). Entiende el amor romántico como una consecuencia sociocultural inspirada por un grupo de creencias que aprendemos durante el proceso de socialización. No obstante, argumenta que su origen inicial tendría componentes biológicos, concretamente el impulso universal que es la atracción sexual.

Otra aportación es la realizada por Peck (1997). Entiende el amor desde un punto de vista teleológico, como la voluntad que presenta el ser humano para ampliar los límites del yo, llevándolo a nuevas dimensiones y así detonar el desarrollo espiritual personal y de los otros, siendo su ausencia la causa de muchas enfermedades mentales. De esta forma, el amor presentaría una serie de características. En primer lugar, se consideraría un proceso circular, ya que el crecimiento del ser refiere un proceso evolutivo, es decir, crecemos, mejoramos gracias éste, incluso cuando el objetivo de ello sea el progreso de otro. La segunda característica, hace referencia a la no distinción en torno al amor a uno mismo y a los demás, de modo que si el amor es desarrollo, implicaría dedicación plena al crecimiento personal y ajeno. Si amamos a los demás, nos estamos amando a nosotros mismos. En tercer lugar, en el amor son indispensables los esfuerzos, los cuales se requieren para extender los límites del yo más allá de lo preestablecido. Cuando amamos a alguien se requieren actos que conlleven esfuerzo, lo que implicaría ir más allá del ego y de la pereza. Por último, como se ha comentado, el autor define al amor como una voluntad. El hecho de usar esta palabra y no otra tiene el objetivo de distinguir entre deseo y acción. El deseo no implica necesariamente una acción, sin embargo, la voluntad sería un deseo con la intensidad suficiente para culminar en una acción. Todos deseamos amar a alguien, pero muchas de esas personas no aman verdaderamente, el amor es intención, acción, voluntad, por lo que el deseo de amar no podría ser considerado amor. Además, la voluntad lleva implícita una elección, elegimos llevar a cabo una acción, por lo que no tenemos que amar, sino que elegimos amar. Añadido a estas características del amor, Peck (1997) expone el concepto de *catexis* que va más allá del enamoramiento, de la fusión transitoria con un único objeto de amor, teniendo sus propias características. Partiendo de esto, el amor no es un sentimiento, sino la emoción que acompaña a la experiencia de la *catexis*,

es una acción, una voluntad, entendiendo que ésta es el resultado a través del cual invertimos la energía en un objeto de amor muy importante para nosotros, sea éste animado o no. Además lleva implícito el querer el desarrollo de ese objeto, cosa que no siempre ocurre con las personas.

Desde el campo antropológico y evolutivo, encontramos la propuesta de Fisher, Aron, Mashek, Li y Brown (2002) que se centran en el aspecto más biológico del amor, ya que consideran que no se trata de un rasgo característico humano, sino que estaría presente en numerosas especies de mamíferos y aves. En esta misma línea, Fisher (2004) explica las características más representativas del amor romántico, entre ellas el engrandecimiento de la otra persona, atención concentrada, pensamiento intrusivo y deseo de unión emocional con la persona amada, fuego emocional, energía intensa, dependencia emocional, empatía, esperanza, pasión y exclusividad sexual.

Otra visión es la de Ortega y Gasset (2009), que define el amor como actividad en sí misma, pero no como el único elemento que define al estado de la persona que ama, creando una distinción. Concretamente lo califica como actividad sentimental hacia una persona o cosa, lo que implica quedar separado de cualquier función intelectual y del deseo. Al ser una actividad, se experimenta de forma activa, no es un sentimiento inerte, en el amor hay actuación hacia la persona objeto de nuestro amor, nos afanamos hacia lo que amamos. Por otro lado, el quedar al margen del deseo conlleva la no confusión con el amor, ya que éste no es deseo, sino que el amor se concibe como el origen del mismo.

b) Tipos de amor y sus componentes

En este punto, se incluye la información que complementa al concepto de amor, es aquella que hace referencia a las variadas clasificaciones que hacen los autores en torno a los tipos de amor y/o componentes que lo forman, así como la evolución que manifiestan a lo largo del tiempo. En nuestra sociedad, se asocia la palabra amor con el amor romántico, amor de pareja, con todos los elementos que conlleva. Si bien es cierto que este tipo ha sido el más investigado, el amor como tal se extiende a cualquier relación importante para nosotros, de ahí a que las diversas categorizaciones que se establecen encuadran el amor desde distintas perspec-

tivas, no solamente contemplando el amor de pareja o romántico. Dicho esto, veamos algunas clasificaciones en torno a esta temática.

Comencemos con la aportación de Critelli, Myers y Loos (1986). Concluyen que el amor está compuesto por cinco componentes básicos. En primer lugar, la dependencia romántica, seguido de la intimidad comunicativa, la excitación física a nivel romántico y sexual, el respeto y, finalmente, la compatibilidad romántica. Igualmente, B. García (2003), expone una visión dicotómica en la que el amor está formado por una serie de ingredientes básicos, dando a conocer además sus opuestos: cuidar al ser amado/desatención, responsabilidad/indiferencia, respeto/dominancia y conocer a la persona amada/ ignorancia.

Por otro lado, Peele y Brodsky (1976), distinguen dos tipos de amor, por un lado el amor que todos experimentamos en algún momento, es un amor adictivo hacia otra persona, caracterizado por celos, dependencia o reducción de todos los ámbitos de la vida en torno a la pareja; por otro lado, el amor maduro es todo lo contrario, el que fomentará y permitirá la libertad e independencia de los individuos que forman la pareja. Relacionado con este concepto, De Rougemont (1978) define al amor romántico como representativo de la cultura occidental y que se nutre de dificultades y problemáticas para su supervivencia. De la misma manera, la visión de Tennov (1979) también guarda relación con las dos anteriores, ya que percibe el amor como consecuencia del embeleso o idealización del otro, lo cual a su vez queda producido por un estado irracional de obsesión, caracterizado por una fuerte dependencia y pensamientos obsesivos en torno a la otra persona.

Seguimos con la propuesta de Ubillos et al. (1997), basada en la existencia de dos tipos básicos de amor. En primer lugar, se encuentra el amor sexual o pasional que en la persona que lo experimenta se muestra como una potente e incontrolable atracción hacia el otro, experimentando un fuerte deseo y un alto nivel de actividad fisiológica. Igualmente, aparecen pensamientos repetitivos sobre la persona destinataria de este amor, así como ansiedad y malestar en ausencia de ésta. También se observa un patrón conductual a la hora de manifestar el afecto y existe un alto nivel de apoyo y aceptación incondicional. El otro tipo de amor es el amor de compañero o romántico no pasional, caracterizado por un nivel mucho menos intenso de reacciones físicas, que incluye necesidad de cuidado y confianza, bienestar y dificultad de

concentración, gran carga de intimidad, apoyo y tolerancia. Una similitud con respecto a esta distinción amorosa la encontramos en la clasificación de Hatfield (1988). Por un lado, propone la existencia del amor apasionado, caracterizado por un alto nivel de activación fisiológica y deseo intenso de unirse a la persona amada y estar junto a ella, provocando su ausencia un gran vacío y sentimientos negativos. Por otro, el amor compañero basado en el cuidado ajeno, en acompañamiento y preocupación por su bienestar, marcado por emociones intensas en ambos polos del continuo. El pasar tiempo con el compañero sentimental permite a ambos individuos de la pareja compartir momentos, vivencias y pensamientos, pudiendo conocer aquellas cosas que les unen y en las que discrepan.

Otra distinción es la que establece Rodríguez-Brioso Pérez (2004). Ya en el apartado sobre a la evolución del amor y la pareja a lo largo del tiempo se dejaba entrever la existencia de un tipo de amor que en ciertos aspectos es opuesto al concepto de amor romántico, el amor confluyente. Se trata de una forma que nace como resultado de los cambios sociales y que progresivamente se abre camino entre muchas de las parejas actuales, produciendo así una ruptura con la noción tradicional, la cual se relaciona con lo que la autora definía como relación pura. Aquí podríamos distinguir cinco características diferenciadoras entre uno y otro. En primer lugar, el amor romántico aporta sentimiento de plenitud e identidad, pero a costa del no desligamiento de la pareja; mientras que en el amor confluyente ambos miembros se abren al otro, pero con reservas, de ahí a que la noción de amor eterno y único no se conciba. En segundo lugar, el amor romántico lleva asociado históricamente la mayor inversión emocional por parte de la mujer, frente a un mayor equilibrio entre gasto y beneficios del amor confluyente. La tercera diferencia reside en el origen de la satisfacción sexual en cada uno de los tipos de amor. En el romántico, esta satisfacción y la felicidad quedan garantizadas por la propia fuerza erótica de dicho amor, pero en el amor confluyente se busca el placer recíproco, lo cual es un elemento base en la duración de la relación. En cuarta posición, al contrario que el amor romántico, el amor confluyente no es monógamo en el sentido longitudinal de la palabra. En las relaciones que se derivan de este tipo de amor se presupone la absoluta libertad de los miembros para decidir si continuar o no con ellas. Finalmente, el amor confluyente atiende a la idea de amar y sentirse amado, de ahí a que considere el amor más allá de las fronteras heterosexuales, eliminando dicha tendencia, al contrario que ocurre en el amor romántico.

Por su parte, Kemper (2006) define el amor como una emoción real o imaginada que nace de las relaciones sociales entre actores, influyendo la posición social que ocupan en el poder y el estatus presentado. El primero refiere la libertad de acción con independencia de los intereses ajenos; la segunda condición es la capacidad que cada individuo posee para conseguir de los demás aprecio, atención o favores. En este sentido, las dotaciones de poder se relacionan con sentimientos de seguridad, pero tanto el exceso, como la escasez, provocan emociones negativas, en el primer caso culpa y en el segundo supuesto, miedo y ansiedad. Por otro lado, el estatus provoca sentimientos relacionados con la satisfacción, pero en demasía produce vergüenza y su carencia, enfado. En cuanto a las relaciones amorosas, Kemper (2006) afirma que el poder variará de una a otra, pero el estatus realiza un papel fundamental en éstas, ya que una relación desde esta perspectiva, se entiende como aquella en la que al menos uno de los actores ofrece una cantidad de estatus al otro actor que la forma. De manera que partiendo del nivel real o potencial que se ofrezca, propone siete versiones de amor. La primera es la adulación por los fans en la que el actor ofrece gran cantidad de estatus, pero ninguno posee el poder en la relación. El segundo tipo es el amor ideal, en la que vuelve a haber ausencia de poder, pero se proporciona estatus mutuo. La tercera versión, el amor romántico, se caracteriza por tener un equilibrio recíproco entre estatus y poder. En cuarto lugar, el amor divino, parental o mentor, uno tiene el poder y ambos reciben gran cantidad de estatus. En quinta posición, el amor infiel en el que un actor disfruta de un estatus y poder excesivo y el otro únicamente altas dosis de poder. El sexto tipo, el amor no correspondido, definido por un desequilibrio total de ambas condiciones, uno ostenta todo el poder y el estatus y el otro se presenta carente de ambos. Finalmente, el amor padres-hijos en el que los hijos reciben cantidades extremadamente altas de estatus aunque no dan nada a cambio, mientras que los padres asumen todo el poder de la relación.

Continuamos con la división establecida por Fromm (2000). Partiendo de su concepción del amor vista anteriormente, expone que existen diferencias entre los distintos tipos de amor en función del objeto que se ame. En primer lugar, expone el amor fraternal, considerada la forma más fundamental. Se trataría del amor a todos los individuos, englobaría la experiencia de unión hacia los iguales, de solidaridad humana, basándose en el hecho de que todos somos uno, es decir, si he sentido el amor, no puedo dejar de amar a los otros, entregándolo a aquellos que no necesitamos para nuestros fines o necesidades personales. En segundo lugar

presenta el amor materno, el cual presenta tres características fundamentales. La primera es el cuidado y responsabilidad que implica la crianza de un niño. La segunda radica en la influencia que ejerce la madre en la visión que tiene el niño del mundo, es decir, un rasgo del amor maternal conlleva inculcar al niño a ser feliz, a amar la vida, transmitirle una actitud hacia el mundo. La tercera y última es la relación de desigualdad que se da entre madre e hijo, cuidador y persona que necesita ser cuidada, contrariamente a lo que ocurre en el amor fraternal y erótico que se da entre los iguales. El amor maternal requiere capacidad de darlo todo y de no desear nada excepto la felicidad de la persona a la que se ama. El tercer tipo de amor es el erótico, es el deseo de una fusión completa y exclusiva con una sola persona. Se confunde habitualmente con el hecho de estar enamorado, estableciendo la intimidad básicamente a través de las relaciones sexuales. Ese deseo sexual que se experimenta hacia el otro puede ser promovido por diversos motivos, incluido el amor, pero se suele creer que es amor, cuando lo que se tiene es deseo. Si éste no está detonado por el cariño y la ternura, si no tiene ese toque de amor fraterno, jamás conllevará una auténtica unión, siendo únicamente una fusión de carácter transitorio. El cuarto tipo de amor viene representado por el amor a uno mismo. El autor expone que, en general, no se concibe como un auténtico modo de amor e incluso se le otorga cualidades negativas, relacionadas con el egoísmo y el pecado, sobre todo en la cultura occidental. De forma opuesta, argumenta que si el amor es una actitud igual para todos los objetos, ese objeto también incluye a uno mismo. Si un individuo ama únicamente a los otros, no se consideraría amor. Finalmente se presenta el amor a Dios. Se concibe de forma distinta en función de la zona geográfica en la que nos movamos, ya que mientras en occidente el amor a Dios es sinónimo de fe en su existencia, quedando esto reducido a una experiencia mental, en las religiones orientales el amor divino se experimenta como una vivencia emocional ligada a cada situación y acto de la vida diaria.

La siguiente categorización corre a cargo de Fisher (2004) quien propone tres tipos de amor erótico, sexual o de pareja, que marcan la evolución de este proceso a lo largo del tiempo. En primer lugar, destaca la atracción y el deseo sexual, la cual propulsa a la persona a buscar pareja y da pie a las relaciones sexuales. El segundo tipo es el amor romántico, que se caracteriza por centrar la persona toda su atención y dedicación en otra, ahorrando tiempo y energía para conseguir un objetivo, el apareamiento. Este amor tiene una esperanza de vida mucho más corta, unos 4 años según la autora. Finalmente el tercer tipo es el afecto, cariño o

apego, un sentimiento de calma y seguridad que nos proporciona una pareja duradera. La evolución hacia este modo de amor centrado en la intimidad y el cariño, ayuda a mantener el vínculo con la pareja durante un tiempo prolongado. Esta forma evolucionó en su momento por ser un mecanismo eficaz para prolongar la vida humana, ya que si los miembros de la pareja permanecían unidos, habría más probabilidad de que sobreviviera la prole al poder ofrecerle cuidados. Tal y como concluye la autora, esta distinción no solamente se establece en distintas culturas usando palabras diferentes para separar entre amor romántico y deseo, sino que se asocia a sentimientos diferentes, lo cual queda reforzado por el hecho de que estos tipos de amor son dominados por áreas cerebrales y circuitos neuronales distintos.

Como se exponía unas líneas más arriba, Maslow (1991) en su teoría de la motivación humana propone una visión dicotómica del amor, uno basado en la deficiencia, pero también propone otro concepto paralelo, el amor basado en el ser, lo que explica que se anunciara previamente esta breve explicación. El amor de la deficiencia se resume en utilizar el amor para satisfacer necesidades individuales, el amor como resultado de carencias, de cubrir algo que no tenemos, tales como autoestima, miedo a la soledad o necesidades sexuales. Sin embargo, el amor del ser emana de unas necesidades personales mucho más elevadas, representa el máximo nivel de satisfacción personal. Se trata de un amor de autorrealización, en el que las personas aman y se sienten amadas sin posesiones, sin egoísmos, un amor basado en la honestidad y el respeto. Las personas aman a los demás por sí mismos, como un fin, no como medios para conseguir o cubrir otros objetivos o necesidades. En este tipo de amor se aprecian las cosas tal cual son, sin querer producir un cambio en ellas, incluyendo todas sus imperfecciones, se trataría de una admiración espontánea, una contemplación. En virtud de esto, el autor propone que el amor del ser es una experiencia mucho más enriquecedora, satisfactoria y duradera que el amor de la deficiencia. Según establece Sternberg (2000), la deficiencia del amor se asentaría sobre la pasión, mientras que el amor del ser sobre la intimidad. En resumen, para Maslow (1991), el amor del ser se presenta en personas sanas y autorrealizadas, aquellas que se motivan por necesidades que van más allá de las de amor y pertenencia porque éstas ya han sido satisfechas. Encuentran el amor y se enamoran de la misma forma que lo hacen las personas que no pertenecen a esta categoría, la única diferencia es la meta por la que lo hacen, ya que éstas últimas necesitan y ansían el amor porque carecen de él, se ven empujadas a buscar-

lo de forma patológica, aman para cubrir una necesidad, mientras que las autorrealizadas no tienen deficiencias importantes que subsanar, pudiendo amar de otra manera más sana.

Por otro lado, encontramos una de las clasificaciones por excelencia y es la teoría de los colores del amor establecida por Lee (1973, 1976), que muestra un total de seis tipos de amor utilizando una metáfora cromática. Estos se dividen en tres colores primarios (*eros*, *ludus* y *storge*) que al combinarse dan lugar a otros tres colores secundarios (*manía*, *pragma* y *ágape*), pero con sus características particulares. En función de esta propuesta y de la descripción establecida por Ubillos, Páez y Zubieta (2004), encontramos esos seis tipos de amor que se mencionaban con anterioridad. En primer término tenemos el amor pasional o romántico (*eros*). Se trataría de la expresión sexual y erótica, pasión irresistible, una fuerte atracción física con encuentros sexuales intensos y variados, una búsqueda de la persona amada cuya presencia física ya figura a nivel mental en el amante. Para Fisher (2004), este tipo sería una mezcla de deseo y amor romántico. En segundo lugar aparece el amor lúdico o *ludus*, que significa juego, amor travieso y pícaro. Se caracteriza por ser un amor sin compromiso, ni vinculación de ningún tipo, despreocupado, estableciendo claramente desde el inicio las reglas de las interacciones, sin existir un estilo físico de preferencia, sino que se opta por elegir cualquier compañía. Se trataría de interacciones casuales con poca implicación emocional en donde los amantes pueden mantener relaciones paralelas con otras personas sin que esto suponga un problema. Esto es así porque estas uniones se caracterizan por la ausencia de expectativas futuras, no se suelen definir por la posesión o los celos, sino más bien por el entretenimiento y diversión, evitando la intimidad. En tercer lugar se encuentra el amor amistoso (*storge*). Es un amor compañero, marcado por una profunda amistad, intimidad y cariño, en el que se comparten actitudes y valores, es el más estable y se desarrolla lentamente con el trato frecuente, estableciendo un compromiso duradero. Es un amor sosegado y prudente donde las relaciones sexuales son secundarias. Fisher (2004) lo califica de apego. En cuarta posición se se halla el amor pragmático (*pragma*), formado por el sumatorio de *ludus* y *storge*. En él se busca la compatibilidad de los amantes en diversos aspectos y se apoya en el sentido común, teniendo presentes en todo momento las ventajas e inconvenientes de la unión, pero sin expresión emocional excesiva, siendo la amistad la base sobre la que se asienta la relación. Se trataría de una forma con tintes racionales a la hora de enfocar el amor. El amante pragmático establecerá unas condiciones necesarias para comenzar la relación, ya que valora altamente ciertos ele-

mentos de cara al futuro de la pareja, como la edad, estatus social o nivel académico, entre otras. Fisher (2004) no encuentra ningún rastro de amor en este elemento. En quinto lugar, amor maniático (manía), sería el resultado de combinar amor erótico y lúdico. Su perfil se caracteriza por una gran intensidad emocional, celos y posesión, la falta de comunicación, la obsesión y la dependencia emocional con respecto al compañero sentimental, así como la incapacidad de valoración propia como individuo fuera de la pareja, combinado con altas dosis de ambivalencia. Finalmente, el amor altruista (ágape), resultado de la unión de eros y storge. Predica un amor generoso y desinteresado centrado en la otra persona, existe un autosacrificio por el bienestar ajeno sin exigir reciprocidad. Los sentimientos pasionales son intensos, pero con tranquilidad y sosiego, sería un amor idealizado en el que la sensualidad y sexualidad se encuentran en segundo término. En relación a este último tipo, Sangrador (1993) ofrece un símil entre representaciones conocidas de este tipo de amor, como Gandhi o Santa Teresa de Calcuta y el ideal trovadoresco presente en el amor cortés, cuyas características ya se mencionaron en un apartado previo. De forma totalmente desinteresada, al igual que se dedica a Dios, el amante serviría a su dama con gran dedicación y el mismo nivel de renuncia. Por otro lado, una persona no mantiene de manera inamovible el mismo estilo de amor, sino que pueden ir activándose los distintos tipos en cada relación. Esto dependerá en parte del acompañante romántico, el cual puede detonar un estilo u otro, incluso una misma persona puede fluctuar entre ellos dentro de una misma relación. Tal y como exponen Amelio y Martínez (2005), las personas poseeríamos cada uno de estos estilos del amor, ya que a todos nos cautiva la belleza física de nuestra pareja (eros), nos gusta su amistad y compañía (storge), nos sentimos atraídos por otras personas (ludus), tenemos ciertos miedos e inseguridades con respecto a la relación (manía), le damos importancia los aspectos prácticos de la pareja (pragma) y estamos preparados y dispuestos a hacer sacrificios por la persona a la que amamos (ágape).

Es natural que haya habido intentos de investigación cuantitativa en torno a estos estilos de amor, siendo Hendrick y Hendrick (1993) quienes lograron clasificar en categorías amorosas las historias de amor descritas por jóvenes universitarios. En su trabajo, obtienen que storge (66%) era el tipo más presente, seguido de eros (34%), pragma (17%) y ludus, manía y ágape con un 2%. Concluyeron que más de las tres cuartas partes de la muestra se relacionaban con el amor compañero, siendo el amor romántico representado por un tercio de la misma. A nivel nacional y tomando el estudio anterior para establecer un punto de referencia y

una comparativa, es fundamental destacar la investigación llevada a cabo por Ferrer Pérez, Bosch Fiol, Navarro Guzmán, Ramis Palmer y García Buades (2008) a través de la cual se puede observar la tendencia de la población española en lo referente a estos tipos de amor, estableciendo diferencias por género y edad. Para este trabajo se utilizó una muestra de más de 1300 personas a las que se le administró la versión reducida de 18 ítems de la escala de actitudes sobre el amor de Hendrick, Hendrick y Dicke (1998), concretamente la versión traducida al español y validada en población española y latinoamericana de Ubillos et al. (1997). A grandes rasgos se observa que aparecen, en este orden, un mayor acuerdo con el estilo de amor romántico (eros), altruista (ágape), pragmático (pragma) y amor amistoso (storge), mientras que los participantes manifiestan un profundo desacuerdo con el estilo lúdico (ludus) e indiferencia con respecto al estilo manía o amor obsesivo. Con respecto a esto último, destacar que, aunque no es significativo a nivel de datos generales, el 30% de ambos sexos y de todos los grupos de edad, muestran aceptación hacia este estilo marcado por la obsesión y posesión, lo cual merece atención, ya que podría tener conexión con un amor poco saludable según remarcan las autoras.

Volviendo a la aceptación general de los estilos de amor, los datos concuerdan con los estudios realizados por Ubillos et al. (1997) en países latinos, en donde eros y ágape son los más representativos de estas poblaciones, sin embargo, en otros países el estilo storge, como se ha visto, es el dominante (Hendrick y Hendrick, 1993), de ahí a poder afirmar que el constructo del amor romántico tiene unas clarísimas influencias sociales y culturales. Continuando con el trabajo de Ferrer Pérez et al. (2008), si establecemos este orden en función del género, ambos sexos aceptan más o menos el mismo tipo de amor, pero con ligeros cambios, ya que los hombres se decantan más hacia el estilo eros, ágape, storge y pragma, mientras que para las mujeres el estilo pragma se intercambiaría con el storge en orden de importancia. Estos resultados se trasladan también al entrar en juego la variable edad, ya que entre los hombres de más edad habría una mayor aceptación del estilo eros. Sin embargo, con respecto a la edad en mujeres se observa un cambio, ya que aceptan mayoritariamente el amor pragma en todos los grupos de edad, lo que podría relacionarse con el rol social de cuidadoras que ejercen mayoritariamente a nivel de pareja, por lo que sería adaptativo para ellas a la hora de evaluar la inversión de esfuerzo que realizan, lo cual quedará explicado posteriormente. Para Ubillos et al. (1997), a este resultado se une el rechazo del amor lúdico, especialmente las más jóvenes, en

esta muestra entre los 18 y 29 años y las de mediana edad, entre los 45 y 64 años. Estos datos revelan que la edad influye en el estilo que es aceptado en cada franja cronológica, de ahí a que se entienda que eros sería el estilo con el que más se identifican los adultos jóvenes, abriéndose paso pragma o ágape conforme avanzamos en edad, mientras que ludus disminuiría. Esto estaría relacionado con un incremento del compromiso en sí mismo y de la importancia que se le otorga a la pareja conforme avanzamos en el tiempo.

Si importante es conocer y la visión en torno al amor que tiene la población general en nuestro país, también lo es saber cuál es la que poseen los adolescentes y contrastarla con la mayoritaria, ya que, por un lado, es el grupo objeto de análisis y, por otro, se trata de una etapa muy importante del desarrollo en la que comienzan las relaciones sociales más amplias y específicamente las románticas con el sexo opuesto, además de pulirse los roles sociales de femineidad y masculinidad y representar el inicio de las motivaciones y relaciones sexuales. Para ello haremos referencia al estudio realizado por Rodríguez-Castro, Lameiras, Carrera y Vallejo-Medina (2013a) en el que evalúan la preferencia amorosa de adolescentes de 16 años tomando como referencia la misma escala original y traducida que en el trabajo de Ferrer-Pérez et al. (2008). De los resultados que arroja esta investigación, a rasgos generales se observa que eros, pragma, manía, storge y ágape se relacionan entre sí en ambos sexos, mientras que el amor lúdico no guardaría relación con los demás tipos de amor. Las conclusiones de esta investigación se centran más en aspectos psicométricos, ya que se trata de la validación de una escala en población adolescente. No obstante, se puede apreciar que, si comparamos ambos trabajos, al igual que ocurre con el amor lúdico en la muestra adulta, los tipos de amor con los que se identifican ambas poblaciones son semejantes, aunque quizá varíe el orden, excepto la manía que no era significativa en el anterior estudio, por lo que al parecer los resultados en adolescentes y adultos en cuanto a los estilos de amor son similares.

Partiendo de esta clasificación del amor, Solares Barbosa, Benavides Ayala, Peña Orozco, Rangel Méndez y Ortiz Tallabas (2011) proponen que el estilo de amor predominante en una persona encaminará la tendencia sobre sus conductas hacia la pareja y la visión que tenga de la relación en su conjunto, además de intervenir en el sentimiento de apoyo que percibe cada uno de los individuos con respecto al otro. De forma que, teniendo en cuenta que una de las causas fundamentales para la ruptura de pareja es la falta de apoyo y comunicación

(Sánchez Aragón, 2007), la investigación de Solares Barbosa et al. (2011) se centra en analizar el tipo de apoyo que cada miembro de la pareja experimenta en función del estilo de amor que presente. Habría que diferenciar tres tipos de apoyo. En primer lugar el positivo, que hace referencia a las conductas que se le proporciona al otro ante los momentos difíciles y que sirven como soporte emocional, como son la seguridad, protección, afecto y amor; por otro lado, el apoyo expresado, agrupa las conductas cuya finalidad es la ayuda para la solución de conflictos y, finalmente, el apoyo negativo, consistente en la ausencia de apoyo hacia la pareja. Los resultados muestran que, a diferencia de otras investigaciones en las que eros es el amor que más frecuentemente se presenta, en esta muestra el estilo amistoso es el más elegido. En este sentido, el estilo pasional no mostraría una relación directa con el apoyo percibido, cosa que sí ocurre con *storge*, que conlleva la manifestación de amistad y afecto, de tal forma que la pareja percibirá un apoyo positivo, siendo muy poco común que vaya acompañado de apoyo negativo. Por un lado, el amor lúdico se relacionaría negativamente con el apoyo positivo y expresado, lo que indica que existe un alto nivel de apoyo negativo. En cuanto a eros, habría un índice de apoyo positivo elevada. Con respecto a manía, los participantes perciben un apoyo muy marcado, pero su expresión es casi nula. Finalmente, *pragma* y *ágape* se relacionan con apoyo positivo, no siendo significativas las puntuaciones con apoyo expresado y negativo. La combinación de estilos de amor y apoyo percibido presenta diferencias por género, mientras que ellas toman como base el amor amistoso para la presencia de apoyo positivo y expresado, para los hombres el amor que presenta mayor nivel de apoyo positivo es el erótico, por lo que se puede deducir que ellos buscan una relación más pasional que una en la que premie la amistad y el compañerismo. No obstante, ambos sexos coinciden en que el amor lúdico es el que menos apoyo positivo y expresado implica, esto derivaría en desconfianza ante una unión sin metas futuras en las que no existe un vínculo emocional sólido.

Otra investigación relacionada con esta clasificación amorosa, pero que no casa totalmente con la premisa anterior en torno a que el tipo de amor experimentado da forma a ciertos componentes del mismo, al menos a nivel de compromiso, es el estudio de Ojeda García, Torres González y Moreira Mayo (2010). Concluyen que ni los estilos de amor favorecen la fuerza e intensidad del compromiso hacia una relación, ni éste caracteriza el tipo de amor que experimenta una pareja. Esta ausencia de correlación daría a entender el peso que tiene el contexto social y la percepción propia sobre la relación, a la hora de que una pareja funcione.

Zanjando esta clasificación, pasamos a otra de las más importantes en la literatura amorosa, la de Sternberg (2000) y su teoría triangular del amor. Veamos unas breves pinceladas antes de pasar a un mayor desarrollo de la teoría como tal. El autor propone que el concepto triangular está formado por tres elementos fundamentales, a saber: *intimidad*, *pasión* y *decisión/compromiso*, con características y temporalidad distintivas y de cuya combinación surgen hasta siete tipos de amor diferentes. La intimidad, se expresa en la unión, cercanía y conexión con la pareja. La pasión, que se manifiesta a través de la atracción física y el deseo sexual. El tercer y último elemento es la decisión/compromiso, que se resume en el deseo de acompañar y estar al lado de la pareja, tener objetivos en común a largo plazo. Más adelante se desarrollarán de forma más extendida cada uno de ellos. El autor representa estos componentes amorosos a modo de triángulo en el que todos están conectados entre sí y que queda representado en la Figura 1. Aclarar que la asignación de cada elemento a un vértice es puramente aleatoria.

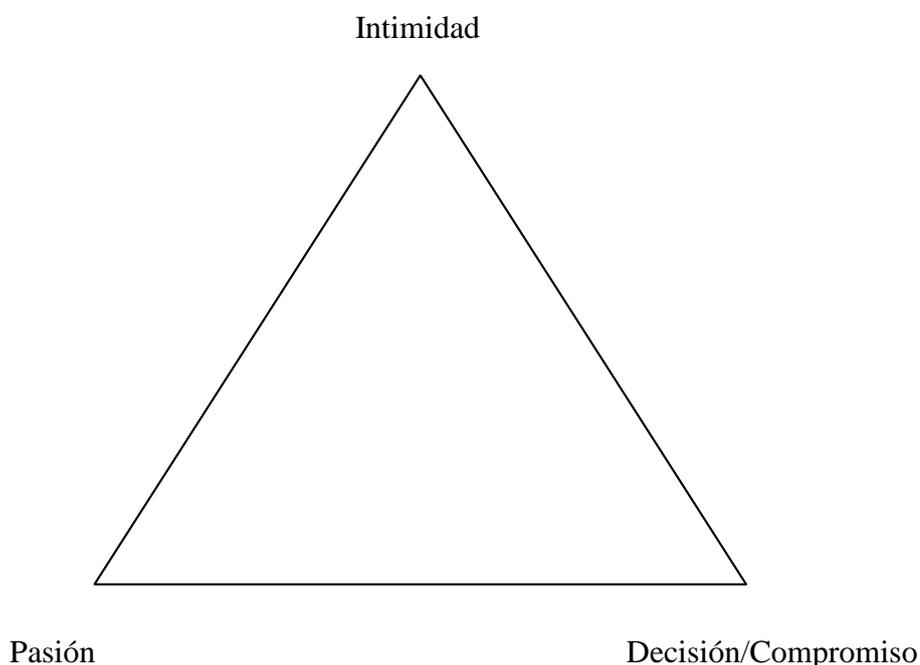


Figura 1. El triángulo del amor de Sternberg (adaptado de Sternberg, 2000).

Añadido a esto, Marston, Hecht, Manke, McDaniel y Reeder (1998) realizaron un análisis de cada uno de los tres elementos y pudieron concluir que cada uno de ellos estaba formado por componentes concretos. En primer lugar, la intimidad estaría compuesta por apertura, sexo, afectividad, capacidad de apoyo y acompañamiento silencioso. El compromiso lo formarían la fidelidad, expresiones del amor y el compromiso, brindar soporte y devoción. Finalmente, la pasión albergaría el romanticismo y la intimidad sexual.

Antes de pasar a extendernos en la teoría triangular del amor, es necesario hacer una rápida aclaración con respecto a la Figura 1. Esta representación gráfica mostraría el eje principal de conexión de los tres componentes del amor, no obstante existen diversos triángulos, concretamente una misma pareja puede tener muchos y muy variados. Todas estas figuras siguen teniendo en común los mismos vértices, pero se diferencian en tamaño, forma y la representación de la pareja real o ideal. A esto se añade que cada miembro de la pareja tendría su propio conjunto triangular. Con el fin de no monopolizar el presente trabajo con esta teoría y dar cabida a otras clasificaciones igualmente importantes, dejamos al lector la libertad de poder ampliar esta información acudiendo a la fuente¹.

Retomando, tomamos como punto de partida las razones que establece Sternberg (2000) para explicar la elección de estos tres elementos, en comparación a otros. Por un lado, el amor nos suscita una serie de definiciones o ideas en función de lo que represente para nosotros, pero esos aspectos que se pueden observar en el amor, son meras partes de los elementos fundamentales, siendo estos tres las piedras angulares de cualquier tipología amorosa. En segundo lugar, establece una defensa con toques culturales, afirmando que si bien es verdad que algunos elementos están más asociados a una época o cultura específica, los tres componentes están presentes a lo largo del tiempo y de manera universal al menos con alguna consideración, esto es, aunque se hayan producido altibajos en su presencia, siempre han permanecido o permanecen de alguna forma. La tercera razón reside en la existencia de los tres elementos de forma separada, sin necesidad de la presencia del otro, son diferentes aunque están

¹ Sternberg, R. J. (2000). *La experiencia del amor. La evolución de la relación amorosa a lo largo del tiempo*. Barcelona, España: Paidós.

relacionados. Finalmente, argumenta que esta teoría se basa en sentimientos y conductas. Veamos ahora más detenidamente cada uno de los elementos propuestos en esta teoría.

Comenzamos por la intimidad. A nivel general, se podría entender como las interconexiones frecuentes que las personas establecen entre sí. A nivel de pareja, representa el vínculo y la proximidad, desarrollándose poco a poco mientras se generan estas conexiones. En la amistad existen una serie de características que son necesarias para que exista intimidad y según Rubin (1985) serían la confianza, respeto, sinceridad, apoyo, compromiso, seguridad, generosidad, lealtad, comprensión, constancia y aceptación. El autor de la teoría establece otro elemento que compone a la intimidad y que marca el inicio de la misma, se trata de la autorrevelación, ya que para incrementar la intimidad con alguien, este factor ha de estar presente. Sin embargo, es más común que la autorrevelación aparezca en un nivel mayor en relaciones de amor amistoso en comparación a las parejas, debido a que en estas últimas el coste puede ser muy elevado. El contarle a la persona que se ama algo negativo de nosotros mismos se interpreta como poner en riesgo la relación. Llegaría un punto en el que cuando la intimidad es muy elevada entre los miembros de una pareja, se produciría un descenso de la misma en uno de ellos, o ambos incluso. Como afirma Sternberg (2000), el estar demasiado cerca de otra persona puede llegar a consumir, de forma que el equilibrio entre intimidad y autonomía sería la combinación perfecta.

Por otro lado, de las investigaciones de Sternberg y Grajek (1984) en torno a la intimidad, se desprende que se pueden experimentar hasta diez sentimientos distintos en torno a ella, los cuales serían:

- Deseo de potenciar el bienestar del amado: Vivimos este elemento cuando deseamos y velamos por el bienestar de nuestra pareja, a veces a expensas del propio. Presenta ese toque de reciprocidad que el miembro que apoya espera cuando se den las circunstancias a la inversa.
- Sentirse feliz en compañía del amado: Radica en compartir momentos y planes, disfrutando del lugar y, sobre todo, de la compañía, lo cual fortalece la relación de pareja.

- Tener al amado en gran consideración: Consiste en la admiración y respeto que se experimenta hacia la pareja. Se siente una gran estima hacia ella, un reconocimiento que no se ve mermado por los defectos que pueda tener.
- Poder contar con el amado en los momentos difíciles: Se representa mediante la confianza total en el apoyo que nos brinda la pareja ante cualquier situación.
- Comprenderse mutuamente: Hace referencia al conocimiento profundo sobre las características de la pareja, positivas y negativas, permitiendo esto saber cómo hay que actuar en cada momento.
- Compartirlo todo con el amado: Se refiere a la tendencia a compartir con la pareja todo lo que se tiene y lo que se es, sin olvidar que hay partes que no son conjuntas.
- Recibir apoyo emocional del amado: Se manifiesta a través del acompañamiento que ejerce la pareja en situaciones complicadas para nosotros.
- Dar apoyo emocional al amado: Es el acompañamiento y apoyo inverso a la situación anterior, realizados de forma incondicional.
- Comunicarse íntimamente con el amado: Consiste en compartir con la pareja nuestros sentimientos más profundos y secretos.
- Valorar al amado: Se relaciona con la apreciación que hacemos de la importancia de la pareja en nuestras vidas, mucha más que cualquier otra posesión.

Según los autores, estos son solamente algunos de los sentimientos que podemos llegar a vivir gracias a la intimidad amorosa. Sin embargo, es necesario hacer una matización en este aspecto, ya que no es necesaria la presencia de todos y cada uno de ellos para tener intimidad con una persona, pero sí una cantidad mínima de ellos. Por lo general, estos sentimientos se viven de forma global, no por separado.

El segundo gran elemento de esta teoría es la pasión. Consistiría en un estado de deseo y necesidad, principalmente por estar unido a la pareja. Se manifiestan a través de la excitación física y psicológica, siendo en palabras del autor estos deseos y necesidades la autoestima, afiliación, la sumisión y satisfacción sexual, ocupando un orden de prioridad distinto a nivel individual y variando de una pareja a otra. En este sentido, la mayoría de personas muestran una visión puramente sexual de la pasión, asociándola básicamente al sentimiento de estar excitado, sin embargo, cualquier incremento de la actividad fisiológica o psicológica puede desencadenar pasión. Por ejemplo, como ocurriría con una persona que tiene una necesidad de afiliación, de modo que si existe alguien que satisfaga dicho deseo, la primera podrá experimentar pasión hacia la segunda.

Como se comentaba anteriormente, los tres elementos del amor mantienen una conexión, teniendo siempre en cuenta que el grado de interacción variará entre las distintas personas y situaciones, pero la existente entre la pasión e intimidad no es una excepción, retroalimentándose, impulsándose mutuamente. Por un lado, hay una alta probabilidad que la pasión sea el detonante que facilite el comienzo de una relación interpersonal, pero la intimidad lleva el peso en torno a la duración y conservación de los vínculos de proximidad que permitirá que duren; mientras que desde otro punto de vista, hay relaciones en las que la pasión comienza después de existir una profunda intimidad, como les ocurre a los amigos que pasados años comienzan a sentirte atraídos físicamente. No obstante, estos dos elementos pueden interferir entre ellos, obstrucción promovida por la heterogeneidad de las relaciones, es decir, hay personas que priorizan las necesidades pasionales relegando a un segundo lugar el plano más afectivo, o bien aquellas que son de la opinión que la pasión afecta al vínculo emocional. Por último, en cuanto al desencadenamiento y mantenimiento de la pasión, Sternberg (2000) hace referencia a pautas de aprendizaje, siendo el refuerzo intermitente el causante de esto, o sea, la recompensa casual o periódica ante un estímulo. Basándose en los teóricos clásicos del aprendizaje y para establecer la conexión con la pasión, establece que una conducta es más probable que se mantenga en el tiempo si se la refuerza de forma intermitente a si siempre se espera la recompensa o si ésta nunca aparece, ya que hay mayor tendencia al aburrimiento si el refuerzo siempre es constante, perdiendo el interés, o bien habiendo frustración por la no aparición del mismo, lo cual hace que la conducta se extinga. Por tanto, si la pasión ocurre de forma inter-

mitente, mantendría vivo el interés por la pareja en este terreno, ya que, a veces, se disfruta más deseando que consiguiendo el objetivo.

Finalmente, la decisión/compromiso como tercer y último componente. Se centra básicamente en la toma de decisión de amar a alguien y mantenerse así a lo largo del tiempo, lo cual manifiesta los dos aspectos fundamentales de los que consta este factor, aspectos a corto y largo plazo respectivamente, los cuales no tienen que darse necesariamente al mismo tiempo. Un argumento de esta afirmación son los matrimonios concertados, en el que dos personas se comprometen a amarse de por vida. Pese a esto, la decisión suele aparecer de forma previa al compromiso en la mayoría de los casos, siendo un ejemplo claro el modelo de matrimonio vigente en la sociedad occidental, ya que es la forma legal de culminar la decisión de amar a alguien para siempre comprometiéndose con ella. Es este componente el que puede llegar a salvar a una relación cuando pasa por los altibajos producidos por la intimidad y pasión, es el que permanece más estable. Centrándonos a rasgos generales en la definición del concepto, se hace necesario recalcar la dificultad que esto conlleva, ya que entran en juego varios factores a tener en cuenta, como las diferencias culturales, la evolución del compromiso en distintas etapas de la historia y, por supuesto, la concepción que tenga cada uno de los miembros de la pareja influido por su vivencia particular. En la época actual en la que el concepto cambia a un ritmo muy rápido, es altamente probable que la pareja tenga nociones contrapuestas de lo que implica el compromiso en una relación, así como las razones que pondrían fin al mismo, pero esta idea no es inamovible. O sea, en la modificación que puede llegar a sufrir la noción de compromiso habría que atender tanto al cambio temporal, como al tipo de relación establecida, por ejemplo, dos personas pueden comprometerse y querer pasar el resto de su vida juntas, pero con el paso del tiempo una de ellas o ambas pueden cambiar de pensamiento debido a una serie de circunstancias. Por otro lado, atendiendo al tipo de relación, una persona se compromete con su pareja, pero no con el vínculo que mantienen, de ahí a que alguien quiera seguir, pero no de la forma que se instauró la unión en algún momento anterior.

Con respecto a la relación entre los componentes, la cual es más que evidente y que depende de lo diversas que son las relaciones y las personas, así como de factores culturales, una vez más se hace mención a ella para remarcar que, en nuestra sociedad, en la que el auténtico y socialmente aceptado motivo de unión a nivel de pareja es el amor, se entiende que el

compromiso sería la consecuencia de un establecimiento con alguien en calidad de vínculo afectivo y momentos de pasión. Pero si tomamos como base otro tipo de relación distinta a la de pareja (amistad, familiar...), o incluso una unión con características distintas a las que percibimos en nuestra cultura, se puede ver cómo la pasión y la intimidad serían el resultado del compromiso mental de dicha relación, surgiendo los otros elementos, o uno de ellos, de forma secundaria.

Hasta el momento conocemos los elementos del amor y sus propiedades, pero ¿cómo cambian a lo largo del tiempo? Cada uno de ellos evoluciona de forma distinta, así que los cambios que suceden en el continuo temporal modifican la base de las relaciones amorosas. Analicemos cada uno de ellos.

Comenzamos con la intimidad. Basándose en teorías de la emoción, el autor parte de la base que las interacciones diarias de las parejas se basan en guiones, esto es, acciones esperadas que adquieren esa categoría como consecuencia de conocer profundamente a una persona gracias al tiempo que se ha convivido con ella, de forma que cuanto más tiempo intimen dos personas, acumularán más guiones. Al avanzar en la relación son más predecibles, no aconteciendo interrupciones en la relación. Esto tiene una parte positiva y es que permite que la relación vaya progresando y manteniéndose. Pero lo negativo de esto es que la reducción de la incertidumbre también produce un descenso en la emoción que los miembros de la pareja puedan llegar a sentir, cosa que sí sucedía con anterioridad, cuando apenas se conocían. A su vez, el hecho de producirse un descenso en la intimidad tiene una visión positiva y otra negativa. La positiva hace referencia a una unión tan profunda y potente que se da por supuesta su existencia, habiendo un alto nivel de la misma. Con respecto al aspecto negativo, resulta irónico que el descenso de la intimidad haga dificultosa la distinción entre un alto grado de intimidad o una relación acabada. No obstante, sería relativamente sencillo diferenciar una relación viva de una que no lo está, produciendo una ruptura en esos guiones, acabando puntualmente con la monotonía.

En segundo lugar, expone que para poder comprender la transformación de la pasión a lo largo del tiempo hay que recurrir a la teoría de los procesos opuestos de la motivación adquirida de Solomon (1980), la cual explicaría los aspectos motivacionales del componente pa-

sión. De esta forma, la motivación hacia una persona sería el resultado de la combinación de dos procesos opuestos en donde el primero de ellos, el positivo, tiene un inicio muy rápido y un final con las mismas características y el segundo, negativo, crece y se debilita de una forma mucho más lenta. Si esta visión es trasladada al amor, nos encontramos con que la pasión manifestaría ese proceso positivo en el crecimiento intenso e inmediato cuando entramos en contacto con alguien que nos atrae de diversas maneras, siendo una excitación que evoluciona rápidamente hasta llegar a su máxima expresión, decreciendo a una velocidad semejante. Este es el momento en el que hace su aparición el proceso o fuerza negativa que ayuda al equilibrio corporal, a reducir progresivamente esa erupción irrefrenable y evitar que la persona se quede estancada o enganchada en la pasión. En el momento en el que las fuerzas están equilibradas, si la persona objeto de nuestro amor se marchara, nuestra pasión no retrocedería al punto inicial en el que se encontraba cuando la conocimos, sino que la fuerza positiva caería potentemente, sustituyéndose en el continuo por la fuerza negativa, viviendo los efectos de la ausencia. Conforme va avanzando el tiempo y elaboramos el duelo por la ruptura, los efectos de este proceso negativo, que tardan un tiempo en disiparse, nos permitirán regresar al estado original.

Como broche a esta evolución temporal de los componentes amorosos, analizamos el factor decisión/compromiso, centrándonos principalmente en el cambio experimentado por el compromiso. En este sentido, la bidireccionalidad entre el éxito de la relación y los cambios en el tercer factor es el elemento clave. Por lo general, el compromiso es nulo al inicio de una relación, incrementándose con el tiempo, de forma gradual al principio e incluso acelerándose en las relaciones a largo plazo (hogar, matrimonio, hijos...). En el caso que siga durando, el compromiso se equilibra. Debido a la reciprocidad comentada anteriormente, es decir, si la relación se debilita, el compromiso también y, si finalmente fracasa, desaparece. Por tanto, los cambios que se aprecian en el compromiso van de la mano del éxito de la relación y viceversa.

Una vez que han quedado descritos en profundidad los tres ejes principales que forman el amor en esta teoría triangular, queda conocer cuáles son esos tipos de amor que nacen de la combinación de los tres elementos, tal y como se comentaba al principio del apartado. Al mezclar intimidad, pasión y decisión/compromiso, o mostrándose en solitario, obtenemos siete tipos de amor claramente diferenciados en función del número de elementos que lo forman.

La mayoría de relaciones experimentarán en algún momento alguno de estas formas de amor, de las cuales no se quiere dar a entender que el/los otros elementos estén presentes o ausentes, sino que se manifiestan en distintos niveles. A continuación se desarrollan estas categorías amorosas en mayor profundidad.

En primer lugar encontramos el *agrado*, formado únicamente por intimidad. Se podría entender como una amistad, ya que hace referencia al sentimiento de vínculo cálido, el cariño o afecto hacia otra persona la cual no despierta pasión en nosotros, ni nos comprometemos a nivel amoroso. Es cierto que a raíz de una amistad pudieran florecer la pasión y el compromiso, pero ya no se categorizaría como mero agrado, sino que iría más allá de una simple amistad. Una buena forma de distinguir el amor del agrado es la ausencia de la persona a la que dirigimos nuestro amor, en principio, desde la vertiente de la pura intimidad. Si la marcha de la persona amiga no nos preocupa en exceso, ni tan siquiera pensamos demasiado en esta relación, entonces no habría mayor componente de base que la intimidad. Cuando la ausencia despierta sentimientos de pasión y compromiso, la relación supera los límites del agrado.

El segundo tipo de amor es el *encaprichamiento*, que alberga la pasión. Es lo que conocemos como flechazo, capricho, un amor fugaz que surge de forma espontánea, pero que se puede disipar con la misma rapidez que apareció. Suele comprender un alto grado de excitación psicofisiológica, así como sintomatología física, tal como el incremento en el ritmo cardíaco, manifestaciones genitales (erección en el pene del hombre y aumento de tamaño del clítoris en la mujer) e incluso una mayor segregación hormonal.

En tercer lugar encontramos el *amor vacío*, constituido por el componente decisión/compromiso. Lo asociamos generalmente a un tipo de amor estancado, una pareja que lleva unida muchos años y cuyos miembros se mantienen en la relación por ese compromiso que han asumido de seguir juntos, o bien por otro tipo que los une (compromiso económico, hijos, etc.), por un objetivo o bien común, pero en cualquier caso ya carentes de atracción personal y de todas aquellas manifestaciones propias de la intimidad. No obstante, aunque en nuestra cultura el amor vacío se considera como un final, en otras en las que existen las uniones concertadas puede suponer el nacimiento de los otros dos componentes con el paso del tiempo, como ya se comentó con anterioridad.

Con el cuarto tipo de amor comienzan las combinaciones de los elementos. En este caso, la intimidad y la pasión dan lugar al *amor romántico*. Este amor mezcla el agrado con la atracción pasional, de forma que la pareja queda unida emocionalmente y físicamente, pero por circunstancias diversas no pueden decidir iniciar un compromiso de unión de cara al futuro, de ahí la ausencia de éste. El autor ve esta categoría como la más representativa en la literatura clásica.

Continuamos con el *amor de compañía*, generado por intimidad y decisión/compromiso. Podría entenderse como una amistad comprometida a largo plazo, en el que ya la atracción física no tiene cabida y, por tanto, no existe la pasión. Se daría en aquellos casos en los que la unión de tantos años ha delineado muy bien los sentimientos de intimidad y ambos miembros de la pareja se comprometen a estar con esa persona. Aunque no haya pasión, no tienen necesidad de buscarla en otras personas, quedando muy bien establecidos los límites, estando ambos miembros cómodos con la unión que mantienen.

Llegando al final, encontramos lo que el autor denomina *amor necio*, compuesto por pasión y decisión/compromiso, pero ausente de intimidad. Este tipo de amor se asocia con los noviazgos fugaces que culminan en bodas relámpago. Se conocen, se atraen, se juran amor y se casan, todo en un lapso muy corto de tiempo. Pese a ello, estas uniones no suelen durar, ya que han basado la decisión de comprometerse en una atracción que aparece de forma muy intensa, pero que es altamente inestable con el paso del tiempo. No han dado lugar a que se fragüe la intimidad, que es el elemento que ayuda a la pareja a permanecer unida. Este amor se desvanece cuando se comienza a conocer a la otra persona, cuando se inicia verdaderamente la intimidad, percatándose que no es la persona con la que quieren compartir su vida.

Toda investigación que se precie se expone a reconsideraciones posteriores por parte de otros autores, de ahí a que en este punto sea necesario hacer mención a la matización que Yela (1997) lleva a cabo con respecto a la teoría del amor de Sternberg (1986), con la que pretende solventar las irregularidades del modelo original. En esta reformulación, no solamente destaca cuatro componentes del amor, haciendo una separación clara del ingrediente pasión. Este modelo postula que, añadidas a los elementos no pasionales de intimidad y compromiso

que los define de forma muy similar a las aportaciones originales, existe una división en el tercer elemento del amor, encontrando así una distinción entre la pasión romántica y la pasión erótica, la cual se diferencia claramente de la primera en cuanto a su contenido y duración. La pasión erótica se entendería como la dimensión física-fisiológica del amor, formada por la activación general, deseo sexual y atracción física, entre otras. Según esta postulación, este tipo de pasión crecería de forma muy rápida ante los estímulos que relacionamos con la atracción física, que ocupa un papel muy importante en las primeras fases de la relación y la excitación erótica, pero que se ve avocada a la disminución ante lo que el autor denomina fenómenos psico-biológicos, tales como la preferencia por estímulos sexuales novedosos o *efecto coolidge* (Cáceres, 1986), o por puros procesos de aprendizaje como la habituación y la saciación. Por otro lado, define la pasión romántica como una agrupación de ideas y actitudes fervientes sobre la persona amada con un claro tinte de influencia cultural y social en torno al amor romántico, tales como pensamientos intrusivos, visión de la pareja como algo mágico e idealizado, o el amor como omnipotente y fuente de felicidad. El autor apunta que el que se dé la aparición de este tipo de pasión, se debe a una fuerte influencia de ciertos elementos, como la atribución de la atracción física/activación fisiológica sentida hacia la otra persona, la atracción personal incrementada por la percepción de similaridad, así como las propias expectativas románticas interiorizadas durante el proceso de socialización. Con respecto a su duración, tendría un crecimiento más breve con respecto a la intimidad y compromiso, pero más extendido en comparación con la parte erótica, así como una disminución menor y más lenta que ésta. Esto se explicaría por la convivencia en pareja, lo que produce un mayor conocimiento de ésta y, por tanto, se reduce la incertidumbre (Berscheid, 1983), también por procesos de aprendizaje de habituación y/o saciación, así como la atracción por lo novedoso y la necesidad de seducir y ser seducido.

Otro trabajo importante en esta línea es el de Serrano Martínez y Carreño Fernández (1993). Pretenden evaluar la capacidad de descripción, predicción y diagnóstico de la teoría del amor de Sternberg (1986), es decir, la validez del modelo. El hecho de aplicar este modelo indica que el nivel de satisfacción y la duración de una pareja vienen representados por la comparación que ambos miembros obtengan en intimidad, pasión y compromiso. Participaron un total de 114 parejas con una edad media de 29 años, a las que se medía el tiempo de duración de la relación y el grado de satisfacción, además de administrarles la escala triangular del

amor de Sternberg (1997). Los resultados de este estudio se agrupan en varias categorías. Con respecto a los resultados por sexo, concluyen que los niveles de intimidad, pasión y compromiso presentan similitud en hombres y mujeres, habiendo únicamente diferencias significativas en cuanto al nivel de pasión que las mujeres desean con respecto a su pareja, el cual tiende a ser mayor, lo que choca con el hecho que ellos se perciban más apasionados. Ambos sexos observan mayores niveles de intimidad propios que en sus parejas, pero en cuanto al compromiso se ven en igualdad de condiciones. A rasgos generales, tanto ellos, como ellas, desearían un incremento de los tres componentes en sus relaciones, a excepción de las mujeres que no quieren más compromiso para sí mismas, lo cual concuerda con el hecho de que para ellas, una relación ideal sería aquella en la que su pareja tuviera más nivel de pasión y compromiso. Por otro lado, en relación a los resultados por parejas, la percepción actual que cada uno tiene del otro presenta similitudes, aunque no tanto en comparación a la pareja ideal individual, observándose un único ajuste en intimidad. Con respecto a lo que cada miembro siente y percibe en el otro en relación a la pareja real, el compañero/a confirma lo que el otro percibe en pasión y compromiso, pero no en intimidad, cuyo nivel percibido es menos adecuado a la realidad, la pareja observa menor intimidad de la que ellos/ellas sienten.

Dentro de esta línea, se destaca otra investigación en la que se analiza la visión triangular del amor, la de Carretero Dios, De los Santos Roig, Mesa Mesa, Poveda Vera y Buela Casal (2000), en la que basándose en las postulaciones del autor de la teoría en torno a los elementos del amor, éstas se ponen a prueba en torno a dos variables, sexo y edad. Uno de estos hallazgos es la no diferenciación por género en cuanto a la preferencia por la pasión. Los autores concluyen que la preferencia por el sexo es idéntica en hombres y mujeres de la muestra estudiada. También encuentran una concordancia con respecto a la forma en la que los elementos del amor varían en función de la edad. La teoría defiende que con la edad la pasión disminuye y otros elementos del triángulo cobran mayor importancia, lo cual encaja con los resultados obtenidos en este trabajo, en el que la pasión quedaría relegada a un tercer puesto, quedando el compromiso en primer lugar de elección, seguido por la la intimidad.

Finalmente, se hace mención a una clasificación muy interesante desde una perspectiva antropológica y filosófica, aquella que se centra en los tipos de amor y en el análisis de la relación entre los amantes, qué es lo que les atrae a estar juntos, en sí la comprensión del amor,

aunque destacando que a nivel de contenido sigue guardando parecido con las visiones mostradas hasta ahora. Según Riso (2003), esta corriente distingue claramente tres variedades de amor, que más que seguir un orden en parte previsible como sucede con otras líneas teóricas, serían entendidos como elementos necesarios en una relación de pareja que continúan un recorrido asociado a un proceso madurativo de la pareja, siendo estos eros o enamoramiento, *philia*, que representa el amor y la amistad y ágape, el amor que da y vela por el otro.

Comenzamos por eros, cuya definición es vastísima en matices. Atendiendo a la corriente que nos compete en este punto, tomaremos como referencia de análisis la conversación de Sócrates con la sacerdotisa Diotima en *El Banquete* de Platón (1982). Eros, como divinidad, nace de la pobreza, de la necesidad, de Penia, así como de Poros, el ingenio y la riqueza. Al nacer de la carencia, Eros busca todo aquello que desea, lo que anhela por su déficit, encontrándolo en otra persona aquello que hará desaparecer su pobreza en un acto egoísta (Penia), poniendo en marcha toda su inteligencia para ello (Poros). Debido a esta mezcla, habrían dos formas de calmar a Eros, la inmediata a través de su sed sexual, difícil de saciar por su necesidad constante y la definitiva, mediante el enamoramiento, más a largo plazo, que ayuda a colmar las carencias del enamorado, ya que percibe al otro como un cúmulo de características complementarias a aquello que le falta. Esto podría llevar a la posesión o necesidad de fusión con la persona objeto de amor en un acto que linda con la locura, en el que se siente el potente deseo de formar parte de la persona amada, siendo dos personas en una. En este sentido, Riso (2003) expone que debido a su origen, este tipo de amor se caracterizaría por ese afán de posesión y de satisfacción de los deseos, pudiendo utilizar para conseguirlo la dominación, humillación o incluso el maltrato, o bien la súplica o sometimiento con el fin de llegar a alcanzar su objetivo. Por esta razón, las relaciones inspiradas básicamente en la atracción sexual pueden balancearse entre el amor y el odio, el maltrato y la sumisión.

El segundo tipo de amor que muestra el autor es *philia*, el amor basado en la amistad, en la comunicación, respeto y conocimiento mutuo y que se nutre del intercambio de aspectos materiales e internos, tales como sentimientos o pensamientos íntimos. Este tipo de amor conlleva la construcción de la intimidad, un espacio emocional único entre los amantes sobre el que se asientan las relaciones sexuales, las cuales se mantendrían si se basan en un amor cargado de amistad. La dificultad de la pareja para generar la intimidad provocaría una relación

vacía, con falta de comunicación, estancamiento o problemas sexuales, en uno o ambos miembros. No obstante, no solamente de *philia* vive la relación, sino que hay que nutrirla con *eros*, no olvidar la pasión.

El tercer y último tipo que Riso (2003) plantea es *ágape*, el referente del amor desinteresado, incondicional y generoso cuyo fin es buscar la felicidad y bienestar de la persona a la que se ama, el amor de unos padres por sus hijos, el de Dios para los creyentes, el que ofrece desinteresadamente un voluntario ante los necesitados o el que conjuntamente se profesan los amantes ante los mayores problemas. Lo que sí es cierto es que en este plano relacional, este tipo de amor necesita nutrirse e influir a su vez en los otros dos, estableciendo una triple vía de conexión para el buen funcionamiento de la unión amorosa en pareja.

3.1.3. La pareja: Formas, criterios de selección y fases

Ya se ha visto lo amplio que es el concepto de amor y la gran cantidad de ámbitos en torno a los que puede ser investigado. Sin embargo, la pareja también es un tema de estudio importante, ya que se trata de la manifestación de todo el constructo amoroso a nivel romántico, de ahí a que también requiera una atención especial. Las distintas etapas por las que va pasando la pareja harían referencia tanto a los cambios, como a las experiencias vividas por los miembros de la misma, se trataría de un proceso dinámico en el que el final de una de estas etapas ayuda al inicio de una nueva con las respectivas transformaciones que conlleva. Para Sangrador (1993), el amor romántico se produce entre dos personas en un determinado contexto, en una pareja habría que contemplar a un sujeto, un objeto amoroso y una situación, aportando cada uno una serie de aspectos que pueden influir tanto en la aparición, como en la finalización del comportamiento amoroso. En esta misma línea, Estrella (2007) concluye que al abordar los distintos significados del amor en una relación de pareja deben tenerse en cuenta cuatro elementos, la persona amada, los sentimientos y las ideas que acompañan al amor y la relación entre quien ama y quien es amado. Por otro lado, para Bustos (1985) la pareja únicamente sería entendida bajo la combinación de tres condiciones, amor, sexo y convivencia, que por sí solas no explican la unión amorosa de dos personas. Afirma que el amor en sí mismo podría darse en cualquier otro tipo de relación que no fuese de pareja, de manera que ne-

cesitaría del sexo para poder hablar de amor romántico, ya que aunque éste último elemento en solitario tampoco sería representativo, en combinación con el amor sí es propia de amantes. Igualmente, la convivencia puede darse con otras personas, de ahí a que su unión a los dos elementos anteriores forme la tríada que define a la pareja.

En contraposición a esto, es interesante observar cómo va cambiando el concepto de pareja a lo largo del tiempo, apareciendo lo que se conoce como *parejas LAT* o *Living Apart Together*, se entendería como dos personas que se consideran pareja, pero no conviven, uno de los elementos indispensables para la anterior propuesta. En esta línea, Montoya Velilla, Ocampo Mejía, Rodríguez Bustamante y Giraldo Hurtado (2016) establecen una definición de este nuevo tipo de pareja, entendida como una alternativa a la unión conyugal. Dos personas que no tienen como prioridad o no desean compartir un hogar, pero crean una unión afectiva en la que cada uno, disfruta de vivienda propia y de su independencia. En este sentido, Estrada y Montero (2011) indican los elementos que definen a las parejas LAT y los que no lo hacen. Matizan que no se convierten en novios eternos, ni son parejas abiertas o relaciones casuales, ni huyen del compromiso, simplemente prefieren vivir cada uno en su espacio y comparten con su pareja hasta donde ambos desean, teniendo una vida individual, pero manteniendo una relación comprometida que, aunque no conviviendo, les permite tener la oportunidad de mejorar la vida personal y de pareja. La condición indispensable en estos casos reside en que ambos estén de acuerdo en este tipo de vínculo, de lo contrario aparecerían grandes problemas en el terreno físico y emocional produciendo un resquebrajamiento de la pareja. Es cierto que en la actualidad existe gran controversia con respecto a esta noción, generando una cantidad de dudas considerables desde su definición, pasando por el hecho de si promueve la individualidad o la solidaridad, o bien si permite una mayor estabilidad o la distancia incrementa las dificultades. Hay autores como Bernal (2013) que ven en estas uniones una oportunidad para la mejora de la relación, ya que se vivencia como una forma de pensar en el bienestar del otro. Afirma que estas parejas perciben la satisfacción de su relación a pesar de no convivir, presentan y manejan buenos valores dentro de ésta, tales como la lealtad, el cuidado, la solidaridad y la admiración y valoración del otro, optando por no desgastar su relación por los problemas que genera la convivencia.

Otra tipología que es realmente interesante y que se escapa de las nociones tradicionales son las *relaciones parasociales*, es decir, relaciones unilaterales que las personas pueden llegar a establecer con figuras de los medios de comunicación, como celebridades de la vida real, personajes ficticios a los que dan vida actores o dibujos animados (Horton y Wohl, 1956) y al igual que las relaciones sociales reales, pueden llegar a implicar un gran apego emocional y provocar un intenso dolor cuando se disuelven por cualquier motivo (Cohen, 2003). El objetivo de incluirlas en esta recopilación es, por un lado, ampliar las nociones con respecto a la temática de la pareja, ya que aunque no se trate del concepto de relación normativa a la que estamos acostumbrados, se trata de una realidad para muchas personas y pueden ser entendidas como una ampliación de las interacciones sociales reales (Giles, 2002) y, por otro, establecer una comparativa con los romances establecidos en la vida real y poder observar sus características y las razones por las cuales los individuos pueden llegar a iniciar y mantener este tipo de uniones. El desarrollo de las relaciones parasociales puede ser muy parecido a las de la vida real y abarcan tanto la amistad, como el romance, aunque con respecto a éste último no hay suficiente información. Siguiendo a autores como Adam y Sizemore (2013), Cohen (2003) o Turner (1993), en este tipo de relaciones existe una atracción hacia el personaje en el que influyen la similitud percibida y el atractivo del mismo, al igual que ocurre en la realidad. Además, se aprecia una respuesta en el espectador ante la desaparición del personaje y se vivencia, en parte, de forma similar a una pérdida real, compartiendo en general muchos de los aspectos emocionales de las relaciones tangibles. Como se ha comentado, las personas también pueden entablar relaciones románticas con personajes de los medios cuyas características serían muy semejantes a las reales, ya que presentarían afecto y compromiso, siendo la única diferencia la ausencia de reciprocidad. En este sentido, Tukachinsky (2010) afirma la similitud entre este tipo de relaciones con los apegos románticos reales, debido a que los dos tienen componentes de atracción física o sexual acompañada de emociones muy intensas, existiendo también la necesidad de estar cerca física y emocionalmente del personaje mediático en cuestión.

En cuanto a las razones que mueven a las personas a mantener este tipo de relaciones, las investigaciones son escasas y no del todo concluyentes. Si atendemos a la visión del intercambio social, los individuos inician relaciones porque valoran los beneficios que van a obtener de ellas en comparación con los costes, al igual que ocurre en las relaciones parasociales,

de forma que en un inicio se planteó que cubrir la sensación de soledad era un motivo por el cual aparecían estas relaciones (Rubin, Perse y Powell, 1985). Sin embargo, Adam y Sizemore (2013) exponen que aunque los beneficios obtenidos serán más amplios, se desconocen los datos. No obstante, apuntan que estas relaciones tendrían unos costes, como pérdida de tiempo y dinero, así como beneficios, tales como la compañía, frente a estrés y preocupación. En su estudio intentan encontrar las razones que mueven a las personas en este sentido, estableciendo que, efectivamente, las personas inician las relaciones parasociales porque perciben más resultados positivos que costes. En ambos tipos de relación, real y parasocial, la gratificación sexual aparecía en cuarto lugar como beneficio encontrado, también el estatus de la relación guardaba relación con esto, ya que los participantes afirmaron que la figura mediática elegida por ellos les ayudaba a comprenderse mejor y satisfacía necesidades que antes se tornaban como carencias con otras relaciones. Estos resultados coinciden con los expuestos por Greenwood y Long (2011), quienes establecen que cuando se inician relaciones parasociales, probablemente románticas con un personaje mediático del sexo opuesto, el objetivo sería la compensación por relaciones de pareja reales fallidas y ausentes, lo que también ayudaría a concluir que los beneficios de las relaciones parasociales románticas serían distintos de las consideradas amistosas. Volviendo a la investigación de Adam y Sizemore (2013), de este tipo de relaciones también se desprenden una serie de costes que los participantes apreciaron. Uno de ellos son peores sensaciones con respecto a sí mismos debido, probablemente, al establecimiento de una comparación social con otro tipo de parejas ideales mostradas en los medios, produciéndose así sentimientos de insatisfacción; pero si los beneficios superan estos costes, las personas aceptan ese malestar, al igual que en las relaciones reales. Otro coste que podría observarse en las relaciones parasociales es la falta de reciprocidad, ya que el desequilibrio relacional produce una serie de sentimientos negativos con respecto a la relación y afectaría a la fuerza de la misma. Sin embargo, la persona puede percibir mayor equidad relacional y que realmente existen inversiones en la misma a través del apoyo financiero con la compra de artículos relacionados con el personaje, o bien emocional mediante los mensajes que recibe de los aficionados. A pesar de esto, se propone como un tema que requiere mayor investigación.

Siguiendo con esta categoría de conceptos actuales en torno a la pareja, destacamos el trabajo de Blandón Hincapié y López Serna (2016), quienes mezclan conceptos tradicionales y novedosos en torno a lo que los jóvenes de hoy en día entienden por pareja y relación. Los

participantes, definen a ésta última con tintes de compromiso, confianza y una duración temporal extensa, sobre todo se basan en el criterio temporal para su valoración considerando que una relación de poco tiempo no implica que la otra persona funcione como pareja, ya que no posibilita el crecimiento de sentimientos más profundos, de manera que entienden una relación de pareja como algo permanente. Hasta aquí la definición encaja con un modelo tradicional de relación en el que sus características no se salen de lo normativo. En contraste con lo anterior, aparecen conceptos como *amigos especiales* o *amigos con derecho*, por nombrar algunas, siendo consideradas como formas emergentes de designar una relación, pero con características distintivas en comparación a una relación de pareja formal y estable, un noviazgo. Estas nociones se definen por el contacto físico, acceso libre hacia la persona, compartir tiempo, acciones destinadas al disfrute, pero sin compromiso o lealtad física y sexual hacia el otro y sin una sólida construcción de intimidad. Se trataría de relaciones informales en general que combinan amistad y afecto, pero sin compromiso personal, ni social. En este mismo trabajo se remarca otra forma de estar en pareja, las relaciones virtuales que ya llevan unos años vigentes, pero que a día de hoy han cobrado mucha importancia. Éstas producen bienestar y placer, además no hay una limitación en el tiempo compartido, se vuelve algo habitual y perdurable, ya que lo que queda escrito puede releerse cuanto se desee. Según exponen las autoras, este tipo de relaciones se caracterizan por poder ser duraderas, crear lazos de compromiso a nivel relacional amoroso, permitir expresar sentimientos y pensamientos profundos de una forma que agrade al otro y, para muchas personas, resulta mucho más cómodo que tener que expresar sus sentimientos en interacciones sociales en vivo.

Otra noción del concepto de pareja es el que aportan Bayebach, Landaarroitajáuregui y Pérez Opi (1998), entendida como una sociedad formada por dos individuos cuyo objetivo es obtener algo de la sociedad a la que pertenecen. Escudriñando la definición, entendemos que se trata de la sociedad más pequeña jamás considerada, pero las interacciones entre sus miembros resultan altamente complejas debido a la toma de decisiones. Lo que quieren obtener de la sociedad es muy amplio, pero lo más habitual es aquello que le puede proporcionar la pareja, como compañía, apoyo, afecto, atención, relaciones sexuales, por enumerar algunas. En cuanto a la continuidad, se entiende que es duradera, es decir, un rasgo propio de las parejas es su permanencia orientada hacia el futuro.

Llegados a este punto podríamos plantear la siguiente cuestión, ¿cuáles son las claves de una pareja exitosa y sólida? Es cierto que conocer los elementos que configuran a las parejas no va a asegurar totalmente un amor eterno, ya que se trata de un trabajo diario que cada individuo debe llevar a cabo, pero sí se puede lograr una sana convivencia y comprender un poco más sobre el comportamiento humano en el terreno amoroso. En relación a esto, Levinger (1996) afirma que la duración de una relación va a depender de si los resultados de ésta satisfacen a sus miembros de forma paralela y si obtienen algo de ellos. Propone dos tipos de fuerzas psicológicas que juegan un papel muy importante en la evaluación de la relación y, por tanto, en la extensión en el tiempo de la misma. Las primeras son fuerzas impulsoras o positivas, recompensas que favorecen el acercamiento hacia una actividad determinada, persona o relación a través de manifestaciones como el apoyo, comunicación, afecto, compromiso o compañía. El segundo tipo son fuerzas negativas, son barreras y obstáculos que presentan una doble vertiente, por un lado aportan integridad, sorpresa y complementariedad a la relación, pero por otro, favorecen la evitación cuando la seguridad de los individuos que la forman se pone en riesgo.

La búsqueda y conservación de las uniones con los demás es inherente al ser humano, de forma que una de las explicaciones a la cuestión anterior procede de la visión evolutiva, por el hecho de explicar el origen natural más antiguo en las relaciones humanas, aunque no sea el único importante. En esta línea, autores como Morin (2002) o Morris (2002) defienden la necesidad de encontrar y conservar a una pareja, ya que cumple funciones indispensables para la supervivencia del ser humano desde tiempos remotos al aportar seguridad y protección, al favorecer el reparto de tareas y obtención de los recursos necesarios para la vida y, por supuesto, ayudar a conservar la especie. Esos beneficios los adquiere de su tendencia a reunirse en grupo y teniendo como fin último el encontrar ahí a su pareja. Esto queda plasmado en la afirmación de Buss (1994). Plantea que todas las personas en algún momento de sus vidas experimentarán el encontrarse en pareja, camino que comienza en la pubertad y en la adolescencia. En esta etapa se dan los primeros procesos de atracción bidireccional, pasando al momento de decidir iniciar una relación, cosa que si sucede se intentará prolongar al máximo, evitando a toda costa que ésta se rompa y poder así disfrutar de todos sus beneficios. Sin embargo, esta conservación no es una tarea fácil, ya que cada día se producen rupturas, de ahí a que se haya hecho necesario desarrollar una serie de estrategias que favorecen su duración, al

igual que existen una serie de rasgos preferentes llegado el momento de la selección. Por ello pasamos a analizar los factores que influyen o que guardan relación con la preferencia en elección de pareja y su mantenimiento a lo largo del tiempo.

Según Alberoni (1996), la clave de un amor duradero reside en la presencia en la pareja de dos polos opuestos, pero que se complementan, teniendo por un lado, la parte de seguridad, fidelidad y asunción conjunta y ejecución similar en la resolución de problemas y, por otro lado, la presencia de misterio y aventura que hagan poco predecibles los comportamientos de la pareja, esta última idea muy similar a la propuesta de Sternberg (2000) que vimos anteriormente sobre la forma de evitar la caída en picado de la intimidad con el paso del tiempo.

Una posible respuesta a este tema, nos la puede ofrecer la visión en torno al éxito de las parejas de Bayebach et al. (1998). Exponen una serie de creencias que mantienen las personas en torno a su compañero/a sentimental y que llevadas al extremo pueden hacer tambalearse los cimientos de la relación, de forma que si se trabajan, el éxito de la relación puede ser real. Por un lado, entender la duración de la pareja como triunfo y la ruptura como fracaso favorece el que se prolongue la convivencia cuando se ha tornado poco agradable y llena de sufrimiento. Por otro lado, la segunda creencia que a su vez está asociada a la que se acaba de describir, establece que el éxito de la pareja reside en el mantenimiento del mismo, lo cual provoca que cualquier pequeño problema en la relación sea interpretado como ausencia del mismo. La duración de éste en una relación no es algo que se tenga, habría que entenderlo como algo global que se construye paso a paso y se intentan mantener basándonos tanto en éxitos, como fracasos concretos, no aumentando así las expectativas de los miembros de la pareja. La tercera idea hace referencia a que el buen funcionamiento de una pareja se centra en traer hijos a este mundo y se asocia a cierto fracaso el no querer o no poder tenerlos, no solamente por el hecho de que su ausencia sería entendido como el principal motivo de ruptura, sino que la pareja sin descendencia ya sería considerada como un fracaso en sí misma. Añadido a esto, cuando no hay imposibilidad de tenerlos, sino que se trata de una decisión personal, se entra en el terreno de adjetivos descalificativos hacia el/los miembros de la pareja que han optado por dicha opción. En cuarto lugar, encontramos el éxito de la pareja basado en el amor. Si bien es cierto que en nuestra sociedad actual no se concibe otro tipo de verdadera unión que no sea la que tiene esta base, este planteamiento tendría una parte negativa y sería el generar

expectativas con respecto a las relaciones de pareja, no considerando uniones válidas o incluso fracasadas a aquellas que se han formado con otros objetivos o se sustentan sobre otros motivos, no queriendo decir por ello que no vayan a ser exitosas. La quinta creencia es la asociación entre éxito y ausencia de conflicto, es decir, la idea de presencia de conflictos como desequilibrio en la pareja y al contrario como la existencia de armonía. Realmente, esto sucede al generar la expectativa de convertir la relación en un mar en calma imperturbable, cuando verdaderamente los problemas son propios de la convivencia. Más que medir la cantidad o nivel de frecuencia/presencia de problemas en la pareja, el éxito radicaría en la capacidad de resolución de los mismos con el menor coste posible. Llegando al final, nos exponen la idea del éxito basado en la comunicación. Establecen que ésta sería la única idea en la que para que una pareja funcione debe haber cierto grado de diálogo, pero matizan que hacer demasiado hincapié en este hecho puede acarrear conflictos al elaborar modelos rígidos en los que no entren otros elementos, midiéndose el triunfo de la relación en base a esos patrones. Finalmente, el éxito como igualdad. Ciertamente el que los miembros de una pareja se equiparen en la gran mayoría de aspectos tiene beneficios, pero también puede provocar una problemática si no se acepta lo diferente en el compañero.

Otra contestación a la formulación inicial la encontramos en el estudio de Angulo Martínez et al. (2016), en donde hacen un recorrido cronológico, pero esta vez sobre las percepciones en torno a la pareja y aquellos elementos que conformarían un amor sólido y duradero, estableciéndose diferencias en función de los años que lleven unidos. El primer grupo, categorizado como edad adulta temprana, estaba formado por personas que tenían entre 20 y 40 años. Para éste, el amor conlleva la implicación en proyectos comunes, es decir, establecer un compromiso a largo plazo beneficioso para ambos, la comodidad, la confianza, la sinceridad y la dedicación de tiempo a la pareja también eran elementos clave, así como el sacrificio de intereses personales para beneficio del otro y ver como rasgo de solidez de la relación el guardar las distancias con respecto a la familia de origen. Al segundo grupo pertenecen las personas que se encuentran en una edad adulta intermedia, entre los 40 y los 60 años. Una buena relación dentro de esta categoría se basaría en tres elementos fundamentales, como son la presencia de ideales semejantes, la existencia de reconciliación ante las discusiones a través del perdón y la superación de dificultades, siendo elemental para el crecimiento y solidez del amor y la pareja el compartir tiempo de calidad. Por último, en la edad adulta tardía, que comprende

de los 60 años en adelante, se produce un punto de diferenciación con respecto a edades previas, ya que salen a relucir aspectos más profundos a nivel afectivo, como son la paciencia, amabilidad, fidelidad, la cortesía o la humildad, por nombrar algunas. Este grupo considera que la colaboración, el desinterés, la comunicación y la confianza son los elementos básicos para que se incremente el amor en la pareja. Finalmente y como punto de contraste, todos los grupos del estudio, independientemente de la edad, coincidieron en los elementos que caracterizaban una mala relación de pareja y un amor poco sólido. Siendo estos falta de compromiso, de respeto y comprensión, ausencia de placer, inestabilidad y mantenimiento de la relación por las apariencias. Tal y como se puede apreciar, las parejas no solamente pasan por etapas distintas, sino que los elementos pertenecientes a una misma categoría, en este caso en relación a la solidez de la pareja y la relación en general, va cambiando la preferencia que se les da con el paso del tiempo.

Dentro de esta línea de trabajos, destacar el estudio realizado por Sternberg (1988) sobre las principales características que resultaban importantes en una interacción a largo plazo. Parte de la base que las personas quieren incrementar al máximo las recompensas y minimizar todo lo posible los castigos, de esta manera experimentarán mayor intimidad y atracción hacia quien les proporcione esta combinación. Ordenadas de forma descendente de significación, los grupos de características son los siguientes: comunicación íntima/apoyo, comprensión/valoración, tolerancia/aceptación, flexibilidad/moldeabilidad, valores/capacidades, familia/religión, finanzas/tareas domésticas, atracción/romance, agrado/amistad y fidelidad. Lo que se observa es que los tres elementos triangulares de amor, intimidad, pasión y compromiso son relevantes a largo plazo si lo pasamos por el filtro de la fidelidad.

La siguiente aportación pretende dar a conocer las estrategias biológicas y psico-socio-culturales que utilizan hombres y mujeres para lograr conservar a la pareja a lo largo del tiempo. Estas estrategias se pueden definir como las conductas que ayudan al mantenimiento de las relaciones y reflejan la capacidad de adaptación que presentan los miembros de una relación ante los cambios que se experimentan en la misma. De esta manera, González Colín, Valdez Medina, González Arratia López Fuentes y González Escobar (2014) encontraron resultados diferenciados entre hombres y mujeres en cuanto a la idea de cómo mantener un amor duradero. Ellas consideran aspectos de tipo emocional, social y familiar, tales como la comu-

nicación, cuidado de los hijos y buscar la estabilidad emocional a través de evitación de situaciones que puedan desembocar en conflictos. De otro lado, los hombres acuden a su rol proveedor y procreador para mantenerse vinculado a la pareja, buscando la protección de la familia con una tendencia asertiva y práctica en la resolución de problemas. A rasgos generales concluyen que cada miembro de la pareja, con el fin de conseguir la continuidad de su relación a largo plazo, busca en el otro una serie de elementos sobre los que sustentarse, los cuales serían estabilidad económica, confianza, apoyo y aceptación, seguridad, comunicación y crianza de los hijos. Dentro de esta misma temática, hacemos mención al trabajo de Armenta Hurtarte, Sánchez Aragón y Díaz-Loving (2014) en torno a la forma en la que los roles de género y las premisas culturales (las creencias en torno a la relación de pareja marcadas por la cultura en la que vive cada persona) influyen sobre las estrategias para el mantenimiento de la relación de pareja, dando lugar a diferencias entre hombres y mujeres. En el caso de los varones, las premisas en torno a la pasión y compromiso dan forma a las estrategias. Cuando no presentan un nivel de acuerdo elevado con respecto a las creencias sobre la pasión, ponen en marcha las estrategias de mantenimiento, debido esto a que esas creencias están asociadas al inicio de la relación o en relaciones a corto plazo, mientras que las premisas en torno al compromiso con la pareja se refieren a cumplir con las obligaciones que se desprenden de éste. En lo relacionado a las mujeres, los roles de género ejercen mucha más presión en torno a las estrategias, es decir, la influencia de los roles sobre los comportamientos se pueden entender en función del grado de acuerdo o desacuerdo que éstas tengan con respecto al papel tradicional de la mujer a nivel social, de forma que cuanto mayor sea su acuerdo con estas ideas, más estrategias llevarán a cabo para mantener a la pareja.

Otra línea de investigación, sería el estudio sobre las diferencias de género en cuanto a la expresión de conductas sexuales y amorosas realizada por Yela (1998). Los datos arrojados por este estudio nos pueden abrir un camino para entender qué necesidades muestra una persona con respecto al amor y al sexo en torno a varias hipótesis y, por extensión, poder comprender lo que requiere cada miembro en la relación de pareja para que sea más duradera en el tiempo. Basándonos en las premisas que establece el autor, se irán mencionando los resultados de la investigación en función de éstas. En primer lugar, en comparación a las mujeres, los hombres tienen una actitud más positiva hacia la permisividad sexual. También se observan diferencias en la conceptualización de la sexualidad de las mujeres, siendo ésta más idealista,

que se expande más allá del plano físico y que está cargada de componentes emocionales. La visión de la sexualidad se relaciona con la fidelidad, de forma que las mujeres presentan una actitud menos favorable ante la infidelidad, a pesar que la diferencia con respecto a los varones es mínima. Por tanto, se concluiría que hay una mayor separación entre la parte afectiva y sexual en ellos o a la inversa en ellas, es decir, mayor vinculación entre amor y sexo. De igual manera, los hombres admiten y llevan a cabo una mayor cantidad de conductas sexuales, además presentan más satisfacción sexual en relaciones abiertas y menos duraderas, ya que en las relaciones no cerradas permitirían una mayor satisfacción de las necesidades sexuales masculinas, no interviniendo el factor remordimiento, al mismo tiempo esto guarda relación con la duración de la relación, ya que dicha variedad no se puede obtener en una unión amorosa cerrada, produciéndose la saciedad ante un estímulo que siempre está presente. Estos datos se asocian a una mayor disminución de la pasión erótica en ellos con el paso del tiempo. Finalmente, en cuanto al componente de los celos, se observa en los hombres la presencia de celos sexuales, es decir, los producidos en las relaciones de tipo sexual de su pareja con otros posibles hombres, son causa de insatisfacción amorosa. Sin embargo, en las mujeres los celos generales o emocionales, los que nacen de una relación de tipo afectivo de su pareja con otra persona, son los que dan lugar a una insatisfacción tanto sexual, como emocional en ellas, dando esto a entender la grandísima importancia del comportamiento afectivo y sexual femenino. En general, los hombres se ven más afectados por la infidelidad sexual, mientras que ellas toleran peor una infidelidad afectiva, esto es, que su pareja establezca una relación profunda y afectuosa con otra persona. Esto podría venir explicado por el diferente concepto que ambos sexos tienen de la díada amor-sexo, así como por la carga genética que llevamos a nuestras espaldas, ya que en otra etapa de la evolución dichas conductas tenían una finalidad adaptativa.

En esta misma línea de trabajo, complementamos los datos anteriores con la investigación de Yela (2012), quien analiza, desde un prisma social y evolucionista las distintas estrategias que utilizan hombres y mujeres para comenzar una relación sexual a corto plazo, o lo que se conoce coloquialmente como ligar, o bien una a largo plazo o lo que se concibe como una relación amorosa. Es decir, los elementos a los que tanto hombres como mujeres otorgan mayor importancia a la hora de seleccionar una pareja potencial. La razón básica de la elección de estrategias sexuales particulares en cada uno de los sexos, se remonta a la menor in-

versión que en comparación con las mujeres tienen que hacer los varones para transmitir sus genes. Ellas, al depositar más tiempo y esfuerzo en dicha transmisión, llevarán a cabo estrategias sexuales mucho más selectivas, traspasándolas a las siguientes generaciones por su alto poder adaptativo. En resumidas cuentas, este nivel de inversión diferencial hará que los beneficios y costes de poner en marcha relaciones sexuales y amorosas sean muy distintos en hombres y en mujeres. Veamos las hipótesis y los resultados asociados a cada tipo.

Comenzando por las estrategias a corto plazo, aquellas que se usan para aumentar al máximo la transmisión genética, minimizar el coste que supone la promiscuidad sexual y reducir la incertidumbre sobre la fertilidad de la mujer o la implicación relacional del hombre, se puede observar cómo los resultados se relacionan con la teoría de la mínima inversión por la parte masculina, ya que ellos muestran más interés en tener más frecuencia y variedad de relaciones sexuales en un intervalo de tiempo mucho más pequeño. Además presentan un nivel de exigencia menor en relación a su pareja, aunque sí valorarán mucho más que las mujeres el atractivo físico y la juventud de la compañera, ya que son indicadores de fertilidad y salud, ocurriendo esto también en parejas a largo plazo en las que hay una mayor implicación emocional. Sin embargo, si seguimos la idea de lo que supone para las mujeres la inversión en el embarazo, parto y crianza, se aprecia que no sienten mayor preferencia por tener relaciones sexuales de corta duración con diferentes hombres, ampliando además el intervalo de tiempo para llevarlas a cabo desde el inicio de la relación y poder disponer de ese tiempo para valorar el potencial y características de la pareja, ante las cuales muestran mayor exigencia. Si observan signos de promiscuidad sexual o posibles parejas que ya están comprometidas, habrá un alto porcentaje de rechazo, hecho que no ocurre entre los participantes varones.

Continuamos con las estrategias a largo plazo. Éstas sirven para reducir la duda sobre la paternidad en los hombres y la implicación de la pareja para las mujeres. Se vuelve a vislumbrar el dato relativo a los celos sexuales en los hombres y los emocionales en las mujeres, del cual ya se habló líneas atrás. No obstante, en relaciones a largo plazo ambos sexos valoran por igual la fidelidad sexual por diversos motivos, como asegurar la paternidad, inversión de tiempo y dinero o juicios sociales, entre otros. Además, tanto hombres, como mujeres rechazan la accesibilidad sexual de la pareja, contrariamente a lo que le ocurría a los hombres en relaciones más breves. Este hecho se podría explicar a través de razones sociobiológicas, ya que

esa disponibilidad hace que la mujer se vuelva de interés para otros hombres en relaciones sexuales a corto plazo. Finalmente, si en los hombres el atractivo físico ayuda a valorar la fertilidad femenina tanto a corto, como a largo plazo, en las mujeres no es un dato relevante en relaciones duraderas, aunque sí lo son aspectos como el tamaño, la fuerza y el estatus socioeconómico, todos ellos elementos relacionados con el mantenimiento y cuidado de la familia.

El estudio de Maté y Acarín (2011) presenta los mismos objetivos que el estudio previo, pero ahora acota la muestra poblacional a estudiantes universitarios que son encuestados sobre las características que consideran preferentes en el emparejamiento temporal o prolongado, además de explorar diferencias entre los sexos. Entrando en materia, Buss (1994) establece que la elección de pareja sería una estrategia sexual desarrollada como solución a la problemática de identificar al compañero adecuado. Siguiendo con la investigación, para valorar cuáles son esas características a la hora de seleccionar una pareja, propusieron a los participantes que eligieran en orden de preferencia un listado de once rasgos, concluyendo que la sinceridad y la inteligencia fueron las que ocuparon los primeros puestos, seguidas de amabilidad y comprensión. Con respecto a la comparativa entre hombres y mujeres, mostraron diferencias en esta elección al tratarse de parejas a largo plazo. Mientras que las mujeres valoran en mayor medida la sinceridad, comprensión y fidelidad, así como una buena posición social, ellos prefieren que su pareja posea inteligencia, una personalidad misteriosa y que tenga atractivo físico. Por otro lado, el análisis de estos mismos rasgos a la hora de elegir a una pareja a corto plazo o fugaz muestra cambios en el orden de preferencia, ya que encabeza la lista el atractivo físico, seguido de simpatía, amabilidad y personalidad enigmática. A rasgos generales no existen diferencias entre sexos con respecto al valor que le dan a las características a las que sí daban importancia cuando la relación era estable, como la inteligencia, amabilidad, fidelidad o comprensión. A pesar de estos resultados, las mujeres siguen valorando más la simpatía, la posición social y poder económico y la iniciativa, mientras que los hombres, al igual que a corto plazo y de la misma forma que en los estudios previos, continúa otorgando mayor importancia al atractivo físico y a la belleza de la pareja, así como una personalidad misteriosa concretamente en esta muestra. Se vuelven a repetir resultados similares a los comentados con anterioridad, es decir, debido al coste que le supondría a la mujer equivocarse en la toma de decisiones y la elección de una pareja, se puede ver cómo a rasgos generales las estrategias utilizadas por ellas son mucho más prácticas y orientadas de cara al futuro acorde con la in-

versión que debe hacer a lo largo del tiempo ya no solamente con la pareja, sino con la familia en general, de ahí a que sea necesaria una buena elección para obtener los máximos beneficios posibles o al menos los menores costes. La forma en la que estos resultados se van manteniendo a lo largo del tiempo no solamente tiene su explicación a través de investigaciones de corte evolucionista. En este sentido, ya en los años cincuenta Langhorne y Secord (1955) obtuvieron los mismos resultados en cuanto a los rasgos seleccionados por hombres y mujeres. Ellas tendían a fijarse en la posición social, el poder, reputación y el prestigio, mientras que ellos valoraban mucho más el atractivo físico. Estos resultados se mantienen no solamente a través de las distintas parejas, sino también en las mismas parejas a lo largo del tiempo, ya que en trabajos realizados a lo largo de cincuenta años, tanto hombres, como mujeres siguen teniendo las mismas preferencias (Buss, 1985; Buss y Barnes, 1986).

En esta misma línea, Valdez Medina, González Arratia López Fuentes, Torres Muñoz y Rocha Tapia (2011) obtienen una vez más los mismos resultados diferenciadores en las estrategias por sexo tomando como base la perspectiva evolucionista, a lo que añaden un conjunto de factores de tipo psicológico, social y cultural que favorecen el mantenimiento dentro de la pareja y que se observan en ambos sexos, como son la satisfacción de las necesidades mutuas, el trabajo en equipo, la intimidad, el amor y la complementariedad. En este estudio, todos los participantes coincidieron en que el detonante principal en la decisión de mantenerse junto a sus parejas fue el hecho de que les brindaban estabilidad, que al mismo tiempo ayudaría al menor desgaste en la pareja y, por tanto, a una menor probabilidad de desaparición de la misma.

Una dirección de investigación interesante de incluir en este punto, es aquella que analiza los elementos en los que se basaron las personas para elegir a su pareja real en contraste a los que elegirían en una pareja ideal, diferenciación que puede tener como influencia el paso del tiempo, ya que en el estudio todas las parejas llevaban mínimo cinco años juntas. De este modo, Valdez Medina, González Arratia López Fuentes, Arce Valdez y López Jiménez (2007) muestran la diferenciación por sexo en este tipo de aspectos. Con respecto a la pareja real, los hombres se basaron para su elección en aspectos físicos, buen nivel socioeconómico, que supiera realizar tareas domésticas y tuviera rasgos de personalidad agradables; mientras que las mujeres resaltaron su nivel de estudios, que tuviera un grupo social amplio, lo que les propor-

cionaría apoyo en caso de necesidad, y que no hubiera tenido experiencias sexuales, ya que ellas valoran más que el hombre el hecho que éste no comparta sus recursos con otra mujer o familia, no haciendo apenas alusión a cuestiones físicas. Con respecto a la pareja ideal, en ambos sexos destaca la preferencia por aspectos puramente físicos, quizá por la percepción de ser una unión corto plazo. Al comparar la pareja ideal con la real, se observa que tanto hombres, como mujeres, elegirían personas diferentes, pero con las características base muy similares a su compañero actual.

Una vez analizada esta información, se arroja otro planteamiento: ¿qué les ocurre a las parejas con el paso del tiempo?, ¿por qué el comienzo es tan especial y la finalización puede llegar a ser tan dolorosa y amarga? Es entonces un buen momento para estudiar las distintas fases por las que pasan los amantes a lo largo de su relación y qué ocurre dentro de cada una de ellas.

Comencemos con la aportación de Gives y Perper (1985) sobre el cortejo y sus fases, las cuales aprenden los miembros de una sociedad en función de la cultura que les rodea. El cortejo se entendería como aquellos pasos previos a nivel conductual y lingüístico que las personas llevamos a cabo y que tienen como punto culminante el amor y la formación posterior de la pareja, quedando dividido en cinco etapas diferenciadas y ordenadas secuencialmente:

- Captar la atención: Hace referencia a los gestos que hombres y mujeres llevan a cabo a la hora de seducir a otra persona, llamando la atención a través de dicha gestualidad. Existen además diferencias por género, ya que los hombres adoptan una postura corporal más erguida y se balancean suavemente cambiando el peso de un pie a otro, mientras que las mujeres tienden más a sonreír, ruborizarse, tocarse el pelo o caminar moviendo las caderas.
- Reconocimiento: Fase que abarca la primera toma de contacto, un encuentro visual que puede dar lugar a dos tipos de respuesta, o bien existe correspondencia o se desvía la mirada.

- El lenguaje hablado: Se trata de algún tipo de frase hecha, pregunta o palabra que permite el inicio de una conversación y así poder conocer a la persona en cuestión. Se puede observar un cambio en la voz de la persona que inicia el contacto, la cual se vuelve más suave y con un tono más alto.
- El toque o contacto físico: Esta etapa consistiría en un conjunto de movimientos totalmente intencionados con el fin de poder establecer contacto piel con piel con el otro miembro, tales como acercamiento del cuerpo o una parte de él. Una vez que se establece el contacto, la otra persona recibe el mensaje, si reacciona de una manera semejante, entonces están listos para pasar a la última fase.
- La sincronía total del cuerpo: El ritual del cortejo culmina con una fase curiosa cuanto menos, ya que además de haber un gran contacto visual y de situarse frente a frente, lo que implicaría interés por el otro, sus cuerpos realizan el mismo tipo de gestos y movimientos de forma prácticamente seguida.

Una vez que la pareja ha iniciado su relación comienzan propiamente las etapas de la misma, de forma que iniciamos el recorrido con Campbell (1980) que destaca cinco. En primer lugar lo que denomina idilio, es decir, los miembros de la pareja captan las posibilidades que tienen y generan una misma visión de la unión en la que mantienen acuerdos en todo. La segunda etapa es la lucha por el poder, en donde aprecian las diferencias que los separan y validan sus posiciones y decisiones. En tercer lugar se encuentra la estabilidad, fase en la que cada individuo de la pareja adopta las responsabilidades de aquellos actos que no asumían al principio de la relación, mejorando y ampliando la propia identidad a través del diálogo mutuo. La cuarta es el compromiso, en el que la pareja acepta la convivencia con los problemas intrínsecos a la misma. Finalmente, la quinta etapa es la creación conjunta, que engloba el aprendizaje cooperativo con el otro miembro para crear su propio entorno de pareja, algo que sea suyo como conjunto.

Otra clasificación es la que establece Jurg (1985), identificando cuatro etapas diferenciadas:

- Fase de formación: Caracterizada por el cambio, en la que la persona comienza a plantearse la separación con respecto a su familia originaria. Suele estar relacionada con miedos e inseguridades propios de la incertidumbre que produce iniciar una vida independiente junto a alguien.
- Fase de estructuración y producción: Comprende los primeros años del matrimonio, lo cual permite el asentamiento de la pareja, así como la toma de decisiones y puesta en marcha de proyectos comunes.
- Fase de los años de la mitad de la vida: Se trata de una etapa de reflexión en la que los miembros de la pareja evalúan la consecución de los objetivos logrados. Además, en esta fase se incrementa la probabilidad de separación, ya que pueden salir a relucir viejas rencillas y rencores al enfrentarse el uno al otro con la salida de los hijos del hogar.
- Fase de la vejez: Suele hacerse más perceptible el paso del tiempo para los miembros de la pareja por los acontecimientos que les rodean, como el nacimiento de los nietos, jubilación o enfermedades, entre otras. Con frecuencia pasan más tiempo en casa debido a un ritmo de vida más relajado y suelen estrechar los lazos que les unen.

Shinyashiky y Dumet (1988), desarrollan ocho etapas que atraviesa la pareja con el objetivo de poder consolidar dicha relación:

- Atracción: La persona por la que nos sentimos atraídos reúne una serie de factores de diversa índole que hacen que sea distinta a todas las demás que nos rodean, de ahí a que depositemos nuestra atención en ella y no en otros.
- Romántica: Etapa llena de idealización y fantasía en la que se percibe ese estado como algo eterno.
- Ambivalente: Sirve como punto de inflexión y que está caracterizada por una evaluación de la situación en la que existen sentimientos encontrados de mantenerse y romper con

la relación, debido al proceso de convivencia y el compartir momentos con la pareja, de ir conociéndola más.

- Lucha por el poder: Si se salta el obstáculo de la fase anterior, comienza un periodo en la que los miembros de la pareja tienen por objetivo ejercer control sobre el otro, llevando por tanto las riendas de la relación en todos sus aspectos.
- Desilusión: Si la fase de lucha del poder sigue vigente o no se ha podido resolver, entonces la relación tiene un mal final, separándose o alejándose (si conviven bajo el mismo techo) sus miembros, los cuales pueden verse involucrados en un círculo vicioso entre la tercera, cuarta y quinta fase.
- Transformación: Etapa de toma de conciencia y asunción de responsabilidades de cada uno de los individuos de la relación en torno a lo que les ocurre a sí mismos y a la pareja en su conjunto.
- Estabilidad y compromiso: La relación se basa en la libertad mutua en el más amplio y saludable sentido de la palabra, ya que no hay imposiciones, ni intento de control. Tras la toma de conciencia y el asumir responsabilidades se incrementa el amor hacia uno mismo y hacia la pareja.
- Expansión: Aumentan los momentos de ocio conjunto e individual, ya que aparecen nuevas amistades en ambos terrenos.

Ampliamos el repaso que hizo Yela (1997) en el apartado anterior sobre el modelo triangular del amor. De este trabajo se desprende que de la mezcla de los elementos de dicha teoría, se obtienen tres fases que caracterizan a las relaciones amorosas, las cuales tienen sus propios contenidos y trayectoria temporal en función de la aparición de sus componentes. Aclarar que su evolución no es estática, sino que dependerá en parte de una serie de variables culturales, sociales, personales y psicológicas que darán forma a cada pareja en cuestión. La primera fase la denomina enamoramiento, un estadio de explosión emocional relativamente breve en el que el compromiso está prácticamente ausente y que abarca aproximadamente los

primeros 6 meses desde el inicio de la relación. Se define por la reciprocidad, en la que existe pasión romántica y erótica, con un incremento muy rápido de ésta última, así como de la intimidad, lo cual se explica por esa vorágine de necesidad de estar con esa persona especial y formar vínculo con ella. En segundo lugar, la fase conocida como amor pasional, tiene una duración aproximada entre los 6 meses y los 4 años. Siguen presentes los mismos componentes que en la fase anterior, teniendo puntos muy elevados de pasión erótica y un incremento paulatino de la pasión romántica, al igual que la intimidad, pero, sobre todo, lo que crece es el compromiso. Por último, la tercera fase, el amor compañero que empieza a partir de los 4 años de relación, caracterizado por intimidad y compromiso en altas dosis y un descenso progresivo del componentes pasional romántico y, en especial, de la pasión erótica. El nombre utilizado para esta fase es la misma que usa el autor inicial en su modelo y se podría decir que sustituye al término clásico de amor conyugal. A partir de aquí, el autor establece hipótesis en cuanto al destino de las parejas y al tipo de amor a experimentar, ya que los participantes de su estudio no superaban los diez años de relación, de ahí a no poder valorar este hecho. De este modo, a partir de esta última fase se podrían dar varios tipos de amor en función de cómo se conjuguen los elementos. Por un lado, es posible un avance en la relación hacia lo que se conocería como amor amistoso, formado por intimidad y compromiso sin nada de pasión. También existe la opción de vivir una relación que se mantiene unida únicamente por intereses comunes solapados por el compromiso, entendida como una relación de conveniencia y finalmente, puede acontecer la ruptura en la pareja o desamor por la ausencia del único elemento que quedaría en pie, el compromiso.

En este punto mencionamos la aportación de Maureira Cid (2011). Comprende que existe una diferencia tanto en el concepto, como en la forma de estudio entre el amor y las parejas. Reduce el amor a un elemento biológico mediado por estructuras cerebrales, independiente de la cultura, individual en cada sujeto. Sin embargo, las relaciones amorosas las percibe como una dinámica social influenciada claramente por la cultura en la que se desarrollan, de ahí a que considere tanto el contexto individual de cada miembro, como el general de la pareja para su estudio, debido a que este influjo externo delimitará el concepto que cada miembro posee en torno a la relación y a su comportamiento dentro de ella. La pareja sería un constructo sociocultural cuyo análisis, aparte del ámbito biológico, debe incluir aspectos más amplios, ya que ésta es una mezcla entre cultura y biología que se asienta sobre cuatro compo-

mentos o pilares fundamentales. Los tres primeros son de tipo social, los cuales se fundamentan sobre el lenguaje, siendo éste, a su vez, el germen de todas las relaciones interpersonales. El cuarto componente, de tipo biológico, se expresa en todas las culturas de la misma forma, aunque con ciertos matices en función de la estructura de cada individuo. Estos cuatro elementos, esto es, compromiso, intimidad, romance y amor, debe poseerlos toda relación de pareja, aunque es posible fundar relaciones basadas en uno de ellos o mezcla de varios. A continuación se desarrollarán en profundidad los tres primeros componentes de tipo social, dejando para más adelante el componente biológico, encuadrándolo en otro apartado más acorde con la temática. Los primeros componentes guardan una especial similitud con los elementos de la teoría triangular del amor, tal y como se observará a continuación.

En primer término, el compromiso, que haría referencia al interés y responsabilidad hacia la persona amada, así como la asunción de mantener esto a lo largo del tiempo a pesar de las vicisitudes que vayan surgiendo, ya que se apuesta por la relación. Su incremento, directamente proporcional al aumento de tiempo, se verá influido claramente por la interdependencia personal y material que se genere entre ambos miembros de la pareja. El segundo elemento es la intimidad, relacionada con el apoyo afectivo, la confianza, seguridad o compartir sentimientos profundos, entre otras. Tiende a incrementar su presencia en la pareja con el paso del tiempo, a lo que le sigue una estabilidad al llegar a su culmen. Finalmente, el tercer elemento es el romance, definido por las conductas que en cada cultura están socialmente aceptadas para aumentar la atracción y mantener posteriormente el interés en una relación amorosa, es decir, las muestras de interés que el contexto social en cuestión, considera adecuadas para comprender que una persona siente atracción por otra. Como ya se aprecia en otros modelos, este elemento crece de forma muy acelerada durante los primeros momentos de la relación, generando una poderosa activación a nivel fisiológico y viéndose influida por las expectativas intrínsecas de cada individuo de la pareja, disminuyendo con el tiempo por el devenir de la convivencia.

Para elaborar sus fases, Linares (2010) parte de un concepto considerado como eje vertebral de la pareja, la conyugalidad, entendida como la capacidad que tiene la pareja para la resolución de los problemas surgidos en el terreno amoroso, capacidad que procedería del amor complejo que se profesan ambos miembros. A su vez, el origen de esa complejidad resi-

de en la presencia de componentes cognitivos, emocionales y pragmáticos. Establece un ciclo vital aplicado a la pareja que divide en cuatro fases con sus características particulares, siendo las dos primeras de casi inevitable aparición, pero las dos siguientes están sujetas a una probabilidad incierta de ocurrencia en función de cómo ésta evolucione. Además, complementa cada fase con sus correspondientes componentes que antes se comentaban. La primera de estas etapas es el enamoramiento. Suele darse al inicio de la relación de pareja o bien de forma más tardía en personas que tenían un contacto previo con otro tipo de unión no amorosa. Se entiende como un compendio de emociones positivas, tales como alegría, excitación, deseo y sensación de bienestar provocado por la presencia tanto física, como mental de la persona amada, así como un incremento en la sintomatología física, aumento de la frecuencia cardíaca y respiratoria o rubefacción. A nivel cognitivo, el reconocimiento del ser amado está hipertrofiado, existiendo una excesiva conciencia de su presencia, llegando casi a una completa anulación de uno mismo, así como una valoración excesiva que roza la mitificación de la pareja, la cual está llena de virtud y carente de defecto. En cuanto al componente emocional, hay que tener en cuenta el estado afectivo de base y las pasiones. En esta fase las pasiones son de signo positivo desmesurado, produciendo una alteración del estado afectivo previo. Finalmente, destacar el componente pragmático. El nivel de deseo y de relaciones sexuales es elevado, habiendo plena y generosa disponibilidad mutua para la realización de las actividades cotidianas.

La segunda etapa es el amor, fase de consolidación gracias a la plenitud y madurez que la unión ha alcanzado al haber dejado atrás el enamoramiento. Esta evolución hacia un terreno más cognitivo permite hacer a la pareja compatible con la vida diaria y todo lo que conlleva. Desde esta posición más mental, se reconoce y valora serenamente al otro, se le acepta de forma absoluta y equilibrada sin necesidad de dejar de prestar atención a nuestra propia existencia. A nivel emocional, las pasiones de la primera etapa se apaciguan y reservan para momentos concretos, estando muy presentes la ternura y el cariño. Por último, el aspecto pragmático también se define en esta etapa por la calma, ya que hay menos sexo y deseo y una mayor y más equilibrada distribución de las obligaciones.

La tercera fase, el desamor, sería la evolución negativa de la pareja que desemboca en separación y divorcio, por lo que las personas implicadas deberían reformular su unión a partir de ahora con la finalidad de evitar consecuencias nefastas para la relación. Por tanto, deben

hacer un buen uso de los componentes pragmáticos de ese amor complejo para debatir temas como la custodia de los hijos o la repartición de los bienes. A nivel cognitivo ya se imponen los opuestos, esto es, la desconfirmación y la descalificación, el no reconocimiento y la ausencia de valoración de la pareja. En lo referente al ámbito emocional, las pasiones suelen tener una evolución negativa con breves apariciones positivas en las reconciliaciones, pero básicamente comienza a aparecer el tedio y la irritación. Con respecto al componente pragmático de esta fase, el reparto de etapa anterior no se encuentra, sino que la negociación se interrumpe y viene cargada de reproches. Además, el declive del sexo y el deseo está bastante presente, aunque este hecho va a variar altamente en cada pareja, ya que hay algunas que se mantienen activas sexualmente casi hasta las puertas de la separación.

Finalmente, si la pareja no ha encauzado de forma adecuada su actual situación hacia la post conyugalidad, aparece la última etapa, el litigio, caracterizada por el enfrentamiento entre los individuos de la antigua pareja, siendo paradójica la situación cuanto menos, ya que vuelven a ser predominantes los componentes como al inicio de la unión, pero totalmente invertidos, terminando la relación igual que cuando se empieza, con una gran carga emocional, al igual que ocurrirá en otros elementos como ahora se explicará. En el componente mental se produce de nuevo un hiper reconocimiento, pero en sentido negativo. A la antigua pareja se la considera un elemento contra el que luchar, figura de todo mal y para ello tiene que estar presente en la mente del otro de forma constante, así se evita el ataque. Además, la valoración pasa a ser una hipercrítica, en la que no existe elemento positivo que destacar. En cuanto al aspecto emocional, vuelve de nuevo el clima de las pasiones intensas en el que el odio lo acapara todo. Por último, el aspecto pragmático se basa en ausencia y rechazo del sexo, quedando la gestión diaria monopolizada por el tema económico, luchando por el patrimonio que antes era compartido.

Terminamos el apartado con la visión de las fases de la pareja de Villegas y Mallor (2012), quienes muestran tres de ellas desde la percepción etológica. Afirman que si partimos de la fisiología del amor, se observa a la pareja humana como un emparejamiento más del reino animal, pero presenta fases con gran variedad de comportamientos. Obviamente, en el ser humano todos estos comportamientos tienen una función social y metas mucho más complejas, como formar una familia, o que la pareja sea una base de apoyo y afecto, de ahí a que

pasen por las etapas que se muestran a continuación. La primera es la fase de cortejo o enamoramiento, con ella se inicia la relación y para ello se llevan a cabo estrategias de tipo personal, sexual o social con la finalidad de llamar la atención de la persona en cuestión y poder fusionarse con ella a nivel sexual. Esta fusión se sustenta únicamente en circuitos neuronales relacionados con el placer y el apego, quedando desconectada la parte orbitofrontal, de ahí a que la previsión y anticipación brillen por su ausencia. De tal forma que, cuando el citado circuito presenta un nivel de activación menor, un rechazo sexual aumentaría la probabilidad de la búsqueda de otras parejas sexuales al no presentar otra base de sustento. Pasemos a la segunda fase, la nidificación. Esta etapa comienza cuando la pareja comienza a plantearse a largo plazo la formación de una familia. Los nidos, las madrigueras, las cuevas en el reino animal son lugares para la crianza, que extrapolado a la vida humana hace referencia a la creación de un entorno en donde hacer crecer a la descendencia, una ubicación fija que aporte estabilidad y protección, es decir, el nido equivale al hogar donde la pareja comienza la vida en común, la convivencia con sus exigencias de resolución de conflictos, gestión adecuada, inversiones, creación del nido, etc., que pueden desembocar en la ruptura de la pareja. La última etapa es la de crianza, proteger y educar a los hijos. Hasta no hace muchos años, ésta estaba fuertemente marcada por los roles sociales dentro de la pareja, cosa que ya, al menos con mucha menos frecuencia que antes, no ocurre. En la sociedad occidental actual el reparto de tareas en una pareja y la negociación se han convertido en algo básico y de gran importancia para una buena convivencia, de modo que el cuidado de los hijos ha dejado de ser una función exclusivamente femenina.

3.1.4. ¿Cómo surgen las relaciones de pareja? Aportaciones teóricas

La forma en la que nos relacionamos con los demás ha sido estudiada desde un amplio abanico de posturas, pero para abrir el camino en la exploración de esta temática podemos comenzar con una explicación social, ya que al fin y al cabo, el proceso socializador, como veremos más adelante, es uno de los principales sobre el cual establecemos nuestras futuras relaciones. De esta forma, destacamos la teoría de la penetración social (Altman y Taylor, 1973) para entender la formación de las interacciones sociales y las relaciones en su amplia variedad, las cuales presentan dos características definitorias, la amplitud y la profundidad. La

primera se relaciona con la variedad de temas que utilizamos, así como las interacciones que llevamos a cabo. La segunda, hace referencia al nivel de conversación e interacción en cada uno de los temas anteriores, por lo que las relaciones se categorizarán de forma distinta en función de estos dos factores en la penetración social. De esta forma, con alguien con quien no tenemos una auténtica amistad o es solamente un conocido, la relación se basará en un número reducido tanto de temas, como de la profundidad en el trato de los mismos. De forma contraria ocurriría en una amistad más estrecha, en la que se incrementarían ambas variables, siendo incluso mayores en las relaciones con un grado de intimidad muy elevado. Sin embargo, no todas las relaciones comienzan con la amplitud, ya que puede iniciarse una interacción con una persona mediante una gama limitada de temas, como un desconocido en un autobús o en una sala de espera en la que hace un recorrido rápido por su vida, o bien puede iniciarse una amistad en la que ampliamos la profundidad, pero únicamente en un tema específico, por ejemplo en alguna cuestión que nos preocupa especialmente.

Antes de adentrarnos en las teorías que explican la formación de pareja, es necesario un paréntesis que enmarque lo que se verá posteriormente. Echando la vista atrás, podemos decir que el modo en el que aprendemos a relacionarnos con los demás, el cual está inserto en el proceso de socialización, representa el punto de inicio de cualquier tipo de unión con los otros. Este proceso se caracteriza por ser diferenciador, es decir, nos enseña con quién relacionarnos y con quién no, cómo hacerlo y las razones para ello. De forma que esta característica clasificatoria va a influir en diversos aspectos de nuestra vida relacional, incluidas las afectivas y las de pareja, indudablemente. Durante la socialización, aprendemos qué es el amor, qué significa y qué conlleva el enamorarse, cómo es o debe ser una relación de pareja, cuáles son las características que debe tener una persona para enamorarnos de ella, qué sentimientos son adecuados y cuáles no, así como lo que debemos esperar de los otros y de nuestra relación con ellos, es decir, qué nos va a aportar el amor y qué no. Los niños, a través de las normas culturales y sociales, aprenderán qué es el sentimiento de amor y éstas influirán en sus comportamientos en torno a este tema de forma actual y futura. Es decir, los medios de comunicación, la familia, en sí nuestro entorno en su totalidad, ejercerá la presión sutil necesaria para marcar el camino y guiar el enamoramiento, los roles de género, la elección de pareja o los mitos y creencias románticas. En definitiva, un sinnúmero de datos informativos cargados social y culturalmente que darán forma a lo que sentimos y cómo vemos el amor en su totalidad.

La influencia ejercida por el proceso socializador en la visión del amor romántico en los jóvenes se observa en el estudio realizado por Rodríguez Salazar y Pérez Daniel (2007), en donde podemos ver la idea en torno al concepto que poseen los adolescentes participantes. En este sentido, las representaciones sociales son conjuntos de nociones, creencias, actitudes e imágenes que sirven para lograr un entendimiento entre los miembros de una sociedad. Si trasladamos esto al terreno amoroso, las representaciones del concepto sirven como vía para comprender las relaciones de tipo sentimental mediante prototipos, sirviendo por ejemplo, para decidir si uno está realmente enamorado de otro, si nos aman, de qué forma y cuánto. De forma que la noción de amor que presentan los adolescentes está formada por un conjunto de conocimientos que les han sido transmitidos a través de la información proveniente del entorno, usándolos para razonar en temática de amor y pareja y les van a ayudar a encaminar su forma particular de relacionarse, amorosamente hablando. De este modo, las autoras, utilizando esta idea como base, identificaron las representaciones que tenía un grupo de adolescentes sobre el amor a través de manuscritos y entrevistas grupales. Ello se observa en cómo los sujetos muestran dos principios del romanticismo. Por un lado, la magnificación del amor en la vida humana, ya que se asocia a la felicidad y el desamor con la tristeza. Por otro, entender el amor como entrega absoluta o sacrificio a la pareja. Además, se produce una asociación entre miedo y amor, concretamente relacionado con la pérdida y la soledad. Asimismo, se entiende como una experiencia subjetiva y personal, dificultando esto la capacidad para definirlo, comunicarlo y comprenderlo de forma objetiva, al igual que ocurre con los sentimientos amorosos ajenos, no teniendo la certeza suficiente de su veracidad, utilizando la duración del amor y la relación para juzgar este hecho. Otro criterio sobre el que se basan ante el problema de veracidad que presenta el amor, es la demostración y recepción de señales para llegar a una conclusión, como por ejemplo, la primera relación sexual como mayor prueba de amor, contacto físico, palabras cariñosas o prácticas en forma de ritual que extienden la idea que el amor son actos, en este caso materiales, como detalles, regalos, celebrar días señalados, entre otros. También entienden el amor como algo complejo y lleno de riesgos en comparativa a otro tipo de relación muy significativa a esta edad, la amistad. Los adolescentes asumen los riesgos como algo inherente al amor. En definitiva, este conjunto de características son una forma clara de ver la cantidad de información que estos chicos y chicas han recibido a lo largo de su vida sobre el amor, las parejas y las relaciones a través de un amplio abanico de vías que han

sembrado lo que posteriormente surge como una idea global, de ahí a que las autoras comparen los criterios que utilizan los jóvenes con los de los adultos a la hora de hablar de las relaciones amorosas, ya que han sido éstos los que, al menos en parte, les han enseñado todo lo que saben sobre esta temática.

En esta misma línea, podemos corroborar que, en el proceso de socialización, las ideas se transmiten de generación en generación utilizando distintas vías, principalmente a través del lenguaje, así que enseñamos a los demás lo que deben saber fundamentalmente a través de la palabra. En este sentido, Maturana (1995) considera que el lenguaje es aquello que constituye y representa al ser humano en su aspecto social y que de esta capacidad para la comunicación nace la amplia variedad de relaciones que pueden establecer entre ellos, así como todos los aspectos culturales que influyen en éstas. El lenguaje sería entendido en este contexto como el grupo de conductas coherentes que ocurre cuando nos relacionamos con los demás. Así, Maureira Cid (2008) explica que al relacionarnos y convivir diariamente con los otros, la forma en la que actuamos comienza a ser comprensible y tener significado para los demás, volviéndose posteriormente coherente en la experiencia relacional que proporciona el contacto diario y generando así el lenguaje.

En este sentido, Alberoni (1996) afirma que las personas establecemos tres tipos de vínculos con los demás, fuertes, medios y débiles. Los vínculos fuertes son aquellos que forjamos en la infancia con nuestro núcleo familiar directo, siendo exclusivos, ya que nadie puede ocupar el lugar de nuestros familiares y además, resistentes a cambios de carácter o apariencia física. Fuera de la dinámica familiar, el único lazo considerado igual de fuerte es el que establecemos más adelante con la persona a la que amamos. Por otro lado, los vínculos medios son los que desarrollamos con los amigos íntimos, aquellas personas depositarias de nuestra máxima confianza. Pese a ello, ni siquiera la amistad más estrecha está libre de desaparecer, ya que al contrario que ocurriría con un familiar, una traición o engaño por parte de un amigo hará que la relación se resienta y no vuelva a ser igual que la inicial. Preferimos en muchas ocasiones a los amigos, confiamos más en ellos que incluso en algunos miembros de la propia familia, pero ante un problema grave, la amistad podría acabar por romperse, por ello el autor considera este vínculo en un segundo plano de importancia. Por último, destaca los vínculos débiles, esas uniones que establecemos con conocidos, vecinos y, en el plano

amoroso, con personas por las que únicamente sentimos atracción sexual. En este tipo de vínculos, una mala palabra o un gesto desagradable incrementan la probabilidad de eliminar a esa persona de nuestra vida e incluso, limitándonos al terreno del deseo sexual, una vez acabado el acto, esa persona podría dejar de despertar nuestro interés. No obstante, el hecho que un vínculo sea débil no significa que tengamos que olvidarlo, simplemente se categoriza como falta de fuerza por la ausencia de necesidad de continuar al lado de esa persona o que el hecho de su ausencia no provoque nostalgia. Una vez que se conocen los distintos vínculos relacionales que establecemos con los demás, Alberoni (1996) propone cuatro mecanismos que explican las razones de la formación de los mismos, siendo los siguientes: el principio del placer, la pérdida, la indicación y el estado naciente.

El primero, el principio de placer, establece que creamos vínculos con aquellas personas que satisfacen nuestras necesidades y deseos, de ahí a que prefiramos pasar más tiempo con ellas y, por consiguiente, formemos vínculos más estrechos. Se trataría de un principio básico de condicionamiento por asociación. Mientras que el placer refuerza las asociaciones, otras experiencias negativas como la frustración, disminuirán la fuerza del vínculo por la no consecución de un refuerzo, en este caso la satisfacción de necesidades. Este básico mecanismo se da tanto en los lazos familiares, como en la amistad, de forma que la satisfacción de nuestros deseos y necesidades producirá un fortalecimiento del vínculo a lo largo del tiempo. Además, el principio de placer también es aplicable a una pareja, ya que éste, cuando es recíproco tanto a nivel físico, como emocional, incrementa la necesidad de compartir momentos junto a esa persona. Al tratarse de un fuerte vínculo, los problemas se intentan solucionar de forma consensuada y la relación no llega a su fin, pero este mecanismo por sí solo no es suficiente para explicar el enamoramiento, ya que para crear uniones fuertes se requiere el paso del tiempo. El amor en el proceso de enamoramiento es complejo, ya que nos puede llevar a hacer cosas impensables que no siempre son beneficiosas para nosotros, podríamos llegar a amar a personas que no nos aportan confianza absoluta o que nos traicionan. El segundo mecanismo es la pérdida. Cuando aparece el riesgo de perder a una persona importante para nosotros, sea cual sea el motivo, es cuando nos damos cuenta de lo mucho que la necesitamos. El ser que se pierde se convierte con gran rapidez en objeto de amor y solamente cuando lo recuperamos todo vuelve a tener sentido. Este proceso aumenta el nivel de conciencia al producirse un punto de inflexión entre la situación previa y posterior a la pérdida, creándose así

una jerarquía de valores entre lo que es importante y lo que no con respecto a dicha relación, apreciando realmente el nivel de amor que sentimos hacia esa persona. Un ejemplo claro podría ser una ruptura de pareja. En tercer lugar, encontramos el mecanismo de la indicación. Se basa en el hecho en torno a que nuestros deseos proceden de la identificación con los otros y del deseo de apropiación de lo que tienen o desean. El hecho que otras personas quieran algo, nos indica que ese objeto es deseable y, por tanto, aparece la necesidad de tenerlo, uno exactamente igual o incluso tener concretamente ese, de ahí a que entremos en competición con ellos para conseguirlo, convirtiéndose en nuestros rivales. Trasladando esto al amor, en los celos se produciría un triángulo en el que existe un objeto de deseo que dos personas quieren poseer. Según este mecanismo, nos enamoraríamos de las personas que ya son amadas por otra, así esta última nos serviría de indicador de deseabilidad, convenciéndonos de ello y logrando así que la otra persona capte nuestra atención. Esto lo denomina el autor como amor vanidoso, ya que la persona supuestamente enamorada se da cuenta de su ilusión cuando ya ha conseguido estar con la persona objeto de su amor y, por tanto, el oponente derrotado desaparece. Sin embargo, el deseo se desvanece también, ya que cuando el rival que nos convencía que la persona a la que deseábamos era merecedora de nuestro amor, se esfuma, nuestro interés se desintegra al mismo ritmo. Este mecanismo explicaría el amor que creen sentir las personas por sus ídolos.

Hasta ahora hemos visto los tres mecanismos que toma como base para explicar la experiencia del amor, pero ninguno de ellos por sí solos explica el enamoramiento repentino. De ahí a que se proponga la existencia del mecanismo más importante, el estado naciente. Este mecanismo se basa en poner solución a un problema existente, la cual consiste en una redefinición personal y del mundo, pudiéndose conseguir a través del amor hacia otra persona, ya que es posible ver en ella todo lo bueno que hay en nosotros, esta persona por sí misma nos facilita el acceso a una nueva construcción de la realidad mejorada. Gracias a esta nueva sintonía con uno mismo, apreciamos lo que verdaderamente requiere nuestra atención, el mundo se ve con otra maravillosa perspectiva, siendo la persona amada la entrada que conduce a esa nueva realidad que nos permite conectar más en profundidad con el entorno que nos rodea. En definitiva, cuando dos personas están enamoradas, representan la incursión en el estado naciente, pudiendo cambiar sus vidas al tomar al otro como referencia, siempre y cuando ambos miembros de la pareja estén preparados para abrirse de la misma manera y renacer.

a) Concepto de afiliación y atracción

En otro orden de cosas, como ya se ha comentado, el análisis de la atracción, el amor o la pareja desde la perspectiva científica es relativamente reciente. Sin embargo, en las últimas décadas esa perspectiva ha cambiado radicalmente, aumentando la conciencia de necesidad de estudio sobre esta amplia materia debido a las implicaciones que tiene en la vida en general. Por este motivo, en este apartado se tiene por objetivo elaborar una agrupación de las principales teorías que explican la unión a los demás desde la perspectiva psicosocial. La meta no es hacer una recopilación profunda de éstas, ni de ninguna otra clasificación, ya que previamente ha habido autores que han realizado este trabajo. Así que por la extensión de este tema, simplemente se pretende ofrecer una visión global de aquellas más representativas en los textos consultados, de modo que el obviar a ciertos autores, no tiene como causa el otorgar menor importancia a su trabajo. A continuación, se expondrán dos conceptos de base que nos permiten tomar un punto de referencia para entender el comienzo de las relaciones, para posteriormente dividir las distintas teorías por enfoques, destacando las consideradas por los autores que se han consultado (Baron y Byrne, 2005; Morales et al., 1999; Moya, 1999; Páez, Fernández, Ubillos y Zubieta, 2004; Sternberg, 2000; Yela, 2000).

Comenzamos este recorrido con un concepto base, la afiliación, que engloba a otro fenómeno a considerar posteriormente, la atracción. Según Morales et al. (1999), la afiliación es una tendencia innata, con base neurobiológica, que impulsa a las personas a buscar la compañía de otros, dedicando gran parte de nuestro tiempo a este menester. Esto se debe a que la necesidad de unirse a los demás y ser aceptado es tan fundamental para la estructura psicológica, como comer o beber lo es para la integridad física (Baumeister y Leary, 1995). Además, favorece la supervivencia al desarrollar fuertes vínculos con los demás, aportándonos seguridad y bienestar. Si echamos la vista atrás, el interactuar con otros podría servir como ventaja a nuestros antepasados para conseguir alimento, protección y poder reproducirse, de forma que se incluyó como un mecanismo más al ser adaptativo.

Habría que destacar las distintas necesidades de afiliarnos a los demás, ya que independientemente de la razón, obtenemos una serie de beneficios que no ocurrirían en soledad.

En primer lugar, Schachter (1959) defiende la existencia de dos funciones principales de este fenómeno. Por un lado, reducir el miedo y la ansiedad. Por otro, sirve como referente de comparación de nuestros comportamientos, habilidades y actitudes, las cuales son apoyadas por dos estudios. Con respecto a la primera función, los análisis que realiza tienen por objetivo demostrar si realmente la presencia de ansiedad puede aumentar la necesidad de afiliarse a otros. Para ello utilizó una muestra dividida en dos grupos expuestos a una situación que generaba ansiedad de alta y baja intensidad respectivamente, en este caso descargas eléctricas. Efectivamente, la hipótesis del autor se confirma, ya que más de la mitad de los participantes de condición de alta ansiedad prefirió esperar en compañía de otros hasta que comenzara el experimento, mientras que la opción de esperar en soledad fue elegida por dos tercios de los que se encontraban en situación de baja ansiedad. En referencia a la segunda función, expone que las personas en situaciones ansiosas prefieren la compañía de los otros porque les sirven de distracción, o bien los usan como criterio de comparación para saber la forma de comportarse ante nuevas situaciones. Relacionado con esto, establece que no solamente importa la presencia o no de otros, sino también el tipo de compañía. De este modo, si los otros nos sirven de distracción, cualquier persona que esté a nuestro lado cumple con su cometido, pero si por el contrario los utilizamos como referente de comportamiento, desearemos que a nuestro lado estén personas que se encuentren en nuestra misma situación. Esta última afirmación es apoyada por otro experimento en el que todas las personas se exponían a situaciones igualmente ansiosas, lo único que cambiaba era el modo de espera hasta su aparición, mostrándose que en un grupo de la muestra se prefería esperar en soledad a hacerlo en compañía de personas ajenas a la investigación; mientras que otro grupo, a quien se le daba la opción de estar acompañado por otros participantes o en soledad, eligió por completo la compañía de personas que se encontraban en condiciones similares.

En esta misma línea, el trabajo de Kulik, Mahler y Moore (1996) muestra cómo se benefician las personas al establecer vínculos de afiliación con otros en su misma situación. Los pacientes de un hospital a la espera de operación coronaria, cuyo compañero había sido operado o estaba a punto de someterse a cirugía, entablaron más conversaciones entre ellos y éstas giraban en torno a sus emociones en comparativa a otros compañeros de habitación que no se encontraban en las mismas condiciones. Los primeros pacientes obtuvieron una mejora más rápida y necesitaron menos medicación tras la operación. Estos resultados dejan claro que, an-

te situaciones tensas, las personas buscamos claridad cognitiva y emocional para saber qué está ocurriendo y entender lo que se está experimentando a nivel afectivo (Baron y Byrne, 2005). En contraposición a estos descubrimientos, hay otras investigaciones que apuestan por un incremento de la ansiedad ante la presencia de los otros, como el de Sarnoff y Zimbardo (1961), en el que se exponía a los participantes a situaciones embarazosas, prefiriendo esperar en soledad a la ejecución de la tarea. Igualmente, el estudio de Fox (1980) muestra cómo las personas, al elegir entre un listado de situaciones combinadas con preferencia de compañía o soledad, se decantaron por estar junto a otras personas en situaciones amenazantes y agradables, pero preferían estar solos ante situaciones desagradables y aquellas que requerían concentración.

Por otro lado, Hill (1987) expone otro motivo para la afiliación y es la necesidad de atención, que se traduce en conductas encaminadas a ser aceptados y elogiados por los demás. A ésta, añade dos motivos más. Por un lado, la necesidad de estimulación positiva, basada en información explícita en donde la persona expone directamente sus deseos de afiliación. Por otro, la necesidad de apoyo social, asentada sobre motivos implícitos, en el que se exploran razones menos obvias para afiliarse. En este sentido, Craig, Koestner y Zuroff (1994) encontraron que aquellas personas que se movían por razones explícitas eran mucho más sociables, interactuando con más personas en comparación a aquellos cuyas necesidades eran implícitas, los cuales establecían relaciones más cercanas con menos personas, lo cual lleva a concluir que, en el primer caso, los motivos conducen a interacciones sociales en general, mientras que en el segundo llevan a un contexto interpersonal más cercano y cerrado.

Un concepto que guarda una estrecha relación con la afiliación es la atracción interpersonal, aunque son dos concepciones distintas, ya que la segunda queda englobada en la primera. La atracción alberga la explicación del comienzo de los distintos tipos de relación existentes, incluida la amorosa. Así la atracción interpersonal, según Morales et al. (1999), se entiende como una evaluación cognitiva que una persona hace de otra u otras expresándose en un continuo que va del polo positivo o amor, hasta el negativo u odio, yendo asociada a conductas, sentimientos y otras cogniciones en torno a esa persona o personas. Es decir, intentar estar junto a las personas por las que nos sentimos atraídos, experimentar bienestar cuando esto ocurre, así como los rasgos que asociamos de forma directa a las personas objeto de nuestra

atracción. Para Newcomb (1961), se trata de una emoción de empoderamiento, así como una actitud de tipo positivo hacia el otro, las cuales se muestran por el deseo de reducir la lejanía con respecto a esa persona, llevando esto a pensar, actuar y sentir de modo positivo hacia ella. El concepto de atracción se ha usado para relacionar entre sí otras nociones, tales como amor romántico o apasionado, que junto con la atracción son construcciones que se superponen, ya que el amor apasionado se entiende como un modo de atracción interpersonal, siendo ésta última una palabra que se usa con frecuencia para referir diversas ideas de amor (Berscheid y Hatfield, 1969). Esta fuerza de atracción, el amor apasionado, se entiende como un intenso anhelo de unirse a otra persona, manifestándose a través de cogniciones, emociones y comportamientos (Hatfield y Walster, 1978), pudiendo esperar dimensiones muy parecidas en la atracción interpersonal, ya que tal y como establecen Tedeschi, Schlenker y Bonoma (1973), tendría efectos cognitivos, afectivos y disposicionales. El primero implicaría la idea de gustar. El segundo, el afectivo, incluiría la variedad e intensidad emocional. Por último, el componente disposicional hace referencia a la inclinación por actuar de cierta forma con respecto a otro individuo. La importancia de estos elementos se hace visible a través de investigaciones como la de Montoya y Horton (2004), que hallaron el papel tan relevante que tiene la evaluación cognitiva en la atracción hacia los demás. Concretamente, al aumentar la calidad de lo que valoramos a nivel cognitivo de otra persona, se incrementa la atracción, lo cual es particularmente aplicable a los hombres, pero no tanto en el caso femenino. De igual modo, el trabajo de Simpson, Collins, Tran y Haydon (2007) muestra que la intensidad y la frecuencia de las emociones que nos despierta un compañero sentimental, actúan como medio de información propia teniendo dos funciones, la primera para comunicarnos el nivel de satisfacción que tenemos en nuestra actual relación de pareja y la segunda, se usa como medida de la sensación de cercanía hacia la persona amada.

Por otro lado, el que nos sintamos atraídos por unas personas y no otras, o incluso que nos produzcan un profundo desagrado, según Moya (1999), viene explicado por una serie de mecanismos psicológicos que intervienen en este proceso y que se basan en modelos teóricos en psicología social, exponiéndose a continuación lo más representativos en las investigaciones consultadas. En primer lugar encontramos la búsqueda de consistencia interna, concepto en el que se basan la teoría del equilibrio de Heider (1958) o la teoría de la disonancia cognitiva de Festinger (1957). Explican la necesidad del ser humano de mantener una doble coheren-

cia en las relaciones establecidas, actitudinal por un lado y entre las actitudes y conductas, por otro. Esto caracterizaría dos tipos de uniones, las consistentes, en las que existe un equilibrio entre ambos aspectos, como pensar igual que nuestros amigos o mostrar las mismas aficiones que nuestro compañero sentimental y, de otro lado, las inconsistentes, en las que no existiría similitud con respecto a nuestros semejantes más cercanos como en el caso anterior.

El segundo proceso a destacar son las consecuencias de la asociación y el refuerzo. Partiendo de los postulados del condicionamiento clásico, nos sentiremos atraídos por aquellas personas con las que asociemos aspectos positivos y rechazaremos a quienes hayamos relacionado con experiencias negativas (Byrne, 1970). En esta línea, destacamos el estudio de May y Hamilton (1980), en el que se pretendía valorar cómo un grupo de mujeres evaluaba el atractivo masculino a través de una serie de fotografías en función de la asociación a música agradable o desagradable para ellas. Efectivamente, aquellas mujeres que llevaron a cabo evaluaciones más positivas de las fotografías, escuchaban de fondo música que les gustaba. Por otro lado, con respecto al mecanismo del refuerzo, podemos afirmar que existe una mayor atracción por aquellas personas que nos recompensan positivamente, porque la consecuencia en nosotros se traduce en sentimientos agradables, mientras que nos desagradarían aquellos cuya relación nos otorga consecuencias negativas, produciendo sentimientos del mismo tipo en nosotros (Byrne y Clore, 1970; Lott y Lott, 1974), de ahí a que una persona que emite críticas sobre nuestra persona lo percibamos como menos atractivo que otra que nos alaba, por ejemplo. Esta idea queda plasmada en la teoría de la reafirmación, cuyo postulado central se basa en que la atracción hacia alguien es consecuencia de la obtención de refuerzo o gratificación en presencia de esa persona (Lott y Lott, 1961; Lott y Lott, 1974). Los estudios en este campo concluyen que únicamente se sentiría atracción hacia aquellos a los que hemos asociado reafirmaciones positivas. Según Griffitt y Veitch (1971), es muy difícil que una persona sienta atracción hacia otra completamente desconocida en un ambiente que le resulta molesto. Además, Brehm (1985) propone tres grandes fuentes de recompensas a nivel de relación: las características personales, tales como sentido del humor, belleza o inteligencia; el comportamiento hacia la pareja, es decir, cubrir necesidades y ofrecer consuelo y apoyo, y por último, el tener acceso a los recursos externos que posee el compañero/a sentimental, tales como dinero o prestigio y abundantes relaciones sociales.

En definitiva, estos dos mecanismos que se han expuesto resumen los efectos cognitivos que una persona produce en nosotros, pero no presentan valor fuera de un contexto de interacción, es decir, una evaluación, aunque sea positiva, no va ser igualmente interpretada si procede de alguien de quien estamos enamorados, que si su emisor es una persona a quien rechazamos fuertemente, por eso pasamos a exponer el tercer mecanismo, el intercambio e interdependencia. Éste se basa lo que conocemos como teoría del intercambio social (Blau, 1964), que explica la evaluación que una persona hace entre los costes y beneficios de una interacción, es decir, una persona resultará atractiva en la medida en que los costes de la relación no superen a los beneficios que nos pueda aportar. En este sentido, la teoría de la interdependencia (Kelley y Thibaut, 1978) añade que tanto la valoración sobre los beneficios y costes de una relación y, por consiguiente, el juicio sobre el nivel de atractivo de la otra persona, van a depender de una serie de comparaciones, las cuales se basan en dos criterios, el nivel de comparación y el nivel de comparación con alternativas. El primero hace referencia a la calidad de los resultados que cree merecer, de tal manera que cualquier vivencia presente pasará por el filtro de experiencias pasadas, entendiéndola como beneficiosa solamente si supera el nivel de comparación. Trasladado a una pareja, comparamos la situación actual que vivimos con respecto a relaciones anteriores, las que mantienen nuestros padres, amigos o incluso las que nos muestran en el cine o la literatura, ahora bien, esta concepción puede cambiar con el tiempo y, por tanto, cambiar nuestro nivel comparativo. El segundo criterio pone de manifiesto que cuando el nivel de satisfacción de una relación es bajo, pero no hay alternativas, la valoraremos positivamente, sin embargo, si surge otra en la que los beneficios sean mayores que los costes y esa valoración se incrementa, la antigua relación probablemente deje de existir, ya que al comparar, el juicio que hagamos de ella será mucho más negativo. En resumen, estos últimos enfoques destacan por la importancia que otorgan a las evaluaciones personales en el intercambio social, ya que la valoración de coste y recompensa se hará en función de las experiencias, creencias y atribuciones personales y ajenas, las cuales son constantemente cambiantes.

b) Factores explicativos de la atracción

A esta información sobre la atracción interpersonal se le añaden una serie de factores que justifican cómo puede llegar a aparecer ésta, así como la intensidad con la que lo hace en

las relaciones. Quedan enumerados y desarrollados a continuación: características observables, otras características socialmente valoradas, semejanza, reciprocidad, emociones positivas/negativas, excitación y obstáculos. Veamos en profundidad cada uno de ellos, con las principales teorías con las que se relacionan.

El primer factor a tener en cuenta es la proximidad. Para llegar a amar, hay que conocer, ya que la mayoría de personas a las que destinamos nuestro amor y con las que guardamos relación son personas próximas, aquellas con las que contactamos e interactuamos frecuentemente, es decir, la proximidad es un medio a través del cual los extraños pueden llegar a conocerse. Existen dos elementos que influyen en el hecho que las personas lleguen a establecer contacto con mayor probabilidad. En primer lugar, los factores sociales o institucionales, por ejemplo la agrupación de estudiantes en una clase por orden alfabético. En segundo lugar, las características propias de cada individuo, es decir, dos personas que les guste el mismo estilo musical es más probable que coincidan en lugares en los que es habitual que esa música suene, como bares o conciertos. Esto viene a exponer que cosas aparentemente tan triviales como nuestras aficiones, la letra de nuestro primer apellido o la distancia entre nuestras casas, no solamente hacen que la gente pueda llegar a conocerse, sino también influir en las relaciones más a largo plazo. En su estudio, Festinger, Schachter y Back (1950) pidieron a estudiantes universitarios que eligieran con qué tres personas se relacionaban más y les caían mejor. En casi la mitad de los casos, se eligió a personas que vivían en la puerta contigua. Una investigación semejante es la de Segal (1974). Estudió las relaciones que establecían los estudiantes de una escuela de policía, cuya organización en las aulas y dormitorios se hacía por orden alfabético. Tras medio año de convivencia, se exploró cuáles eran los tres mejores amigos cada uno tenía, observándose de nuevo que la proximidad juega un papel muy importante en el inicio de las relaciones, ya que la amistad se había forjado con aquellos en los que las iniciales de sus apellidos eran cercanas. Asimismo, Byrne y Buehler (1995) establecen que las relaciones que mantienen los estudiantes se ven influenciadas por la distancia entre los asientos, siendo la proximidad física el elemento que hace que puedan llegar a conocerse. No obstante, estos hallazgos no aseguran totalmente que la proximidad detone por sí misma el inicio de las relaciones, ya que como se ha comentado anteriormente, también se deben tener en cuenta que las características particulares de esas personas pueden ser las que los muevan a unirse a otros con los cuales compartan dichas cualidades.

Antes de pasar al siguiente gran factor, en este punto podemos plantearnos los motivos que hacen que la proximidad sea tan importante para desarrollar la atracción y finalmente iniciar una posible relación, aunque hay que tener en cuenta que la proximidad ejerce su influencia en la atracción siempre y cuando la persona que conocemos tenga en nosotros un primer impacto positivo o neutro, nunca negativo. Por ello, es necesario analizar aquellos procesos psicológicos que explican cómo influye la proximidad sobre la atracción. En primer lugar, las personas más próximas físicamente hablando, por lo general, suelen ser a las que más acceso tenemos. Hechos del día a día sobre los que se construye una relación, tienen una mayor probabilidad de ocurrencia con personas cercanas. Efectivamente, según Berscheid y Reis (1998), la cercanía como tal no tiene efecto, sino que lo que genera la cercanía y en última instancia la atracción y creación de relación, es la posibilidad de interactuar con otros. En segundo lugar, la exposición repetida a alguien desconocido, en principio, hace que la sensación de inseguridad descienda, volviéndose esa persona más familiar para nosotros. En nuestra sociedad, se nos enseña que no es adecuado o hasta peligroso tratar con desconocidos, e incluso en otros países es señal de mala educación iniciar conversaciones con quien no conocemos si antes no ha sido presentado. El tercer mecanismo y muy relacionado con lo anterior, es lo que conocemos como *efecto de la mera exposición* (Zajonc, 1968), es decir, la proximidad aumenta la familiaridad y ésta la atracción. La exposición a un estímulo neutro o positivo de forma reiterada produce un incremento de atracción hacia el mismo, pudiendo ocurrir lo contrario en caso de que este estímulo tenga valor negativo, produciendo así la repulsa hacia éste. Esto extrapolado a nivel relacional, se entiende que el conocer más a alguien nos permite comprender su forma de actuar y pensar, pudiendo así percibir las semejanzas que nos unen, pero hay una excepción, el relacionarnos demasiado con alguien que odiamos puede incrementar esa emoción (Swap, 1977). No hay que olvidar que nuestros antepasados primitivos probablemente valorarían como peligroso cualquier estímulo desconocido, lo cual se ha mantenido a través de las generaciones porque ayuda a la supervivencia. No obstante, con la exposición repetida, esos estímulos nuevos pasan a ser familiares y seguros, lo que nos permite incluir nuevas personas, situaciones y experiencias en general a nuestra categoría familiar y conocida, generando resultados positivos, por ejemplo, un rostro que nos resulta familiar se evalúa positivamente y produce una respuesta emocional del mismo valor (Harmon-Jones y Allen, 2001). Además, el efecto de la mera exposición ocurre incluso cuando la persona no es consciente de la presencia

del estímulo, es más, el efecto se produce con mayor intensidad en estas condiciones. Así, Bornstein y D'Agostino (1992) descubrieron que el efecto de exposición repetida es mucho mayor cuando se produce bajo una presentación subliminal, bajo el umbral de percepción normal de una persona de forma que no se da cuenta de haber visto el estímulo. En cuarta posición encontramos la semejanza, que aunque se verá en mayor profundidad más adelante como factor principal que influye en la atracción, se puede adelantar que puede aumentar el nivel de familiaridad con los otros, bien porque tendemos a unirnos por esa similitud, o bien porque ha aumentado entre nosotros como consecuencia del tiempo que pasamos juntos. Finalmente, el quinto mecanismo hace referencia al equilibrio que intentamos restablecer cuando nos vemos obligados a permanecer junto a una persona que no es agradable para nosotros. Según las teorías de la consistencia cognitiva, lograríamos ese equilibrio intentando aumentar la distancia con respecto a ella o intentando descubrir que no nos desagrada tanto como creíamos.

Pasamos ya al segundo factor que tiene una clara influencia sobre la atracción, las características físicas, es decir, una persona con un aspecto físico agradable para nosotros, nos atraerá mucho más que si es menos agraciada (Hatfield y Sprecher, 1986), es más, utilizamos la palabra atractivo físico para hablar de alguien cuya apariencia nos gusta, estableciendo una similitud entre belleza y atracción. Por tanto, el atractivo físico hace referencia a los aspectos del exterior de una persona que es evaluado como atractivo o no a nivel visual. En los primeros encuentros o en contactos superficiales, los rasgos físicos juegan un papel muy importante, ya que pueden dar pie a repetir la interacción o quedar descartada esa opción. En este sentido, Rodin (1987) establece que lo primero que decidimos al entrar en contacto con extraños es si nos despiertan algún tipo de interés, ya que de no ser así, esa persona es ignorada, no se le presta atención y se olvida, es lo que denomina *ignorancia cognitiva*, invirtiendo el tiempo y la energía en los que sí resultan interesantes para nosotros, a expensas de dejar de conocer a gente altamente valiosa. Por otro lado, Pines (2001) encontró que tanto la apariencia física, como los rasgos de personalidad eran cuestiones muy significativas en la fase de enamoramiento, observando que los hombres reparan más en la apariencia física de ellas al evaluar su atractivo, mientras que las mujeres priorizan las características de personalidad al realizar juicios sobre la apariencia. Este dato contrasta con el hallazgo de Swami et al. (2010), quienes descubrieron que la personalidad de las mujeres afectaba de una forma sustancial en las eva-

luaciones masculinas. En cualquier caso, tanto la apariencia física, como la personalidad serían elementos sujetos a valoración.

Para Hendrick (2004), la apariencia física es con una alta probabilidad el factor más poderoso que determina la atracción de una persona hacia otra, al menos en un primer término. Es entendida como el aspecto exterior de una persona, ya sea el cuerpo, ojos, atuendo, pelo o fisonomía en general (Karandashev y Fata, 2014). Para estos autores, la atracción física se relaciona estrechamente con la atracción sexual, pero son dos conceptos diferentes, debido a que ésta última refiere el deseo sexual hacia una persona, acompañado de excitación en presencia de la misma. Aparte, la atracción física comprende una noción más amplia, abarcando una gran variedad de aspectos físicos sin necesidad de ser de carácter sexual. Añadido a esto, establecen un modelo teórico de la atracción física que incluye tres componentes, cognitivo, emocional y conductual que permanecen unidos en la manifestación de ésta. El cognitivo es una dimensión que recoge la forma en la que alguien percibe, piensa, recuerda e imagina a otra, ya que construir una imagen mental de la persona amada es un elemento fundamental que provoca la atracción. La dimensión emocional de la atracción incluiría sintomatología fisiológica, sentimientos placenteros y actitud positiva ante la compañía del compañero sentimental. Las emociones que se experimentan hacia la pareja ejercen como potenciadoras de ciertos rasgos físicos, e inhibitoras de otros también importantes. En este terreno, las características de la pareja que satisfagan nuestras necesidades físicas y emocionales serán consideradas como elementos de atracción. Finalmente, el componente conductual hace referencia al movimiento hacia la pareja con la finalidad de permanecer junto a ella. Moverse hacia el compañero afectivo ayuda a cubrir las necesidades de ambos miembros de la díada, de forma que el deseo de proximidad y el tiempo que ésta dure serían considerados como manifestaciones de la propia atracción hacia otro.

Atendiendo a estos rasgos observables, existen investigaciones que ponen de manifiesto lo que hace atractiva a una persona a los ojos de los demás. Comenzamos con Cunningham (1986), quien analiza aquellos aspectos físicos que son considerados como atrayentes para hombres y mujeres. Sería en las mujeres una belleza infantil con ojos grandes, nariz pequeña y mejillas estrechas, o bien rasgos maduros como pómulos prominentes y cejas altas. Otro rasgo físico es la altura, que ha sido valorada como un rasgo positivo para los hombres, pero no para

las mujeres (Sheppard y Strathman, 1989), pero sí la proporción cintura-cadera para ellas (Singh, 1993). Asimismo, Alicke, Smith y Klotz (1986) afirman que el atractivo disminuye si rostro y cuerpo no presentan el mismo nivel de belleza; al igual que ocurre con las personas que tienen sobrepeso, consideradas menos atractivas que el resto (Larkin y Pines, 1982). Un rasgo que se asocia a la elección de pareja es el tono de la piel. Las mujeres presentan tonalidades más claras que los hombres en un gran abanico de poblaciones, incluso con control de exposición a la luz solar (Frost, 2008). Se trata de un rasgo que se torna dimórfico en la pubertad y se aclara durante la adolescencia, siendo una diferencia clara en la edad adulta, aunque parece que se acentúa más en personas de color de piel medio, no ocurriendo en pieles muy oscuras o muy claras (Mesa 1983). Tal y como establece Frost (2011), para explicar el que el tono de la piel se use como criterio para elegir a la pareja, hay dos factores de tipo evolutivo. El primero, es que el tono de la piel se usa como señal neoténica, es decir, con rasgos infantiles y juveniles, de forma que un tono de piel más claro se asociaría a menor edad, siendo una apariencia infantil un reductor de la agresividad masculina. El segundo factor y muy relacionado con el anterior, es que la piel se usaría como indicador de fertilidad, ya que la piel clara indica juventud y ésta a su vez, capacidad reproductiva.

Otro aspecto físico es el tamaño de los senos, igualmente estudiado por desempeñar un papel importante en el atractivo femenino, en la atracción y a nivel evolutivo. Como apuntan Singh y Young (1995), el tamaño de los pechos es un indicativo de atractivo e indica capacidad reproductiva, ya que los de mayor tamaño son propios de la edad adulta y, por tanto, una mujer preparada para engendrar hijos, siendo las mujeres delgadas con pechos grandes calificadas por los hombres como las imágenes más atractivas. Finalmente, un elemento muy estudiado en este terreno es la relación cintura-cadera. Un trabajo reciente sobre este tema utiliza los movimientos oculares para obtener información no solamente sobre las decisiones en cuanto al atractivo, sino también para observar qué zonas son las más atractivas en el físico femenino, dicho trabajo es el de Garza, Heredia y Cieslicka (2016). Ya Singh (1993) utilizó dibujos lineales para evaluar la preferencia masculina en la proporción entre cintura y cadera femenina encontrando que, en un rango 0.7-0.9 independientemente del tipo de cuerpo, la proporción más baja fue clasificada como la más atractiva, así como indicativa de buena salud y adecuada capacidad reproductiva. Volviendo al estudio de Garza et al. (2016), se observan los mismos resultados, la proporción menor era la más atractiva. En cuanto a las regiones que

recibieron más atención, fueron las partes superiores del cuerpo, esto es, cara, pechos y vientre, las zonas que a través de la evolución se relacionan con la fertilidad, siendo la zona estomacal la que tuvo la fijación más larga y los pechos los que recibieron la mayoría de las primeras miradas, así queda representado, con el tiempo de fijación, el interés por una zona concreta y, con el número de visualizaciones, una exploración más exhaustiva. Con respecto a los senos, los medianos y grandes producían un incremento del atractivo de la imagen corporal completa, siendo también estos dos tipos los que más tiempo de visualización recibieron. En resumen, estos hallazgos pueden implicar que tanto la proporción baja de cintura-cadera, como el tamaño de los pechos, son señales fenotípicas en torno a la calidad reproductiva de la mujer, ya que el que los hombres pasen más tiempo mirando estas zonas corporales tendría su razonamiento en una toma de decisión más acertada. Esta idea se obtiene a partir del estudio de Platek y Singh (2010) que revela que cuando los varones observan imágenes de mujeres con bajas proporciones de cintura-cadera, se activan áreas cerebrales relacionadas con la toma de decisión, como el núcleo accumbens o el paracingulado anterior.

Por otro lado, existen cuatro razonamientos para que nos resulte atractivo un buen físico (Moya, 1999). La primera razón hace referencia a las creencias sociales en torno a la belleza, a la cual se asocian otra serie de rasgos que en principio no tendrían que estar relacionados (teorías implícitas de la personalidad). Se trata de creencias que interiorizamos desde la infancia, ya que con mirar qué representan y quiénes eran los héroes de los libros, series, dibujos y cuáles eran los que detestábamos (brujas, monstruos, madrastras, etc.), podremos comprender esta asociación. Aunque se trate de ideas muy extendidas sobre que el atractivo sea un indicador de rasgos de personalidad y carácter, la gran mayoría de estereotipos que parten de la apariencia física son erróneos. De esta forma, con respecto a una persona que posea una buena cualidad, se tiende a creer que presenta otras características positivas, por ejemplo asociar la belleza a independencia, dominancia o estabilidad. También es cierto que el atractivo físico se puede conectar con rasgos negativos, por ejemplo, las mujeres menos atractivas suelen ser catalogadas como menos materialistas y vanidosas, o incluso considerar la existencia de una menor tasa de culpabilidad en un delito en el que ha existido engaño (Cash y Duncan, 1984). El sobrepeso es otro tema en el que existe una asociación entre forma corporal y rasgos de carácter. En este sentido, las personas siguen reaccionando ante los otros basándose en los juicios por su cuerpo, es decir, un cuerpo redondo y gordo sugiere que la persona no se cuida y

está lleno de tristeza, frente a un cuerpo musculado que proyecta buena salud, mientras que un cuerpo delgado y angular reflejaría temor e inteligencia (Gardner y Tockerman, 1994). En esta misma línea, Crandall (1994) asemeja los prejuicios que se tienen con respecto a la gente obesa con los problemas de tipo racial, encontrando actitudes muy negativas en referencia a la gordura. Observa la tendencia que existe entre los humanos a trasladar la responsabilidad de los atributos negativos a la persona que los presenta, siendo estas tendencias mucho más potentes en sociedades que valoran la individualidad en comparación a aquellas que son colectivistas. Hablando de distintas sociedades, también encontramos que los estereotipos positivos sobre el atractivo son interculturales, es decir, existe un cierto consenso cultural en lo que representa el atractivo físico, estando formado por competencia a nivel social, capacidad de adaptación e inteligencia y calidez en las relaciones sexuales, sin embargo, el contenido concreto de esos estereotipos varía de una cultura a otra (Dion, Pak y Dion, 1990). Exponen que en las culturas colectivistas se asociará el atractivo con la integridad y la preocupación por los demás, cosa que no ocurre en una cultura individualista. El segundo razonamiento, es el beneficio social que obtenemos de relacionarnos con alguien atractivo, ya que nuestra imagen se ve favorecida ante los demás, dando mejor impresión al ir acompañados de una persona con gran belleza. Con respecto a la tercera razón del listado inicial, el estudio de Reis, Nezlek y Wheeler (1980) permite concluir que es posible que la gente atractiva incremente su belleza ante los demás a través de su propio comportamiento. Esto es, los hombres con mayor belleza, al poder tener más relaciones con otras mujeres, mejoran sus competencias y habilidades sociales en comparación a otros menos atractivos. Resultados que no se encontraron en las mujeres, ya que las más bellas no interactuaban tanto con otros hombres y presentaban más temor y menos asertividad. Afirman que, por lo general, las personas con un mayor atractivo suelen estar acostumbrados a gustarles a los otros y ser tratados con agrado, lo cual se entiende que sería el germen de sus habilidades. Finalmente, el cuarto motivo hace referencia al afecto, ya que, como hemos visto, es una fuente principal de atracción, por lo que los individuos con buena apariencia activan un afecto positivo en los demás (Kenrick, Montello, Gutierrez y Trost, 1993). No obstante, hay que matizar con respecto a ciertas diferencias individuales, es decir, las personas que presentan una alta necesidad de realizar actividades de tipo cognitivo, no se ven tan influenciadas por el efecto del atractivo físico, contrariamente a lo que les ocurre a personas con necesidades cognitivas bajas (Perlini y Hansen, 2001).

Dejando las características observables atrás, el tercer gran factor de la lista, son aquellos elementos personales socialmente valorados, como los rasgos de personalidad o cualquier otro atributo que sea vulnerable a ser evaluado como atractivo. Partimos de la base que la apariencia física no es lo único que se juzga, ni lo único que influye en que valoremos a una persona como atractiva, sino que realmente cualquier característica personal puede evaluarse en estos términos. Cuando vemos a alguien por primera vez, reaccionamos ante un gran conjunto de elementos observables, actuando cualquiera de ellos como un posible desencadenante emocional, dando lugar así a un agrado o desagrado casi instantáneo. Estas afirmaciones se relacionan con el estudio de Anderson (1968), quien encontró que los atributos que consideramos más atractivos son la sinceridad, honestidad, comprensión, lealtad y que una persona sea digna de confianza, mientras que los valorados más negativamente fueron la mentira, falsedad, ser mezquino, cruel y deshonesto. Otra investigación al respecto es la realizada por Moya (1990). Encuentra que las características de personalidad mejor consideradas fueron la comprensión, lealtad, empatía, sinceridad y alegría, mientras que en el extremo opuesto aparecen violencia, narcisismo, comportamiento caprichoso, dominancia y agresividad. Con su trabajo, Lydon, Jamieson y Zanna (1988) muestran que estos rasgos se agrupan en el conjunto del afecto, por un lado, y el de la competencia, por otro. La primera categoría alberga rasgos generales, como afectuoso, amigable, feliz y considerado; señales no verbales, tales como sonreír, mirar con atención o expresar emociones y disposiciones actitudinales, como el mostrar agrado por las cosas y las personas. El segundo grupo recoge las habilidades sociales, la inteligencia y la competencia, como por ejemplo poder mantener una conversación interesante o tener conocimiento sobre lo que se está hablando. Otro aspecto a tener en cuenta dentro de este factor son los aspectos conductuales, así como la consistencia de dichas conductas, ya que lo contrario indicaría hipocresía. En este sentido, son muchos los aspectos que nos aportan información sobre una persona, la forma de caminar, gesticular o incluso saludar son carne de interpretación a nivel social. En esta línea, Omori y Miyata (2001) sostienen que una persona que parpadea mucho es valorada como nerviosa y con problemas atencionales en comparación a aquellas cuyo nivel de parpadeo es menor; o alguien que estrecha la mano con cierta fuerza tiende a ser evaluado como muy extrovertido y con gran capacidad de expresión emocional, más que introvertido o tímido (Chaplin, Phillips, Brown, Clanton y Stein, 2000).

El cuarto factor de influencia en la atracción es la semejanza y el agrado mutuo. Como se ha visto a lo largo de los diferentes factores que se han expuesto, el punto de partida para que dos personas puedan llegar a iniciar una relación de cualquier tipo, es el contacto frecuente, fomentado en la gran mayoría de ocasiones por la proximidad física. Sin embargo, esto debe ser impulsado de forma mutua por necesidades de afiliación, un estado emocional positivo y la presencia de características observables que resulten atractivas. De esta manera, la comunicación entra aquí en juego, teniendo dos elementos importantes, el grado de similitud entre ambos individuos y el nivel de agrado recíproco. Por tanto, podemos afirmar que existen muchísimas dimensiones en las cuales los seres humanos tenemos coincidencias, de manera que se acepta a nivel general que a mayor similitud, mayor atracción entre ellas. Sin embargo, este fenómeno no es actual, ya que se trata de una cuestión ya debatida, llegando la investigación empírica de esta hipótesis con Galton (1952), descubriendo las grandes similitudes que existen entre los miembros de una pareja casada.

Las dos dimensiones más estudiadas en este terreno son las semejanzas de actitud y las de personalidad. Ya Newcomb (1961) afirmaba la gran importancia que sobre la atracción tiene la similitud de actitudes, que no es más que el compartir actitudes parecidas en torno a una serie de temas. Al parecer, al menos en la muestra de estudiantes de su trabajo, este aspecto era mucho más importante que cualquier otro mecanismo psicológico implicado que hayamos visto hasta ahora, ya que se encontró que solamente quienes tenían actitudes y valores semejantes acabaron sintiendo atracción pasado un tiempo, no ocurriendo si esta condición no se cumplía incluso entre compañeros de habitación. A mayor similitud, más atracción, lo cual se aplica también a la cantidad de actitudes. Con respecto a esta última afirmación, Byrne y Nelson (1965) establecen que a mayor número de actitudes compartidas más agrado nos produce la persona en cuestión, para lo cual hemos de valorar qué postura adopta nuestro acompañante con respecto a una serie de temas, obteniendo como consecuencia un conjunto de coincidencias que generarán afecto positivo y una lista de discrepancias o actitudes distintas, produciendo un afecto negativo. Tras esto, realizamos un sencillo cálculo en el que evaluamos el equilibrio de semejanzas y diferencias con respecto al conjunto total de temas, sin importar cuántos sean. No obstante, con respecto a este último dato existe una serie de estudios que indican un efecto ligeramente superior de las actitudes diferentes en comparación a las semejantes, debido esto a que la mayoría de las personas presuponen que una persona, sobre todo

atractiva, tiene actitudes semejantes a las suyas (Krueger y Clement, 1994), o en otras palabras, el *efecto del falso consenso*, esto es, la creencia que una persona tiene sobre el supuesto acuerdo general con sus propios ideales y opiniones, teniendo como consecuencia que el desacuerdo sea interpretado como sorpresa y el acuerdo se dé por hecho. Se ha comentado también que el campo de la semejanza de personalidad ha sido muy estudiado, pero sus resultados no son tan concluyentes, debido quizá a que los rasgos de personalidad no son expresados ante los demás en su totalidad. A pesar de esto, Baron y Byrne (1991) establecen que cuando las dimensiones de personalidad se manifiestan de forma totalmente clara, la semejanza atrae más que la diferencia, al menos en los rasgos de orientación de rol sexual, depresión, búsqueda de sensaciones y estilo cognitivo.

Añadido a esto, hay que destacar cuatro explicaciones sobre la forma en la que la semejanza influye en la atracción, tanto positiva, como negativamente (Moya, 1999). La primera hace referencia a la relación directa entre afecto y atracción, de ahí a que se entienda que las actitudes similares generan afecto positivo y las diferentes, afecto negativo. El segundo argumento se centra en la similitud y disimilitud, el afecto que generan y el peso que ejercen sobre la atracción. El hecho que estos dos elementos produzcan reacciones emocionales, queda explicado en la teoría del equilibrio (Heider, 1958; Newcomb, 1961), en la cual se plantea que en la búsqueda de equilibrio que llevan a cabo las personas, tienden a cuadrar sus simpatías y antipatías de forma simétrica. De esta forma, las relaciones equilibradas se producen cuando alguien es semejante y nos atrae o cuando es distinto y no ocurre la atracción. En el momento en que dos personas aprecian el agrado y la similitud existentes, da lugar al equilibrio, lo cual es agradable emocionalmente hablando, produciéndose en caso contrario un desequilibrio y, como consecuencia un desagrado emocional. Si esta última situación llegara a producirse, las personas intentarían provocar cambios propios o ajenos para conseguir la similitud. Si no se diera disimilitud, sino desagrado, ocurriría un tercer planteamiento, el no equilibrio, no habiendo placer o displacer, sino indiferencia ante las similitudes o diferencias que pudiera llegar a tener con la persona con la que están interactuando. La tercera fuente de influencia es la semejanza como reforzador. Nos interesamos en las opiniones, ideas y creencias de los demás únicamente para corroborar lo que ya conocemos, no por buscar precisión en nuestros argumentos. Esto no ocurriría cuando dos personas se asemejan por presentar rasgos negativos, llevando esto al rechazo. Finalmente, la cuarta explicación versa sobre los procesos compara-

tivos y evaluativos de las opciones presentes, así como de la relación coste-beneficio de éstas, estableciendo que pueden ser la causa de la elección de personas semejantes a nosotros en ciertos aspectos. Esto se produciría porque las personas más valoradas se perciben como menos accesibles, sintiéndonos atraídos por aquellas que pueden correspondernos en relación a una determinada característica, como el nivel educativo, clase social o atractivo físico, siendo este el principal postulado de la teoría expectativa-valor (Feingold, 1988).

La tan extendida relación entre similitud y atracción fue puesta a prueba por Rosenbaum (1986) y su hipótesis de la repulsión. Haciendo hincapié en los errores cometidos en las investigaciones referentes a este campo de estudio, propuso que únicamente la disimilitud tiene influencia sobre la atracción, lo cual fue puesto a prueba a través de la investigación de Smeaton, Byrne y Murnen (1989). Realizando una comparación experimental entre actitudes de similitud, disimilitud y la hipótesis de repulsión, encontraron que la atracción se encontraba altamente influenciada por la proporción de actitudes similares entre los participantes, por lo que se rechaza la hipótesis anterior, ya que la similitud no es en absoluto irrelevante a la hora de la interacción y atracción interpersonal.

El quinto factor es la reciprocidad como elemento de influencia sobre la atracción. En el momento que dos personas aprecian las semejanzas que presentan para iniciar una relación, es cuando la reciprocidad entra en juego, ya que la presencia o ausencia de este elemento es crucial para el desarrollo de las relaciones afectivas, el que nosotros también resultemos atractivos a la persona con la que interactuamos (Condon y Crano, 1988), debido a que a la mayoría nos agrada recibir respuestas positivas, no ocurriendo lo mismo ante comentarios negativos, incluso no siendo demasiado desagradables, o a modo de crítica constructiva (Gordon, 1996). En este sentido, es necesario hacer mención a lo que se conoce como *efecto baba* (Vonk, 1998), esto es, cuando una persona se dedica a alabar excesivamente a otra de la cual puede obtener un beneficio, pero es absolutamente desagradable con personas inferiores, por ejemplo en una empresa, se produciría este efecto cuando un empleado agrada al jefe y maltratar a los subordinados. A pesar de esto, en circunstancias normales la gente no suele criticar directamente a otros, es más, muchas veces para no hacer sentir mal a los demás se llegan a hacer comentarios positivos. Esta afirmación se observó en los resultados de DePaulo y Bell (1996), en donde las personas valoraban las obras de unos artistas profesionales de forma dife-

rente cuando estaban los autores delante a cuando no lo hacían, llegando en el primer caso a mentir de forma descarada, además de un incremento considerable de comentarios positivos sobre las pinturas.

En esta línea, el agrado recíproco que experimentan dos personas suele expresarse verbalmente, sin embargo algunas de las primeras manifestaciones de la atracción pertenecen al ámbito del lenguaje no verbal. Así, Gold, Ryckman y Mosley (1984) descubrieron que cuando una mujer responde positivamente ante una posible pareja mediante aspectos no verbales, como mirar directamente a los ojos o mantenerse a una distancia cercana, el hombre siente atracción hacia ella, aunque perciba que muestran actitudes distintas. Este fenómeno aparecería en la amistad o relaciones a nivel profesional, además de en las interacciones con fines románticos. En el agrado mutuo juega un importante papel el refuerzo y la consistencia cognitiva, es decir, el caerle bien a una persona que no nos agrada produciría un desequilibrio, de esta manera, encontraríamos mecanismos reguladores del equilibrio en el hecho de que, el poco agrado hacia una tercera persona, hace que otras dos tengan más atracción que antes de compartir este sentimiento (Aronson y Cope, 1968).

Un sexto factor hace referencia a las emociones positivas y negativas, esto es, las bases afectivas de la atracción. Indudablemente, nuestras emociones y sentimientos, es decir, el afecto, ejercen su efecto de forma constante sobre nuestra percepción del mundo, sobre los pensamientos, motivación, toma de decisiones y, por supuesto, en la atracción personal (Berry y Hansen, 1996). El afecto tendría dos rasgos a destacar, por un lado la intensidad o fuerza de la emoción y, por otro, la dirección, el valor positivo o negativo, creyendo con frecuencia que presenta una única dimensión con dos extremos opuestos. Sin embargo, Yik, Russell y Barrett (1999) afirman que las emociones positivas y negativas representarían dimensiones distintas e individuales que se manifiestan en las autoevaluaciones, así como las estructuras cerebrales activas durante la ocurrencia de cada tipo de emoción, pudiendo esto producir en la misma persona y a la par, una combinación de estados afectivos positivos y negativos. Esta separación puede tener su explicación a nivel evolutivo, preparándonos para explorar el entorno gracias al afecto positivo y mantener la alerta y realizar la huida en caso de peligro impulsado por el afecto negativo (Cacioppo, Gardner y Berntson, 1999). Añadido a esto, el afecto también influye sobre la atracción de dos formas distintas. Una de ellas es directa, esto es, cuando una

persona dice o hace algo que nos agrada o disgusta, de este modo es muy común que nos caigan mejor las personas que nos hacen sentir bien y nos desagraden las que no lo hagan (Shapiro, Baumeister y Kessler, 1991). Además, los efectos directos también se observan en cómo reaccionan las personas ante la apariencia, actitudes u otras características. Por ejemplo, Fisher y Byrne (1975) encontraron que las personas tienden a evaluar como desagradable a cualquier persona desconocida que no respete el espacio personal a la hora de tomar asiento; o Kleinke y Dean (1990), quienes hallaron que aquellos hombres que intentaban flirtear de una forma poco sutil y forzando la simpatía, resultaban más desagradables que aquellos que utilizaban frases más neutras. La otra forma que se comentaba es indirecta. Esto implica que por regla general nuestros sentimientos no siempre dependen de la persona con la que estamos interactuando en ese preciso momento, sino que son muy diversos los orígenes de dichas emociones. Esto producirá que, independientemente de las características de la persona, la asociemos a un estado afectivo positivo o negativo en función de cómo nos encontremos en el momento en el que haga su aparición, de forma que la evaluaremos a través de ese estado. De tal forma que si cuando nos sentimos mal, una persona concreta está presente, la reacción tenderá al desagrado. Este hecho ha sido demostrado en diversas investigaciones en las que el estado emocional fue manipulado a través de imágenes subliminales, música, noticias en la radio o iluminación (Baron, Rea y Daniels, 1992; Kaplan, 1981), teniendo como resultado que el afecto positivo da lugar a juicios del mismo valor, es decir, agrado, mientras que el negativo conduce a evaluaciones negativas, desagrado.

La excitación emocional se consideraría la séptima variable influyente en la atracción. La relación entre ambos conceptos fue puesta a prueba por Dutton y Aron (1974) en dos investigaciones parecidas. En la primera, se exponía a una parte de los participantes a una situación que generaba muchísima excitación emocional. Este trabajo corrobora que aquellas personas que de forma conjunta tienen que pasar por estados de fuerte tensión, tienen mucha más probabilidad de experimentar atracción entre ellos. Dos personas que se sienten unidas por compartir situaciones de altos niveles de estrés o por tener que resolver problemas de forma conjunta, pueden terminar por unirse. El segundo estudio, que evidencia la premisa anterior, es aquel en el que se sometió a dos grupos de participantes varones a unas supuestas descargas eléctricas de dos intensidades distintas. A cada equipo se le pidió que evaluara a una chica que también formaba parte del experimento, de tal forma que aquellos que recibirían la descarga

de mayor intensidad, es decir, los que estarían más tensos y excitados a nivel emocional, calificaron de una forma más favorable a la joven en comparación al otro grupo que solamente hubiese recibido una descarga apenas perceptible. Por tanto, se confirma que la exaltación emocional fomenta la aparición de atracción interpersonal. Siguiendo en esta línea, la excitación puede acontecer con muchísima rapidez, las personas en décimas de segundo comienzan a crear expectativas sobre las posibilidades que presentan con respecto a otra persona en el terreno amoroso, es decir, la atracción hacia los demás se produce de un momento a otro, por lo que aquello que entendemos coloquialmente como amor a primera vista, ocurriría realmente (Hill, Rubin y Peplau, 1976).

Finalmente, el último factor analizado que también fomenta la atracción, es la presencia de dificultades u obstáculos. En este caso Driscoll, Davis y Lipetz (1972) hablan sobre el efecto que ejerce la oposición paternal a una relación, lo cual aumentaría la unión entre dos personas. Si unos padres pretenden acabar con una unión sería contraproducente batallar contra ésta, ya que produciría el efecto contrario. Igualmente, el hecho que una pareja presente ataques de otras personas o tengan enemigos comunes, produce un fortalecimiento de su intimidad, ya que se mantienen unidos por un elemento externo negativo compartiendo el malestar que les pueda ocasionar.

Una vez repasados los elementos principales que representan el inicio de las interacciones y que pueden desembocar en relaciones afectivas de cualquier tipo, continuaremos explorando aquellas teorías que explican el fenómeno del amor y la pareja desde diversos campos, las cuales complementan a las que ya se han comentado en este y otros apartados y que se relacionan con las distintas conceptualizaciones del amor.

c) Teorías de la atracción y la interacción

A las teorías que hemos visto con anterioridad y que ayudaban a encuadrar la explicación en torno a los factores que favorecen la atracción, se le suma un breve listado de modelos relacionados con este concepto que ayudarán a entender este proceso desde otras perspectivas.

Comenzamos por la teoría instrumental de Centers (1975), en la que establece que nos atraen aquellas personas que son capaces de satisfacer nuestras necesidades en todos los aspectos. Nos sentiríamos atraídos y tenderíamos a seleccionar como pareja a aquella persona que tenga necesidades semejantes o complementarias a las nuestras, de forma que podrá satisfacerlas con mayor facilidad. También hay que destacar la teoría de la información de Ajzen (1977), donde se afirma que tienden a atraernos más aquellas personas que son portadoras o que nos proporcionan información positiva.

Por otro lado, la teoría de la equidad de Walster, Walster, y Berscheid (1978) expone que nos atrae aquella persona y se es más feliz en una relación en la que se obtiene de forma proporcional a lo que se ofrece, basándose en cuatro ideas. La primera postula que las personas siempre intentamos conseguir lo mejor para nosotros mismos, de tal forma que buscamos incrementar al máximo los resultados obtenidos. En la segunda, se aplica la primera idea a nivel de pareja, de forma que ambos miembros tendrán que maximizar sus resultados distribuyendo equilibradamente las recompensas y castigos, proporcionándole al otro la mitad de su tiempo. En tercer lugar, la cantidad de equidad experimentada es proporcional al malestar, a menor equidad, mayor malestar. Finalmente, la cuarta idea expone que la eliminación de ese malestar se consigue restaurando de nuevo el nivel de equidad, pero cuanto menos equilibrio hay, más esfuerzo supone recuperarlo. En general, las personas sentimos más atracción e intimidad con las relaciones equitativas, siendo cierto que las personas que no son capaces de mantener el equilibrio en su pareja, es decir, que son egoístas, también pueden tener una relación, pero en detrimento de la intimidad, ya que la relación acabará carente de contenido y su duración estará acotada en el tiempo. Por tanto, tal como postulan, la equidad tendría dos implicaciones en las relaciones, especialmente las de pareja. En primer lugar, para que la relación pueda ser duradera la percepción de equidad a largo plazo debe estar presente en ambos miembros de la díada, esto es, que perciban que reciben recompensa y castigo a partes iguales. En segundo lugar, el sentir que no se puede hacer nada para restaurar la equidad, puede ser motivo de ruptura de la relación.

La teoría de lo difícil de conseguir de Walster, Walster, Piliavin y Schmidt (1973) propone que el matiz reside en sentirse atraído por aquellas personas que son complicadas de conseguir para los demás, pero que son más accesibles para nosotros. Sin embargo, esta apa-

rente exclusividad puede suponer un arma de doble filo, ya que las personas que gozan de esta atracción hacia los demás, pueden manifestar preocupación ante un posible compromiso con alguien y pueden acabar por romper la relación. La teoría de la reactancia (Brehm, 1966) podría explicar la razón de que a algunas personas les atraiga aquellos que les suponga un reto, todo lo que sea contrario a su libertad de elección, ante la cual se rebelan y reaccionan. Por este motivo, podemos comenzar a desear algo cuando ya no está a nuestro alcance y no queda en nuestra decisión el poder obtenerlo o no. En este sentido, a través de esta teoría se podría explicar que las personas al casarse sientan que la relación se ha estropeado con respecto a antes del matrimonio. Según Sternberg (1988), cuando dos personas conviven sin casarse presentan vínculos diversos, pero mantienen la libertad de poder marcharse sin más, ya que no habría una unión legal. De esta forma, el matrimonio puede producir un estado de reactancia, particularmente en aquel miembro de la pareja que necesite autonomía añadida. Afirma que en esta unión legal, puede haber mayor dependencia de uno de los dos en comparación a lo que esté dispuesto a ofrecer a la pareja, lo cual genera problemas dentro de la misma.

La similitud, además de ser un factor que correlaciona con la atracción y la intimidad, también se manifiesta como teoría en la que se expone la selección que hacen las personas de sus compañeros relacionales en función del grado de similitud que presentaran con otro individuo. Según Byrne (1970), tenemos tendencia a elegir como pareja a aquella que nos reconforta, siendo la fuente principal de confort el hecho que a quien amamos sea similar a nosotros en el mayor número de rasgos posible.

En contraste a esta perspectiva, aparece la teoría de la complementariedad de Winch (1958) en la que expone que elegimos a nuestra pareja no teniendo en cuenta las similitudes que nos unen a ella, sino porque nos complementa, es decir, tiene cualidades que a nosotros nos faltan. Por ejemplo, si nos cuesta tomar decisiones y resolver problemas, nos sentiremos atraídos por alguien resolutivo y con iniciativa. No obstante, Tesser, Millar y Moore (1988) observaron que cuando el rendimiento de un miembro de la pareja es superior al otro y éste último lo ve como algo significativo a nivel personal, tanto su autoestima, como la atracción hacia la pareja disminuirán, cosa que no ocurrirá en el supuesto que perciba la superioridad ajena como poco relevante.

Parece que una combinación adecuada consistiría en unir la teoría de la similitud y la de la complementariedad, sentirnos atraídos por alguien similar a nosotros, pero que al mismo tiempo complemente aquello en lo que nos diferenciamos. De esta mezcla nace la teoría del filtrado secuencial (Kerckhoff y Davis, 1962), en la cual se explica que la persona elige a la pareja en función de la similitud en aspectos esenciales en un primer momento (religión, raza, clase social, etc.) y en valores personales más a largo plazo, si se percibe como una relación potencial. Después de este periodo, aparece la complementariedad, continuando con la relación si el otro individuo de la pareja satisface las necesidades personales. No obstante, este modelo no siempre acontece, así Levinger, Senn y Jorgensen (1970) demostraron que el mejor predictor de la duración de una relación es la propia visión que los miembros de la pareja tienen de ella y no tanto la similitud y complementariedad en valores personales.

La teoría del estímulo-valor-rol o secuencial de Murstein (1970) quedará de nuevo expuesta en un apartado posterior, en el cual quedará ejemplificada con aspectos relacionados con la adolescencia. Aunque también se muestra aquí, pero de una forma más teórica y relacionada con la elección de una pareja sentimental. El modelo propone que las personas hacen esta selección a lo largo de tres etapas relacionadas, en las que se basarán en distintos aspectos que serán decisivos para continuar o no con la relación. La primera fase de cribado, etapa de los estímulos, incluye la atracción en función de elementos básicos, como el aspecto físico, los recursos económicos o la forma de vestir, entre otros. Nos unimos a aquellas personas cuyos rasgos fuertes y débiles engarzen bien con nuestras características. Más adelante, en la fase de los valores, es cuando comienzan a evaluarse los aspectos personales y familiares del compañero y su adecuación con los nuestros a largo plazo, ya que la consecución de un consenso en estos ámbitos marcará la duración de la relación, como por ejemplo el decidir si tener hijos o no, o cómo invertir el dinero. En la tercera fase, la de los roles, se sigue la selección en función del papel complementario que nos haga sentir bien en la interacción con la pareja, esto es, podemos mostrar una alta similitud con la persona a la que amamos en una serie de valores de gran importancia, pero si no existe un ajuste entre los roles que se desean ejercer y los que se esperan del otro, la relación estará abocada al fracaso.

Finalmente, dentro de las teorías de la atracción incluimos también la de la formación diádica (Lewis, 1972). Establece la existencia de seis procesos en el que cada uno debe satis-

facerse adecuadamente antes de pasar al siguiente. Estos son: percepción de similitudes, buena relación de pareja, comunicación fluida, ejecución de roles agradables a nivel individual, roles satisfactorios para el otro y la cristalización diádica, que determina el compromiso mutuo y la identidad a nivel de pareja.

Por otro lado, con respecto a las teorías centradas en la interacción, en primer lugar, destacamos la teoría bifactorial del amor apasionado de Berscheid y Walster (1982), en la que defienden la existencia de dos elementos, una activación emocional y la categorización cognitiva de las emociones. Durante el proceso de socialización y gracias a los modelos que nos han servido de base de aprendizaje, se presupone que hemos aprendido a identificar y etiquetar adecuadamente nuestros sentimientos. El problema reside en que el amor apasionado no es una emoción cotidiana que se experimente en la infancia y parte de la adolescencia, por lo que no llegamos a organizar adecuadamente esta emoción. La segunda, es la teoría de la incertidumbre (Livingston, 1980), en la cual se expone que este concepto es un elemento central de la vida, de tal forma que el amor actuaría como mitigador de la misma de forma constante. Una vez que la incertidumbre desaparece y todo vuelve a estar en orden, también se desvanecería el amor, ya que es aquel que la mantiene a raya, por lo que no podría existir el uno sin el otro. En tercer lugar, tenemos la teoría de la interrupción de Berscheid (1983), que interpreta el amor como la consecuencia surgida por aquellos elementos que no esperamos, es decir, las sorpresas, la interrupción de carácter positivo o neutro de nuestras acciones organizadas, las cuales van a producir una activación en el sistema nervioso central siendo interpretadas de forma totalmente positiva. Finalmente, la teoría de la construcción social de Averill (1985), percibe el amor como un rol social a llevar a cabo, en el que se generan una serie de expectativas en torno a lo que debe ser y cómo debe vivirse. Estaría formado por una serie de síntomas que darían lugar a ese ideal romántico, el cual se construye bajo un conjunto de normas implícitas socioculturales.

3.1.5. Diferencias culturales

Las relaciones de pareja, al igual que cualquier otro tipo de interacción, se desarrollan en un contexto social y cultural específico, lo cual debe ser tenido muy en cuenta como crite-

rio de evaluación del individuo, la pareja y su forma de proceder. Según Triandis (1994), este contexto cultural estaría formado por una agrupación de valores de tipo social que definen un lugar y momento específico, no siendo estáticos. Para Díaz-Loving (2011), el entorno cultural afecta de forma diferenciada en la manifestación de conductas, ideas, creencias, rasgos de personalidad, valores y actitudes y, por consiguiente, a la visión del amor y las relaciones de cualquier tipo, incluidas las románticas. A esta percepción, estarían asociadas creencias o valores culturales en torno al compromiso, objetivos futuros, formas de interacción y las expectativas en torno a la pareja. Estos valores se han identificado con lo que el autor conoce como premisas histórico-socio-culturales; son aquellas que acumulan las creencias sobre las relaciones, ya sean los roles que se esperan a nivel social en torno al amor, la forma de emparejamiento, formas de llevar a cabo la relación, los rasgos que se deben manifestar y en qué momento hacer desaparecer en cada fase de la unión, por nombrar algunas. La percepción de esta información no es igual en cada miembro de la pareja, ya que cada uno la interpreta y experimenta de forma distinta e individual (Díaz-Loving y Sánchez Aragón, 1998).

En este punto, sería interesante comenzar lanzando un par de cuestiones como punto base a la hora de desarrollar la información que aquí nos compete. En primer lugar, ¿por qué el amor se diferencia en las distintas culturas? Y por otro, ¿cuál es su función en una cultura o sociedad concreta? Tomando esto como referencia, comenzamos diciendo que las diferencias culturales que se han observado dentro del concepto amoroso, podrían encuadrarse dentro de un enfoque sociocultural, debido a que el amor, sobre todo el tipo romántico, se ve claramente impregnado por variables de tipo social y cambia en función de la cultura en la que lo estudiemos. Porque tal y como advertíamos atrás, el amor es una construcción en la que los propios rasgos del contexto en el que surja van a perfilar todo lo relacionado con el mismo y su comprensión, variando su estudio a la par que lo hagan las sociedades en las que nos centremos. Pero si entendemos el amor como una construcción social, tendremos que saber a qué se refiere el término. En este sentido, Berger y Luckmann (1966) definen la construcción social como el concepto de realidad no universal, o sea, que cada cultura y sociedad tiene sus formas particulares de percibir y comprender el mundo en el que viven, siendo las más útiles para los miembros que interactúan en ellas. Esta visión socio-construccionista percibe a las personas como elaboradores activos de información social, de lo correcto e incorrecto, de cómo actuar y cómo no en diversos campos y así un largo etcétera, usando la cultura como guía

para su realización, ya que ésta proporciona un amplio abanico de conocimientos a sus individuos, quienes los emplean para explicar y comprender los sucesos que ocurren en el entorno. Sin embargo, estos conocimientos o ese sentido del mundo pueden variar radicalmente en función del lugar, cultura o sociedad en la que nos dispongamos, debido a que cada una de ellas presenta unos filtros socializadores diferentes que tienen como función enseñarnos desde la infancia a conocer y entender la realidad. De ahí a que se aprecien diferencias de una a otra. Este enfoque se ha utilizado como explicación ante una gran diversidad de comportamientos humanos, incluido el amor.

Estas formas distintivas aplicadas al amor, quiere decir que las diversas culturas describen de forma implícita lo que es adecuado en las relaciones humanas, las formas de sentir, pensar y actuar hacia el ser que se ama. Según Asch (1956), a rasgos generales, cuando existe un estímulo ambiguo se da una respuesta que representa las ideas consensuadas acerca de la verdad, de forma que los juicios acordados sobre el amor son muy poderosos y están altamente extendidos a nivel individual y grupal dentro de una sociedad, ya que no pueden contrastarse con una medida objetiva. En este caso, ¿qué podría ser considerado como normal? La respuesta a esta pregunta, al amor y a otras muchas cuestiones, va a pasar bajo el filtro tanto de la subjetividad social, como a nivel de individuo, ya que hombres y mujeres pueden tener definiciones muy dispares sobre lo que es aceptable a nivel amoroso. Si miramos hacia el pasado, las diferencias de género en cuanto a la experiencia amorosa pueden haberse visto influidas por cuestiones económicas. Según apunta Dion y Dion (1985), históricamente hablando, los hombres siempre han tenido mayor libertad a la hora de seleccionar el motivo por el cual contraían matrimonio; mientras que las condiciones sociales en general, ejercían presión para que las cuestiones económicas fueran un factor predominante a la hora de elegir una pareja potencial. Sin embargo, en la actualidad es un hecho que cada vez es menos representativo, al menos en el mundo occidental, ya que debido a los cambios sociales a gran escala, así como a nivel de pareja (roles sociales, distribución de las tareas y responsabilidades, cuidado de los hijos, etc.) y la incorporación de la mujer al mundo laboral, han permitido que la economía no sea, al menos, el único elemento al que se deba recurrir para casarse. En definitiva, las creencias en torno al amor son fundamentales para que las personas comprendan la vida y las relaciones que en ella establecen, ya que las representaciones del amor aportan un prototipo base que permite la comparación de sentimientos, acciones e ideas. Ésta es la forma en la que los

individuos pueden saber si sienten amor o no, evaluando estos aspectos y ver si encajan con las ideas amorosas de su cultura en el momento que realice dicha valoración (Fehr, 1993).

Sin embargo, cuando una persona tiene ideas y/o sentimientos en torno al amor que no cuadran con el modelo establecido en ese instante en la cultura en la que vive, siempre tiene la opción de amoldarlos a dicho patrón general. La solución a esta cuestión queda plasmada en el trabajo de Frijda (1986), quien expone dos mecanismos reguladores emocionales. Por un lado la regulación de entrada, los estímulos procedentes del exterior. De otro, la generación de salida, la regulación de la propia respuesta ante situaciones generadoras de emociones. La primera hace referencia a un mecanismo de defensa utilizado para aproximarnos o evitar estímulos que provoquen una consecuencia emocional. Llevando esto al terreno amoroso, la persona tiende a exponerse a aquellas situaciones que le provocan emociones de tipo positivo y que, a su vez, pueden dar lugar a sentimientos de amor. El segundo mecanismo de regulación hace que valoremos una situación de forma más positiva en comparación con la realidad. En los enamorados esto suele observarse cuando se minimizan los defectos de la pareja, ya que valoran al amado y a la relación de la forma que mejor se amolde a su forma de ser.

En general, podemos decir sin ninguna duda que a pesar de las diferencias y los matices que puedan encontrarse, la experiencia amorosa está presente en todas las culturas estudiadas, planteándose como una de las situaciones más estimulantes que puede acontecer en la vida de una persona (Jankowiak y Fischer, 1992). Es cierto que las culturas reconocen la presencia de diversos tipos de amor, pero difieren en la forma en la que los consideran aceptables y en la manera de percibirlos. Debido a las grandes diferencias que pueden presentarse en los estudios en torno al tema amoroso, Mead (1928) estableció que la utilización de una metodología única para analizar cada cultura particular no debe ser una premisa aceptada a nivel general, debido a que no se puede crear una teoría conjunta que sea válida para todas las sociedades existentes. Esta idea fue expuesta al hallar, tras adentrarse en la cultura de Samoa, que los roles de género estaban determinados culturalmente cuando hasta entonces se habían creído limitados por la biología.

En otro orden de cosas, ya que se ha comentado que la cultura moldea esa visión del mundo en general y del amor romántico en particular, se deben explicar cuáles son los moti-

vos o los factores por los que este concepto difiere al movernos entre distintas culturas. El primero de esos motivos reside en que la propia experiencia amorosa depende, en parte, de factores externos definidos por la propia cultura. En este sentido, Simpson, Campbell y Berscheid (1986) apuntan que este tipo de amor se ha convertido en el principal motivo que mueve a dos personas a permanecer juntas a lo largo del tiempo, una visión especialmente arraigada en las culturas occidentales. Por tanto, estas visiones diferenciadas harán que las personas conceptualicen el amor y la intimidad de forma distinta, provocando un cambio en el estudio de la conducta amorosa de los diversos grupos (Dion y Dion, 1988). No obstante, hay que entender que hablar de cultura como factor de influencia a nivel general es muy complejo, debido a que se trata de un concepto altamente heterogéneo y, aunque muchos de los patrones y creencias sean compartidas o parecidas en una amplia gama de países, habría que tener en cuenta elementos a nivel individual.

El que una sociedad establezca lo que es adecuado o no en torno al amor, se podría entender como una serie de limitaciones, muchas de ellas no escritas, que describen los valores de la misma. Estas barreras varían en cuanto a tipología y el modo de manifestación dependiendo de las zonas que atendamos, pero en todas podemos encontrarnos con ellas. Debido esto a que, según Goode (1959), aunque en la mayoría de ocasiones el amor sea el único motivo para comenzar una relación de pareja, el divorcio sea un tema actual y se hayan incrementado las libertades, el control del amor y la pareja sigue siendo necesario para mantener las diferencias en cuanto a los estratos sociales, ya que también es causa de diversas problemáticas. Es considerado como un elemento que altera el orden social porque de él se pueden derivar divorcios, suicidios o violencia, entre otros muchos. Unido a esto, señala la existencia de cinco tipos de limitaciones en torno al amor romántico que varían en función de la cultura: el matrimonio infantil; el obligado o restringido; el aislar a los jóvenes de futuras parejas a través de la segregación social y física; supervisión de parientes cercanos e instruir en valores de moral, como la virginidad y, por último, las normas y presiones de padres e iguales mediante una socialización limitada. Concluye que los estratos sociales altos, darán menos importancia al amor a la hora de seleccionar una pareja potencial, ya que tienen más que perder si no controlan estas variables en comparación a estratos sociales más bajos.

El segundo de los motivos, hace referencia al aspecto físico, a los rasgos que hacen que una persona sea considerada como atractiva y socialmente deseable. Estas dos nociones variarán mucho de una cultura a otra, ya que en una, ciertos rasgos pueden considerarse atractivos; mientras que en otras son desagradables, lo que ocurre incluso a nivel individual dentro de una misma sociedad que, en principio, tiene cánones similares. De ahí a que la diversidad sea muy amplia. Según Beall y Sternberg (1995), cuando las personas sienten excitación y se encuentran acompañados de alguien considerado atractivo, afirman experimentar atracción y amor romántico, pero si esa excitación no está acompañada de otro socialmente apetecible, aparecen sentimientos, pero no suelen ser románticos. También consideran la aprobación social como factor a tener en cuenta, debido a la influencia que ejerce sobre las relaciones entre las personas y los sentimientos que experimentan. Es decir, la cultura hará que los miembros de la misma aprueben socialmente un tipo de relaciones y no otras, así como el amor que de ellas emerja. Por ejemplo, en ciertos países se considera normal que hombres de mayor edad contraigan matrimonio con chicas mucho más jóvenes; sin embargo, en otros sería una relación de la cual sospechar y no estaría del todo bien vista.

El apoyo social está íntimamente relacionado con las relaciones de pareja y el amor, de ahí a que se cuente como el tercer motivo. La red social de una persona está integrada fundamentalmente por su familia en sentido amplio. Sabemos que las relaciones familiares, especialmente la que se mantiene con los padres, dejan una huella considerable en la vida en general de cada individuo, por lo que el apoyo que se reciba del núcleo donde uno ha aprendido todo lo que sabe, produce la sensación de pertenencia. De este modo, cuanto mayor sea el apoyo familiar con respecto a la relación amorosa en cuestión, más satisfactoria resultará a nivel personal (Kurdek, 1989), incrementándose la necesidad de apoyo conforme mayor sea el compromiso en la relación (Johnson y Leslie, 1982).

Por otro lado, el factor demográfico es otro de los motivos que se debe tener en cuenta a la hora de investigar el tipo de amor que predomina en un lugar. Concretamente, la proporción de hombres y mujeres de dicho lugar será una variable a considerar en este tipo de estudios (Guttentag y Second, 1983). El hecho que en una determinada área geográfica haya un mayor número de hombres que mujeres, hace que los varones tengan una concepción más idealizada y romántica de ellas, siendo más valoradas. Si ocurriera el hecho contrario, la vi-

sión de las mujeres no tendría las mismas características que en el caso anterior. Hipotetizan con el hecho de existir un nivel de actividad sexual mucho mayor tanto antes del matrimonio, como fuera del mismo. Esta visión demográfica es apoyada por Ubillos et al. (1997), quienes proponen que las diversas creencias en torno al amor entre países y géneros son dependientes de los recursos sociales, la demografía y la forma de distribuir el poder y el estatus entre los roles de género, pero sobre todo las normas y valores de cada país. Así, aclaran que aunque se controle el desarrollo económico, las sociedades individualistas y que fomentan la toma de decisiones personales, la igualdad y que dan un mayor valor a sentimientos internos, tendrán más en cuenta el amor romántico como piedra angular en la elección de compañero sentimental y futura unión en matrimonio. Contrariamente, aquellas de corte colectivista que tienen muy presentes las diferencias de estatus social y en las que las normas familiares y los deberes normativos son muy valorados por sus miembros, darán muy poca valía al amor romántico como condición previa a la pareja y/o matrimonio.

Si bien es cierto que las culturas y sociedades son la mayor representación de variedad en todos los sentidos, Beall y Sternberg (1995) proponen cuatro aspectos básicos a la hora de comprender el amor que se mantienen constantes en todas ellas, aunque sus contenidos y significados puedan cambiar. Estos son: el ser que es amado, los sentimientos que acompañan al amor, las ideas que se le atribuyen y la relación entre el individuo amante y el amado. Con respecto al primer aspecto, el objeto amado va cambiando no solamente a nivel cultural, sino también a lo largo del tiempo. En determinados momentos de la historia o en culturas con un arraigado sentimiento religioso, el mayor objeto de amor es Dios, por encima de cualquier otra persona o cosa, idea que a día de hoy sigue estando vigente entre una buena parte de la población mundial (Douglas y Atwell, 1988). No obstante, actualmente la preferencia es amar a otro igual por encima de todo, siendo el objeto de mayor amor para otro ser humano (Kurdek y Schmitt, 1986). El segundo aspecto del listado anterior lo representan los sentimientos relacionados con el amor. Según los autores, en el presente se incluye el componente pasional y la excitación sexual como un conjunto más del componente amor. El tercer aspecto versaba sobre las ideas que tradicionalmente se han asociado al amor y que suelen guardar relación con la persona amada, concretamente con la relación o con sus atributos (Critelli et al., 1986), o bien con la espera por llegar a estar con el ser amado (Marston, Hecht y Robers, 1987). Finalmente, el cuarto componente hace referencia a las acciones o relaciones entre el amante y

el amado; un conjunto de actos de apoyo y protección, entre otros, hacia la persona amada, mostrando así el compromiso que se tiene hacia ella.

Una vez que conocemos los elementos involucrados en las diferenciaciones sociales y culturales con respecto al amor, llega el momento de verificar estos hechos con las investigaciones realizadas al respecto. Comencemos con los trabajos referentes a las características preferentes alrededor del mundo en torno a una posible pareja tanto a largo plazo, como para un compañero esporádico o momentáneo. Con respecto a las características preferentes en una pareja a largo plazo, en el estudio realizado por Buss (1989) a escala internacional, se encontró que los participantes, independientemente de una serie de condiciones, tales como el país, hábitat, situaciones de vida o el tipo de matrimonio establecido (países monógamos o polígamos), los hombres valoraban más la apariencia física que las mujeres y éstas daban mucha más importancia que ellos al porvenir económico y la estabilidad en este sentido. Por tanto, se trata de un dato que se repite no solo a lo largo de las generaciones como ya vimos, sino también a través de todas las culturas. Igualmente, ambos sexos valoran la amabilidad como uno de los rasgos más importantes que debe poseer una pareja, sobre todo las mujeres, acompañados de sinceridad, comprensión e inteligencia, ya que los recursos, el compromiso para obtenerlos y la protección derivada de ello, asegura un aporte de beneficios a largo plazo. Relacionado con esto, Maté y Acarín (2011) consideran que esta tendencia masculina hacia el atractivo físico es un mecanismo psicológico de nuestra especie que se transmite de forma cultural, así como que la amabilidad haría referencia a la capacidad y disposición destinada a obtener beneficios, por lo que exigir que una potencial pareja tenga este rasgo sería una forma de asegurar el compromiso con respecto a dichos recursos y bienestar. Además, en la muestra de su estudio, las características más valoradas en una pareja estable son el compromiso, amabilidad, sinceridad y comprensión, actitudes de garantía y estabilidad frente al esfuerzo que supone la pareja y la inversión para el futuro con respecto a la familia. Estos datos quedan apoyados por el trabajo de Wiederman y Allgeier (1992), obteniendo resultados casi idénticos a los anteriores, en donde a partir de más de 1000 anuncios clasificados de los periódicos, se encontró que la cualidad a la que ellas otorgan más importancia es el aspecto económico (Hudson y Henze, 1969; Kenrick, Sadalla, Groth y Trost, 1990; McGinnis, 1958) y también la sinceridad (Harrison y Saeed, 1977), ya que se trata de características que aportan mucha información sobre los beneficios que esa persona en cuestión puede reportar como pareja estable. Añadido

a estos rasgos, la similitud con respecto a la pareja también juega un papel muy importante en su mantenimiento a largo plazo, ya que para obtener los objetivos y beneficios comunes se requiere establecer un acuerdo mutuo que permita alcanzarlos, consenso facilitado por la compatibilidad que se tenga con la pareja en cuestión, ya que las personas que presentan cualidades comunes tienden a vincularse, por lo que la tendencia predominante será buscar una pareja que presente unos rasgos básicos parecidos a nivel de personalidad; en palabras de Maté y Acarín (2011), en valores políticos y sociales e inteligencia similar en población española. Por otro lado, con respecto a los rasgos que se valoran más en los emparejamientos esporádicos o fugaces, encontramos diferencias sustanciales con respecto a la elección de una pareja a largo plazo. Así, estudios como los de Bleske-Rechek y Buss (2006), Schmitt y Buss (1996, 2001), establecen que las mujeres preferían éxito profesional en mayor medida en parejas estables que a corto plazo, dándole a éstas últimas mayor prioridad a la parte romántica y la atracción sexual.

Finalmente, Eagly y Wood (1999) argumentan que las diferencias de género con respecto a los criterios en la elección de pareja deberían suavizarse en aquellas sociedades en las que la igualdad entre los sexos esté más extendida, debido a que las preferencias de hombres por mujeres más atractivas y de las mujeres en torno a los recursos y compromiso, serían un reflejo de las distinciones de género con respecto al estatus y los roles que desempeñan. Otra investigación a destacar es la de Campos Ramírez y Martin Trautner (2004), a través de la que exponen las diferencias en los rasgos del hombre y mujer ideal según adolescentes de Alemania y Costa Rica, siendo dos sociedades opuestas, a nivel cultural, social y económicamente hablando. Se valoran dos dimensiones, por un lado la personalidad social, que hace referencia a formas de actuación y actitudes con respecto a los demás y, por otro, el atractivo físico. Además se analiza la presencia de estereotipos, roles de género y actividades de los hombres y mujeres ideales. A rasgos generales, la personalidad social se valora mucho más que el atractivo físico en la muestra del estudio. No obstante, los adolescentes de Costa Rica recurren más a las cualidades sociales a la hora de definir a un hombre y mujer ideal en comparación a los alemanes. Igualmente, en la distinción por sexo, las mujeres también presentan los resultados mayoritarios hacia aspectos sociales. Contrariamente, los hombres valoran más el atractivo de la mujer ideal que ellas, a lo que se le suma que la edad es una variable que tiene peso sobre la valoración del aspecto, pero solamente en muestra alemana. Con respecto a la visión de los

adolescentes, los dibujos alemanes muestran más estereotipos de género, mayor maduración a nivel corporal y características sexuales de la mujer ideal, sin embargo los costarricenses suelen representar a la persona ideal en contextos sociales, sonriendo o acompañado/a de otros, es decir se enfatizan más las relaciones con los demás.

En esta misma línea, Valdez Medina et al. (2008) trabajan sobre las características más importantes a la hora de seleccionar una pareja en dos poblaciones, mejicana y argentina, incluyendo también una diferenciación por sexos. Comenzando por las mujeres, las mejicanas desean un compañero responsable y que se rija por buenos valores, esté comprometido con la relación y tenga atractivo físico, lo cual se puede traducir en la predisposición de estas participantes a buscar a un hombre protector que satisfaga sus necesidades emocionales y materiales, siguiendo en la línea evolucionista de las hembras en la selección de pareja. En las argentinas también se observa esta tendencia, ya que piden que su compañero sea alguien trabajador y que tenga planes de futuro y estabilidad. Sin embargo, su criterio en la búsqueda se orienta más hacia el plano emocional, que sea comprensivo, las acompañe y sea dulce, compartiendo más la experiencia de la relación, lo que les lleva a entender la vida de forma equitativa y en donde reinen menos los roles de género. Se trataría de una visión más modernizada de la relación y la pareja. Pasamos a los hombres y sus rasgos elegidos. Los mejicanos buscan un equilibrio en una persona que en primera instancia les cautive su forma de ser, que sea expresiva y amorosa, pero que también les parezca físicamente atractiva. En el otro lado, los argentinos también se decantan por aspectos afectivos, como ser cariñosa y divertida, pero a diferencia de los mejicanos, buscan una mujer que sea culta e inteligente, se centran más en el atractivo intelectual a la hora de seleccionar a su compañera.

Antes de continuar, se considera necesario hacer una aclaración breve sobre varios conceptos que aparecerán a lo largo del texto en referencia a características definitorias de las sociedades. En estos términos, Hofstede (1998) afirma que es importante una denominación distintiva en el sentido de las representaciones que se tienen en un país sobre las repercusiones de haber nacido hombre o mujer. Así, por un lado estaría la masculinidad, que caracteriza a aquellas sociedades en las que los roles de género están muy delimitados, es decir, los hombres tienen que ser fuertes, duros y materialistas, mientras que las mujeres mostrarán humil-

dad y sensibilidad. En la cara opuesta de la moneda, la feminidad. Una sociedad femenina es aquella en la que los roles por sexo no quedan bien definidos, de tal forma que tanto hombres, como mujeres mostrarían conductas sociales similares. Otro concepto que añade, es la evitación de incertidumbre, esto es, el nivel en el que las personas se sienten amenazadas ante la ambigüedad o las circunstancias desconocidas intentando evitarlas a través de creencias rígidas. Finalmente, la diferenciación entre individualismo y colectivismo, haciendo referencia el primero al cuidado y miramiento personal y de la propia familia, siendo los vínculos entre las personas faltos de fuerza, mientras que el segundo término define a las sociedades en el que los individuos se integran en grupos fuertes que les aportan protección a cambio de lealtad férrea a los mismos.

Otra línea de trabajo vinculada con la anterior, reside en los criterios a la hora de elegir una pareja íntima en relación al matrimonio, así como las diferencias de género en relación a esta temática. Un claro ejemplo es el estudio de Levine, Sato, Hashimoto y Verma (1995). Muestran el peso que ejercen los valores de cada cultura sobre las creencias en torno al matrimonio. Informan sobre cómo aquellos países occidentalizados, como Inglaterra, Australia, Brasil y EE.UU, otorgan una mayor importancia al amor romántico como condición previa a contraer matrimonio, mientras que otras naciones conceptualizadas como colectivistas y menos desarrolladas, como India, Filipinas o Tailandia, el peso que tiene este tipo de amor como criterio previo a las nupcias, es mucho menor. Además, el estudio de Buss et al. (1990) realizado a lo largo de 37 culturas, muestra que el amor es una condición mucho más potente que la atracción física o la estabilidad económica para establecer relaciones de pareja. Sin embargo, como exponen Ubillos y Barrientos (2001), estos requisitos son considerados secundarios en culturas colectivistas y en donde reina la desigualdad y un menor desarrollo social, reforzando así la postura anterior. Continuando con el estudio de Ubillos et al. (1997), en función de este criterio, se observan resultados similares. Concluyen que las culturas con baja evitación de la incertidumbre valoran en mayor medida la castidad y menos el amor como premisa para escoger a la futura pareja, lo cual se explicaría por el factor religioso de las culturas asiáticas y africanas que componen la muestra. Por otro lado, exponen que las sociedades individualistas donde se da importancia al plano emocional y a la toma de decisiones de sus miembros, se utiliza como filtro de elección de pareja el amor y el atractivo físico, siendo este criterio muy valorado también en culturas femeninas. Además, en aquellas sociedades que disfru-

tan de menos recursos y desarrollo social se espera que valoren el estatus social y la buena salud, ya que estos elementos son indicativos de beneficios y bienestar para el individuo, la pareja y ayudan en el mantenimiento familiar. En definitiva, explican que las culturas que seleccionan el amor como criterio básico para casarse, también lo hacen para elegir a la pareja y valoran menos los aspectos prácticos y de compañeros del amor, esto es, en las culturas individualistas se aprecia más el atractivo físico por parte de los hombres a la hora de elegir a la compañera sentimental, mientras que en las colectivistas los varones le dan más importancia a la castidad y a los rasgos más prácticos del amor, como el ser buena ama de casa.

Finalmente, añadimos tres estudios en los que se ponen de manifiesto las diferencias culturales en torno a la unión matrimonial. Por un lado, el trabajo de Davis y Schaefer-Davis (1995) en el que manifiestan las diferencias que aprecian entre los y las jóvenes marroquíes, ya que ellas, aparentemente, no viven con la misma intensidad el amor romántico que ellos, debido esto a la presión por el mantenimiento de la pureza y a las necesidades económicas que podrían verse resueltas por la estabilidad que proporciona un buen casamiento. De ahí a que su lado más práctico dirija sus decisiones más que sus sentimientos. Una segunda aportación, pero esta vez en la juventud brasileña, es la de Rebhun (1995). Expone que el masivo traslado de personas a las ciudades y la pérdida de los padres de la seguridad monetaria respecto a los hijos, fuerzan el matrimonio de éstos, por lo que no todos son por amor y que afecta de forma distinta a ambos sexos, teniendo expectativas diferentes y produciéndose conflictos y rupturas con una alta frecuencia. Para terminar, Burbank (1995) nos muestra el cambio conceptual en torno al matrimonio en aborígenes australianos, que se manifiesta como una oposición adolescente frente al carácter autoritario de los progenitores. El asentamiento de misioneros protestantes durante los años 50 del siglo XX trajo consigo un incremento del amor romántico entre los miembros de la comunidad autóctona, ya que los aprendizajes entre los más jóvenes provocaron su renuncia a casarse de forma concertada y antes de la primera menstruación de las niñas.

Una tercera temática de trabajo a destacar son los tipos de amor predominantes alrededor del mundo. Los valores culturales en las creencias sobre el amor también tienen mucho que decir en este sentido. Como afirma Triandis (1995), en las culturas individualistas la forma normativa y socialmente aceptada de formar una pareja a largo plazo es a través del amor

romántico y, sobre todo, de la decisión individual de dos personas, no ocurriendo lo mismo en las sociedades colectivistas, ya que esta elección y toma de decisión se basa en el beneficio conjunto y es llevada a cabo por personas mayores utilizando como criterio los deseos de las familias, por lo que se convierte en un deber para los miembros de la pareja. Si pensamos que un alto porcentaje de la población mundial pertenece a este segundo tipo de sociedades, hay muchísimas parejas y matrimonios convenidos por la familia o en donde éstas juegan un importante papel. De esta forma, se pueden observar los resultados de estudios como los de Dion y Dion (1988) y Hendrick y Hendrick (1986), que corroboran una mayor presencia de amor pragmático y más importancia al amor compañero entre la población africana y sociedades orientales colectivistas, así como países menos desarrollados, no dando tanta importancia al amor romántico. Además, añaden que en las culturas que promueven el cumplimiento de reglas y la castidad, así como aquellas en las que se tiene muy en cuenta el estatus social de los individuos, se rechazarán en mayor medida el amor lúdico, ensalzando el tipo de amor manía, cargado de posesión y fuerte activación emocional. De igual forma, señalan que las culturas regidas por la obediencia en las relaciones, sobre todo de hijos hacia padres o mujeres hacia hombres, en las que reina la masculinidad, son competitivas y están muy marcadas las diferencias de género, se reforzarán los criterios que apoyan los roles sexuales. Por ejemplo, las mujeres valorarían más en la pareja el estatus social que les sirve para su mantenimiento y el de su familia y ellos la castidad y buenas cualidades de esposa y madre en las mujeres. De forma complementaria a estos resultados, en los hallazgos de Ubillos et al. (1997) se observa que el amor erótico se asocia a aquellas culturas feminizadas y es más valorado en las que se le da más importancia a la calidad de vida, así como en las menos normativas y sociedades más desarrolladas. El amor amistoso o *storge* y el pragmático se valoran mayoritariamente en culturas de alta distancia jerárquica y con baja evitación de la incertidumbre en las relaciones. Finalmente, el amor lúdico se observaría en culturas con un bajo desarrollo y colectivistas; concretamente en este estudio, estas culturas quedan representadas por muestra africana, de manera que la ausencia de parejas con recursos y una mayor tolerancia al sexo esporádico y casual explicarían que se tenga una mejor actitud hacia este tipo de amor.

Dentro de los tipos de amor, pero centrándonos en otra clasificación teórica, encontramos el trabajo de Cassepp-Borges y Leôni Martins Teodoro (2009) que analiza la tríada amorosa de la teoría triangular de Sternberg aplicada a población estudiantil brasileña. Los re-

sultados muestran una no diferenciación significativa en género con respecto a intimidad, pasión y compromiso. Sin embargo, sí que se encontraron diferencias en estas dimensiones entre las personas que tenían pareja real y las que no, las cuales se basaban en un amor imaginado o la última pareja que habían tenido para responder a las pruebas, apreciándose una diferencia entre hombres y mujeres con respecto al componente intimidad y decisión/compromiso, pero no específica cuál. La tríada dimensional del amor también se ha analizado con respecto a otras dos variables. La primera de ellas hace referencia a la satisfacción de la relación, que quedaría explicada por la intimidad en primer lugar, seguida de la pasión y el compromiso. La segunda variable, se relaciona con la convivencia de las parejas de la muestra, de tal modo que, en comparación con aquellas personas que no poseían compañero/a sentimental en ese momento, los emparejados puntuaban más alto por regla general en cada uno de los tres componentes.

Finalmente, otra investigación relacionada con el contenido anterior y que resulta muy interesante es la de Ponce Sakuray (2014), quien expone las diferencias del entendimiento del amor y sus manifestaciones entre parejas mixtas de bolivianos y descendientes japoneses. Las investigaciones que se han realizado en países asiáticos destacan las peculiaridades de cada cultura, concretamente Simmons, Vom Kolke y Shimizu (1986) documentan que en Japón se valora en menor medida el amor romántico en comparación a Estados Unidos y Alemania. Por tanto, tomando como base esta idea, junto a los tres elementos del amor de Sternberg y unido todo al concepto de *amae*, Ponce Sakuray (2014) propone una serie de diferencias en relación a varias categorías de amor. El término *amae* es una antigua palabra japonesa referente del amor en el país nipón y se relaciona en torno al cuidado, la protección, la intimidad y la seguridad. Sin embargo, actualmente se encuentra en desuso por las nuevas generaciones, de manera que ha quedado obsoleta. Ahondando en los resultados, la primera categoría a mencionar es el concepto personal de amor de cada individuo. Concretamente, el de los descendientes japoneses presenta intimidad, pasión y compromiso, con predominancia de intimidad y *amae*, presente éste último de forma única en la noción japonesa de amor. La idea de amor de los japoneses, según afirman los descendientes, se sustenta sobre intimidad, compromiso y *amae*, siendo éste el predominante y a través del cual se realizan acciones de cuidado, protección, respeto y responsabilidad hacia la pareja y la familia. Por otro lado, el concepto de amor boliviano también incluye los tres elementos, pero no el de *amae*. En cuanto a intimidad, se repre-

sentaría por comodidad y felicidad de la pareja; la pasión por muestras físicas irrefrenables y el compromiso, por la creación de un proyecto común. La segunda categoría del estudio hace referencia al concepto de amor que perciben de la pareja. Se hace notar por sus compañeros románticos, que el grupo de bolivianos es más sentimental y atento en la relación, viviendo de forma mucho más intensa ésta, siendo cariñosos y con mayores demostraciones de afecto, así como más físicos. Por último, la tercera categoría refiere las expresiones de amor. Los japoneses lo hacen a través de actos, sobre todo mediante el respeto, cuidando a la familia y pareja y dando protección, mientras que los bolivianos tienen muestras de carácter más afectivo, espontáneas y con contacto físico intenso y frecuente.

Relacionado con la forma en la que las personas expresan el amor en las distintas culturas, Karandashev (2015) considera que las personas podemos expresar el amor de forma explícita o implícita. Por ejemplo, el lenguaje, el tono de la voz, expresiones y gestos faciales positivos serían considerados modos explícitos y directos de expresar el amor, así como un gesto desinteresado por alguien, apoyo, ayuda o acciones en general, serían maneras implícitas o indirectas. Una muestra poblacional de esta diversidad expresiva se encuentra en el estudio realizado por Nadal (2012) entre americanos del norte y filipinos afincados en Estados Unidos de América. Expone que en la cultura estadounidense predominan las formas explícitas de amor, utilizando sobre todo un lenguaje de corte amoroso. Pese a esto, no siempre o no todas las personas necesitan de muestras tan claras, ya que el amor también puede interpretarse sin palabras. Esto es lo que ocurre entre los filipinos y sus familias que viven en esta cultura occidental, en donde las formas verbales de afecto quedan reservadas para la intimidad y ocasiones especiales. Consideran que es algo excesivo e innecesario hacerlo en público, de forma que sus muestras de amor se manifiestan preferentemente a través de acciones, como la escucha activa ante los problemas, apoyo o el compromiso de mantenerse al lado de las personas que quieren. Según se apunta en el estudio, culturas similares a la filipina, como la china, se caracterizan más bien por dar a entender su amor a través de hechos en comparación a las expresiones verbales.

Podríamos poner el punto y final a este apartado con la contribución de Esteban (2008) a las visiones que presenta el mundo sobre el amor dentro y fuera de los límites occidentales. Centrándonos en las características específicas de la sociedad occidental, comenzamos por la

apología que se ha hecho del amor, el amor romántico y la unión de éste con el matrimonio. Para la autora, el paso a la modernidad implica volver a esta sociedad absolutamente individual en lo que a emociones se refiere, ya que cada miembro de ella se transforma en una unidad con características de tipo cognitivo, psicológico, moral y emocional que es altamente susceptible de ser aislada del resto de su entorno. Otro cambio que trae consigo la nueva etapa de modernidad cultural es el tamaño de la familia y sus valores, así como una alteración en los grupos de convivencia en general, lo que lleva a una tendencia igualitaria en la familia, el género y las relaciones de pareja. Debido a esto, apunta que autores como Beck y Beck-Gernsheim (1998) plantean la viabilidad y fortaleza del amor romántico en una sociedad con estas características, así, en una cultura que tiende al individualismo, el amor puede convertirse en una problemática. Añadido a esta visión, destacamos una serie de ideas en torno a la dualidad individualismo-colectivismo y cómo sus características llevan a conceptualizaciones distintas en la forma de amar y los sentimientos experimentados, reforzando lo que se ha expuesto. En esta línea, Dion y Dion (2006) consideran que la persona en la cultura individualista es una entidad separada, mientras que forma parte de relaciones más extensas en la colectivista. Afirman que la razón que explica el énfasis que en el individualismo se le da al amor romántico, es precisamente esa percepción de aislamiento de los demás, es decir, cuando se vive con límites y distancia impuesta culturalmente, las personas buscan escapar de la soledad rompiendo esos límites a través de la conexión con otro ser humano de forma amorosa. Continúan con que, paradójicamente, esa necesidad de encontrar a otra persona es contraria a la libertad que, en su versión positiva, otorga el individualismo, por lo que se convierte en un arma de doble filo. Por el contrario, desde el punto de vista colectivista las personas refuerzan los vínculos que ya poseen y no precisan de otro para escapar de su soledad al sentirse pertenecientes a un todo más grande. Esto podría explicar el que no necesiten tantas muestras directas o explícitas de afecto como vimos anteriormente. En relación a esto Dion y Dion (1991, 2005) encontraron que las personas que tienden al individualismo muestran menos probabilidad de haberse enamorado, a presentar un estilo de amor lúdico y una percepción menos profunda y gratificante de las relaciones, además de reportar menor felicidad en las uniones matrimoniales y una menor satisfacción familiar y amistosa. En la otra cara de la moneda, exponen que los miembros de las culturas colectivistas son incluidos en numerosas relaciones con familia y amigos, de ahí a que sus decisiones, incluidas las amorosas, sean consultadas con su núcleo más cercano. En general, el colectivismo se relaciona en mayor medida con una visión

pragmática del amor, basado en la amistad y con objetivos de carácter altruista, perspectiva ésta más comúnmente apoyada por las mujeres, asunto que no se observa tan a menudo en las féminas individualistas. Como dato enriquecedor a esta información, citamos un ejemplo de percepción colectiva y oriental del amor, concretamente en China. Tal y como podemos leer en Karandashev (2015), con la implantación de la República Popular en 1949, los funcionarios comunistas llevaron a cabo controles más duros y restrictivos sobre el amor y las actividades sexuales consideradas inapropiadas. Al igual que ocurría cientos de años atrás, un cambio de gobierno lleva consigo un reajuste de la vida amorosa de la población, en este caso la implantación de una visión puritana. Este nuevo punto de vista suponía una negación al amor romántico, reafirmando la importancia del grupo sobre la persona, siendo éste hacia donde había que conducir los afectos. Durante este periodo, el coqueteo era considerado un acto desagradable y a la hora de elegir a la pareja el atractivo físico era considerado como poco importante, no teniendo el amor, en general, mucho espacio en la vida de los jóvenes chinos de la época, ya que la política del partido comunista guiaba al pueblo para la productividad laboral viendo el amor o el deseo sexual como elementos de confusión y distracción. Finalmente, en los años noventa del siglo XX, se produjo un cambio actitudinal hacia las relaciones afectivo-sexuales, y gracias a la apertura al mundo se han adoptado medidas en parte más liberales en torno a este tema.

3.2. Características del desarrollo adolescente

Una vez que hemos enmarcado el amor y las relaciones de pareja desde una perspectiva histórica, conceptual y cultural, pasamos a encuadrar el otro gran punto sobre el que versa este trabajo, la adolescencia. Para seguir descubriendo los factores que afectan a la formación de la pareja, debemos conocer cuáles son los principales rasgos que definen a esta etapa de la vida, ya que se trata de un largo camino lleno de cambios muy progresivos, un periodo de asentamiento de la identidad, imposición de la autonomía, búsqueda de la independencia y, sobre todo, un creciente interés por la actividad afectiva y sexual. Estos avances asentarán las bases de lo que será un hombre y mujer adultos, por ello es importante enumerar los elementos que subyacen a sus formas de pensar, sentir y actuar, los cuales aportarán información so-

bre la manera que tienen de relacionarse con los otros en cualquiera de sus vertientes y entender las raíces del amor romántico, ya que es en esta etapa donde comienza a coger forma. Aclarar que todos los cambios producidos, así como las características que los forman, son compartidos por la inmensa mayoría de adolescentes dentro de un desarrollo normativo, pero siempre hay que tener en cuenta que es algo orientativo y no un código rígido, ya que pueden haber variaciones en función de otras variables personales y ambientales. En definitiva, tal y como apuntan Vargas Trujillo y Barrera (2002), en los últimos años se han comenzado a tener en cuenta tanto las influencias ambientales, como las individuales en el estudio del desarrollo humano. Así, desde esta visión se entienden las relaciones románticas como la forma final a la que han contribuido aspectos propios del individuo, la familia y la sociedad en general, lo cual justifica la explicación de los factores de formación de pareja desde el ámbito interno y ambiental.

En este sentido, un buen punto de inicio para comprender el desarrollo del adolescente, así como apartados posteriores, es acudir a aquella información que nos habla desde una perspectiva global de los factores que influyen en el mismo a nivel contextual. Para ello hacemos referencia a la teoría ecológica de Bronfenbrenner (1987), la cual propone que el desarrollo sería el resultado conjunto de la propia persona junto a todos los niveles del medio ambiente que le rodean; concretamente cuatro serían las estructuras desde el escenario más cercano o microsistema, al más alejado o macrosistema, el cual es perteneciente a la cultura. Partiendo del nivel ontogenético que representa los rasgos propios del sujeto adolescente, existen cuatro capas que lo envuelven de dentro hacia fuera, siendo éstas el microsistema, mesosistema, exosistema y macrosistema, quedando descritos a continuación cada uno de ellos combinando en cada nivel los factores que favorecen o dificultan el desarrollo adolescente propuestos por Calatayud Arenes y Serra Desfilis (2009). El nivel ontogenético presenta como facilitadores, por un lado, todos los aspectos propios del desarrollo en la adolescencia, tales como los cambios puberales, pensamiento formal, desarrollo de la cognición social, inteligencia práctica aplicada a la resolución de problemas e inteligencia emocional, que se entiende como la capacidad de automotivación, control de impulsos, perseveración, regulación de los estados de ánimo y la empatía. Por otro, aspectos como el rendimiento académico, nivel de salud, autoestima y pertenencia al grupo. Además, las autoras proponen como factores que dificultan la transición evolutiva: la pubertad temprana o tardía, sobrepeso, descontrol emocional, baja autoestima o

alta afiliación, o ausencia de la misma a edades tempranas, entre otras. Por otro lado, el microsistema es el nivel más próximo al sujeto e incluye aquellos comportamientos, roles y relaciones sociales cotidianos, así como los lugares en los que la persona interactúa de forma directa con otros, como el hogar, trabajo o colegio. El siguiente eslabón, el mesosistema, queda conectado con el anterior nivel, ya que se entiende como un sistema de microsistemas al comprender la relación de dos o más ambientes en los que la persona se desarrolla. Los microsistemas y mesosistemas más importantes para el adolescente serían la familia, la escuela y el grupo de amigos, siendo los factores facilitadores en los mesosistemas una familia con buenos recursos de afrontamiento, con coherencia en la disciplina, con estilos educativos democráticos y pragmáticos y la presencia de entornos educativos formales y no formales. De otro lado, los factores que frenan la transición serían problemas familiares como divorcio, desempleo, traslado forzoso, disciplina basada en el poder y la fuerza, estilo educativo autoritario o permisivo o situaciones de ocio demasiado infantiles, entre otras. En tercer lugar, encontramos el exosistema, que refiere uno o más entornos en los que la persona no participa de forma activa, pero lo que ocurre en ellos afecta directamente al entorno en el que vive el individuo. El desarrollo de padres y profesores es un elemento mediador entre el entorno social y los de tipo familiar y educativo, sirviendo al mismo tiempo como modelos de identificación. Finalmente, el macrosistema, se entiende como un plano muy distante, pero que también es necesario tener en cuenta, ya que encierra aquellos aspectos culturales, sociales e históricos que ejercen su peso sobre el desarrollo. Se trataría de los cambios que se han producido a nivel generacional, de forma que para poder entender la adolescencia en cada etapa de la historia y su resultado actual, es necesario acudir a este elemento.

3.2.1. Desarrollo cognitivo

Comencemos con los cambios a nivel cognitivo. La adolescencia abre la puerta a un nuevo mundo en la forma de pensamiento, alcanzando un modo más complejo que les permitirá concebir los fenómenos y situaciones de manera diferente a como lo habían hecho hasta ahora. Uno de los autores que plasman este cambio cognitivo es Vygotsky (1981), estableciendo que el punto central que caracteriza la forma de pensar adolescente es la capacidad para asimilar el proceso de formación de conceptos lingüísticos, que a su vez, cederá el paso a

una nueva forma de actividad intelectual. Además considera que el pensamiento lógico estaría formado por dichos conceptos en funcionamiento, lo que les permitiría el acceso al mundo de la ciencia, a aspectos científicos más elaborados. En su teoría se pueden vislumbrar varias ideas fundamentales que facilitan la comprensión de su noción de desarrollo cognitivo. La primera de ellas es la idea de *génesis social* del individuo, que entiende el entorno como elemento imprescindible para el desarrollo, ya que la aparición de la conciencia y las funciones superiores se deben a la interacción con los objetos sociales. Especialmente, toda función ocurre primero a nivel social, entre personas, a nivel interpsicológico y después en el interior de cada individuo, de forma intrapsicológica. En este sentido, se desprenden dos ideas. Por un lado, las funciones mentales como el razonamiento, solución de problemas o la capacidad memorística pueden ser llevadas a cabo tanto por un grupo de personas que interactúan (interpsicológico), o por una sola persona (intrapsicológico). De otro lado, ambos planos quedan conectados de forma que el funcionamiento en el plano externo influye sobre el interno. Con esto, el autor concluye que las habilidades cognitivas no aparecen de forma espontánea, ni se transfieren genéticamente, ni se adquieren pasivamente del entorno, sino que van a ser el resultado de la participación activa sobre el medio social, el cual ha sido estructurado por los adultos u otros niños de mayor maduración mental. Este cambio de lo externo a lo interno se produce por una reconstrucción a nivel interior de una acción externa, es lo que se conoce en la teoría como *internalización*, segundo concepto que vamos a valorar, junto a otro que también tiene algo que decir en este proceso de cambio, la *zona de desarrollo próximo*. En cuanto a la internalización, se resume en que toda actividad que ocurre a nivel externo, pasa a ejecutarse internamente, es decir, toda función psicológica superior ha tenido que atravesar previamente una etapa externa o social, aunque esto presenta dos matices. El primero, es que no se debe reducir a una mera transición y el segundo, a que los procesos mentales sean copia de procesos externos, aunque mantienen una relación entre ambos. Con respecto al tercer concepto, la zona de desarrollo próximo, hace referencia a la relación existente entre el desarrollo mental y el aprendizaje, las interacciones que se produzcan en este área serán la causa del cambio cognitivo. Se comprende como la diferencia que hay entre la propia capacidad para resolver problemas y el nivel de desarrollo potencial, entendido éste como la habilidad de resolución de problemas con la ayuda de un adulto o colaborando con otro niño que sea más capaz. El autor comprende que este concepto es lo que mejor predice las capacidades mentales reales, ya que pueden existir diferencias entre el rendimiento interno y el externo, esto es, dos

niños con las mismas capacidades de forma independiente, pueden variar en cómo aprovechan la ayuda en la interacción con los demás y, por extensión, variar su rendimiento en el plano externo. Esta visión permitiría valorar el desarrollo cognitivo posterior, de forma que esta zona supone un lugar sensible al paso del plano interior al social.

Por otro lado, esta concepción mental del adolescente se caracteriza por una mayor autonomía y rigor en el razonamiento, aparecen nuevas estructuras intelectuales, es lo que Inhelder y Piaget (1955) denominan pensamiento formal y que representa al estado de las operaciones formales, entendiéndolo como semejante al pensamiento adulto. Se trataría de un pensamiento universal que se desarrollaría en todos los adolescentes a la edad de 11-12 años y que se consolidaría entre los 14-15, siempre y cuando tuvieran unos niveles normales de escolarización. Además, se considera uniforme y homogéneo, es decir, el sujeto puede acceder de forma simultánea a todos los esquemas formales, ya que formarían una red conjunta. Según los autores, este estadio del desarrollo cognitivo se caracteriza por el hecho de que la realidad se subordina a lo posible y tiene un carácter abstracto, proposicional e hipotético-deductivo. Estos rasgos del pensamiento adolescente vienen a explicar que la persona ya no se limita a contemplar los elementos de una situación; no cuenta únicamente con los datos reales presentes, sino que incluye las posibles relaciones causales entre dichos elementos, siendo precisamente la variedad de operaciones en cada situación lo que le lleva a plantearse hipótesis para someterlas a prueba de forma simultánea para su posterior comprobación con la realidad a través de la experimentación. Un punto central en la comprobación empírica que realiza el adolescente, es el esquema de control de variables, consistente en cambiar sistemáticamente una variable en cada comprobación manteniendo las demás constantes. Sin embargo, no tendrá la necesidad de comprobar todas y cada una de las acciones posibles, sino que tiene la capacidad de sustituir todas o parte de ellas por conclusiones expresadas de forma verbal. Así se expresa el carácter proposicional de este tipo de pensamiento, unido al hecho de que el contenido de las tareas queda relegado frente a la estructura de la relación entre los objetos. Esto implica que la efectividad en la resolución, no se ve afectada por el contenido del problema, sino por el grado de complejidad de sus relaciones lógicas, o sea, dos tareas con idéntica estructura lógica, pero distinto contenido, presentarán la misma dificultad. En definitiva, el adolescente ya es capaz de concebir y trabajar las posibilidades que pueden existir, sumado a lo evidente. Los adolescentes poseen una nueva capacidad para imaginar un mundo ideal, de manera que quie-

ren poner a trabajar su potencial para observar la gran cantidad de matices que existen en torno a un tema o aspecto.

Sin embargo, esta visión fue duramente criticada en muchos aspectos, tales como restar importancia a la influencia contextual, la universalidad y edad de adquisición, o que se considerara el estadio de las operaciones formales como el culmen del desarrollo cognitivo, de ahí a que Piaget redefiniera su teoría en los años 70, concluyendo que todos los seres humanos desarrollamos el *pensamiento formal* entre los 15 y 20 años siempre que se den una serie de experiencias y condiciones ambientales que proporcionen las herramientas cognitivas adecuadas (Brioso et al., 2009). Incluyó además, que en aquellas situaciones en la que el problema objeto de trabajo no se corresponda con los intereses o aptitudes de la persona, ésta puede usar elementos del razonamiento de las operaciones concretas, pero en caso contrario, usaría su razonamiento formal, esto es, un sujeto puede razonar formalmente con respecto a un tema, pero no a otro, dependiendo si entra o no dentro de su campo de habilidades o especialidad y todo ello va a depender de su conocimiento y expectativas previas (Palacios, Marchesi y Coll, 2004). Esta idea es reforzada por Papalia y Olds (1997), los cuales afirman que a pesar de poseer un desarrollo cognitivo mucho mayor en comparación a los niños, la mitad de los adolescentes y un tercio de los adultos no son capaces de poner solución a problemas de lógica relacionados con el pensamiento formal que se defendía, de ahí a entender que no todas las personas son capaces de tener un pensamiento abstracto completo. Además, Páez et al. (2004) establecen que aunque la definición piagetiana de la madurez cognitiva tiene una grandísima importancia dentro del estudio del desarrollo adolescente, el pensamiento formal no es único, incluso ni siquiera lo consideran el elemento más importante de un pensamiento entendido como maduro, ya que no tiene en cuenta otros aspectos como la inteligencia práctica o la habilidad para afrontar y solucionar problemas cotidianos.

Continuando con Brioso et al. (2009) y retomando el carácter abstracto del pensamiento adolescente, encontramos que éste supone la base de otra característica cognitiva propia de esta etapa de desarrollo, el idealismo. Afirman que gracias a la nueva capacidad de ir más allá de lo real y pensar en lo posible, los adolescentes pueden imaginar cómo serían o deberían ser las distintas situaciones, pudiendo cotejar su modo de pensar ideal con la realidad que les rodea, esto es, se despliega la capacidad para concebir otro mundo alternativo, pudiendo desem-

bocar en rebelión contra lo establecido. En definitiva, aunque el pensamiento adolescente se base en rasgos mentales de etapas previas, éstas se van a combinar a través de nuevos procesos de lógica, con características distintivas e indisolubles que confluyen para proporcionar al individuo un modo distinto de concebir el mundo y en torno a sí mismo, así como nuevas y más sofisticadas formas en lo que a resolución de problemas se refiere y que poco a poco irán evolucionando hasta alcanzar el pensamiento adulto.

Por otro lado, Elkind (1967) estableció otro grupo de rasgos que caracterizan el pensamiento en la adolescencia y que guardan una profunda relación entre sí. En primer lugar, encontramos el *egocentrismo*, el cual se caracteriza por no poder distinguir entre lo universal y lo único. Las experiencias son vividas de un modo intenso y novedoso, pero de forma personal, debido a su elevadísimo nivel de autoconciencia, sin extrapolarlas al mundo que le rodea. Lo que ha vivido no ha sido experimentado por nadie más, no pudiendo los adultos llegar al nivel de comprensión requerido en su situación. Esta forma de concebir el mundo se expande también hacia un nivel más individual, manifestándose a través de lo que el autor denomina *fábula personal* o *tendencia a la falsa unicidad*, la cual otorga la errónea creencia de ser alguien excepcional e irreplicable en el entorno, de forma que al considerarse más importante de lo que verdaderamente es, nadie más puede haber experimentado sus vivencias, tal y como se comentaba anteriormente. Muy relacionado con esto, se encuentra el concepto de *audiencia imaginaria*, esto es, derivado del egocentrismo característico se sienten observados por los demás, lo que conlleva el que anticipen reacciones de los otros pensando que los están juzgando, sintiéndose incomprendidos. Otro sesgo, el *falso consenso*, es aquel en el que los adolescentes creen que sus opiniones y creencias son compartidas por sus pares. Finalmente, vinculado a las demás nociones, el autor nos presenta la *fábula de la invencibilidad*, es decir, la sensación de estar protegido frente a todo peligro, de percibir como ajena cualquier situación en la que se corran riesgos. No se trata de un desconocimiento de las consecuencias de determinadas conductas, sino de la imposibilidad de que a ellos les ocurra. Esta forma de pensar conlleva a los adolescentes a involucrarse en acciones que pueden tener resultados muy perjudiciales para su vida, tales como consumo de drogas, violencia o relaciones afectivas y sexuales peligrosas. Esta forma de entender el mundo, unido al idealismo anteriormente comentado, proporcionan la fórmula perfecta para la aparición de las conductas de rebeldía, debido a la

disconformidad con lo establecido y a la asunción de riesgos lo cual, a su vez, tiene una explicación base en torno a la maduración neurológica como se verá más adelante.

En esta línea podemos añadir un par de matices más al pensamiento adolescente con la división de la adolescencia de Casas y Ceñal (2005) en tres fases, siendo éstas la adolescencia temprana entre los 11 y 13 años, la adolescencia media que abarca entre los 14 y 17 años y la adolescencia tardía, entre los 17 y 21 años. Los autores ubican los rasgos cognitivos desarrollados por Elkind dentro de la fase media media, a lo que añaden que, aunque el adolescente tenga un pensamiento abstracto, pueden existir momentos de retroceso hacia el pensamiento concreto, sobre todo en momentos relacionados con tensión y estrés. Además, afirman que son capaces de percibir lo que les conllevarán en un futuro sus acciones y decisiones presentes, pero no lo aplican de forma constante a todas las situaciones. Finalmente, matizan que la sensación de invulnerabilidad, aparte de facilitar comportamientos de riesgo que conllevan a la morbimortalidad, puede tener como consecuencia patologías en la etapa adulta, debido precisamente a las conductas peligrosas que llevan a cabo.

3.2.2. *Maduración cerebral*

Además de los cambios a nivel cognitivo, en la adolescencia se produce una maduración a nivel cerebral que proporciona información sobre el desarrollo de ciertas conductas y formas de pensamiento en esta etapa de la vida, tales como las que se han explicado con anterioridad. Se produce un solapamiento en la fase adolescente. Por un lado, la maduración cerebral va a ir acompañada por la edad cronológica, es decir, la madurez de la zona prefrontal que se asocia al control conductual, no va a alcanzar su culmen hasta el comienzo de la etapa adulta. De otro lado, la liberación de hormonas gonadales en la fase inicial de la adolescencia va a tener una doble tarea. En primer lugar, facilitar la aparición de los caracteres sexuales y en segundo lugar, influirá en la función neuronal a través de la unión a sus respectivos receptores cerebrales por parte de la testosterona y estrógeno.

Oliva Delgado (2007) afirma que hasta hace pocos años se mantenía la idea de que la arquitectura cerebral llegaba a su máximo en la pubertad, sin embargo en la actualidad es de

sobra conocido que muchas áreas cerebrales siguen su desarrollo mucho más allá de esta fase. Expone que ya en los años 70, a través de estudios postmortem, se apreciaban cambios en la corteza prefrontal, al variar la misma desde la infancia a la adolescencia. Esta conclusión fue totalmente aceptada en la década de los 90 gracias a los avances tecnológicos, ya que mediante resonancia magnética se podían apreciar zonas de maduración tardía que no culminan hasta la edad adulta temprana (Giedd et al., 1999). Aunque la maduración del cerebro comienza con el incremento neuronal y sus ramificaciones, el volumen del encéfalo alcanza su punto álgido al acabar la infancia. Apesar de esta constante, la composición varía, produciéndose una poda de las ramificaciones y conexiones neuronales, mejorando al mismo tiempo la conducción a través del incremento de la mielina, todo ello en detrimento de la sustancia gris. En relación a esto, los estudios de Paus et al. (1999) y Raznahan et al. (2010), concluyen que la sustancia gris ya comienza a cambiar desde el inicio de la infancia y se aprecia una velocidad diferenciada de la corteza en los distintos lóbulos cerebrales. Afirman que las zonas encargadas del sistema motor, en los lóbulos parietales, son las primeras en sufrir esta transformación, alcanzando su máximo volumen a los 10 años en las niñas y 12 en los niños, volviendo desde ese momento a disminuir la sustancia gris. Supone un desafío cerebral, ya que se produce en estas edades un gran alargamiento de todas las extremidades y ha de ir adecuando todo el proceso neuronal hasta los 15 en ellas y 20 en ellos. Exponen que, posteriormente, comenzarán a madurar las zonas encargadas del procesamiento sensorial y tras ellas la corteza visual. Así, el camino de desarrollo continúa en lóbulos frontal y temporal, que se encargan de procesos emocionales y cognitivos, no alcanzando el nivel máximo hasta los 16-17 años. Manifiestan que en esta etapa, alcanzan la formación adulta las áreas de asociación que integran las funciones primarias del lóbulo temporal y las de memoria, estímulos auditivos y visuales y reconocimiento de objetos de la corteza parietal inferior y áreas prefrontales. Finalmente, la extensión madurativa llega a la corteza prefrontal dorsolateral que se encarga del control de impulsos, toma de decisiones y juicios, siendo los lóbulos frontales las últimas áreas en llegar a su estructura y funciones definitivas. Continuando con estos trabajos, se extrae que a través de resonancia magnética, se muestran los cambios descritos, los cuales acontecen bilateralmente. Atendiendo a las diferencias de género en este aspecto, concluyen que en las mujeres la maduración es más rápida en regiones corticales, tales como cingular anterior, ventromedial prefrontal, orbitofrontal, ventrolateral prefrontal, giro frontal inferior y dorsolateral prefrontal, las cuales están implicadas en tareas como lenguaje, búsqueda de apoyo, control de la agresividad

e impulsividad y sopesar los riesgos; mientras que en los hombres madura antes la corteza en la zona del surco intraparietal, así como el lóbulo parietal inferior, necesarios para tareas visoespaciales. Conforme avanza el adolescente en edad, las diferencias en la velocidad del cambio disminuyen, invirtiéndose incluso en algunas áreas frontales y acentuándose en otras, al igual que ocurre con otros lóbulos.

El incremento lineal de la sustancia blanca durante la adolescencia indica un proceso de mielinización axonal, tanto en la zona frontal como en las uniones con otras áreas cerebrales, dando lugar a una actividad neuronal más eficiente. Se trata de una consolidación de fibras, lo cual queda reflejado en una mejora de las actividades de tipo cognitivo. Según establecen Schmithorst, Holland y Dardzinski (2008), el crecimiento de la materia blanca y la organización fibrilar son diferentes en hombres y mujeres, incrementándose la cantidad y rapidez de fibras en el cerebro masculino durante la niñez y adolescencia. Por el contrario, afirman que en las mujeres, la cantidad de materia blanca es mucho mayor en el fascículo arqueado derecho, zona occito-parietal derecha y máxima organización en el cuerpo calloso. Además, concluyen que, con la edad, se observa una creciente organización en el hemisferio derecho en ellas e izquierdo en ellos. En definitiva, áreas más jóvenes desde el punto de vista filogenético, entre ellas la corteza prefrontal, son aquellas que más tardan en madurar. Centrándonos en la corteza prefrontal, región muy estudiada por sus implicaciones en la adolescencia, destaca entre sus funciones por el control conductual, aunque existen muchas otras como apunta Damasio (1994), tales como control de impulsos, toma de decisiones, planificación, anticipación, control de la atención, organización temporal de los comportamientos, capacidad empática, capacidad para la multitarea y el sentido de responsabilidad propio y ajeno, considerándola la zona donde reside la moralidad; relacionada también con la autoconciencia (Ochsner, 2004). Asociado a la región frontal, se encuentra el concepto de función ejecutiva, es decir, la capacidad de controlar y coordinar las ideas y conductas, la cual no está del todo cuajada durante la adolescencia debido a la falta de maduración del lóbulo frontal. Esta situación, como apuntan León Carrión, García Orza y Pérez Santamaría (2004), influirá en la capacidad de control e inhibición de respuestas no adecuadas y en los errores de perseverancia que se observan en la ejecución de ejercicios en los que una regla debe ser reajustada a nuevas circunstancias, o en la finalización de la conducta cuando se ha alcanzado el objetivo marcado.

De esta forma, la rigidez que se aprecia, principalmente en los primeros años de la adolescencia, quizá pueda tener su origen en estas limitaciones.

Aunque la maduración de esta región cerebral guarda relación con el desarrollo de múltiples facultades mentales, hay que tener en cuenta que se trata de un proceso lento que culmina al principio de la etapa adulta, tal y como afirma Brizendine (2008). Expone que las extensiones sin mielinizar, especialmente prominentes entre los centros emocionales y la corteza prefrontal, pueden producir la sobrecarga del sistema, o sea, sin conexiones rápidas hasta el córtex prefrontal, las grandes oleadas emocionales dan lugar, por lo general, a comportamientos impulsivos e indeseados durante unos años, como un mayor ímpetu e implicación en conductas de riesgo a nivel afectivo-sexual, consumo de sustancias, problemas de tipo social, mayor respuesta emocional o búsqueda de recompensa inmediata. De esta manera, la asunción de riesgos y búsqueda de sensaciones sería el resultado, en parte, del proceso de desarrollo cerebral combinado con las influencias sociales y los aprendizajes. Por su parte Van Leijenhorst, Westenberg y Crone (2008) establecen que los adolescentes de ambos sexos presentan desequilibrios en la toma de decisiones entre los riesgos y beneficios de una situación, debido a la inmadurez del estriado, lo cual se observa en mayor medida en los chicos, siendo coherente el que tiendan más a la realización de conductas de riesgo que ellas. Esto quedaría constatado en el trabajo de Peper, Koolschijn y Crone (2013) donde se observa como dato clave, un volumen menor de la corteza orbito-frontal en los chicos, dando lugar a decisiones más peligrosas en comparación a las chicas. En este sentido, la temeridad guarda relación con una menor maduración frontal y con lóbulos con conexiones poco maduras con sistemas emocionales que regulan el control de impulsos, agresividad y sistema de recompensa.

En esta línea y ampliando los datos de los anteriores autores, Oliva Delgado (2007) destaca el circuito mesolímbico relacionado con la motivación y recompensa que se ve guiado hacia el cambio por la influencia hormonal, debido a que las áreas cerebrales que lo componen presentan gran cantidad de receptores de esteroides gonadales, los cuales se producen en grandes cantidades cuando la persona llega a la adolescencia. Afirma que este circuito utiliza la dopamina como neurotransmisor e incluye el cuerpo estriado (núcleo accumbens y núcleo caudado), estructuras límbicas como la amígdala, además de la corteza órbito-frontal, quedando activado cuando la persona lleva a cabo actividades recompensantes, como comer, consu-

mo de drogas o mantener relaciones sexuales; estas situaciones provocan la liberación de dopamina, sobre todo en el núcleo accumbens, generándose una sensación placentera de gran intensidad, provocando al sujeto a repetir las actividades, por lo que se entiende como un circuito de aprendizaje, ya que facilita la asociación entre un acto y su consecuencia (Chambers, Taylor y Potenza, 2003). La activación de ésta última estructura representa el proceso de recompensa, pero existe un circuito evitativo frente a situaciones aversivas o asociadas a emociones negativas, siendo complementario al anterior y que disminuye la probabilidad que las personas sufran daños al frenar ciertos comportamientos que conllevan riesgos, siendo este sustrato del aprendizaje evitativo, la amígdala (Ernst, Pine y Hardin, 2006). Estos datos ayudan a explicar las razones por las cuales los adolescentes tienden a asumir situaciones que ocasionan peligro. En este sentido, según afirman Galván et al. (2006), la sobreexcitación del circuito mesolímbico provocaría en los adolescentes la búsqueda del riesgo y atracción por lo novedoso, debido a que la presencia de recompensas, especialmente las inmediatas, son altamente atractivas para ellos. Además, añaden que el sistema de evitación muestra una menor activación de la amígdala en los adolescentes ante las consecuencias negativas de su conducta, lo que hará que valoren con un bajo rasero los riesgos de sus comportamientos. Por último, concluyen que la corteza órbito-frontal también ejerce su influencia en la asociación de conducta y consecuencia, ya que debido a la baja maduración en esta fase vital contribuiría también a esa menor estimación de los riesgos, así como la preferencia por alternativas poco conservadoras, tal y como hemos visto.

A modo resumen, podríamos decir que debido al diferente ritmo de maduración que presenta la parte prefrontal frente al circuito mesolímbico, se produce un desequilibrio entre ambas regiones que explicaría la forma de pensar y actuar propia de los adolescentes, a veces dificultosa de entender para los adultos que los rodean. El sistema motivacional cambia rápido durante la pubertad por el efecto de las hormonas sexuales que incrementan su excitabilidad (Romeo, Richardson y Sisk, 2002). Contrariamente, como expone Oliva Delgado (2007), el tiempo de maduración de la región prefrontal es mucho más lenta que la anterior, alcanzando su culmen muchos años después, ya que depende del paso del tiempo y del aprendizaje, por lo que no se ve influenciada por hormonas sexuales. Para el autor, todo esto se traduce en una descompensación entre un sistema sobreexcitado que predispone a recompensas inmediatas y otro de autorregulación que se ve en serias dificultades para inhibir conductas impulsivas de-

bido a su falta de maduración. Estas peculiaridades del comportamiento adolescente vienen explicadas por un proceso, conocido como *modelo del sistema dual*: un desequilibrio entre el procesamiento emocional y cognitivo (Steinberg, 2009). Añadido a esto, en los adolescentes la alta vulnerabilidad para iniciar la búsqueda de sensaciones viene también explicada por la presencia de los iguales, ya que según Nelson, Leibenluft, McClure y Pine (2005), existiría una conexión entre los mecanismos de la recompensa y los encargados de los aspectos sociales y emocionales, de ahí a que los amigos y las situaciones con alta potencia emocional pueden detonar el efecto recompensante, haciendo más probable la toma de decisiones arriesgadas.

Junto al desarrollo prefrontal como tal, encontramos un incremento en las conexiones de esta estructura con otras áreas subcorticales, tales como núcleo caudado, amígdala e hipocampo. La maduración de estas uniones a lo largo del tiempo facilitará una mayor contención emocional y conductual y un mejor control a nivel cognitivo, gracias a que el manejo de respuestas emocionales automáticas se traspasa a la corteza prefrontal (Weinberger, Elvevag y Giedd, 2005). Atendiendo a McGaugh (2004), la amígdala se halla relacionada en la unión de lo emocional y lo cognitivo, siendo decisiva a la hora de modular situaciones emocionales y consolidar los procesos de memoria y además, al interactuar con la corteza prefrontal permite el reconocimiento del significado emocional facial. Por otro lado, según establecen Sowell y Jernigan (1998), el hipocampo es el encargado de procesar la memoria emocional. Por lo que exponen Eshel, Nelson, Blair, Pine y Ernst (2007), se entiende que entre la infancia y la edad adulta acontece un incremento de la materia gris en el lóbulo temporal medial, concretamente la amígdala bilateral y el hipocampo derecho, de modo que el que se produzca la maduración entre estas áreas favorece los cambios relacionados a nivel social y dominio emocional observados en la primera adolescencia. De igual manera, afirman que en los adolescentes, la desconexión inicial entre estas regiones cerebrales se observa a través de respuestas disociadas, ya que en situaciones en las que se requiere una respuesta menos impulsiva, pueden responder de forma emocional y más instintiva guiados por las estructuras subcorticales y con poca intervención de corteza prefrontal. Y, por el contrario, en situaciones de peligro en las que se necesitaría una respuesta inmediata de evitación o huida, prestan más atención en razonamientos que impiden una rápida reacción. Esto puede observarse en escenarios que suponen un dilema como nadar entre tiburones, en donde los adolescentes tienen tiempos de reacción mucho ma-

yores y una mayor actividad prefrontal que los adultos (Baird y Fugelsang, 2004). Señalan que a medida que avancen las conexiones entre las estructuras cerebrales, las respuestas ante la diversidad situacional o estimular sería el resultado del trabajo conjunto de varias áreas, ya que la autorregulación de la conducta a finales de la adolescencia quedaría bajo el control de todo el conjunto, haciendo al adolescente más eficaz. Remarcan que todos estos datos neurológicos no nos deben hacer caer en el error de considerar a los adolescentes como incapaces de tomar decisiones acertadas de forma autónoma, ya que en situaciones de poca actividad social y emocional, son capaces de decidir de forma sensata.

En otro orden de cosas, es de sobra conocido que durante la adolescencia se producen transformaciones cerebrales a gran escala, entre otras fuentes de influencia, por el efecto que producen las hormonas sexuales en el cerebro, lo que se traduce en cambios a nivel emocional y social. De ahí a que múltiples estudios pongan de manifiesto que hipocampo e hipotálamo están armonizados por hormonas gonadales (Sisk y Zehr, 2005). Efectivamente, este tipo de hormonas no solamente producen transformaciones genitales en la fase uterina, sino que de la misma forma condicionan las conductas de los individuos por las modificaciones que generan en las redes neuronales (Levy, 1993), aunque dependiendo de la etapa de exposición, sus efectos serán más o menos intensos. Es muy evidente que las hormonas, al unirse con sus respectivos receptores son las causantes de los cambios, ya que como expone Rubia (2007), el sustrato orgánico de la conducta y tendencia a nivel sexual se hallan ubicadas en el cerebro, siendo éste distinto en ambos sexos. En esta misma línea, Pallarés Domínguez (2011) afirma que las hormonas sexuales actúan desde antes del nacimiento, estructurando el cuerpo y asignando el sexo, de forma que es la propia naturaleza la que provee al ser humano de los mecanismos necesarios para la continuidad de la especie. Establece que estas mismas hormonas sexuales se encargan durante la pubertad de hacer florecer los caracteres sexuales secundarios y otorgan la capacidad reproductiva, como se verá más adelante, pero también tienen como función el proveer de sexo a nuestro cerebro. Esto es, apunta que en los cerebros masculino y femenino existirían circuitos diferenciados relacionados con conductas sexuales que correlacionan con la actividad, orientación e identidad sexuales, no siendo evidente este dimorfismo en los circuitos hasta la pubertad, lo que daría a entender que los factores ambientales ejercen un peso importante en el establecimiento de estas diferencias. El autor expone que los niveles hormonales tempranos son básicos para establecer la identidad por sexo, ya que el nacimiento

con cerebro masculino o femenino es inalterable, no siendo susceptible de cambio ante medicación, educación, ni cirugía. Finalmente, concluye que se distinguen varios tipos de sexo: el genético, hormonal, cerebral, gonadal y el genital, siendo el genético el que permite el desarrollo de las hormonas sexuales encargadas del dimorfismo sexual del cuerpo.

Igualmente, los efectos tempranos de la exposición a las hormonas sexuales se expresan en diferencias entre hombres y mujeres en cuanto a capacidades mentales, por supuesto teniendo en cuenta que las investigaciones en torno a los datos que se ofrecen proporcionan medias estadísticas en las que se mueven los individuos por término general, lo cual implica que se puedan encontrar en distintos puntos del continuo rompiendo con la idea generalizada. En esta línea, tal y como apunta E. García (2003), las diferencias por sexo en lo referente a estas habilidades son de carácter modular, es decir, según este enfoque se entiende la mente como un conjunto de subsistemas o módulos con una especialidad concreta por la exposición intrauterina a ciertas hormonas. Estos módulos no estarían ubicados en áreas concretas del cerebro, sino distribuidos en redes neuronales altamente especializadas. Por tanto, sin querer hacer campaña de superioridad de un sexo frente a otro y basándose en la evidencia empírica, afirma que como tendencia general, las mujeres son superiores en velocidad perceptiva, fluidez de ideas y fluidez verbal, es decir, en tareas que requieran distinguir con rapidez objetos relacionados, enumerar objetos o en escribir o verbalizar listados de palabras, así como mayor éxito en pruebas en las que se requiere cálculo matemático y en aquellas en las que se necesite una coordinación motriz fina; mientras que los hombres tienen mayor destreza en tareas espaciales, habilidades motoras dirigidas a un objeto, identificación de figuras en contextos difíciles y razonamiento matemático. Continuando en esta línea, Brizendine (2008) muestra una serie de estructuras cerebrales que presentan diferencias entre hombres y mujeres. Entre ellas estaría el córtex cingulado anterior, relacionado con la toma de decisiones, el cual es mayor en las mujeres; igual que el córtex prefrontal, encargado del control emocional, que además madura uno o dos años antes en comparación a los hombres, al igual que el hipotálamo. Por otro lado, habla sobre la amígdala, centro de las emociones instintivas, es más grande en los hombres, mientras que el hipocampo y la ínsula, la cual procesa las emociones más primarias, es más activa en las mujeres. Manifiesta que lo que distingue a ambos sexos, cerebralmente hablando, son los circuitos neuronales implicados en la realización de tareas, esto es, los sistemas cerebrales a la hora de operar son en su mayoría compatibles tanto para hombres, como

para mujeres, pero usan diferentes conexiones neuronales en el cumplimiento de los mismos objetivos en la resolución de problemas. Por consiguiente, la construcción estructural a nivel cerebral se traduce en un procedimiento adaptativo, como se ha comentado, un proceso madurativo lento influido tanto por las hormonas, como por los aprendizajes y experiencias vividas en el entorno, lo que le va a permitir al adolescente ajustarse al ambiente que le rodea, a aquellas circunstancias en las que se va a tener que desenvolver en la etapa adulta.

Otra estructura que presenta diferencias entre hombres y mujeres es la corteza cerebral. Como apuntan Wilke, Krägeloh-Mann y Holland (2007), en las chicas, debido al aumento de estradiol, se produce un incremento en la materia gris cortical, mientras que en los chicos, en las áreas corticales de los dos hemisferios, el volumen de materia gris se amplía a mayor presencia de testosterona. Afirman que si introducimos la variable edad, únicamente en las chicas se observa un descenso conforme cumplen años, así disminuye la materia gris en el giro precentral y superior temporal de forma bilateral, el giro angular y medio frontal izquierdo y giro inferior temporal derecho. Por otro lado, exponen que el estradiol se asociaría con una disminución de materia gris en el prefrontal parietal y temporal medio, mientras que se produce el efecto contrario en el frontal medio, inferior temporal y giro occipital medio. A lo que suman que a ellas la testosterona les produce un decrecimiento de materia gris en el giro fusiforme derecho y giro frontal inferior izquierdo; pero que en los chicos, la testosterona circulante incrementa el volumen de materia gris en la corteza parietal. En esta misma línea, Hare, Tottenham, Davidson, Glover y Casey (2005) exponen que la especialización observada en hombres y mujeres en tareas visoespaciales y fluidez verbal, respectivamente, son una manifestación de la muerte neuronal debido a las hormonas presentes. Las diferencias en habilidades mentales de estas especializaciones serían sensibles al efecto de la testosterona. Las hormonas igualmente afectan de forma diferencial a estructuras del lóbulo temporal, ya que el volumen de las mismas es mayor en los chicos conforme avanzan en edad. De este modo, Cooke (2006) defiende que la amígdala contiene numerosos receptores de andrógenos que permiten el mantenimiento del dimorfismo adulto, mientras que el hipocampo contiene más receptores de estrógenos, aunque su parte posterior es sensible a la testosterona. A grandes rasgos y para finalizar, citando a Bailey, Zauszniewski, Heinzer y Hemstrom-Krainess (2007) podemos decir que la pubertad para las chicas trae una invasión de estrógenos y progesterona, provocando en su cerebro una mayor sensibilidad a aspectos emocionales, como la aceptación de los demás o el

rechazo, siendo tres los centros que sirven como dianas para las hormonas: el hipocampo, hipotálamo y amígdala. Muestra que la percepción de estrés dispara el hipocampo ante problemas de índole interpersonal, de forma que para disminuir ese estrés, se requieren relaciones sociales para compartir la intimidad, necesidad que se explica a través de la liberación de dopamina y oxitocina. Con respecto a las diferencias por sexo, exponen dos conclusiones. La primera, el cerebro de la mujer reacciona ante los conflictos, desacuerdos o estrés en las relaciones, ya que su circuito relacionado con la agresión está conectado a funciones cognitivas y verbales, sin embargo, el masculino se liga a la acción física, de ahí a que ante una situación peligrosa su primera reacción sea actuar. La segunda, versa sobre que la naturaleza femenina lleva a buscar y conservar relaciones afectuosas con otros, cosa contraria a lo que ocurre con los hombres, ya que la testosterona provoca en ellos una disminución en el interés por el trato social, excepto en actividades deportivas y relaciones sexuales; además el cerebro masculino está preparado para la competitividad y se estresa con los desafíos a su autoridad.

3.2.3. *Desarrollo físico*

Otro de los grandes cambios que se producen en la adolescencia y que es una característica más que evidente en esta etapa, es el desarrollo físico. La importancia de este tipo de crecimiento reside en que es el origen individual de la atracción hacia otras personas, del incremento del interés y del deseo sexual hacia los que hasta ahora eran meros compañeros. Es decir, el trayecto de la búsqueda de pareja tiene su punto de inicio con el desarrollo de los caracteres sexuales primarios, la aparición de los caracteres sexuales secundarios y el comienzo del desarrollo físico de cara a la edad adulta, siendo lo que conocemos como pubertad.

La pubertad queda comprendida como el periodo durante el cual maduran los órganos sexuales en el ser humano, correspondiéndose cronológicamente con la primera etapa de la adolescencia, en la que se producen cambios en los caracteres sexuales, siendo fruto esto de la producción de hormonas sexuales, andrógenos y estrógenos en la hipófisis, por tanto, se trata del inicio de la maduración sexual (Palacios et al., 2004), un hito universal que permite el avance en esta última, así como en el desarrollo hormonal y morfológico que de éste se des-

prende. Para Páez et al. (2004), la pubertad suele durar cerca de 4 años, comenzando antes en las chicas que en los chicos, siendo estos cambios biológicos la señal del final de la niñez que incluirían el crecimiento físico, la menstruación en las chicas y presencia de espermatozoides en los chicos, así como el desarrollo de los caracteres sexuales secundarios. De esta manera, la pubertad es un reto al que los adolescentes deben enfrentarse y que unos superarán sin muchos problemas incorporándolos a su vida diaria, mientras que para otros puede ser un nido de complicaciones a nivel psicológico y de conducta (Negriff y Susman, 2011). No hay que olvidar que el inicio de los cambios físicos producidos en la adolescencia tiene su ubicación unos años antes de la pubertad. Tal y como explica Iglesias (2013), existe una fase hormonal previa que prepara al cuerpo para el posterior cambio, ocurre entre los 6 y 8 años de edad y es lo que se conoce como adrenarquia, fase independiente que precede a la activación del eje hipotálamo-hipófisis-gonadal y se caracteriza por el incremento de secreción de hormonas en la capa reticular de la corteza suprarrenal. Establece que tales hormonas serían la dehidroepiandrosterona (DHEA), la dehidroepiandrosterona sulfato (DHEAS) y la androstendiona, las cuales provocan, a su vez, la aparición de otras distintas como son la testosterona o la dehidrotestosterona. Este incremento en la producción de hormonas explica el desarrollo de vello en el pubis y axilas, olor corporal y secreción sebácea, que puede originar acné. Afirma que más adelante, al inicio de la pubertad se produce una reducción de la sensibilidad del hipotálamo y la hipófisis a la retroalimentación negativa de la testosterona y estradiol, de ahí a que la secreción de las gonadotropinas FSH (hormona estimulante del folículo) y LH (hormona luteinizante) comiencen a aumentar, lo que da lugar a la producción de las hormonas sexuales. Expone que en las chicas, la FSH incita la aparición del estradiol, permitiendo la maduración del óvulo y la consecuente ovulación, mientras que la LH está implicada en la fabricación de progesterona; mientras, en los chicos la FSH promueve la gametogénesis y la LH estimula las células de Leyding para la segregación de la testosterona.

Centrándonos de nuevo en los cambios físicos que aparecerán a lo largo de la adolescencia, tal y como se comentaba anteriormente, Palacios et al. (2004) establecen que todos los cambios corporales en la adolescencia aparecen por la puesta en marcha de una cadena de mecanismos hormonales, los cuales tienen su punto de partida en la actividad hipotalámica, estructura que activa a la glándula pituitaria o hipófisis que tiene como objetivo secretar grandes cantidades de hormonas gonadotróficas. Los autores manifiestan que serán las encargadas de

estimular las gónadas sexuales, esto es, ovarios en las mujeres y testículos en los hombres que, de la misma forma que anteriores eslabones de esta cadena, producirán hormonas sexuales en cantidades mucho mayores que años anteriores, estas son la testosterona en los chicos y progesterona y estrógenos en las chicas, siendo las últimas responsables de todos los cambios físicos que van a ocurrir durante estos años. En palabras de Lara (1996), existen unas categorías de cambios fisiológicos característicos. En primer lugar, tiene lugar un crecimiento constante en los adolescentes tanto en tamaño como en peso, acompañado de un cambio en la distribución corporal. En este sentido, tal y como apuntan Palacios et al., (2004), el crecimiento que comienza en la pubertad se produce de una forma vertiginosa, de ahí a que en los cuerpos adolescentes se pueda observar una falta de armonía en cuanto al tamaño de ciertas partes, pudiendo dar lugar a una insatisfacción corporal, que desaparecerá conforme todo se vaya reajustando a nivel proporcional. Afirman que, concretamente, lo primero que suele crecer son las piernas y lo último el tronco, teniendo también un desarrollo acelerado las manos, la cabeza y los pies. Manifiestan también la existencia de diferencias por sexo, el desfase en las primeras etapas es acusado en comparación con otros cambios corporales, ya que ellas comienzan a crecer una media de 2 años antes, pero ellos se caracterizan por la velocidad del mismo, ya que éste puede llegar a duplicarse con respecto a la etapa prepuberal, aumentando entre 5 y 10 centímetros en el año de mayor crecimiento, incrementando el grosor óseo y la masa muscular. En este punto, es necesario mencionar la tendencia secular existente, la cual implica un incremento de la estatura, peso y un adelanto de la maduración sexual. Tal y como establece Chumlea (1982), este hecho comenzó en torno a unos 100 años atrás en Estados Unidos, Europa Occidental y Japón, debido a las mejoras en las condiciones de salud y vida en general en estas áreas, ya que la madurez sexual es mucho más tardía en regiones menos desarrolladas a nivel socio-económico.

Siguiendo con la clasificación de Lara (1996), en segundo lugar encontramos el desarrollo y maduración de los caracteres sexuales primarios, aquellos relacionados con la reproducción, estos son labios, clítoris, vagina, útero, ovarios y trompas de Falopio en las mujeres y pene, testículos, conductos deferentes y vesícula seminal en los hombres. En esta línea, Iglesias (2013) establece que en las chicas los primeros signos de pubertad y madurez sexual comienzan con el botón mamario, el cual puede tardar hasta 9 años en alcanzar su tamaño definitivo, y la menarquía, que se dan entre los 9 y 13 años, aunque la primera menstruación va a

estar muy influida por la edad a la que la tuvo la madre. Especifica que también se producen cambios a nivel de ovario y tamaño de útero. Sin embargo, los chicos inician su maduración sexual entre los 9,5 y 13,5 años, con el incremento de los testes y de la longitud del pene, la espermarquia, un primer cambio en la voz y el primer vello púbico sin pigmentar. El autor afirma que es necesario tener en cuenta que se trata de edades promedio y orientativas, ya que tienen una cronología que no se da de igual forma en todas las personas. Además, como añaden Casas y Ceñal (2005), en cada individuo los factores biológicos, intelectuales, emocionales o sociales pueden llevar ritmos madurativos distintos o incluso producirse retrocesos, sobre todo en fases de mucho estrés. Las causas de una maduración más temprana o tardía van a ser variadas, como la dieta, historia de salud, hábitos de vida e incluso el clima. Por último, en tercer lugar, Lara (1996) habla de los caracteres sexuales secundarios, los cuales van apareciendo paulatinamente durante la adolescencia y se distinguen por no estar relacionados directamente con la reproducción, pero que son signo de maduración, en los chicos vello facial, axilar, pecho, brazos y piernas, el cuerpo se vuelve más delgado y musculoso, el vello púbico irá aumentando en pigmentación y cantidad, se irá incrementando progresivamente el pene y testículos y se tendrán las primeras eyaculaciones, por masturbación o poluciones nocturnas, aumentará la grasa en pelo y rostro por la mayor secreción de andrógenos. Por su parte, en las chicas empiezan a redondearse las caderas por el ensanchamiento de la pelvis, aumentará la grasa corporal, aparecerá el vello en el pubis y poco después en las axilas, continuará el crecimiento de las mamas y la piel y el pelo se volverán más grasos, al igual que los chicos.

En función de todos estos datos, podemos concluir que la pubertad es un proceso que dura varios años a través de los cuales los jóvenes experimentan cambios muy significativos en su anatomía, por lo que hay que tener en cuenta que esto puede ocasionar diversas reacciones psicológicas, ya que con la entrada en la pubertad se puede producir un impacto a nivel personal y social dependiendo de si se experimenta una maduración temprana o tardía. Al tratarse de una modificación física gradual, será igualmente progresiva la modificación psicológica, tendiendo a asociarse el nivel de desarrollo puberal con ciertos rasgos psicológicos. En palabras de Palacios et al. (2004), por lo general, dichas consecuencias psíquicas son más acusadas en las chicas que en los chicos, ya que mientras para ellos esta etapa suele suponer una mayor habilidad física y mejora del cuerpo en comparación a años atrás, las chicas tienden a experimentar mayores estados depresivos, emociones negativas e irritabilidad relacionada con

su nuevo aspecto, que comienza a alejarse de la imagen delgada que venera la sociedad actual. En esta fase de crecimiento los adolescentes adquieren mayor conciencia corporal debido a los cambios que están experimentando, convirtiéndose el cuerpo en centro de interés y preocupación en muchos casos. Con respecto a la temporalidad de la maduración física, también se observarían diferencias entre los chicos y las chicas. Los autores muestran que una maduración temprana en los chicos les ayuda a ser más populares entre sus compañeros, poseen un autoconcepto más positivo y tienden a asumir el liderazgo del grupo, ya que estas circunstancias les ayudan a sobresalir por encima de sus iguales en cuanto a fuerza, capacidad atlética y superioridad física, aspectos muy valorados por los adolescentes varones e indudablemente siendo más atractivos para el sexo opuesto en comparación a aquellos jóvenes que maduran más tarde, sin embargo, los primeros muestran más comportamientos antisociales y problemáticos. Por otro lado, en las chicas no se sigue el mismo patrón, ya que la maduración temprana es mucho más negativa que la tardía. Las chicas que se desarrollan antes, se sienten más incómodas y diferentes con respecto a sus amigas, siendo en muchas ocasiones el blanco de las burlas de sus compañeros, tienen mayor insatisfacción con su cuerpo, peor autoconcepto y sufren más estados emocionales negativos (Williams y Currie, 2000). Además, también tienden a presentar más problemas de tipo conductual como consumo de drogas o relaciones sexuales precoces y poco planificadas, no obstante, en lo que a relaciones sentimentales se refiere se trata de un arma de doble filo, ya que las chicas de maduración temprana son más solicitadas para salir o realizar actividades, aumentando así su autoconcepto y autoestima, pero el distinguirse de las compañeras con maduración tardía incrementa sus niveles de ansiedad, infelicidad y depresión (Kaltiala-Heino, Kosunen y Rimpela, 2003). En cuanto a la pubertad tardía, la situación se invierte, ya que son los chicos los que tienen mayores problemas. Según Palacios et al. (2004), el que la mayoría de las chicas maduren antes que los chicos, supone que aquellas que llegan a la pubertad algo después que sus compañeras, lo hará igual que los chicos varones de su misma edad, lo que les permitirá tener más tiempo de preparación ante el cambio que se avecina, sin verse demasiado atrasadas con respecto a sus amigas e iguales. De la misma manera, su satisfacción corporal será mayor debido a que se asemejan más al arquetipo de mujer delgada actual. A pesar de ello, los autores remarcan que los chicos que maduran más tarde se encuentran en desventaja, debido a que son los más pequeños en tamaño y más débiles en fuerza física, por lo que raramente serán populares entre sus iguales y tendrán una probabilidad más baja de emparejarse con alguien, teniendo un círculo de amistades más reducido

y viéndose afectada su vida social en consecuencia, elemento muy importante en esta fase del crecimiento.

3.2.4. Desarrollo de la identidad

Aunque durante toda la vida la persona se encuentra sumida en mayor o menor medida en la búsqueda de una representación personal, de un autoconcepto sólido y de una categorización propia a nivel social, esto adquiere mayor importancia durante la etapa adolescente, ya que es la fase de formación de la identidad por excelencia. Los retos evolutivos a los que se deben enfrentar se resumen en la solidificación de la identidad. En palabras de Erikson (1980), los adolescentes muestran una crisis en este terreno que acabará por resolverse cuando exista un ajuste entre la forma en la que se definen y las formas sociales de operar que llevan a cabo, es decir, un engranaje entre lo que alguien percibe sobre sí mismo y lo que los demás visualizan o esperan de esa persona. El autor establece que la confusión de identidad y de rol que muestra el adolescente se manifiesta en un enlongamiento temporal para alcanzar la edad adulta, situando este momento posteriormente a los 30 años, siendo normativo cierto nivel de confusión en torno a la identidad. Según afirma, esto explicaría muchos de los comportamientos y actitudes que poseen, así como la dificultad de una toma de conciencia en relación a cómo se perciben a sí mismos, siendo el resultado de esta crisis la fidelidad, que conlleva la identificación con un conjunto de valores, ideología o movimiento y refiere la lealtad ante la confianza o sentimiento de entrega a la pareja, amigos o compañeros. De esta manera, la autoidentificación se alcanzaría al escoger valores o personas a las cuales serles leales en contraposición a los enseñados por los progenitores (Papalia y Olds, 1997). Tal y como apuntan Zacarés González et al. (2009), adolescencia es una etapa adecuada para el desarrollo de la identidad, la cual tendría lugar también a lo largo de la adolescencia media, concretamente durante los años escolares equivalentes a la educación secundaria y no solamente en la etapa adolescente tardía, tal y como se venía defendiendo de forma tradicional.

Por otro lado, Marcia (1980) entiende que la identidad sería una organización interna, dinámica y que la propia persona construye en torno a cuatro elementos: impulsos, creencias, habilidades y la historia individual de cada sujeto. Además, estableció que existen dos ele-

mentos fundamentales para la creación de la identidad. Por un lado, el compromiso que el adolescente experimenta en el presente o ya ha vivido. Por otro, la cantidad de exploración o crisis. En función ambos, identifica cuatro estados de identidad, a saber: *logro*, *moratoria*, *cerrazón o identidad hipotecada* y *difusión de identidad*. Ésta última hace referencia o bien a ausencia de compromiso por parte del adolescente y la ausencia de exploración de distintas alternativas, o también la realización pasada de una actividad de exploración, pero de una forma que no concluyó en un compromiso importante. El segundo estado de identidad es la cerrazón, es decir, el adolescente se compromete sin haber explorado previamente, ya que ha adoptado las formas de aquellas figuras más representativas con las que se identifica, en este caso los progenitores. En tercer lugar, en la moratoria el adolescente no ha efectuado compromiso actual o al menos no es altamente sólido, ya que se encuentra en un estado de exploración activa. Finalmente, el logro de identidad se refiere a la terminación del tiempo exploratorio, aceptando compromisos firmes.

Posteriormente, en una revisión de la investigación, autores como Marcia (1993) o Meeus (1996) apuntan que los estatus de identidad anteriormente mencionados se dividirían en dos grupos, uno activo y maduro y otro pasivo e inmaduro, perteneciendo al primero el logro de identidad y moratoria y al segundo cerrazón y difusión de identidad. El primer grupo se asocia a aspectos positivos, como niveles elevados de razonamiento moral, autonomía y autoestima, mientras que el segundo se relaciona con características negativas, tales como conformismo, bajo nivel de autoestima o convencionalismo. Tal y como afirman Zacarés González, Iborra Cuéllar, Tomás Miguel y Serra Desfilis (2009), habría que hacer una matización en dicha revisión, ya que no existe una secuencia fija en la transición entre estas etapas o grupos, ni el logro de identidad es la fase final en la que culmina la identidad, sino que tal y como exponen Meeus, Iedema, Helsen y Vollebergh (1999), existen cuatro conclusiones madurativas que pondrían de relieve la progresión de la identidad conforme pasa la adolescencia. Éstas apuntan que con el tiempo, se produce un aumento del número de personas que se encuentran en la fase de logro de identidad, además la cantidad de sujetos en cerrazón disminuye conforme avanza la adolescencia, al igual que los que se hallan en difusión de identidad. La tercera conclusión es con respecto a la moratoria, siendo el estatus más inestable y transicional, contrariamente a la situación de logro, caracterizado por tener más estabilidad a lo largo del tiempo. Por tanto, se produciría un ritmo de evolución de la identidad a través de la etapa adolescente,

acelerándose el proceso entre la adolescencia tardía y comienzo de la edad de juventud adulta (Waterman, 1993).

Otro aspecto de la identidad hace referencia a los dominios del desarrollo de la misma, poniéndose el énfasis de las investigaciones en un carácter asincrónico, esto es, la evolución de la identidad será diferente en los distintos dominios, los cuales se agrupan en interpersonales, que se refieren a la familia y de intimidad y los ideológicos, que englobarían aspectos como la religión, ocupación o aspectos políticos (Schwartz, 2001). Esto conlleva que el hecho que la identidad esté más asentada en un dominio, no quiere decir que ocurra lo mismo en otro distinto, es más, tal y como expone Grotevant (1987), no existiría una desconexión absoluta entre los dominios, es decir, las experiencias de identidad en un ámbito podrían ejercer su influencia en la forma en la que el adolescente trabaja su identidad en otros terrenos.

La diferencia por sexo en este plano es igualmente un tema al que hacer referencia. Ya en los años 70 del pasado siglo, se establecieron ciertas diferencias, tales como que en las mujeres la identidad se conectaría más en el plano interpersonal y mostrarían mayor cerrazón en el área ideológica (Patterson, Sochting y Marcia, 1992). De forma más reciente y concretamente en el ámbito de los dominios, se mantienen las diferencias asociadas a los roles de género, como un mayor logro de identidad relacional en ellas (Lewis, 2003), lo que explicaría tanto la conexión entre identidad global e intimidad en ellas (Martínez, 1998), como la mayor intimidad que define las amistades femeninas (Fuertes, Carpintero, Martínez, Soriano y Hernández, 1997). Además, según establecen Papalia y Olds (1997), la confianza que ellas mantienen sobre sí mismas permanece bastante sólida hasta la preadolescencia, momento hasta el cual muestran una elevada seguridad en sus sentimientos y en la forma que tienen de relacionarse, aceptando a partir de este punto de forma progresiva ideas estereotipadas de cómo deben ser y comportarse de una forma socialmente aceptada, reprimiendo sus sentimientos reales. Por su parte, Cohn (1991) concluyó que la infancia tardía es el punto del desarrollo en el que se comienzan a vislumbrar las diferencias por sexo en este sentido. Afirma que habría un punto de crecimiento a los 13 años y se ampliaría bastante a lo largo de la adolescencia, esto es, cuando los chicos todavía muestran rasgos de egocentrismo, ellas manifiestan conformidad social, llegando a la autoconciencia cuando ellos se muestran conformistas. Así que como apuntan Páez et al. (2004), las diferencias de género en la formación de ciertos rasgos

puede deberse a la variabilidad de experiencias entre ambos sexos, ya que incluso en los propios procesos de juego en la infancia se observa cómo su distribución puede influir en ello. Establecen que los juegos más libres serían más característicos de las chicas, con menos estructura y reglas, pudiendo favorecer el desarrollo del razonamiento moral; igual que la cantidad de miembros, debido a que la minoría de personas que forman los grupos de juego femeninos permite mayores conversaciones y la imitación de las relaciones adultas. En definitiva, Zacarés González et al. (2009) concluyen que el desarrollo de la identidad en occidente tiene mayor número de similitudes en ambos sexos, habiendo una superioridad femenina a nivel madurativo cuando las diferencias emergen, concretamente a nivel relacional íntimo.

Sumado a esta información, son diversas las investigaciones (Bosma y Kunnen, 2001; Lannegrand-Willems y Bosma, 2006) que tienen como objetivo identificar aquellos aspectos personales y contextuales que influyen de forma positiva o negativa en la creación de la identidad. Con respecto a los rasgos personales, Grotevant (1987) en su modelo secuencial muestra rasgos de personalidad que guardan relación con el nivel de implicación en la exploración de identidad. Entiende que uno de estos aspectos es la autoestima, sobre la que se asienta la seguridad para considerar las opciones disponibles y asumir riesgos en la elección, ya que una autoestima elevada refuerza la motivación para explorar el entorno, teniendo un carácter inhibitorio el otro extremo del rasgo. No obstante, a pesar de los trabajos que apoyan la hipótesis de una conexión entre niveles altos de autoestima en personas que han llegado al estatus de logro de identidad gracias a una exploración intensa, las relaciones existentes entre estos aspectos todavía no son del todo satisfactorias (Marcia, 1993). Por otra parte, con respecto al papel que juegan los contextos en el desarrollo de la identidad, las investigaciones se han centrado sobre todo en la influencia familiar, así Grotevant y Cooper (1998) establecen que un estilo educativo que permite a los adolescentes expresar su propia individualidad y que genera un ambiente emocional y de apoyo, favorecería el logro de identidad. Por otro lado, Kimmel y Weiner (1998) ofrecen datos en torno a este tema, pero desde la visión adolescente, esto es, aquellos que se encuentran en difusión de identidad perciben que sus padres los apoyan poco y los rechazan en mayor medida, considerando los que se hallan en cerrazón una relación más cercana con sus progenitores; mientras que los que están en moratoria y logro de identidad aparecen en los polos opuestos, teniendo los primeros mayores niveles de crítica hacia la familia. Otro elemento que pertenece al factor contextual de influencia sobre la identidad es el

nivel de apoyo social, existiendo dos hipótesis al respecto. Atendiendo a lo expuesto por Zacarés González et al. (2009), la primera es la situacional del conflicto padres-iguales en la que ambas fuentes de influencia ejercerían presión, pero en dominios distintos, siendo la de los iguales más intensa en aspectos como las relaciones o el tiempo libre actual. En este sentido, los padres influirían mayormente en aspectos futuros, como a nivel escolar o profesional, relacionándose además padres e iguales de forma negativa y compensando entre sí la presencia o ausencia de cada uno de ellos en los distintos dominios de identidad. La segunda hipótesis propuesta es la de conexión o continuidad entre el apoyo parental y de los compañeros, teniendo ambos el mismo peso en todos los dominios de la identidad. Es decir, la forma de relacionarse que los adolescentes aprenden de los padres se extendería a los iguales, teniendo ambas fuentes de influencia una relación positiva o, en otras palabras, la calidad de la relación con los progenitores es un buen caldo de cultivo para el establecimiento de relaciones con los amigos. A pesar de las diferencias, ambas perspectivas afirman un aumento de la importancia del grupo de amigos, así como de otras figuras fuera de la familia en la formación de la identidad. No obstante, Meeus, Oosterwegel y Vollebergh (2002) encontraron más apoyo en relación a la primera hipótesis. De esta forma, el apego y apoyo de los padres se conecta con el compromiso escolar que asumen los adolescentes, mientras que por parte de los iguales se vincula con una exploración y un compromiso más intenso a nivel de relaciones sociales, pero la exploración escolar se relaciona tanto con padres, como con iguales.

Finalmente, la integración y formación de la identidad guarda relación con la elección de pareja, ya que el proceso de selección del adolescente le sirve de ayuda y soporte para el autoconocimiento y la comprensión del sexo opuesto, consolidando así la identidad y los intereses románticos (Fossa Arcila, 2013). De este modo, tal y como expone Capponi (2004), esto va a ayudar a que el elegir a un compañero sentimental se sustente sobre la complementariedad de aspectos propios con los ajenos, por lo que el conocimiento y la coherencia con respecto a la propia identidad y la consolidación de la misma, es fundamental para el objetivo que persiguen a nivel romántico. Destaca que otro elemento que actúa como determinante de una adecuada elección amorosa es la fortaleza afectiva de la propia persona. Está formada por dos elementos, la tolerancia a la frustración y la capacidad de intimidad. La primera gira en torno al grado de soporte de los factores a largo plazo frente a la gratificación inmediata. Es decir, al principio de una relación cuando los individuos se encuentran en el proceso de selec-

ción o descarte, tienden a centrarse en elementos que les reportan beneficios actuales sin reparar en otros aspectos que serán importantes cuando la relación avance. De tal manera que, en función del grado de tolerancia que una persona muestre, éste le podrá ayudar a posponer un placer instantáneo ante los elementos a largo plazo de los cuales realmente depende el éxito o fracaso de la relación y así realizar la elección más correcta posible. El segundo elemento, la capacidad de intimidad, versa sobre los miedos que puede despertar una relación de pareja atendiendo a las necesidades de la otra persona. Si se pusieran en marcha mecanismos psicológicos que redujeran la intimidad y se buscara una mayor distancia afectiva, se impediría el conocimiento real del otro y sus necesidades, lo cual desembocaría en insatisfacciones en la pareja y una posible ruptura.

3.2.5. *Desarrollo de la autoestima y el autoconcepto*

Los cambios físicos, sociales y cognitivos a los que se enfrentan los adolescentes van a producir alteraciones tanto en el autoconcepto, como en la autoestima de los mismos, ya que deben adaptarse a un nuevo cuerpo, forma de pensar y manera de relacionarse con el entorno, lo que suele acarrear consecuencias psicológicas. De esta forma, el autoconcepto y la autoestima son nociones fuertemente relacionadas entre sí que van a ir evolucionando a lo largo de toda esta etapa, estando íntimamente vinculados con la construcción de la identidad.

Uno de los principales factores que diferencian al ser humano es la capacidad de crear y establecer una identidad de sí mismo y darle valor. De este modo, el autoconcepto se entiende como un sistema de creencias que el individuo considera verdaderas respecto a sí mismo, sean éstas reales o no, mostrándose como el resultado de un proceso de análisis, valoración e integración de toda la información resultante de las experiencias propias y la retroalimentación procedente de las personas significativas que conforman su entorno (González Pienda, Núñez, Gonzalez Pumariega y García, 1997). Así, según Strauman y Higgins (1993), el núcleo central del sistema cognitivo está conformado por creencias autoreferenciales, esto es, cogniciones que una persona tiene sobre sí misma, que suelen designarse como autoconcepto, completándose esta estructura con una dimensión valorativa del yo, una percepción de la propia valía, capacidad y competencia, que es lo que conocemos como autoestima. En otras palabras,

establecen que el autoconcepto se entiende como un elemento multidimensional y jerárquico, en el cual se encontrarían tanto los aspectos cognitivos del yo, que se corresponden con la autoimagen, como los afectivos, que harían referencia a la autoestima.

Para Páez, Zubieta y Mayordomo (2004) las bases de la autoestima y el autoconcepto serían las siguientes:

- Autopercepción y comparación entre la realidad con expectativas y normas culturales: De esta forma, a mayor autoestima, menos discrepancia entre el autoconcepto o yo real (cómo se es), el yo moral (en función de las obligaciones sociales) y el yo ideal (lo que se desea ser realmente). A la inversa también existe relación.
- La percepción y evaluación de los otros significativos: La valoración que las personas de nuestro entorno realizan sobre las propias habilidades, capacidades o valía, tiene como resultado una autoestima manifestada, estando mediada por la percepción que la persona objeto de evaluación tiene sobre la visión de los demás.
- Comparación social con los otros: Cuando una persona quiere valorar sus capacidades dentro de un ámbito concreto o contrastar la validez de sus opiniones e ideas, se compara con iguales que sean similares. La comparación va a depender del nivel de autoestima y autoconcepto de base, es decir, para incrementar el autoconcepto nos medimos con alguien mejor que sirva como referente; mientras que cuando la autoestima tiende a la baja, hay tendencia a asemejarse con quien que se encuentra en peor situación.

Centrando ya la atención en el autoconcepto adolescente, partimos de la base, como bien establece Rosenberg (1965), que el este concepto en la etapa de la adolescencia es sustancialmente distinto a fases previas, caracterizándose por ser progresivamente cada vez más complejo, autónomo y abstracto. Esta construcción depende de factores variados, influyendo en ella aspectos familiares (Leary, Cottrel y Phillips, 2001), así como escolares, relaciones sociales, elementos culturales o creencias religiosas, por nombrar algunos (Lila, Musitu y Buelga, 2000). Precisamente el amplio abanico de elementos que rodean a la edificación del autoconcepto va a influir, junto con la maduración cognitiva, en los cambios a nivel estructural y

de contenido que van a suceder durante estos años, tal y como exponen Palacios et al. (2004) y Brioso et al. (2009). Estos mismos autores defienden que, en lo referente a la estructura, debido a la adquisición de la capacidad de abstracción, podrá interconectar características de sí mismo que están relacionadas, pero pasando por un conjunto de etapas con distintas características. Veamos cada una de ellas. En la primera, relacionada con los años iniciales tras la pubertad, el adolescente presenta un autoconcepto estructurado por una serie de abstracciones entrelazadas por las características que comparten, pero no va a disponer del suficiente manejo cognitivo para lograr un conocimiento de sí mismo integrado y diferenciado. Estas primeras abstracciones no estarán unidas, no detectará discrepancias entre las diferentes facetas o los distintos roles que puede desempeñar en cada contexto o situación. No obstante, esta fase tiene su función positiva, ya que la incapacidad para incluir características contradictorias le evita el malestar emocional que se derivaría de las incongruencias entre los componentes del autoconcepto. En la segunda etapa, que abarca la adolescencia media, los conceptos sobre sí mismo ya se relacionan entre ellos, incluidos algunos que en principio son opuestos, lo que puede acarrear cierta confusión y esto podría ser causa, a su vez, de algunas conductas y actitudes incoherentes propias de este periodo de desarrollo. Esa diversidad de elementos que se van integrando en el autoconcepto adolescente, se entienden como el resultado de un incremento del contacto con variados contextos sociales y las diversas exigencias y expectativas sociales presentes en cada uno de ellos, proporcionándole una información muy valiosa que irá interiorizando progresivamente y enriqueciendo su autoconcepto, haciéndolo diversificado y múltiple. Sin embargo, el nivel de discrepancia o semejanza de los elementos va a variar entre individuos dependiendo de lo que los distintos entornos, como son padres, pareja, amigos o educadores, demanden o esperen del adolescente en cuestión. La influencia que ejercen y la posible disparidad que muestran estos contextos entre sí, puede ser una causa negativa en la formación del autoconcepto durante la adolescencia, dando lugar en algunos casos a una construcción fragmentada e incoherente, experimentando sensaciones de preocupación e inseguridad sobre quiénes son realmente, debido a la necesidad que muestran por ajustarse a las expectativas de los demás. En relación a esto, Harter (1998) afirma que cuando los entornos que rodean al adolescente muestran falta de unión de criterios y hay ausencia de apoyo, se puede desarrollar un falso yo a través del cual manifiestan conductas y actitudes que no sienten realmente, basándose éstas en decisiones u opiniones ajenas. Esto es, una representación ficticia de los jóvenes ante los demás en un intento de agradar, ser aceptado y así poder satisfacer

todas las demandas del contexto. Siguiendo con Palacios et al. (2004) y Brioso et al. (2009), en la tercera y última etapa, al final de la adolescencia, el individuo no solamente va a poseer una visión múltiple de sí mismo, sino que además va a estar integrada, favoreciendo que los distintos aspectos que definen quién es, estén en consonancia a pesar de ser opuestos, existiendo una mayor flexibilidad cognitiva.

Finalmente, Harter (1998) enumera una serie de características en torno a la estructura y organización del autoconcepto. Entre ellas resalta, en primer lugar, la adquisición de la capacidad para diferenciar entre un yo real, es decir, la forma en la que se percibe, y un yo ideal, el cómo le gustaría ser. Apunta que esta diferenciación se irá incrementando durante la adolescencia y, aunque la toma de conciencia de las expectativas y las limitaciones pueda dar lugar a baja autoestima en algunos casos, en general puede servir como estímulo para una evolución y mejora. Por otro lado, en lo que respecta a los contenidos del autoconcepto, establece que los cambios madurativos a nivel físico se van a convertir en una de las preocupaciones principales, afectando indudablemente a la autoestima, ya que les obligarán a revisar la imagen de sí mismos que habían elaborado hasta la fecha, teniendo que añadir y adaptar rasgos que caracterizan a su nuevo cuerpo. Sin embargo, afirma que conforme avancen en edad, la capacidad de abstracción anteriormente nombrada les va a permitir dedicar gran parte de su tiempo a la introspección, haciendo que el aspecto psicológico del autoconcepto evolucione. Concluye que, gracias a esta última habilidad en desarrollo, las alusiones a su imagen van a pasar paulatinamente de centrarse en descripciones físicas al principio de la adolescencia, a ser sustituidas por rasgos referidos a sus ideales, forma de vida o creencias en torno al futuro, pocos años después; lo que se une a la propensión, a partir de la adolescencia media, a describirse a sí mismos en función de su interior psicológico, teniendo como base de esas descripciones los pensamientos, deseos y sentimientos propios.

Pasamos ahora a analizar y definir el otro gran concepto, la autoestima. Para ello vamos tomar como referencia la información otorgada por Palacios et al., (2004) y Brioso et al., (2009) a la hora de referenciar esta noción. La autoestima es un componente del autoconcepto, aquel que otorga el rasgo valorativo a lo que somos. Va a diversificarse al mismo tiempo que el autoconcepto, incluyendo progresivamente componentes en función de las necesidades de cada adolescente, así tendríamos autoestima física, relacional, social o afectivo-sexual, entre

otras. En función de las vivencias en los diferentes ámbitos y las habilidades para desenvolverse en cada uno de ellos, tendrán una mejor o peor valoración de sí mismos. Por tanto, definen la autoestima como la concepción que posee una persona en torno a la propia valía y se basa en los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias propias que ha ido albergando a lo largo de la vida. Las impresiones, evaluaciones y experiencias que toma del entorno, se enlazan dando lugar a un sentimiento positivo o negativo de ella misma. En función de estas uniones, se comportará como la persona que cree ser. Dado que pensamientos, sentimientos y comportamientos se encuentran íntimamente ligados, la autoestima de una persona influye en cómo siente, piensa, valora, en la forma en la que se relaciona con los demás y el modo en el que se comporta. Así, la autoestima sería un proceso dinámico que va tomando forma en función de múltiples ramas de influencia, por ello puede cambiar o verse su formación fuertemente mediada por el entorno que rodea a la persona. Como exponen Rodrigo et al. (2004), la adolescencia es uno de los periodos más críticos para el desarrollo de la autoestima, ya que es la etapa en la que la persona está creando su propia identidad, es decir, conocer sus posibilidades, capacidades, habilidades y sentir valía con respecto a ellas.

Como ya sabemos, durante esta fase se manifiestan cambios a nivel social, afectivo, físico y cognoscitivo y la necesidad de aceptar una nueva imagen corporal. Al hacerlo, los adolescentes se formulan una serie de preguntas sobre sí mismos y sobre el mundo que les rodea. Así, empiezan progresivamente a separar lo que creen que es cierto y lo que consideran incorrecto, creando sus propios conceptos. La propia aceptación tomará forma gracias a la aprobación recibida tanto de la familia, como por parte de los compañeros y de la sociedad en general, de manera que cuanto mayor sea ésta, más elevada será la posibilidad de éxito actual y de cara a la autoestima positiva adulta. Así, Palacios et al., (2004) y Brioso et al., (2009) afirman que el correcto desarrollo de la autoestima tendría su origen en un principio en las relaciones familiares, extendiéndose la influencia conforme se agranda el entorno social del niño, pasando a depender, además, de amigos, iguales, profesores y medios de comunicación. De esta forma una alta unión familiar junto con un apego seguro y un estilo educativo democrático, van a favorecer una autoestima más elevada en los adolescentes. Igualmente, exponen que la valoración y la aceptación por parte de los amigos será un indicativo muy fiable del nivel de autoestima, debido a la importancia que en estas edades tiene la popularidad y la competencia social.

A pesar de esto, centrarse demasiado en el grupo de amigos puede acarrear consecuencias negativas, ya que la necesidad de aceptación puede llevar a no trabajar otros aspectos vitales para la formación de una correcta autoestima, tales como familia o escuela, quedando éstos en segundo plano. Por tanto, el interés excesivo en dominios concretos no resulta adaptativo, ya que el equilibrio entre los distintos campos de la autoestima favorece la disminución de problemas emocionales, escolares y familiares. Estas conclusiones quedan reflejadas en el estudio de Dubois, Bull, Sherman y Roberts (1998), en el que aquellos adolescentes que depositaban su valoración de la autoestima en los iguales, manifestaban peor rendimiento académico y problemas de conducta. De otro lado, los que se centraban mayormente en la familia y escuela mostraban más propensión a padecer problemas de tipo depresivo y emocional. Por tanto, el sentimiento de valía que va a presentar una persona tiene una potente conexión con los factores anteriormente nombrados, ya que los comportamientos e ideologías de todos los miembros del entorno del individuo darán forma al conocimiento que tiene sobre sí mismo y el valor que le otorga, pero siempre buscando el equilibrio entre todos los elementos para forjar una autoestima positiva.

Otro elemento característico de la autoestima es su carácter multidimensional (Harter, 1998) cuyos dominios van cambiando a lo largo de la vida, entrando en escena nuevas dimensiones en la adolescencia, como son las relaciones afectivo-sexuales o el atractivo físico. Es decir, la autovaloración global propia, sería el resultado de la estimación que una persona hace de sí misma en relación a distintos aspectos y ámbitos que están relacionados entre sí (García y Musitu, 1999). Generalmente, se ha considerado a la autoestima global como un rasgo bastante estable a lo largo del tiempo. Cuando se ha investigado la trayectoria de la autoestima global para ambos sexos, se encuentran niveles relativamente altos en la infancia, que disminuyen al comienzo de la adolescencia y a lo largo de ésta, e incrementándose de nuevo desde el principio de la etapa adulta y volviendo a decaer desde las edades medias de la adultez, hasta la vejez (Robins y Trzesniewski, 2005). Las fluctuaciones de la autoestima durante la adolescencia pueden deberse a factores tales como el estilo parental educativo, padecer algún tipo de enfermedad crónica, pertenecer a alguna minoría étnica, cambios físicos que provocan sentimientos de insatisfacción en los adolescentes o debido a la presión que reciben de una sociedad en la que el culto al cuerpo es fundamental, especialmente con las mujeres, también cam-

bios en la etapa escolar que promueven la necesidad de adaptarse a un nuevo centro y nuevos roles a desempeñar, teniendo que avanzar en la escala jerárquica social desde abajo, presión de los iguales o el inicio de las relaciones amorosas y la nueva tarea de búsqueda de pareja, que añadirán más presión y contribuirán a que los adolescentes se sientan más inseguros (Palacios et al., 2004). Por tanto, es de esperar que estos aspectos influyan en la forma en la que se valoran a sí mismos, la valía y las competencias que pueden desarrollar hasta alcanzar la meta deseada, el concepto de sí mismos y el valor que le atribuyen a éste, estará conectado con el tipo de relaciones interpersonales de cualquier índole que mantienen y las que estén dispuestos a iniciar.

En este punto, hay que destacar que no solamente muestra diferencias el factor temporal de la autoestima, sino que también existen discrepancias entre hombres y mujeres. Si bien en la infancia los niveles son similares en ambos sexos, en la adolescencia los varones presentan una autoestima más elevada que las mujeres, teniendo una línea ascendente, mientras que en las chicas los valores incluso podrían descender (Block y Robins, 1993). Estas diferencias pueden explicarse por los procesos de socialización que abren una amplia gama de posibilidades para los chicos, mientras que es más limitado para las chicas, como llegar más tarde a casa o ir de vacaciones con los compañeros (Palacios et al., 2004). En este sentido, Garaigordobil, Pérez y Mozaz (2008) encuentran que estas diferencias entre sexos se producen en autoestima y no en autoconcepto, en particular en adolescentes de 16-17 años, debido a que los cambios físicos en la adolescencia suponen un proceso importante. Generan la necesidad de adaptación a las diferentes características motoras, así como la aceptación de la imagen personal (Cardenal, 1999); tener un buen autoconcepto físico mejora la percepción de competencia personal, lo que incide en el aumento de los sentimientos de satisfacción (Alvariñas y González, 2004). Pero teniendo en cuenta que las competencias entre chicos y chicas variarán de un dominio a otro, se espera disparidad entre ambos, esto es, se concluye que las chicas presentan una mayor preocupación por las relaciones interpersonales y por su aspecto físico, lo que da lugar a una mayor exigencia y menor satisfacción corporal, produciéndose un nivel más bajo de autoestima, ocurriendo en una amplia franja de edad, no ocurriendo lo mismo en los chicos, entre los que las habilidades deportivas o el sentimiento de eficacia son mejores predictores de su autovaloración global (Collins, 1991; Cruz y Maganto, 2002; Palacios et al., 2004). Cuando se ha comparado la autoestima global con la autoestima para factores específicos, las diferencias

entre chicos y chicas tienden a ser superiores en ciertas áreas. En concreto, la autoestima de los varones adolescentes depende más de logros personales que ellos pueden comparar con los obtenidos por sus iguales, mientras que las mujeres de estas edades se evalúan a sí mismas en mayor medida en función de la aprobación de los otros significativos (Thorne y Michaelieu, 1996). Sin duda, todo esto influye en el tipo y número de relaciones interpersonales que los jóvenes establecen y que tan importantes son para analizar el nivel de autoestima.

Adentrándonos en la relación existente entre autoconcepto, autoestima y relaciones de pareja, hay que matizar que un nivel bajo de autoestima es el caldo de cultivo para el inicio de vínculos románticos con unas bases no del todo saludables a nivel general, ya que entran en juego creencias irracionales relacionadas con el amor y pensamientos automáticos negativos asociados a este bajo nivel de valía. Éstos repercuten en las actitudes y comportamientos con respecto a la propia persona y a los otros y, por tanto, tanto en la selección de una pareja potencial, como en el tipo de relación que se mantenga. Si las creencias que poseemos están basadas en no ser merecedores de atención y respeto de otra persona, partiendo de una visión y valoración negativa propia, existe una alta probabilidad de aferrarse a cualquier tipo de relación, sea beneficiosa o no, ya que la evaluación de la que se parte está altamente distorsionada, por lo que con tal de satisfacer nuestra necesidad de cuidado, protección, cariño o estar acompañado a cualquier precio evitando la soledad, podrían llegar a conformarse con cualquier persona que cubra estas peticiones (Ayuntamiento de Irun, 2011). El resultado de esta elección partiría de una base poco saludable y sólida, ya que al nacer de una necesidad y no de una elección real y basada en un autoconcepto positivo, las exigencias, pensamientos, opiniones, valoraciones y emociones con respecto al compañero sentimental irán encaminadas a cubrir dicha necesidad, pudiendo ocasionar problemas de relación en la pareja. Sin embargo, la influencia es recíproca, es decir, no solamente la visión propia interfiere o mejora las relaciones con los demás, sino que el interactuar con otros también puede perfilar el autoconcepto y autoestima. En este sentido, McNulty y Swann (1994) resumen muy acertadamente esta idea. La visión propia es creadora de las reacciones ajenas, pero a su vez cambia ante éstas. El apoyo y aprobación de alguien cercano podría provocar que la persona se aproxime a su yo ideal, ya que las relaciones con los otros cambian nuestra propia percepción y ésta influye en las interacciones. Siendo este proceso muy intenso entre las que son íntimas, como la amistad y la pareja. Por tanto, esa influencia bidireccional es denominada por Drigotas, Rusbult, Wiesel-

quist y Whitton (1999) como el *efecto Miguel Ángel*, ya que ambos elementos actúan como escultores y fuentes de cambio. Así, como afirman Penagos, Rodríguez, Carrillo y Castro (2006), el autonconcepto conserva imágenes de lo que somos, de lo que aspiramos llegar a ser, lo que manifestamos y queremos mostrar ante los otros, de tal forma que toda esta información quedaría entrelazada entre sí y se influiría mutuamente.

Como bien se ha comentado con anterioridad, un área de contenido del autoconcepto que se desarrolla con fuerza en la adolescencia es el apartado relacionado con la sexualidad y las relaciones afectivas con los iguales. Las representaciones cognitivas en torno a este tema quedan reflejadas en el autoesquema sexual, investigado por Andersen y Cyranowski (1994). Encontraron tres tipos de este esquema en una muestra de mujeres. El primero, está formado por aquellas que se perciben como apasionadas y románticas, incluyendo conceptos como calidez, simpatía y amor. El segundo tipo son las abiertas y directas, las que se muestran desinhibidas y honestas. El tercer grupo está compuesto por las vergonzosas y conservadoras en las relaciones afectivas y sexuales, describiéndose como tímidas y prudentes. El esquema personal que cada individuo tiene es la base de sus reacciones emocionales, conductas y actitudes con respecto al amor y al sexo, además de la huella mnésica que dejan en los otros, como se comentaba con anterioridad. Concluyen que aquellas que tenían un autoesquema más positivo, mostraban una elevada actividad sexual y mayor número de compañeros sexuales, siendo más recordadas por éstos. Por tanto, se podría afirmar que la calidad de la visión propia influye en la percepción que los demás tienen de uno y en la forma en la que ambos se relacionan. Las experiencias predicen las conductas futuras que se ejecutarán en situaciones de este tipo y hacen romántica y sexualmente relevantes las valoraciones propias (Cyranowski y Andersen, 2000). Las diferencias por sexo también se dan en esta dimensión, encontrado un patrón distintivo entre los hombres que está ausente en las mujeres. Tal y como afirman Andersen, Cyranowski y Espindle (1999), entre los varones se muestran las dimensiones de amor y pasión en la que existe sensualidad y sensibilidad, así como aquellos que son más conservadores, al igual que entre las mujeres. Sin embargo, los distingue la presencia de un esquema de poder y agresividad basado en la dominancia y espontaneidad. De la misma forma que en el caso femenino, estos esquemas están íntimamente ligados al comportamiento en el plano afectivo y sexual. Esto es, aquellos que se ubican en la dimensión amorosa y pasional tienden más a mostrar amor hacia sus parejas y a mantener relaciones más sólidas y duraderas a nivel tempo-

ral, mientras que la dimensión de poder está más relacionada con la frecuencia de actividad sexual, número de parejas sexuales y ausencia de compromiso.

Por otro lado, el esquema que uno posea sobre sí mismo en el desenvolvimiento relacional, así como de los otros, se basan en los modelos de relación que se aprenden desde la infancia, los cuales son fundamentales para el desarrollo de las relaciones amorosas durante la adolescencia, siendo uno de estos modelos el estilo de apego. Como ya se verá, de estas estructuras mentales de relación emanan las expectativas con respecto a uno mismo, a lo que dar a los otros y esperar de ellos en un contexto romántico, por tanto, el autoconcepto, la autoestima y el apego guardan una estrecha relación. En este sentido, como apuntan Simpson y Rholes (1998), estas expectativas incluirían ideas sobre aspectos tales como el nivel de comodidad en relaciones cercanas, capacidad de dependencia y confianza en los demás, así como el miedo en relación a la posibilidad de abandono por parte de la figura de referencia, en este caso la pareja. De este modo, en palabras de Penagos et al. (2006), el inicio de relaciones románticas otorga a los adolescentes el entorno adecuado para experimentar y enriquecer su sexualidad y los procesos de intimidad, favoreciendo así la formación y consolidación de la identidad. Afirman que el esquema sexual y afectivo va cambiando a lo largo de esta etapa, haciéndose más complejo, al igual que ocurre con otras dimensiones, ya que conforme avanzan en edad no solamente está formado por el amor y el sexo, sino también por aspectos como el cuidado, intimidad, la comunicación o compartir pensamientos y emociones con la otra persona. Los adolescentes de su estudio, expusieron la necesidad de proporcionar apoyo y asistencia a la pareja y recalcaron la importancia de la reciprocidad de este proceso, siendo la antesala de relaciones mucho más satisfactorias y exitosas. Añaden que el no iniciar relaciones de pareja en esta fase, podría traer más consecuencias negativas que positivas, como sentimientos de rechazo y aislamiento. En relación a cómo el tipo de apego puede dar forma a la imagen que cada cual tiene de sí, recurrimos a la propuesta de Mikulincer (1995). Afirma que comprendiendo que las experiencias de vínculo aportan información para aprender sobre uno mismo, aquellos que tienen un apego seguro dan mucha más importancia a una relación de apego para desarrollar un yo coherente y organizado. Tendrían una perspectiva más positiva de sí mismos, siendo ésta un reflejo de sus experiencias de apego seguras en la infancia, de ahí a que una buena base emocional en la infancia sea necesaria para un correcto funcionamiento en la adolescencia y edad adulta. Dicho de otro modo, cuando las relaciones que se forjan en la eta-

pa infantil quedan definidas por comunicación, cuidado y confianza, éstas se trasladan a la adolescencia permitiendo a las personas construir interpretaciones positivas sobre sí mismos, lo que conlleva mayor satisfacción, impactando positivamente en otras áreas de su vida, incluidas las formas de relación.

Por tanto, cuanto mayor seguridad perciba el adolescente por parte de las figuras del entorno, elaborará un mejor concepto de sí mismo y de las relaciones que establezca con los demás. Esto concuerda con lo explicado por Bowlby (1993), es decir, la vivencia de un apego seguro en la infancia favorecerá una visión propia relacionada con la autovalía, ser merecedor de afecto y el establecimiento de relaciones positivas con las personas del entorno, así como capacidad de aceptación e independencia (McCormick y Kennedy, 1994), existiendo de este modo una relación directa entre el autoconcepto, autoestima y el tipo de apego. Al parecer los componentes de protección y cuidado son esenciales en las relaciones románticas en la adolescencia y edad adulta. En relación a esto, Hazan y Zeifman (1999) encuentran que en función que el adolescente perciba o no la presencia de responsabilidad y disponibilidad en sus cuidadores, trasladará estos mismos rasgos a sus relaciones de amistad y pareja, forjando un apego seguro basado en el cuidado y la protección. En definitiva, el que los adolescentes sientan que las figuras representativas de su entorno les proporcionan una base segura, contacto físico de calidad, cuidado y atención a sus necesidades, hace que interioricen experiencias que favorecerán su desarrollo, ya que ayudan a generar visiones propias y de los otros mucho más estructuradas, repercutiendo positivamente en la calidad de relaciones amorosas que iniciarán con los demás, sintiéndose más cómodos, confiados y menos temerosos.

3.2.6. *Desarrollo social*

Otro aspecto a sumar al conjunto del desarrollo adolescente son las relaciones sociales, que unido a las dinámicas personales, se convierten en un punto clave en el inicio de las relaciones románticas en esta edad. Atendiendo a Gorrese y Ruggieri (2012), las relaciones sociales adoptan un papel muy relevante como elemento ambiental de influencia debido en parte al desarrollo cognitivo, pero también por la creciente importancia que se le da a la amistad y a

las relaciones en general en esta etapa, ya que cuando los adolescentes pasan más tiempo con los iguales, el contexto socializador de mayor peso se traslada a los amigos y pasan a ser parte de sus vinculaciones de apego más potentes. Establecen que a través de las relaciones con los amigos se adquieren habilidades de comunicación, sirven de apoyo, consuelo e información y ayudan a asentar y dar forma a la identidad de los adolescentes, siendo a través de estas interacciones sociales donde se empiezan a cuajar las primeras parejas. Aunque la familia ocupa un lugar preferente como contexto socializador durante la adolescencia, a medida que se van desvinculando de sus progenitores, las relaciones con los iguales son cada vez más sólidas, ganando en importancia e intensidad, convirtiéndose los amigos, como se ha visto, en un contexto social muy influyente en la toma de decisiones.

Tener amigos cercanos puede ser tanto una fuente beneficiosa, como el detonante de una serie de consecuencias negativas. De esta forma, los amigos se convierten en una necesidad, el hecho de desarrollar un vínculo íntimo y recíproco con los iguales trae consigo ajuste emocional, mientras que la ausencia de éste provoca sentimientos de soledad y malestar psicosocial (Brown y Klute, 2003). Igualmente, las dificultades en las relaciones interpersonales también están relacionadas con el consumo de tabaco y alcohol entre los adolescentes (Inglés et al., 2007). Las relaciones de amistad establecidas en la adolescencia tienen sus orígenes en la infancia, solamente que ahora presentan características distintas. Como establece Buhrmester (1996), se debe a que, en este momento, la amistad pasa de estar basada en el juego a centrarse en la conversación, la autorrevelación y la compañía, de forma que el alejamiento físico o temporal de los amigos no supone el fin de la amistad, cosa que sí sucedía pocos años atrás, habiendo ahora una búsqueda de los iguales para realizar planes, aumentando así el compromiso con los otros. Añade que se convierten en un importante foco de autoexploración y apoyo emocional, lo que les va a ayudar a empatizar con las emociones ajenas y a ser capaces de resolver los conflictos para reducir la tensión sin perder la intimidad de la relación.

La necesidad de pertenecer a un grupo es muy importante para el adolescente y su desarrollo evolutivo, lo cual también va a ir cambiando a lo largo de la adolescencia (Martínez González, Inglés Saura, Piqueras Rodríguez y Oblitas Guadalupe, 2010). En este sentido, Rodrigo et al. (2004) apuntan que mientras que en la adolescencia temprana se reconoce la dificultad de oponerse al grupo cuando éste ejerce presión, mostrando mayor insatisfacción y

deseando tener más amigos, unos años después, en la adolescencia media, comienzan realmente a sentirse integrados en el grupo aunque dicha unión no les reporte apoyo y comunicación. Para Brioso Díez et al. (2012), los adolescentes entre los 12 y 18 años entienden la amistad como una relación duradera a lo largo del tiempo, en la que existe un conocimiento mutuo y afecto entre sus miembros, además de estar caracterizada por la lealtad, confianza, intimidad, conductas prosociales y respeto. Evalúan y seleccionan las amistades por sus rasgos psicológicos y con las que puedan tener intereses compartidos. Afirman que también existen diferencias de género, ya que mientras los chicos forman grupos más amplios, ellas reducen el número de relaciones por una mayor valoración de la intimidad en la amistad. Igualmente, Fuertes, Martínez y Hernández (2001) concluyen en su estudio que atendiendo a la variable cantidad, el número de amistades entre los adolescentes varones es mucho mayor, tanto si son del mismo, como de distinto sexo. Sin embargo, aunque esta cantidad sea menor entre las chicas, el nivel de calidad y conexión de la relación que establecen, así como el grado de intimidad con respecto al mejor amigo/a, los supera con creces. Exponen que estas diferencias podrían explicarse por los criterios que utilizan unos y otras para considerar el concepto de amistad, siendo más selectivos en el caso femenino. Así como que ellas desarrollan una mayor competencia social con respecto a la conexión, cuidado y afecto por los demás debido al proceso de socialización desde la infancia, traduciéndose esto en una mayor proximidad en sus relaciones sociales.

Es importante destacar también los abundantes beneficios de disponer de amistades en esta etapa evolutiva, ya que proporcionan ese soporte emocional que puede ayudar al adolescente a superar ciertos problemas como situaciones estresantes, fracasos académicos o amorosos. En general, disponer de una red de amistades es un buen indicador de habilidades interpersonales y de la presencia de un posterior ajuste psicológico adecuado (Inglés, Méndez e Hidalgo, 2001). Añadido a esto, hay que destacar un proceso cíclico de las ventajas de la amistad, es decir, ese nivel adecuado de habilidades interpersonales y, en consecuencia, de ausencia de ansiedad social y conducta agresiva, provocan un incremento de la popularidad, aumentando las oportunidades para interactuar grupalmente, que a su vez refuerza las habilidades sociales e impiden la aparición de ansiedad social y otro tipo de problemas relacionales (Inglés, Hidalgo y Méndez, 2005). Otra consecuencia positiva, es que los amigos en la adolescencia se convierten en fuentes de información sobre diversos temas, tales como relaciones

personales, afectivas o sexualidad (Berndt, 1996). Las relaciones con los iguales, sobre todo con los amigos, van a construir una experiencia muy gratificante para el adolescente. Ya Piaget (1971) expresó la importancia que la interacción con los compañeros tiene para el desarrollo de una inteligencia y moral autónomas. Igualmente, Sullivan (1953) estableció que las amistades durante la adolescencia eran indispensables para el crecimiento de una alta autoestima y una mejor comprensión de los demás, sin embargo, la capacidad de influencia que los iguales tienen sobre el adolescente puede derivar en consecuencias negativas, tales como conductas antisociales o consumo de sustancias. El estudio realizado por Montt y Ulloa (1996), acerca de la autoestima en los adolescentes y el impacto en su salud mental, refleja el influjo que el grupo de compañeros puede llegar a tener, constatándose la existencia de una relación significativa entre la salud mental y la autoestima social. Finalmente, Brown (2004) añade que las amistades iniciadas en la infancia supondrán un factor explicativo tanto de la presencia de pareja, como del nivel de salubridad de ésta durante la adolescencia inicial o media, así como que el hecho de tener amigos del sexo opuesto durante el comienzo de esta etapa, puede dar lugar a iniciar relaciones amorosas en la adolescencia media.

Por su parte, Steinberg y Morris (2001) consideran que hay cuatro aspectos a tener en cuenta dentro de la influencia que ejercen los iguales para el desarrollo de los adolescentes, así como de cara a investigaciones en torno a este tema. El primero, se refiere a lo positivo o negativo de la influencia de los compañeros, ya que ésta está relacionada con conductas disruptivas, logros académicos, comportamientos prosociales o el consumo de sustancias. El segundo aspecto versa sobre los medios a través de los que los adolescentes ejercen su influencia, ya que en numerosas ocasiones no se lleva a cabo de forma impuesta, sino mediante la admiración y el respeto que los demás sienten hacia sus opiniones. En tercer lugar, afirman que existe un alto parecido entre los adolescentes y sus iguales cercanos, no solamente por la influencia mutua, también por la similitud de impresiones y comportamientos que favorecen la identificación entre ellos. En cuarto lugar, la vulnerabilidad ante la influencia externa cambia a lo largo de la adolescencia, esto es, a la mitad del camino existiría un incremento de ésta en la que también están presentes otras variables como los aprendizajes, experiencias previas, rasgos de personalidad o contexto familiar, por ejemplo. Si bien es cierto que el tener amigos en la adolescencia presenta grandes beneficios, también hay que atender a la posibilidad de desviación que puede ocurrir por la influencia del grupo de iguales que está presente justo en los

momentos de mayor permeabilidad, tal y como se comentaba con anterioridad. Esto no quiere decir que todos los adolescentes se vean mal influenciados por los amigos y compañeros, pero existe un riesgo y al tratarse de una característica más del desarrollo social en esta etapa, se hace necesario ofrecer una pincelada al respecto y en relación a cómo influye el nivel afectivo de la familia en estos asuntos, además de en otros, como se observará más adelante.

Por tanto, en esta línea destacamos el trabajo de Moreira, Sánchez y Mirón (2010) cuyo objetivo era examinar la relación de los vínculos emocionales que los adolescentes mantienen con sus padres y la presencia de actos violentos dentro del grupo y la implicación de éste en actividades desviadas de la norma. Los resultados que se observan son muy interesantes, ya que se aprecia una clara asociación entre un vínculo afectivo ausente a nivel familiar y la tendencia al uso de violencia emocional y física como modo de resolución de los conflictos dentro del grupo de iguales. Mientras que ante la presencia de una buena relación afectiva parental, los varones adolescentes mostraban menores niveles de violencia, especialmente física, ya que tienden más a la solución de problemas a través de estas vías en comparación a las mujeres. De igual manera, exponen que la implicación de los adolescentes en conductas negativas o no convencionales, tiene una conexión directa con la inexistencia de afecto familiar en mayor medida si se compara con el peso que ejerce a la ausencia de afecto entre los amigos. En resumen, se podría afirmar que la relación entre conductas prosociales y aceptación grupal es recíproca, es decir, los niños más prosociales son más aceptados por los iguales y los que tienen una buena relación con los padres y experimentan mayor aceptación por parte de éstos, incrementan el número de conductas sociales positivas (Martínez González et al., 2010).

Por otro lado, la percepción de la amistad y la elección de los amigos se van construyendo en el día a día, preferentemente en el entorno en el que los adolescentes se mueven. No obstante, en la actualidad las redes sociales virtuales acercan lugares bastante alejados geográficamente, están presentes en muchos rincones de nuestra vida y ofrecen indudables beneficios, influyendo en numerosas áreas del funcionamiento humano, incluidas las interacciones sociales. Los estudios realizados en los últimos años con respecto a este tema informan sobre el creciente uso de Internet por parte de los adolescentes. En España, Espinar y González (2009) estiman que más del 70% de los participantes mayores de 15 años utiliza alguna red social. De la misma forma, más del 80% dispone de teléfono móvil a través del cual puede

conectarse a las redes sociales mediante las aplicaciones disponibles para ello (Del Río, Sáda-ba y Bringué, 2010). Igualmente, Taberero, Aranda y Sánchez Navarro (2010) afirman que en población española entre 12 y 18 años, el 27% utilizan tres o más redes sociales y que poco más 44%, al menos una. Por ello, debido a la era tecnológica en la que nos encontramos, se hace necesario dedicar unas líneas a valorar las amistades adolescentes a través de las nuevas tecnologías y observar cómo se edifican y qué elementos las caracterizan. En esta línea, Bohórquez López y Rodríguez Cárdenas (2014) hablan en torno a dos tipos de amistad en función de la intensidad de la misma. Por un lado, lo que denominan amistosos, aquellos con los que se mantiene una buena relación, pero el vínculo no es lo suficientemente fuerte como para considerarlo una amistad. Por otro, los amigos íntimos cuya relación se caracteriza por un alto nivel de confianza y profundidad afectiva. Acuerdan que ambos tipos de relaciones sociales pueden darse tanto a nivel físico, como virtual, ya que las amistades se construyen en contextos delimitados por normas y modelos sociales, teniendo que existir un espacio (físico o no) que facilite la relación y el conocimiento de los demás, siendo un requerimiento el que haya una interacción por mínima que sea, real o digital. Pese a esto, la comunicación cara a cara en comparación con las relaciones a través del mundo virtual presenta diferencias. De este modo, Díaz Gandasegui (2011) expone que el contacto que tenemos con los demás a través de Internet permite elegir más fácilmente el destinatario de nuestras conversaciones e ignorar a aquellos con quien no queremos charlar o las conversaciones que no deseamos mantener, todo ello realizado de forma casi inmediata y cuando se considere oportuno. Por este motivo, en las redes sociales la noción de amigo se muestra con matices, considerándose mejor como contactos a través de estas plataformas, es decir, ya se comienzan a producir transformaciones de conceptos que hasta ahora se encuadraban dentro de una definición muy concreta. En este sentido, Caldevilla (2010) especifica que las nuevas tecnologías de la comunicación producirán cambios en las relaciones interpersonales, quedando renovadas las amistades tal y como las entendemos en la actualidad, reforzándose las surgidas en la distancia. Así, Espinar y González (2009) concluyen que para los adolescentes, la posibilidad de entablar una relación con alguien aumenta considerablemente cuantos más contactos presenten en las redes sociales. A pesar de no definir a estas personas como amigos, son contactos que se encuentran conectados frecuentemente y con los que pueden iniciar una conversación en cualquier momento y por razones muy variadas. En este estudio, encuentran que el 65% de la muestra de jóvenes utilizaba las redes sociales para mantener relaciones de amistad. Al igual que Herrera, Pacheco, Palo-

mar y Zavala (2010), hallaron que el 67% incrementó su círculo de amistades gracias al uso de las redes sociales, siendo solamente el 4% los que afirmaban lo contrario. Además, Bohórquez López y Rodríguez Cárdenas (2014) muestran en su trabajo las aportaciones de las redes sociales a la amistad de adolescentes entre 12 y 17 años, que se resumen en facilitadoras y obstaculizadoras de la amistad. Con respecto a las primeras, los participantes perciben las redes sociales como medios que favorecen las relaciones de amistad, bien para su inicio o para la conservación de las ya creadas, visión reforzada por la no existencia de límites espaciales, ni temporales. En torno a las redes sociales como elemento que dificulta las relaciones de amistad, encontraron que los participantes consideran que las interacciones en las redes virtuales no sustituyen a las físicas, ya que para poder consolidar un vínculo afectivo, es necesario el contacto físico. Al igual que ven como una dificultad de estos medios la desconfianza y el temor ante el anonimato de los contactos y ante una posible pérdida de la confidencialidad. Finalmente, Gordo (2006) muestra las ventajas y desventajas de este tipo de relaciones, basándose en el tipo de lenguaje que se usa. De este modo, establece que las amistades que se construyen a través de medios no físicos contienen comunicación e intimidad, facilitando el conocimiento del otro, ya que esta forma de expresión, a través de emoticonos y signos varios, proporciona la impresión de presencia y transmite emociones, generándose entonces confianza entre las dos personas que se están escribiendo. Concluye que, aunque el contactar con otros a través de estas vías facilita a los jóvenes el poder eliminar las inseguridades que les producen los contactos en vivo, la soledad, la frialdad y el anonimato pueden servir de barrera a la hora de relacionarse con los demás a través de estas vías.

Saltando a otro aspecto de gran importancia, otra característica en las relaciones con los iguales es que las figuras representativas del apego van evolucionando a la par que el adolescente va ganando en edad, siendo el paso de los padres a los amigos el primer cambio en el sistema de apego, siendo el segundo salto hacia la pareja. Tal y como afirman Collins y Laursen (2004), esta mayor vinculación con los amigos suele ir acompañado de un distanciamiento con respecto a los padres, de modo que los primeros irán ganando en apoyo emocional e intimidad hasta convertirse en auténticas figuras de apego sobre las que recaerán muchas de las funciones afectivas de las que anteriormente se encargaban los progenitores. Ahora los amigos ganan importancia, convirtiéndose en potentes figuras de apego, al menos en ciertos componentes, como el apoyo percibido (Collins y Steinberg, 2006). Este vínculo emergente puede

contribuir al desarrollo positivo del adolescente, debido a que con el paso del tiempo la mayoría incrementa la confianza depositada en los amigos al considerarlos emisores de consuelo y bienestar, así como el proporcionarles sentimientos de seguridad y ayudarlos en la regulación del estrés, estando así presentes el apoyo emocional y la búsqueda de proximidad (Oliva Delgado, 2011). Además, los adolescentes tendrán mayor seguridad y confianza a la hora de enfrentarse a situaciones novedosas si lo hacen acompañados de buenos amigos, como es el caso de las relaciones románticas (Scharf y Mayseless, 2007). La transferencia a los amigos conlleva el tener que transformar un apego de tipo jerárquico mantenido con los padres, a otro simétrico en el que existe un apoyo y cuidado recíproco y que está marcado en el inicio por una elevada dependencia emocional de los iguales (Vargas Trujillo y Barrera, 2002). Este acercamiento progresivo hacia el grupo de amigos tendría tres funciones. En primer lugar, ayuda a conseguir cierta autonomía emocional y disminuir tensiones en los vínculos con los padres; la segunda función, consiste en que la vivencia de experiencias de relaciones igualitarias, va a facilitar la preparación para el comienzo de las relaciones de pareja; la tercera, gira en torno a la dispersión de la inversión emocional en figuras de apego diferentes, lo cual resultará enormemente beneficioso ante situaciones problemáticas en las que algunas de ellas no estén disponibles para servir de apoyo (Scharf y Mayseless, 2007). En esta línea, Delgado Gallego, Oliva Delgado y Sánchez-Queija (2011) afirman que desde el inicio adolescente hasta la etapa adulta temprana, se produce un incremento significativo en el apego a los iguales. Los datos de su estudio indican que a partir de la veintena es cuando se adquieren las competencias de tipo social que favorecen el vínculo con los otros y que ayudan a consolidar las amistades. En relación a estos datos, los autores observan diferencias entre los sexos, ya que las chicas presentan mayor apego con los amigos desde el inicio de la adolescencia hasta la entrada en la etapa adulta, momento en el que ambos se igualan. Según establecen los autores, estos hallazgos pueden tener su explicación en una más tardía adquisición de competencias por parte de los varones en lo que a fortalecimiento del vínculo amistoso se refiere. Estos resultados concuerdan con la afirmación de Lynn Martin y Fabes (2001) en torno a una mayor sociabilidad de ellas a lo largo de todo su desarrollo vital.

Si atendemos a la bibliografía revisada, una vez que el traspaso del apego comienza a producirse, también se puede analizar cómo el tipo de vinculación adolescente con los iguales va a estar muy marcada por la relación entablada con los padres durante la infancia. Encon-

tramos que Delgado Gallego et al. (2011) en su estudio arrojan información sobre la semejanza que presentan ambos apegos acudiendo al recuerdo que los adolescentes de la muestra tenían sobre las características de la relación afectiva entablada con los padres, estableciendo que aunque existía una continuidad entre el recuerdo del afecto parental y el apego a los amigos en las fases de adolescencia temprana y media, conforme se avanzaba en edad no se apreciaban las diferencias entre los que recordaban un alto o un bajo afecto, disminuyendo de esta manera la relación entre afecto de los padres y apego a los iguales. Esto indica, en principio, que la influencia de una relación sobre la otra pierde peso con el tiempo, pudiendo ser las causas muy diversas. Una de ellas podría ser la plasticidad que muestran los sistemas de apego ante los estímulos contextuales (Allen, McElhaney, Kuperminc y Jodl, 2004). El dato en torno a una menor continuidad en el apego a los iguales en aquellos sujetos con un recuerdo poco afectuoso por parte de los padres, puede entenderse a partir de la idea de una mayor apertura y maleabilidad al cambio por parte del apego inseguro (Belsky y Fearon, 2002), lo que deja una ventana abierta para la mejora en la calidad de las relaciones afectivas de aquellas personas que se han apegado de forma evitativa o ansiosa en la infancia.

En relación a lo anterior, también se torna interesante destacar los trabajos que evidencian la conexión entre el tipo de apego y la competencia en las relaciones de amistad, es decir, las consecuencias del apego infantil en la relación con los iguales. De este modo, encontramos que aquellos adolescentes con apego seguro y con un clima familiar afectuoso, son quienes mejores relaciones tienen con los amigos, mostrándose cómodos en las interacciones afectivas íntimas de la amistad (Allen y Manning, 2007). Añaden que los chicos y chicas que establecieron este tipo de apego, se mostrarán confiados y cálidos con sus amigos, presentan mayores habilidades para el manejo de situaciones problemáticas; mientras que aquellos que presentaron un tipo de apego evitativo, tenderán a ser fríos y distantes. Con respecto a esto último Cassidy, Kirsh, Scolton y Parke (1996) afirman que muestran una comunicación distorsionada y expectativas muy negativas de los demás, provocándoles problemas de funcionamiento de tipo social. Debido al malestar que les suponen las relaciones interpersonales, mantendrán la lejanía emocional de iguales potenciales para ser amigos íntimos, siendo calificados como distantes y hostiles (Larose y Bernier, 2001). Por otro lado, no olvidar a los adolescentes ambivalentes o preocupados. Como apunta Oliva Delgado (2011), con respecto a estos casos, los resultados de las investigaciones son menos contundentes, ya que muestran interés y buscan

apoyo en los demás, mostrando así un mejor desenvolvimiento social que los evitativos, pero al mismo tiempo esto les provocará ansiedad por la forma inadecuada de operar en las relaciones, así como la posibilidad de que las personas con las que se vinculen no estén disponibles siempre. Por lo que Seiffge-Krenke (2006) concluye que, a pesar de la orientación positiva hacia los otros, la ansiedad excesiva da lugar a un desempeño deficiente en las relaciones interpersonales al igual que le ocurre a los evitativos. En esta misma línea, Delgado Gallego et al. (2011) afirman que los adolescentes que recordaban a sus padres con un gran afecto hacia ellos, tuvieron mayor puntuación en el apego hacia los iguales, especialmente en la adolescencia temprana y media, datos que concuerdan con lo hallado en estudios como los de Zimmerman (2004) o Grossmann, Grossmann y Kindler (2005).

Tal y como apuntan Allen y Land (1999), la influencia parental es tan clara como que el hecho de haber acatado de forma irreflexiva a los padres durante la niñez, hace que los adolescentes en la fase temprana repitan el mismo patrón con los compañeros, con las consecuencias que esto conlleva. A pesar de ello, afirman que la influencia de los iguales sirve como ayuda para el desarrollo de la capacidad del adolescente en la selección de sus compañías de una forma más adecuada. Así, podemos concebir la adolescencia como una etapa de búsqueda, de crecimiento y maduración, ya que necesitan aprender a desvincularse progresivamente de sus progenitores para así poder en un futuro ser autónomos y elaborar su propia identidad y red social, aunque es cierto que los padres siguen teniendo un lugar importante en el ajuste emocional y social de los hijos (Engels, Finkenauer, Meeus y Dekovic, 2001). Por tanto, a la luz de estos resultados podemos pensar que el entorno familiar ha facilitado, en parte, el aprendizaje de patrones de conducta y las habilidades sociales necesarias que darán forma al clima de cercanía o lejanía en la relación con los demás, en este caso con los amigos.

En este punto destacamos el estudio de Sánchez-Queija y Oliva (2003), que reproduce los resultados de otras investigaciones en torno a este tema, aportando un poco más de información sobre la influencia que el apego con los padres tiene en las relaciones con los amigos, estableciendo además diferencias de género. En primer lugar, apego e intimidad tienden al crecimiento a través de la adolescencia, incrementándose la figura del igual como fuente de apoyo de tipo emocional a partir de la pubertad. Además, se observa que los y las adolescentes que desarrollan un vínculo seguro con sus padres, lo extienden al grupo de iguales y a una

mayor intimidad hacia el mejor amigo/a. En este sentido, establecer una unión afectiva basada en la confianza y la seguridad permite desarrollar la competencia social adecuada para crear relaciones afectuosas y saludables con el entorno en general y con los amigos en particular, al generarse representaciones y expectativas sobre la forma de comportarse de los demás y actuando en función de ello. En segundo lugar, con respecto a las diferencias de género, por un lado, hay una mayor sociabilidad de las chicas, como ya se apreció en la parte hormonal, creando relaciones más cercanas e íntimas en comparación con los chicos y, por otro, una distinción en relación al tipo de vínculo afectivo establecido. Es decir, entre las chicas hay mayor frecuencia de apego seguro con alto afecto y baja sobreprotección por parte de ambos progenitores, mientras que entre los varones de la muestra, es más común una alta sobreprotección y bajo afecto con la madre y bajo afecto y sobreprotección con el padre, datos que pueden explicarse por lo que se espera de cada género socialmente a nivel de relación interpersonal. Por tanto, si atendemos a los resultados observados en apartados anteriores, ya se empieza a vislumbrar una conexión entre los distintos aspectos del desarrollo adolescente, como es la parte de los elementos físicos y hormonales que interactúan con los vínculos afectivos cercanos y los aspectos sociales, como son los roles de género.

En definitiva y como se expuso más arriba, el traspaso del vínculo afectivo de los padres a los amigos sigue una secuencia fija donde el primer componente en trasladarse es la búsqueda de proximidad, seguida de refugio emocional y ansiedad por separación, no siendo hasta la edad de 15-17 años, cuando los padres pierden el principal componente del apego, la base de seguridad (Hazan y Zeifman, 1994). En el estudio llevado a cabo por estas autoras, con niños y jóvenes de entre 6 y 17 años, encontraron una transferencia gradual de las funciones del apego. Los grupos de menor edad buscaban apoyo en los amigos, pero fue el de 15-17 años el que los utilizó como base de seguridad. No obstante, en un trabajo posterior encontraron que de los cuatro componentes de apego, es decir, búsqueda de proximidad, apoyo emocional, ansiedad por separación y base segura, los adolescentes depositaban en los amigos las dos primeras, mientras que los padres continuaban siendo figuras importantes en las dos últimas (Zeifman y Hazan, 2008). En cualquier caso, se produce un traspaso gradual a partir de estas edades en ciertos componentes del apego. Digamos que evoluciona progresivamente hacia otras figuras con el objetivo de conseguir satisfacer las necesidades de cuidado y protección propias de cada tramo de edad.

A partir de este punto, conforme la adolescencia va avanzando, se produce el segundo salto que ya se comentó. El apego sigue evolucionando a la par que se extiende hacia nuevas figuras, de ahí a que en esta etapa se torne cada vez más habitual la vivencia de relaciones sentimentales de corte romántico que satisfacen las necesidades de intimidad, independencia e identidad (Miller y Benson, 1999), tema que se tratará en mayor profundidad más adelante. En este sentido, Ortega-Rivera, Sánchez y Ortega (2010) afirman que este traspaso de apego tiene funciones para el desarrollo de habilidades de tipo relacional y afectivo, esto es, las vivencias sentimentales románticas en esta fase se asocian a un mayor índice de aceptación social y competencia relacional con amigos, compañeros y parejas potenciales, igualmente con la gestión emocional y los primeros intentos sexuales, contribuyendo todo esto al desarrollo social de los adolescentes. En la otra cara de la moneda, encontraríamos aquellos estudios que informan en torno a los riesgos que se derivan de estas relaciones. En esta línea, Joyner y Udry (2000) apuntan a que las uniones románticas adolescentes mantendrían conexión con elementos negativos para el equilibrio y bienestar general, como ansiedad, depresión, conducta delictiva, limitación de la autonomía o agresividad. A esta argumentación se suman Furman y Shomaker (2008), que muestran la relación de pareja como un marco que predispone la aparición de conductas problemáticas con mucha mayor incidencia que en las interacciones sociales con amigos o iguales; pudiendo llegar al extremo y manifestarse mediante conductas violentas varias dentro de la misma, produciendo un alto nivel de insatisfacción general. Por tanto, estos resultados tan dispares muestran la necesidad de profundizar más sobre las relaciones de pareja durante la fase adolescente y poder así comprender sus características, cómo se forman y las consecuencias de las mismas.

3.2.7. Las relaciones de pareja en la adolescencia

El establecimiento de una relación romántica indica el comienzo de una nueva etapa en el camino madurativo que debe recorrer el adolescente, por lo que se trataría de un objetivo más a conseguir dentro del proceso de desarrollo afectivo, social y sexual (Martínez y Fuertes, 1999a). En palabras de Brown, Feiring y Furman (1999), las relaciones románticas se entienden como las interacciones voluntarias que se expanden en el tiempo y que están formadas por

dos personas que perciben la existencia de un vínculo mutuo, entre las cuales existe una atracción provocada por el físico, rasgos de personalidad o intereses/habilidades compartidas y que implican intimidad, apoyo, protección y compañerismo. Para Furman y Simon (1999), las relaciones románticas en la adolescencia conllevan atracción sexual, intimidad, compañía y afecto, añadiendo Laursen y Jensen-Campbell (1999) que este tipo de uniones se podrían considerar como un tipo particular de relación interdependiente que comprende elementos de la amistad, en el sentido de ser recíprocas, igualitarias y horizontales, así como de la familia a nivel de reconocimiento público del compromiso, pero que presentan características particulares que las diferencian de las relaciones adultas, ya que son más fugaces y con menor componente de exclusividad e intimidad, al menos en los primeros años de la adolescencia. En cualquier caso hay que tener en cuenta el problema que supone el analizar y describir un proceso tan subjetivo y con abundante carga emocional, ya que existen muchos factores que influyen negativamente en el estudio de estos procesos, comenzando con la dificultad que en muchas ocasiones presentan los propios sujetos al tener que determinar el comienzo o la consolidación de la relación (Connolly y McIsaac, 2008).

A pesar de las dificultades que pueda presentar el estudio de las relaciones románticas en la adolescencia, se hace necesario, ya que se trata de experiencias muy significativas para el desarrollo en esta etapa vital. Es más, constituyen eventos cruciales en la vida de las personas favoreciendo procesos de consolidación de identidad sexual, individuación y autonomía (Coates, 1999; Gray y Steinberg, 1999), por ello es importante destacar los cambios que conlleva el tener una pareja en la adolescencia y las implicaciones que tiene para los individuos. Tal y como establecen Vargas Trujillo y Barrera (2002), las relaciones románticas en la adolescencia sirven como experimentación para el desarrollo actual y el funcionamiento del adulto futuro. Afirman que esto se debe a que se trata de un proceso gradual en el que se comienza con relaciones casuales y culmina con vínculos mucho más duraderos y sólidos, siendo durante este camino donde aprenden a interactuar con una pareja romántica, ya que lo que se adquiere en una relación se pone en marcha en las sucesivas. De esta forma, el desarrollo de habilidades de interacción en pareja va a marcar la diferencia hacia la satisfacción de necesidades de intimidad y afiliación que anteriormente no aparecían. Otro elemento que se ve favorecido con las relaciones románticas es el autoconcepto con respecto al dominio en las mismas, logrando obtener una visión de capacidad y seguridad si la experiencia es positiva (Kuttler, La

Greca y Prinstein, 1999), además de evolucionar hacia visiones más diferenciadas y abstractas, describiéndose de una manera más organizada y coherente (Steinberg y Morris, 2001). Finalmente, encontramos que las relaciones románticas proporcionan beneficios en el desarrollo de la sexualidad de los adolescentes. De este modo, para Bukowski, Sippola y Brender (1993), el origen de una evolución saludable en este terreno reside en la presencia de una serie de características, como el aprendizaje de la intimidad a través de las interacciones con los iguales, la comprensión de las relaciones y de los roles personales, la revisión y aceptación del esquema corporal propio, la comprensión y adaptación a las vivencias y emociones eróticas, el aprendizaje social de la expresión sexual y la valoración de los procesos de reproducción.

Como se verá a continuación y a modo introductorio, se hace un aporte en torno a la importancia que adquiere el grupo de amigos en la selección, duración y el mantenimiento de la pareja, de manera que este elemento en sí mismo y en combinación con la vivencia de las relaciones románticas, también van a ejercer su influencia en los aspectos emocionales y en relación a la salud mental de los adolescentes. En este sentido, en las investigaciones se muestra una relación entre la involucración en relaciones de pareja y sintomatología ansiosa y depresiva, habiendo diferencias por grupos de edad. Esto es, al parecer grados más altos de vinculación amorosa en la adolescencia temprana estarían asociados a un incremento en los niveles de sintomatología depresiva (Steinberg y Davila, 2008), contrastando este dato con una adolescencia más avanzada y jóvenes adultos en los que la vivencia romántica tendría, entre otras funciones, la reducción de problemáticas psicológicas como soledad y depresión (Simon y Barrett, 2010). Relacionado con esto, siguiendo las afirmaciones de Chow, Ruhl y Buhrmester (2015), no hay evidencias definitivas entre la conexión de las relaciones de pareja adolescentes y el ajuste psicológico junto con el papel mediador de la amistad, pero sí que plantean como hipótesis basándose en trabajos previos, que en la adolescencia tardía existiría un vínculo entre poca implicación o participación romántica y presencia de soledad y depresión, actuando como moderador de esta asociación las amistades cercanas, las cuales aliviarían la presencia de desajuste psicológico y emocional. Añaden también que los datos disponibles son escasos en relación a si la poca cercanía amistosa sería un factor de riesgo para aquellos adolescentes que también presenten un grado de compromiso y seguridad romántica bajos. Lo que sí se puede afirmar es que cuando existe de forma independiente estrés derivado de las amis-

tades y de las relaciones románticas, ambos contribuyen a un incremento de depresión en la adolescencia más avanzada (Chow y Ruhl, 2014).

Otro punto importante a destacar dentro de la evolución social de los adolescentes y que da pie al inicio de las relaciones románticas junto al proceso de apego, reside en que la estructura de los grupos de amistad va cambiando a lo largo de esta etapa, lo cual va a influir, a su vez, en el tipo de vínculos que generan. De esta manera, se empiezan a producir cambios en las relaciones entre chicos y chicas, es decir, a medida que los niños entran en la adolescencia, los grupos de amigos van cambiando de estar compuestos casi exclusivamente por personas del mismo sexo, a ser grupos mixtos. Este cambio de amistades unido a la presión social ejercida por el grupo, sugiere que es el momento apropiado para el inicio de las relaciones románticas, ya que el desarrollo que están experimentando cambia la visión del sexo opuesto, aumentando su interés, además las interacciones con personas del sexo contrario dentro del grupo de amigos, se asocia con una mayor competencia social y romántica (Bukowski, Sippola y Hoza, 1999).

Como sabemos, los amigos ejercen un peso considerable sobre gran parte de los aspectos que definen al adolescente, por lo que las relaciones de pareja no iban a ser menos. Como bien apuntan Gray y Steinberg (1999), el interés que los adolescentes puedan tener en lo referente a salir con alguien y al sexo, obedece más al comportamiento y presión de los compañeros que a su propia necesidad y desarrollo biológico. Es más, añaden que lo que marca en gran medida la incorporación a las relaciones de pareja, es la actividad del grupo dirigida a relacionarse con miembros del sexo contrario en distintos contextos, sirviendo como referencia las experiencias románticas de los amigos para comprender la intimidad sexual y emocional. En esta línea, Furman y Wehner (1994) afirman que las relaciones de pareja adolescentes satisfacen cuatro necesidades distintas: sexuales, de afiliación, de apego y de dar y recibir apoyo. Efectivamente, las primeras relaciones de pareja sirven para cubrir básicamente las necesidades afiliativas, es decir, compañía y diversión, tal y como establecen Brioso et al. (2009), afirmando que son una forma social que no se caracteriza por la intimidad y en las que no suele haber una expectativa real de tener relaciones sexuales, sino más bien sirven de apoyo emocional y afectivo. Sin embargo, conforme avanza la adolescencia, las relaciones románticas en las que se embarquen tendrán un carácter más estable, ascendiendo la pareja en la jerarquía de

figuras de apego. Tal y como se puede observar, estas primeras relaciones de pareja son muy importantes para la vida social y emocional del adolescente, ya que les ayudan a interactuar con los otros, a tener momentos de ocio, experimentan los primeros contactos eróticos y mejoran su prestigio ante los iguales. Pero como se ha visto, los amigos son tanto el origen, como los que marcan las pautas con respecto a estos temas, o por lo menos tiene un gran poder de influencia en lo que a las parejas de los otros se refiere. Por este motivo, no es de extrañar que los adolescentes prefieran y elijan personas que sean socialmente valoradas por los compañeros, debido precisamente a la presión que reciben por parte del grupo de iguales. En este sentido, Powell (1975) afirma que el motivo fundamental de las primeras citas más bien parece obedecer a las expectativas compartidas con el grupo de iguales, por lo que, la estructura de las relaciones iniciales estaría determinada principalmente por la familia, pero la actividad en sí y la propia pareja, debe ser aprobada por los compañeros. La imposición que ejerce el grupo y el temor a la condena social, influyen en la elección de pareja en los adolescentes. Según expone, el no conseguir un compañero romántico puede ser interpretado como una falta de popularidad, produciendo un descenso en el estatus social del adolescente al no cumplir las expectativas grupales. A esto, añade que hay cierta diferencia en función del sexo en torno a los criterios por los que se rige el grupo a la hora de aplaudir una relación, es decir, parece ser que el factor de aprobación determinante para que un chico empiece una relación con una chica es el atractivo físico; mientras que las chicas logran un mayor beneplácito de los iguales cuando el chico en cuestión tiene un alto estatus social o es popular entre los compañeros. Si recordamos, estos datos ya fueron expuestos previamente, por lo que ya desde edades tempranas se aprecian estas diferencias entre hombres y mujeres en cuanto a las preferencias, guiadas en parte por el proceso socializador y basado en las raíces ancestrales.

Al surgir las primeras relaciones románticas dentro del grupo de amistad adolescente, los amigos intervienen en la elección de pareja como ya hemos visto, pero el comenzar una relación romántica también puede producir cambios en las amistades, bien positivos o negativos, de manera que ambos aspectos ejercen su influjo de forma recíproca, debido a que generalmente todo queda circunscrito al mismo entorno, el grupo de amigos. Los estudios al respecto son variados, ya que por un lado Sharabany, Gershoni y Hofman (1981) afirman que el mantener una relación de pareja en la adolescencia interfiere con las amistades, ya que las necesidades de intimidad quedan cubiertas y el dedicar tiempo a estar con el compañero senti-

mental puede restar frecuencia y calidad del contacto con los iguales en comparación a momentos anteriores. Por otro lado, Surra (1990) apunta en otra dirección, señalando que conforme se solidifica la relación de pareja hay una reducción de la red social amistosa, pero solamente afecta a relaciones muy específicas, no formando parte de ese círculo social aquellas personas menos significativas. Por lo tanto, se mantienen los amigos íntimos e incluso pudiendo aumentar en número. Una propuesta similar es la de Moore y Boldero (1991), en la que las relaciones románticas no actúan como sustitutas de las amistosas, siendo vínculos independientes. Añadido a esto, Zani (1993) plantea tres posibles resultados con respecto al impacto que la pareja puede tener en la red social. El primero, es que la relación romántica no altera el resto de relaciones sociales; el segundo, consiste en restar importancia al grupo de amigos y priorizar a la pareja y, por último, una situación conflictiva en la que tomar una decisión entre ambos tipos de relación provoca malestar y preocupación. Finalmente, apoyando un modelo complementario de relaciones se encuentra el trabajo de Martínez y Fuertes (1999b). Observan que una relación de pareja en sí no afecta en negativo a las amistades íntimas, aunque sí hay más probabilidad que lo haga en las relaciones menos significativas, como veíamos antes. Destacar también en este estudio las diferencias por sexo. Así, señalan que conforme se incrementa el número de relaciones de pareja pasada, chicos y chicas afirman tener mayor número de amigos de ambos sexos y mayor nivel de intimidad con el mejor amigo/a, ocurriendo esto también en los casos en los que se mantiene una relación amorosa en el momento actual. Este dato puede quedar explicado por el aprendizaje que suponen ambos tipos de relación, ya que más allá de los lazos emocionales que conllevan, también son fuente de nuevas formas de comportamiento específico que pueden transferir de una a otra. O también, que los adolescentes que tengan más recursos para iniciar una relación de pareja, trasladen estas habilidades al inicio o mantenimiento de amistades. No obstante, realizan una matización con respecto a la duración de la relación amorosa, es decir, se observa que a medida que aumenta ésta, disminuye el número de amigas en las chicas. Con el paso del tiempo se incrementa el compromiso y las chicas parece que tienden a implicarse más en la relación, alejándose del grupo de amigas. En esta línea, Zani (1993) afirma que ellas demandan una mayor exclusividad en su relación amorosa, mientras que los chicos tienden a equilibrar la balanza para el mantenimiento de ambos tipos de relación. En definitiva, volviendo al trabajo anterior y atendiendo a los datos en conjunto, concluyen que en función de las habilidades y rasgos personales, así como la historia familiar y contexto social en el que los adolescentes se desarrollen,

tendrán más o menos oportunidades de entablar relaciones íntimas, pero una vez comenzada la relación romántica se pueden compaginar con relaciones amistosas de buena calidad, incluso crear otras nuevas.

Como se comentaba con anterioridad, va a ser en el contexto del grupo mixto donde los jóvenes empezarán a tener sus primeras citas, para posteriormente hacerlo fuera del amparo del mismo una vez que se sientan más cómodos en ellas. En este sentido, las relaciones tienen en común lo que conocemos como voluntariedad, cuyo papel en una relación queda recogido en la teoría del estímulo-valor-rol de Murstein (1970). Según este modelo, ciertas interacciones iniciales tienen lugar en lo que denomina campos cerrados, de tal forma que las personas se ven forzadas a interactuar; sin embargo, otras ocurren en campos abiertos, donde los individuos son libres de entrar en contacto o no. Lo que establece la teoría es que si las condiciones ambientales son tales que la interacción es involuntaria, es posible esperar que ésta continúe y se transforme en voluntaria, solamente si esas condiciones no reinan. Por otro lado, si la interacción es voluntaria, su continuación depende mayormente de la atracción entre los participantes. Trasladando esta hipótesis a la influencia que ejerce el grupo de iguales en los primeros contactos románticos entre los adolescentes, dos amigos que pertenecen a una misma pandilla amplia mantienen una relación que está gobernada por circunstancias externas (tener amigos en común o ir a los mismos sitios de ocio, por ejemplo). De forma que si es involuntaria, cesará cuando terminen las condiciones ambientales que la propiciaron, es decir, el grupo se disuelve o alguno de los dos empieza a salir con otros amigos. Sin embargo, si la interacción inicial fuera voluntaria por ambas partes, el mantenimiento de la relación dependerá de la atracción que sientan ambos.

Por tanto, la atracción es el nexo de unión inicial que explica el inicio y mantenimiento voluntario de una relación. De tal forma que, cuando los jóvenes experimentan el enamoramiento suele empezar como atracción y el deseo sexual en ebullición forma parte de dicha atracción. En esta etapa, los adolescentes pueden albergar numerosas fantasías en relación a la persona objeto de su deseo, la cual inunda su pensamiento de forma constante, asociando cualquier estímulo externo a ella. Experimentan sensaciones muy intensas, de forma muy pasional y aunque lo que sienten creen que es amor, en realidad todavía no lo es, no ha habido tiempo para que desarrollen la intimidad y la proximidad emocional necesarias para ello, sien-

do normal que confundan ambos conceptos, ya que son nuevos para ellos. El auténtico amor hacia alguien va más allá de la intensidad de las fases iniciales, atenuándose la atracción al cabo de un tiempo, pero siendo sustituida por un profundo vínculo afectivo. En las relaciones sanas y duraderas, las parejas a menudo se percatan que la pasión intensa viene y va en diferentes momentos de la relación, pero la intimidad permanece. Este tipo de vinculaciones tienen un componente especial al caracterizarse por ser las primeras experiencias de enamoramiento o también de desengaño, viviéndose todo de forma muy intensa.

Son diversas las investigaciones que han puesto de manifiesto cómo muchas de estas primeras relaciones tienden a consolidarse a lo largo del tiempo (Carver, Joyner y Udry, 2003), demostrando que a medida que los jóvenes crecen, el porcentaje de quienes han tenido una relación aumenta desde el 25% en la adolescencia inicial, hasta aproximadamente el 75% en la adolescencia tardía (Collins, 2003). Además, Tani y Fonzi (2005) acuerdan que se produce un cambio en los aspectos definitorios de las mismas, es decir, son relaciones más duraderas, con mayor intimidad y suponen un contexto de seguridad y apoyo para los jóvenes. Afirman que con respecto a la estabilidad de una pareja, existen numerosas variables que pueden explicar este fenómeno, pero las más importantes serán los elementos propios de la relación, tales como la cantidad de tiempo que pasan juntos, naturaleza sexual, nivel de comunicación, actividades compartidas, sí como intimidad o la ausencia de conflictos, están relacionados con lo estable y duradera que llegue a ser una relación de pareja en la fase adolescente. En esta línea, tal y como apuntan Simpson, Gangestad y Lerma (1990), las personas que muestran un mayor nivel de compromiso en su relación desprecian a otras posibles parejas, rechazo que se incrementa con las que perciben como más atractivas o que puedan poner en riesgo su actual unión. Estos datos son apoyados por el estudio de Martínez y Fuertes (1999a), que ponen de manifiesto que los aspectos propios de la relación actúan como los mejores predictores de la continuidad. Concretamente, destacan el grado de compromiso y el nivel de intimidad, así como la duración de la relación y la actividad sexual en hombres y mujeres. Igualmente encuentra que, aunque en menor medida, también son buenos predictores el número de actividades compartidas y la implicación afectiva.

Igualmente es interesante remarcar y conocer la edad promedio de inicio de las relaciones de pareja en nuestro país. En el año 2011, Díaz-Aguado Jalón y Carvajal Gómez diri-

gieron un estudio sobre igualdad y prevención de la violencia de género en la adolescencia. En este trabajo participaron 11.020 estudiantes de toda España, con edades comprendidas entre 13 y 18 años. En él, a la pregunta *has salido alguna vez con algún chico/chica*, respondieron afirmativamente 9.088 sujetos, el 82,6% del total de respuestas válidas, observándose el aumento de las contestaciones afirmativas a partir de la E.S.O (83.8% de las chicas y el 81'4% de los chicos), incrementándose igualmente a medida que aumenta la edad. Concretamente, en educación secundaria, el 37'8% de los chicos y el 38'9% de las chicas afirmaban haber mantenido al menos una relación sentimental, siendo el 37'6% de los chicos y el 46'6% de las chicas las que han tenido pareja en la etapa de bachillerato.

Por otro lado, en un estudio realizado por Sánchez Jiménez, Ortega Rivera, Ortega Ruiz y Viejo Almanzor (2008) sobre la calidad de las relaciones sentimentales en la adolescencia en las etapas de educación secundaria y bachillerato en España, encontraron que las relaciones de pareja durante la adolescencia son muy importantes para los jóvenes, ya que el 90% de la muestra (446 sujetos con una media de 16'08 años) afirmaron haber mantenido alguna experiencia sentimental, porcentaje que se incrementa conforme avanza la adolescencia. Igualmente, este trabajo contiene información interesante en torno a rasgos que definen las relaciones en esta etapa de la vida, así como la importancia que los adolescentes le otorgan a la misma. Partiendo del dato que se ha mostrado anteriormente, el valor que se le da a la pareja también va paralelo al incremento de la edad, debido precisamente al haber tenido más experiencias sentimentales, encontrándose que las chicas de la muestra habían tenido más relaciones amorosas y éstas habían sido mucho más duraderas en comparación a los chicos. Exponen que esto se relaciona con el hecho de considerar dichas relaciones como más estables y serias por parte de ellas, mientras que ellos se encuentran en el estadio del establecimiento de la pareja dentro del grupo mixto. Con respecto a la calidad relacional, la muestra reporta un alto nivel de satisfacción de pareja, existe buena comunicación y expectativas positivas con respecto a la duración y continuación de la relación. Sin embargo, podemos observar diferencias por sexo en las que son ellas las más satisfechas, teniendo más visión de futuro en la relación, así como una mayor cantidad de conflictos dentro de la relación, mientras que ellos eran más tendentes a la transgresión. Según establecen los autores y como ya se observó en población adulta, estas diferencias podrían venir explicadas por la inversión diferencial que existe en la relación, esto es, a nivel general las personas depositamos en las relaciones que mantenemos

en función de lo que aportemos a ellas, así como del nivel de compromiso e intimidad que exista, lo que explicaría lo satisfechos que nos sentimos en dichas relaciones y las expectativas que tengamos con respecto a ellas. De este modo, las chicas se sentirían más satisfechas con sus parejas porque invierten en la relación mucho más que ellos, lo cual concuerda con el dato previo que mostraba que ellas manifiestan una mayor implicación relacional que los chicos.

Otro estudio relacionado con las características de las relaciones románticas adolescentes es el de Wals, Romera y Viejo (2015). Describen los factores que influyen en la calidad de la relación de pareja en la adolescencia, así como las diferencias de género analizadas al respecto. Concretamente, estudian el papel que juega la autoeficacia social y la red de apoyo. Con respecto al primer concepto, se refiere a la percepción que presentan los adolescentes sobre sí mismos en torno a lo competentes que pueden llegar a ser para manejar de una manera adecuada las demandas que nacen de una relación romántica (Vargas Trujillo y Barrera, 2003). En relación al segundo factor, la calidad de la relación amorosa, también se verá marcada por el apoyo social que perciben los adolescentes de la familia, amigos y pareja, ya que representan las principales figuras de apego en esta etapa. Como se comentaba anteriormente, la amistad representaría el marco social perfecto para el inicio de los primeros contactos amorosos y las relaciones románticas, ya que, como buena red de referencia, los amigos van a tener mucho que decir con respecto a la elección de pareja, así como en las expectativas y los comportamientos y actitudes adecuadas con respecto a la misma (Brown, 1999). La percepción de apoyo social es alta en todas las figuras de apego en los participantes del estudio de Wals et al. (2015), además, la pareja cobra una especial importancia en el último nivel educativo estudiado (se entiende que es bachillerato por las edades de la muestra), lo cual concuerda con el ascenso de ésta en la escala de apego en la adolescencia más avanzada, como ya se ha visto. Si evaluamos la relación entre la autoeficacia y el apoyo social, según establecen Vargas Trujillo y Barrera (2003), los adolescentes más eficaces mostraban mayores habilidades para manejar las exigencias de la pareja y tenían una mayor sensación de satisfacción. De la misma manera, en la investigación de Wals et al. (2015), aquellos que percibían mayor apoyo de la pareja, se mostraban más habilidosos socialmente hablando; además, conforme aumenta el apoyo familiar y de amistad, lo hacía la percepción sobre el apoyo de la pareja, ya que como apuntan Alonso y Román (2005), la familia fomenta el desarrollo de relaciones sociales posi-

tivas. Centrándonos en las características propias encontradas en las parejas adolescentes de la muestra, al igual que en trabajos previos, en el trabajo de Wals et al. (2015), se muestra que casi el 70% de los participantes (209 estudiantes entre 12 y 18 años), tenía una relación actualmente o había vivido alguna experiencia sentimental, mostrando de media unas tres parejas y no encontrando diferencias de género al respecto de este dato.

Al igual que las personas entablan relaciones amorosas durante su etapa adolescente, cada una de éstas muestra una evolución temporal, influida por el factor madurativo. Por tanto, para finalizar, destacamos la aportación que Connolly, Craig, Goldberg y Pepler (2004) han hecho en lo referente a los vínculos amorosos adolescentes como representación de esa transformación progresiva en las relaciones de pareja que se ha venido comentando durante este apartado. De este modo, han propuesto un modelo dividido en fases que permite comprender el proceso de aparición, creación y consolidación de las mismas. En la primera fase, hay un predominio de la atracción que no tiene razón para estar acompañada de una interacción física. En la segunda, aparecen ya las primeras citas, que se caracterizan por ocurrir dentro del grupo de iguales. En esta etapa, suelen ser grandes pandillas mixtas que se reúnen para pasar el tiempo de ocio. En la tercera fase, tienen lugar los encuentros iniciales sin la presencia del grupo, pero se caracterizan por ser casuales y no estables. Por último, durante la cuarta etapa predomina la relación de pareja en donde cada vez el grupo está menos presente y da lugar a un progresivo aumento de la implicación en la relación, lo que conlleva un incremento de la intimidad y el compromiso. Algo similar establece Brown (2004), quien describe otras cuatro fases en la formación de parejas jóvenes. Comencemos con la primera fase, la *iniciación*. Con la llegada del desarrollo sexual aparece el deseo hacia los iguales, sin embargo, esta etapa tiene un objetivo a nivel interno, es decir, incluir en el autoconcepto el rol de ser la pareja de alguien y poder relacionarse con otro. En esta etapa de formación, las relaciones de pareja serían superficiales y poco duraderas. En un segundo lugar, aparece la fase que el autor denomina *estatus*, que se define por la adquisición de la confianza en poder relacionarse con los demás de forma habilidosa, estando las relaciones de pareja socialmente pautadas para conseguir ser popular entre el grupo de amigos. En la tercera, denominada *afectividad*, la finalidad de la pareja es distinta, la persona no solamente quiere tener un compañero sentimental, sino que además, se le da gran importancia, ya que se convierte en origen de satisfacciones y preocupaciones y empieza a ganar terreno en comparación a otros vínculos sociales, liberándose

de la presión ejercida previamente por el grupo de amigos. Por último, la cuarta etapa llamada *vínculo*, se da entre el fin de la adolescencia y el inicio de la etapa adulta. Se caracteriza por la madurez y consolidación de la pareja, adquiriendo sus miembros un mayor compromiso.

3.2.8. *Desarrollo de la sexualidad*

Entre tantos cambios que experimenta el adolescente, la sexualidad es otro añadido, pero no menos importante para un desarrollo adecuado. Como apunta Gómez Zapiain (2005a), en este terreno acontecen tres eventos importantes. El asentamiento de la identidad sexual y de género, el surgimiento del deseo sexual y la redefinición de los vínculos afectivos. Como se ha vislumbrado previamente sobre el inicio de las relaciones románticas en la adolescencia, éstas comienzan generalmente dentro del grupo de amigos, experimentando variaciones conforme avanzan en edad, lo que hace que la relación tome tintes diferentes con características más similares a los vínculos adultos. De forma que el incremento de las interacciones sociales en pandilla, junto con los cambios físicos experimentados, incrementan la atracción por los iguales, comenzando a sentir un interés sexual que pocos años atrás estaba ausente. Cuando el adolescente está maduro en este terreno, comienza su búsqueda de pareja sexual mediado por un deseo que contiene un fuerte componente biológico, ya que está ligado al desarrollo sexual, a las alteraciones hormonales que caracterizan la adolescencia. Tal y como exponen Money y Ehrhardt (1982), las transformaciones de tipo biológico puberales provocan cambios en el sistema neuroendocrino y en el aspecto corporal, lo cual, unido al resto de transformaciones, redefinirá la identidad de género y producirá la aparición del erotismo, siendo su expresión el deseo sexual. De esta forma, como afirma López Sánchez (2009), éste último, junto con la atracción y el enamoramiento, representan lo que conocemos como afectos sexuales y que darán forma a las relaciones afectivas y sexuales a lo largo de la vida. El autor establece que el deseo es una emoción, un impulso de búsqueda de placer sexual propio o compartido con el fin de garantizar la reproducción. La atracción y enamoramiento mueven a las personas hacia los demás para tener intimidad, a relacionarse socialmente con otras personas o a mantener vínculos con ellos. Defiende también la existencia de afectos sociales, dentro de los cuales se ubica el apego, el vínculo, el cuidado hacia familiares, amigos o pareja

sexual. Acompañan a los efectos sexuales, aportando equilibrio y enriqueciendo las relaciones en general y, sobre todo la de pareja, con esas bases afectivas.

Por tanto, en palabras de Gómez Zapiain (2005b), la evolución del ser humano se ha bifurcado en dos sistemas. El primero, es el sistema sexual, encargado de hacer posible la reproducción a través de la motivación o deseo sexual. El segundo el apego, favoreciendo el vínculo entre padres e hijos. A esto, Hatfield y Rapson (1987) añaden que estos dos sistemas acompañan a cada individuo a lo largo de su desarrollo y se expresan mediante dos elementos, el amor romántico como vínculo de afecto y el deseo erótico, como comportamiento sexual. Concretamente, exponen que en la adolescencia, estos sistemas también tienen como función el acercar a chicos y chicas hacia sus iguales con el fin de entablar relaciones íntimas y seguras con ellos, siendo el paso previo a la formación de pareja. En otras palabras, el deseo sexual y el vínculo afectivo interactúan entre sí, de forma que el deseo incita al contacto físico y la intimidad resultante activa los esquemas de apego, los cuales median en la experiencia sexual (Hazan y Zeifman, 1994). Por tanto, en esta etapa es muy importante satisfacer dos necesidades. La primera son vínculos de tipo afectivo caracterizados por ser duraderos e incondicionales, lo cual se va a conseguir a través de las relaciones románticas (López Sánchez, 2005). La segunda necesidad es complacer el deseo sexual mediante las relaciones eróticas (Schnarch, 1991).

Por otro lado, a pesar que el deseo sexual se configura gracias a los cambios físicos experimentados, como ya se ha visto, una vez que éste queda establecido, entonces aparecería hacia quién va destinado o cuál es su orientación. Ésta refiere aquellas personas por las que nos sentimos atraídos sexualmente o con quién queremos relacionarnos sexualmente hablando, que se perfila en la adolescencia; pero no es algo inamovible, pudiendo variar a lo largo de la vida. Generalmente, atendiendo a los convencionalismos sociales, la orientación aceptada y más extendida es la heterosexual, pero no es la única existente. Para el Colectivo Harimaguada (2014), la orientación sexual podría ser heterosexual, cuando el deseo se da hacia personas del sexo opuesto; homosexual, cuando alguien se siente atraído por personas del mismo sexo, bien sea entre chicos, gays o chicas, lesbianas; la bisexualidad o deseo hacia ambos sexos; pansexualidad u orientación caracterizada por atracción sentimental, estética, sexual o romántica que va más allá del sexo o género de otras personas, mostrándose indiferentes hacia éstas

dos categorías y, por último, la asexualidad, entendida como la falta de atracción sexual o el escaso o nulo interés hacia cualquier aspecto de la actividad sexual humana. En este sentido, los adolescentes comienzan a experimentar sus primeros deseos hacia los iguales, pudiendo surgir hacia personas de su mismo sexo, culminando al final de la adolescencia en una orientación homosexual o bisexual que en muchos casos supondrá sufrimiento debido al desprecio y burlas hacia lo que no es lo normativo, socialmente hablando (Savin-Williams y Rodríguez, 1993). En este sentido, Madueño (2004) afirma que ese conjunto de ofensas puede extenderse también a maltrato psicológico y físico, debido a una aversión muy potente hacia las personas homosexuales, es lo que se conoce como homofobia. La autora expone que cuando una persona, especialmente en la adolescencia, se da cuenta que se siente atraída por otros de su mismo sexo o por ambos, es decir, que no presenta el deseo sexual que la sociedad establece como aceptable, puede llegar a experimentar fuertes sentimientos de soledad, culpabilidad, asco o vergüenza, así como un gran temor a ser descubierto o atacado por ello. No obstante, la visión de la orientación sexual y el peso que supone ser distinto en un mundo de mayoría heterosexual, no es más que una visión cultural, ya que, como bien explica la autora, la homosexualidad es una práctica aceptada en otras sociedades, presentando otras opiniones con respecto a este tema. Este es el caso de una tribu de Nueva Guinea, en la que sus jóvenes varones conviven y mantienen relaciones homosexuales hasta que tienen su primer hijo, ya que poseen la creencia en relación a los beneficios del semen. Igualmente, la homosexualidad en otras etapas históricas se concebía de forma distinta, como ya se vio en el caso de la antigua Grecia.

En la adolescencia, la conducta sexual es una de las mayores manifestaciones de los cambios propios de esta etapa. Por lo que, partiendo de la base que el hombre y la mujer se van construyendo como tales a lo largo de su evolución por las influencias ambientales en función de su sexo biológico, la sexualidad abarca todo lo que nos lleva a ser personas sexuadas. Como bien indica Gómez Zapiain (2000), existen cuatro aspectos que ayudan a un mayor entendimiento de las experiencias en el terreno de la afectividad y la sexualidad. En primer lugar, la presencia de dos formas corporales distintas en anatomía con funciones distintas en el proceso reproductor que, influenciadas culturalmente, provocan el nacimiento de la identidad sexual. En segundo término, la aparición de los afectos sexuales. En tercer lugar, la unión afectiva que marca a las relaciones interpersonales. La aparición de vínculos estables en el tiempo, tanto entre la pareja, como entre los padres y sus descendientes. Finalmente, el cuarto

elemento se centra en la regulación social de la sexualidad, son las atribuciones por sexo y el establecimiento de lo normativo y lo censurable. Para el autor, resultamos parte de la combinación entre la herencia filogenética y la cultura. La primera nos otorga disposiciones innatas o necesidades básicas que se centran en la búsqueda de placer sexual o seguridad afectiva en los vínculos con los demás; mientras que la segunda nos inserta en un modelo social gracias a los agentes socializadores, orientándonos en cómo actuar en función de nuestro sexo biológico. En definitiva, tal y como expone, la combinación de ambos factores provocarán la propia vivencia de cada ser como hombre o mujer y como la sexualidad es la manera individual de esta experiencia, de vivir la sexuación, habrán tantas sexualidades como personas.

La importancia de un correcto desarrollo de la sexualidad en esta etapa vital corre de la mano de una educación adecuada en este terreno, ya que la experimentación sexual adolescente está llena de inexperiencia, desinformación y creencias irreales en torno al sexo y la parte afectiva que le corresponde. A esto se le suma una posición de la sociedad contradictoria en este terreno, es decir, cada vez hay más libertad y permisividad en las actitudes y conductas sexuales de los adolescentes, sobreestimulándolos con un incremento de la erotización de los medios en general. Mientras, por otro lado, se penaliza la actividad sexual y sigue siendo un tema tabú. Estos rasgos no frenan el inicio de las relaciones sexuales, sino que lo que se puede producir es un incremento en el riesgo de las mismas debido a esos mensajes opuestos, intoxicando la visión con respecto al sexo y pudiendo desembocar en una sexualidad mal entendida y vivida, y por ende, en insatisfacciones y problemas sexuales, expandiéndose a otras áreas de su vida.

En este sentido, según el Colectivo Harimaguada (2007), en España la edad promedio de inicio de relaciones sexuales está en los 16,5 años, siendo casi completa la población que entre los 15 y 19 años ya ha tenido estas experiencias por primera vez. Habría que hacer aquí una distinción por etapas dentro del comportamiento sexual (Schofield, 1965). La primera corresponde a un nivel bajo de experiencia, basado en besos y caricias. El segundo, es el nivel medio en el que hay intimidad sexual cercana al coito, pero no llegando a él. Finalmente, el nivel alto de experiencia sexual en el que ha habido coito con una o más personas. Con respecto a las dos primeras etapas, reflejan una manifestación sexual muy común en la adolescencia que se conoce como *petting*. Esta práctica es una forma socialmente aceptada como

primera experiencia sexual para la gran mayoría de las personas, implicando contacto físico que produce excitación sexual y que sirve para satisfacer la curiosidad en torno a las relaciones sexuales, aumentar la confianza con otra persona o intentar ganar popularidad (Cáceres, 2000). Como reflejan Martín y Velarde (1996), hay una serie de factores que pueden influir en el inicio de la actividad sexual, tales como el sexo, antes los chicos que las chicas; amplitud de las ciudades, siendo antes en las grandes urbes; nivel sociocultural, apareciendo de forma precoz entre personas no escolarizadas y de clase social más baja y finalmente, el estilo educativo parental, habiendo más probabilidad en la precocidad ante una ausencia de supervisión y en la elevada autoridad, en comparación al control moderado. Por su parte, Labrador (2000) explica que entre las razones para iniciarse en las relaciones sexuales en los adolescentes podemos encontrar, desde el hecho de tener una experiencia excitante y placentera, como aumento de la comunicación, signo de madurez o también presión por parte de los iguales. Lo que es cierto que es el inicio por puro placer físico sigue considerándose una práctica sujeta a crítica. El autor afirma que los sentimientos asociados a la primera relación sexual son muy variados, manifestados a través de la expectativa sobre lo positivo y especial que resulta ese momento. Expone las diferencias por sexo en cuanto a la evaluación de esta experiencia, siendo más positiva para ellos en términos del placer obtenido, aunque también existen temores sobre un posible embarazo y sensación de tensión y culpa. Continúa explicando que entre las chicas, la reacción negativa es más frecuente, generalmente en relación a la excitación, orgasmo, sensaciones placenteras y los mismos miedos presentados por los chicos, junto con expectativas sobre el dolor que pueda producir el primer coito. Lo expuesto solamente representa algunos de los motivos que justifican la presencia de una correcta educación afectiva y sexual, la cual será la base para el adecuado y saludable desarrollo de los adolescentes en torno a su sexualidad. Esto marcará la diferencia entre vivirla como una fuente de frustración y problemas, o como una experiencia placentera, llena de afecto y satisfacción.

Aunque la conducta sexual se observa con mayor claridad durante la adolescencia y las primeras relaciones de pareja, el interés por el sexo y la manifestación de comportamientos de tipo sexual ya se aprecia en niños y niñas. En este sentido, Barragán Medero (1991) expone que existen gran cantidad de creencias erróneas en torno a la sexualidad infantil y adolescente, especialmente en el primer caso. Afirma que la explicación a estas ideas reside en la tradición judeocristiana de la sexualidad, que durante siglos ha negado cualquier tipo de comportamien-

to ajeno a la reproducción en adultos y restringido al terreno matrimonial, siendo expandidas y reforzadas por los sectores más conservadores de la sociedad. Establece que por este motivo, a pesar de las claras evidencias de conductas sexuales en ciertas edades infantiles, se rechazaba ser percibidas como tales, interpretándolas como acciones patológicas, ya que su ausencia es equivalente a pureza e inocencia, asegurando así la integridad personal. En relación a estas primeras manifestaciones sexuales, destacamos la masturbación, lo cual supone el inicio de la organización del deseo sexual. Se trata de una práctica que comienza entre los 10 y 15 años de forma promedio, aunque también puede aparecer en momentos anteriores o posteriores (Oliva, Serra y Vallejo, 1993). Suele provocar sentimientos de placer, excitación y curiosidad, aunque también ansiedad y culpa debido a la falta de información y a la gran cantidad de creencias erróneas sobre esta actividad, que además comienza generalmente por error en la autoexploración, o también a través de conversaciones y lecturas sobre el tema (Labrador, 2000). Además, existen diferencias de frecuencia en la realización entre chicos y chicas. En esta línea, Fernández del Valle, Bravo Arteaga, García Ruiz y Uría Urraza (2003) con una muestra de adolescentes entre 15 y 21 años, obtuvieron que el 98% de ellos afirman realizar esta práctica, mientras que ellas en torno a un 74%. Tal y como apuntan Palacios et al. (2004), la diferencia reside fundamentalmente en la actitud y creencias hacia la masturbación, ya que mientras que en los hombres está muy generalizada y se entiende como algo normativo y beneficioso, en las mujeres hay todavía un cierto estigma en su realización, dificultando el reconocimiento de su práctica a nivel social, debido a que en muchos casos provoca vergüenza y sentimiento de culpa. No obstante, afirman que las chicas de mayor nivel cultural y más edad, manifiestan una postura más favorable ante esta práctica.

Las diferencias de género afectan también al mundo de la sexualidad, ya que, al fin y al cabo, condicionan la forma en la que experimentamos el mundo, viendo el amor y el sexo de forma distinta y lo que se espera de nosotros en cualquiera de los ámbitos sociales existentes. En este punto entra el juego el concepto de identidad sexual, el sentirse hombre o mujer. Como bien expone Barragán Medero (1991), se trata de un proceso lento y complejo que se desarrolla aproximadamente entre los 2 y los 7 años. Ya entre el 1,5 y 2 años, gracias al despunte en el desarrollo del lenguaje, se comienzan a establecer las primeras evaluaciones mentales sobre si se es niño o niña, seguido por una clasificación sexual constante que determina el comportamiento en función de la pertenencia a un grupo concreto, en este caso hombre o mu-

jer. A este dato, Vázquez (2000) añade que será a partir de esta fase cuando empiecen a denominarse a sí mismos como niños o niñas, sabiendo que pertenecen a una de las dos categorías, además de manifestar conductas, intereses o preferencias como propias de su sexo. Afirma que entre los 2 y 3 años, casi todos los niños se clasifican correctamente y reconocen el sexo de los demás. Sin embargo, el proceso de formación de identidad sexual acaba de comenzar. Apunta que las actividades se van diferenciando, rechazando ciertos juguetes, ropas o compañeros de juego. El autor afirma que este proceso de diferenciación sexual puede no tener fin, ya que cada etapa del desarrollo exige unos determinados comportamientos ajustados a las presiones sociales. De este modo, Barragán Medero (1991) concluye que progresivamente, gracias a la conservación de género, las personas pueden identificar todos aquellos rasgos que la cultura entiende como masculino y femenino y poderlos así incorporar a la categoría adecuada, permitiendo que nos conozcamos como integrantes de un género u otro y el construir de forma paralela los roles asociados a hombres y mujeres. Durante la adolescencia es donde, quizá, el proceso diferenciador sea más fuerte, produciéndose una paradoja, es decir, su incremento progresivo en cuanto a flexibilidad cognitiva les hace comprender que los roles sexuales son impuestos social y culturalmente, pero se produce un incremento de la distinción sexual, ya que se requiere mayor autoafirmación para el correcto desarrollo de la identidad sexual, debido a los cambios que sufren en esta etapa (Vázquez, 2000). Entre los adolescentes surgen muchas dudas y temores con respecto a su identidad, siendo así un proceso que puede vivirse de forma angustiante por la presión que experimentan para adaptarse a los estereotipos sexuales.

Partiendo de esta distinción social y cultural entre sexos, el Colectivo Harimaguada (2014) establece las diferencias existentes en cuatro categorías relacionadas con la sexualidad, pudiendo de este modo observar cómo influyen en la construcción de la identidad sexual, así como en la propia visión de cada persona en función de su sexo y en su forma esperada de responder en la relación de pareja. En primer lugar, en el concepto de sexualidad propiamente dicho. En este punto existirían dos patrones, masculino y femenino. El concepto de sexualidad masculino se reduce a relaciones sexuales coitales y conductas de penetración, lo cual provoca un incremento de importancia a los genitales masculinos para la satisfacción sexual. Además, la noción queda definida por mayor precocidad y promiscuidad. Por otro lado, se encuentra el patrón femenino, caracterizado por una sexualidad difusa y definida por la ausencia de satis-

facción propia, ya que el autoconocimiento del cuerpo y el placer no es algo que se asocie a las mujeres. En ellas, el concepto de sexualidad estaría más integrado junto con otros elementos sociales y emocionales, habiendo así una mayor conexión entre sexualidad y afectividad. En este sentido, Oliva, Serra y Vallejo (1997) afirman que estas diferencias son más acusadas en la adolescencia temprana, un momento crítico del desarrollo en donde se muestran más estereotipados como ayuda en su construcción integral de identidad. La segunda categoría se refiere a la vivencia y expresión del deseo sexual. En el caso de los chicos, es casi una obligación expresar deseo sexual y hacer notar sus experiencias sexuales como una muestra irrefutable de su masculinidad y virilidad, ya que eso es lo que socialmente se espera de ellos, es el comportamiento masculino adecuado en torno al sexo. En el lado opuesto, la culpabilidad por expresar el deseo sexual en las mujeres. El elemento central de la sexualidad femenina no puede ser la muestra de deseo, ya que socialmente se asocia a adjetivos descalificativos. Por tanto, la presión social provoca en las mujeres el no vivirlo de forma abierta y natural, experimentándolo de forma ambivalente y confusa. El tercer grupo refiere a la diferenciación con respecto a la relación que se establece entre sexualidad y afectividad, que a su vez guarda relación con la visión del hombre y la mujer en la anterior categoría. A los chicos se les instruye para que separen ambas nociones, ya que lo que define el ser hombre no es la feminidad, sino que la parte afectiva se trata de algo secundario. Por el contrario, en las mujeres debe haber una conexión entre los dos conceptos, entroncándose el amor o la parte afectiva como elemento central en el rol de género femenino. Finalmente, la cuarta categoría hace referencia al papel que ejercen en las relaciones sexuales, siendo pasivo para la mujer y activo para el hombre, característica que se repite de nuevo como propia de cada sexo, afectando también al ámbito de la sexualidad. El rol activo del hombre implica la toma de iniciativa, resolución de la situación y continua disponibilidad sexual. La masculinidad se ve reforzada por la obtención de placer por parte de la mujer. En el rol pasivo se encuentra la mujer. Siempre a la espera, siempre complacientes, con un mayor desconocimiento sobre el sexo y su propio cuerpo, sin capacidad de decisión y opinión. Esto es lo que es socialmente adecuado en las mujeres, ya que lo contrario cuestionaría el rol masculino. Para Martínez Benlloch, Barberá y Pastor (1988), la sociedad siempre ha establecido una dicotomía, una visión opuesta de lo masculino y lo femenino, de lo que representa ser mujer u hombre, ya que el serlo queda definido únicamente por uniones cromosómicas, pero solamente orienta la sexuación, no la decreta. Tal y como expone Fernández (1997), el peso cultural es el que da forma a esa sexuación, estable-

ciendo lo que la sociedad, en todo su esplendor, va a esperar de cada persona en función si nace hombre o mujer.

En este punto, es necesario retornar al terreno afectivo y observar la relación que guarda con el ámbito sexual, tal y como ya se anunció al principio de este apartado. El establecer vinculaciones afectivas entre los progenitores y sus crías, es fundamental para favorecer la supervivencia de la especie y guarda relación con la sexualidad. En este sentido, López Sánchez (2009) nos habla de la grandísima importancia de esta unión, ya que en función de sus características marcará, por un lado, lo seguros o inseguros que nos sentimos en nuestras relaciones con los demás a lo largo de nuestra vida y, por otro, el contacto físico en la infancia para la expresión del erotismo adulto. En relación a esto último, Gómez Zapiain (2000) relaciona la vinculación afectiva y las relaciones sexuales a través de un elemento común del cual emergen ambas, la intimidad. Precisamente de este terreno pueden surgir problemas psicológicos relacionados con la inseguridad emocional, ya que como apunta Kaplan (1982), una gran parte de las dificultades sexuales guardan relación con el ámbito de la intimidad. Por tanto, en este punto se hace necesario hablar de la relación existente entre el apego y la sexualidad y cómo ésta marca el desarrollo adolescente en este terreno y la selección de pareja sexual y afectiva.

En este sentido, para López Sánchez (2003) el apego es descendiente directo de la reproducción sexual, ya que ésta favorece el nacimiento de seres indefensos que necesitan del establecimiento de vínculos potentes que les aporten seguridad y cuidado para su supervivencia. Afirma que las relaciones entre el apego y la sexualidad son de extrema importancia durante la niñez y adolescencia, ya que van a ejercer un efecto directo en las relaciones interpersonales y la vivencia de la sexualidad y la relación de pareja. Por tanto, establece que las figuras de apego van a dar forma a las relaciones sexuales y amorosas mediante dos vías. La primera es el establecimiento del tipo de apego, como ya sabemos. Su importancia reside, en primer lugar, en que permite adquirir la base de confianza o desconfianza en los otros, mediante en las relaciones posteriores, sobre todo en las que conllevan intimidad. La representación que quede establecida en el niño, provocará posteriormente sentimientos de seguridad, alegría o bienestar, o bien miedo, inseguridad y tristeza. Esta combinación de representación y sentimiento darán lugar a conductas relacionadas con el placer y la interacción íntima con otros. El segundo punto de importancia del apego, queda manifiesto en la intimidad propia-

mente dicha. Este código solamente se usa entre padres e hijos y entre los miembros de una pareja, ya que conlleva una forma distinta de tocar, mirar, hablar y expresar las emociones, aprendiendo durante la infancia las formas de hacerlo. Por tanto, si no se interioriza la intimidad de forma adecuada, podrían existir problemas en las relaciones de pareja y en la seducción a partir de la adolescencia. El segundo camino de influencia que comenta el autor, aunque no tan potente como el apego, procede del modelado y educación sexual que los progenitores lleven a cabo con respecto a sus hijos. Los rasgos de este influjo quedarían definidos por varios aspectos: el modelo que padre y madre representan como mujer, hombre, pareja o modo de vida; también en el tipo de relación, si hay cariño, distancia, discriminación, ayuda o comprensión; la interpretación que los progenitores hacen de la sexualidad con comentarios, gestos, opiniones y actitudes y, finalmente, la regulación que hacen de la conducta sexual mediante el uso de normas, límites, premios o penalizaciones.

Por tanto, el apego juega un proceso básico en la vivencia de las relaciones sexuales, así como en las características que las definen, existiendo una serie de conclusiones clave. En el trabajo de Stephan y Bachman (1999), las personas con apego seguro muestran una tendencia menor a mantener relaciones sexuales paralelas a su relación de pareja. La actividad sexual de las personas evitativas se caracteriza por encuentros casuales y con menor compromiso, albergando un mayor número de parejas sexuales. Por último, las ambivalentes priorizan la parte afectiva por el miedo al abandono, pudiendo esto repercutir en el área sexual al correr más riesgos en su práctica. Para Tracy, Shaver, Albino y Cooper (2003), las personas seguras están más orientadas hacia el afecto, hacia el amor, lo cual les lleva a una mayor expresión emocional positiva y a disfrutar en mayor medida de las relaciones sexuales. Como apunta Belsky (1999a), el apego seguro se relaciona más con la calidad que con la cantidad de erotismo en sus relaciones, contrariamente a lo que pasa con los otros dos sistemas, especialmente el evitativo. Por su parte Brennan y Shaver (1995) y Feeney, Noller y Patty (1993), muestran en sus trabajos cómo las personas con apego evitativo tienden a la aceptación de placer sexual sin amor, pero al mismo tiempo presentan una menor satisfacción con el contacto físico. Para Kirkpatrick y Davis (1994), los hombres con apego seguro presentan mayor probabilidad de implicarse en relaciones que tienen un inicio mutuo, junto con un mayor disfrute del contacto físico, independientemente de la presencia de sexo explícito. Por otro lado, encuentran que los varones evitativos puntúan bajo en deseo sexual en relación a la exclusividad, no ocurriendo

esto en mujeres. Finalmente, tanto hombres, como mujeres ansioso-ambivalentes disfrutaban en mayor medida con la expectativa de una relación sexual y con caricias, más que con la práctica en sí misma. Concretamente las mujeres se implicaban más en situaciones de dominación-sumisión o exhibicionismo, mientras que ellos se solían mostrar reacios a la práctica sexual. Por último, Gómez Zapiain, Ortiz y Gómez Lope (2011) analizan en su trabajo el nivel de satisfacción sexual, el tipo de apego y el grado de conflicto con respecto al deseo sexual. Concluyen que las personas evitativas de la muestra revelan más conflicto con el deseo y menor grado de complacencia con respecto a la vida sexual. Por otro lado, tanto hombres, como mujeres ansioso-ambivalentes antepusieron las necesidades sexuales ajenas a las propias. Concretamente, ellos tenían problemas con el deseo sexual y baja satisfacción, no ocurriendo esto en el caso femenino. Por tanto, las personas seguras, llevarían a cabo una mejor gestión de sus exigencias afectivas y sexuales.

En cuanto a muestras adolescentes, O'Beirne (1999) halló que los adolescentes con patrón seguro se habían iniciado más tarde que los de apego inseguro. Igualmente, Tracy et al. (2003), afirman que los adolescentes seguros muestran un aprendizaje de mayor calidad con respecto a la intimidad, lo cual es impulsado por la mayor pasión y eficacia que sienten en las relaciones afectivo-sexuales. Afirman que se trataría de un proceso de retroalimentación, pudiéndose observar que el apego seguro se asocia a aspectos más positivos en el desarrollo general de los afectos y la sexualidad. Por el contrario, el apego evitativo y el ambivalente se relacionan con conductas poco eficaces o incluso de riesgo, que pueden afectar a la práctica sexual, es decir, pueden recurrir al sexo por otros motivos distintos a la experimentación de placer o manifestación de amor (Miller, Notaro y Zimmerman, 2002). En este sentido, Tracy et al. (2003) encuentran que el motivo principal por el que las personas seguras se iniciaron en el sexo fue como expresión de amor, mientras que en las evitativas fue la pérdida de la virginidad y en las ansioso-ambivalentes por temor al abandono. Además, junto al apego, existen otras variables que influyen en la subjetividad sexual y en la expresión de ésta, así como en los peligros que se asumen en las prácticas sexuales. Una de estas variables es la empatía. Se asume que la existencia de empatía hará que los adolescentes estén en mejor disposición para abordar la actividad sexual con la pareja. En este sentido, Gómez Zapiain (2005b) establece que la empatía en este contexto se entendería como la capacidad que posee la persona para percibir e interpretar de forma correcta lo que necesita la pareja. En su estudio muestra cómo

este rasgo se relaciona de forma positiva con un patrón de apego seguro y con una menor asunción de riesgos en la práctica sexual, especialmente en los chicos. Continuando en esta línea entre vinculación de apego y los peligros en las prácticas sexuales, destacamos el trabajo de Gómez Zapiain, Ortiz y Eceiza (2016) en el que encuentran resultados muy similares a los expuestos anteriormente. Hallan que el riesgo asumido en el comportamiento sexual, tanto en personas activas y no activas, es mucho menor en aquellos adolescentes con un apego seguro. Exponen que, en sí mismos, el estilo evitativo y ansioso-ambivalente, es decir, la inseguridad afectiva, es considerada como factor de riesgo con respecto a la práctica sexual, debido a que utilizan ésta última como medio para rellenar carencias de tipo afectivo, eliminar malestar emocional o reafirmar la identidad.

3.3. Biología del amor

Hablar desde un enfoque evolucionista y ancestral del amor, de la neuroquímica y de las estructuras cerebrales implicadas, es fundamental para conocer los procesos que experimenta una persona enamorada, tanto al inicio de la relación, como a través del tiempo; así como los sustratos que ayudan a explicar las diferencias existentes entre hombres y mujeres en referencia a la vivencia del amor, las relaciones amorosas y a la elección de la pareja. Este tipo de información tendría su origen en las teorías evolutivas o sociobiológicas enfocadas a este tema, en las que se visualiza el amor como la consecuencia de estrategias de tipo adaptativo que se han ido instaurando en el ser humano gracias a la selección natural y que están centradas en la atracción sexual y en la unión para la protección y cuidado de la prole. De esta forma, se entendería el amor como algo natural y propio del ser humano y de otras especies, siendo biológicamente importante si ayuda a la perpetuación de la vida y del individuo, ya que hace millones de años la supervivencia del ser humano dependía en un porcentaje muy alto del éxito en la reproducción. Recordamos que Maureira Cid (2011) páginas atrás nos hablaba acerca de tres componentes sociales de la experiencia amorosa y la relación de pareja, de manera que llegado este punto se hace necesario mencionar el componente biológico que se dejó apartado, el cual forma parte del amor y cierra todos los elementos que este autor considera definitorios del concepto, tal y como se explicó anteriormente. Concluye que la neurobiología nos aporta información sobre el amor romántico, entendiendo éste como el resultado de es-

estructuras cerebrales y neurotransmisores concretos que han de estar presentes para la vivencia amorosa. Apunta que desde la visión biológica, el amor sería la necesidad fisiológica que manifiesta una pareja para llevar a cabo la actividad sexual, la reproducción y la crianza de la descendencia. Tomando esta noción como referencia, Zeki (2007) establece la existencia de dos tipos de amor, el romántico y el materno, que comparten el objetivo reproductivo y de crianza de la descendencia, así como ciertas estructuras cerebrales, pero difiriendo en el deseo sexual, que únicamente está presente en el primero. Por tanto, desde una perspectiva biológica se intentarán explicar los procesos implicados en el amor y la pareja.

3.3.1. Planteamientos evolucionistas del amor

Como punto de partida para explicar la noción de amor y de elección de pareja a través del prisma de la evolución, tomamos como referencia el concepto de *selección natural*, ya que defiende la idea en torno a que las especies pueden ir cambiando hasta llegar a convertirse en otras distintas, evolucionando con la finalidad de sobrevivir y reproducirse para continuar la especie, pudiendo seleccionar a las parejas sexuales gracias a los atributos desarrollados que favorecen esa continuidad temporal. El padre del concepto, Darwin (1997), afirma que la teoría de la evolución plantea el origen de la aparición del ser humano, estableciendo como respuesta un proceso adaptativo al entorno a través de la selección natural. La idea fundamental reside en la supervivencia de aquellos que fueron capaces de adaptarse gracias a una serie de rasgos, los cuales serán transmitidos a las siguientes generaciones por ser útiles para la vida, ya que permiten vivir el tiempo suficiente para la reproducción y conservación de la especie. En este contexto, según aportan Rodríguez y De Miguel (2014) la idea del cambio en la especie se produce cuando ocurren las siguientes tres circunstancias: la primera, que exista una población de organismos uni o pluricelulares que realicen copia de sí mismos; la segunda, que dicho proceso de copia no sea perfecto y, tercera, que esas imperfecciones en la copia den como resultado diferencias en la capacidad que tenga la descendencia para sobrevivir y, por ende, de replicarse a sí mismos, volviendo de esta manera al inicio. De este modo, Evans (2001) explica que estos errores en la copia se conocen como mutaciones, los cuales tienen la función de alterar las posibilidades de supervivencia de los organismos, bien incrementándola, disminuyéndola o manteniéndola como estaba. Así, las mutaciones beneficiosas contarán con una

ventaja adaptativa al medio que a su vez facilitará la vida y la transmisión genética mutante, que es lo que en la teoría darwiniana se comprende como *adaptación*. Afirma que el enfrentamiento a esos problemas adaptativos no solamente produce modificaciones anatómicas, fisiológicas y favorece la supervivencia, sino también tienen como meta aumentar la capacidad humana para el encuentro de pareja sexual, lo que conlleva competir y ser elegido, información clave en la otra gran aportación darwiniana, la *selección sexual*. En este sentido, ciertos animales han desarrollado características para luchar, o bien para facilitar su elección ante una posible pareja, como cornamentas en los ciervos o plumas vistosas en los pavos reales (Evans, 2001). De manera, que si trasladamos esto a nuestra especie, en los humanos también ha habido adaptaciones a lo largo de la evolución, aunque se traducen en formas mucho más complejas, pero que sirven para el mismo objetivo. Serían instrumentos de cortejo como el lenguaje, el sentido del humor o la capacidad de realizar obras de arte (Miller, 1998). Relacionado con esto, como apunta Evans (1999), el hecho de escoger a una pareja adecuada desde el punto de vista evolutivo tiene una enorme importancia, ya que puede mediar de dos maneras en la supervivencia de los descendientes, por un lado, el dotarlos de una buena genética y por otro, proporcionarles cuidados. Teniendo en cuenta que la especie humana es de las pocas en las que el padre participa del cuidado de los hijos, una pareja con esta predisposición mejorará las posibilidades de sobrevivir de los sucesores.

En definitiva, atendiendo a los enfoques de corte evolucionista defendidos por Lamerp (1997) o Buss y Schmitt (1993), entre otros, se obtienen datos en torno a la funcionalidad que tiene el comportamiento amoroso para el individuo como miembro perteneciente a su especie desde el surgir del mismo como *homínido*. Así, el deseo sexual y el compromiso, que se encuentran relacionados con la reproducción, se vieron reforzados en su momento en los primeros hombres, los cuales obtenían placer no solamente del sexo, sino también de la vinculación afectiva en relaciones horizontales y verticales promovidas por la bioquímica. Como bien apunta la selección natural, este tipo de comportamientos favorecían la transmisión de los genes en comparación a aquellos que no establecían relaciones sexuales y vínculos emocionales estables, por lo que se instalaron como propios del ser humano, lo cual explicaría el que estamos programados, genéticamente hablando, para tener sexo, enamorarnos y cuidar nuestra descendencia. Por su parte, Fisher, Aron y Brown (2006) afirman que el amor romántico es una de las tres redes primarias cerebrales para conducir la reproducción en los mamíferos, es

decir, el impulso sexual surgió para motivar a los miembros de la especie a buscar sexo con cualquier pareja adecuada. Exponen que la atracción, considerada como la precursora en márferos del amor romántico, apareció para favorecer la búsqueda de compañeros, ahorrando tiempo y energía, por lo que el sistema cerebral para el apego nació con el objetivo de permanecer al lado del compañero el tiempo suficiente como para completar de forma óptima la crianza de los nuevos miembros y así continuar con la especie. No obstante, hay que puntualizar que, como apunta Archer (1996), a pesar de la grandísima influencia que la biología tiene sobre el amor, los 10.000 años de civilización tal y como la concebimos actualmente, solamente representa un 5% de la existencia de la especie, por lo que la visión que aquí nos compete no se reduce a la mera expresión genética, sino que defiende que la actividad afectiva y sexual del hombre está, en parte, determinada por aspectos sociales y no genéticos del organismo.

En explicaciones de tipo evolucionista en torno al amor y la atracción, como las de Ackerman (2000), Small (1995) o Wilson (1981), se expone que estos factores son el resultado de tres tendencias fundamentales. La primera de ellas consiste en la necesidad de protección del niño, la cual debe ser cubierta por sus padres o cuidadores, estableciéndose la función evolutiva del vínculo a través de la protección ante amenazas externas, ya que tanto los niños, como los adultos, tienden a buscar nexos de unión ante los peligros. Esto implicará, por parte de los cuidadores, un compromiso hacia los más indefensos, en este caso los niños. Teniendo en cuenta que esta vinculación es de las primeras que establecemos en nuestra vida, tendrá un peso enorme en nuestros comportamientos, actitudes, formas de pensar y maneras de relacionarnos con los otros en la etapa adulta, tal y como se verá más adelante en el apartado donde se explica la influencia familiar sobre las relaciones de pareja y el entendimiento del amor. La segunda tendencia es la inclinación a proteger a personas con las que hemos establecido un vínculo y con las que tenemos un profundo nivel de intimidad, sea familiar o pareja, que va a depender del compromiso establecido con dicha persona en cuestión. Por último, la tercera tendencia es de índole sexual, estableciendo uniones con un miembro del sexo opuesto de cara a futuras relaciones amorosas, creándose así un referente.

Como vemos, la teoría evolucionista tiene por objetivo el situar el amor en un amplio plano biológico y aunque no puede solucionar todas las cuestiones planteadas en torno a este

tema, proporciona información que sería imposible obtener por otras vías. En este sentido, Buss (1994) propone ocho objetivos que el amor tiene desde el punto de vista biológico y que facilitan la reproducción y la perpetuación de la especie humana. El primero es el uso de los recursos, es decir, hombres y mujeres elegirán a la pareja sexual que más medios comprometa. En muchas sociedades, algunos de los recursos disponibles en ambos sexos se relacionan con aspectos evolutivos, como el poder y estatus en el hombre y la belleza y juventud en la mujer, que potenciarán su elección y, por tanto, el éxito reproductivo. El segundo objetivo es la exclusividad, fidelidad y defensa de la pareja sexual. Desde el corte evolucionista, en muchas especies machos y hembras se defienden mutuamente de terceros para conseguir sus intereses. En las hembras, para que el macho no tenga descendientes con otras y peligren así los recursos para su prole y en el caso del macho, defender a la hembra para asegurar su paternidad y la perpetuación de su estirpe. En los humanos ocurriría algo semejante, pero mucho más elaborado a través de la demostración de los celos cuando aparece una tercera persona en escena. Llegado este punto es importante realizar un breve paréntesis para hablar sobre la fidelidad a la pareja. En este sentido, Haggmann (1999) se preguntaba la razón en torno a la proporción de alimentos y protección de los primeros humanos varones a cambio de fidelidad, de manera que se abre el planteamiento de si la formación de familia con una pareja fiel, surge de este intercambio. Para explicarlo, recurrimos a las tribus primitivas de los *Ache* en Paraguay y los *Bari* de Colombia y Venezuela, en donde es muy común que un niño pueda tener varios padres, es lo que se entiende como *paternidad divisible*. En función de esto, Beckerman y Valentine (2002) sostienen que en torno a un 24% de los niños Bari y el 63% de Ache, tienen más de un padre, ofreciendo cada uno de ellos cuidado, alimento y protección, manteniendo así una ventaja en lo que a supervivencia se refiere. Esto hace plantear que en ciertas culturas la certeza de paternidad no es necesaria, por lo que no es un elemento imprescindible en la evolución moderna del ser humano. De este modo, surge una tendencia a pensar que quizá las negociaciones entre los hombres con respecto a las mujeres para reducir los riesgos que supone la lucha, sean la explicación a la pregunta inicial. Continuando con el tema previo, el tercer objetivo de la lista de Buss (1994), hace referencia al apoyo y protección mutuos, ya que si los progenitores se los proporcionan de forma recíproca, se traducirá en beneficio para el cuidado general de su descendencia. En cuarto lugar, encontramos el compromiso y matrimonio, que refiere la mayor estabilidad que aportan dos figuras paternas en el hogar para la prosperidad de los hijos, así como al desequilibrio que produce en la dinámica familiar y personal de cada

miembro la ruptura del compromiso. El quinto objetivo son los sentimientos sexuales, esto es, como bien se sabe la intimidad y la pasión son básicos para la reproducción. El sexto es la reproducción, siendo un objetivo del acto de amor. La séptima finalidad versa sobre el compartir recursos, entendiéndose como compromiso, apoyo y protección entre los individuos, potenciando el contexto en el que se desarrollan los niños. Finalmente, la última finalidad es la inversión de los padres para que a largo plazo su descendencia también tenga éxito reproductivo y continúe, en última instancia, la especie.

Como broche final a este primer apartado, es de importancia destacar que hasta este momento se ha hablado extensamente de cómo las personas se relacionan y qué buscan en los demás desde distintos planos teóricos de estudio que se centran sobre todo en los procesos deseables en torno al amor y las relaciones románticas, reparando menos en los aspectos negativos de éstos. En este contexto, tal y como establecen Jonason, García, Webster, Li y Fisher (2015), mantener una relación con un compañero que presenta muchos rasgos negativos puede producir más costes que beneficios. De esta forma, es posible que la evolución también nos haya dotado de capacidades para detectar aquellas señales sobre este tipo de características y que sean consideradas incluso más importantes que las positivas, especialmente en momentos iniciales de atracción. Apuntan que el aprendizaje de información negativa sobre una pareja potencial resultará en una menor probabilidad de iniciar una relación y evitar así futuras consecuencias poco deseables, pesando más, por tanto, los rasgos negativos frente a los positivos en las primeras evaluaciones. De este modo, pasamos a valorar aquellos aspectos que nada tienen que ver con las preferencias por un candidato sentimental. Aunque no se conozca tanto acerca de las aversiones hacia los compañeros en comparación a las preferencias, Li et al. (2013) sostienen que las personas presentan unos mínimos umbrales y prioridades en sus elecciones, lo que da a entender que éstas han evolucionado para encontrar la información clave y evitar rasgos poco deseables. Los cuales, por cierto, también pueden actuar como factores de reproducción, incluso más potentes que los otros, ya que les ayuda a percibir una asimetría entre los costes y los beneficios del futuro apareamiento. De este modo, como apuntan Jonason et al. (2015), la elección del compañero estaría formada por dos estrategias que se complementan. Por un lado, la adquisición de rasgos deseables y, por otro, evitar características indeseables. Exponen que esto se resume en que, con el paso del tiempo, los mecanismos de preferencia se han vuelto sensibles a ambas estrategias, así aquellos individuos que hayan llevado a

cabo un proceso con mayores matizaciones basando sus elecciones en preferencias positivas y negativas, obtendrán más beneficio que los que solamente hayan utilizado un modo menos elaborado en la selección. Así que al adoptar de forma paralela ambas estrategias, la biología habría creado un proceso natural de selección, ya que las consecuencias positivas de evitar a un compañero potencialmente dañino, son mucho mayores que las de hacerlo de alguien ubicado en el otro polo del continuo.

Finalmente, con respecto a las diferencias de género, debido a que, biológicamente hablando, las mujeres se ven obligadas a una mayor inversión parental, serán más selectivas en sus elecciones para evitar parejas de poca calidad (Haselton y Buss, 2000) atendiendo más a los rasgos negativos o siendo menos tolerantes ante ellos. Establecen que la relación entre el factor género y la duración de la pareja implica que en relaciones a largo plazo, hay una mayor toma de decisiones previa para hombres y mujeres, por lo que se cree que ambos detectarán más fácilmente los aspectos negativos, siendo más exigentes, aunque con una ligera superioridad femenina en este sentido, al igual que en relaciones a corto plazo, debido a las diferencias biológicas que ya se comentaron. Por otro lado, Buss y Shackelford (2008) afirman que las personas con rasgos más deseables pueden disponer de un mayor número de candidatos para seleccionar y serán más selectivas a la información positiva y negativa. Sin embargo, los individuos con un menor valor de pareja, que sean poco atractivos, no tengan recursos o sean insalubres, tendrán menos opciones. Se entiende entonces que los últimos serán menos selectivos que los primeros. Finalmente, con respecto a características específicas, muestran que las personas evitarán rasgos de personalidad indeseables, malos o cuestionables indicadores de salud y estrategias románticas y sexuales a corto plazo, influyendo estos tres elementos no solo a nivel de pareja, sino a grandes rasgos sociales, aunque en menor medida en la amistad.

3.3.2. Fases del amor, sustancias cerebrales y sus funciones

El desarrollo físico y maduración sexual en la adolescencia traen consigo la aparición de una atracción física y deseo sexual. Ambos se sustentan sobre la química cerebral, es el rasgo evolutivo de la tendencia a procrear y perpetuar nuestra especie, conocido en los humanos como amor, el cual se inicia con un estado conocido como enamoramiento (Flores, 2008). El

amor y los lazos afectivos crecerían y se transformarían como resultado de combinaciones neuroquímicas, quedando la ternura, el cariño o los arrebatos sexuales dependientes de señales neuronales y regiones cerebrales, ocurriendo todo en las inmediaciones de los circuitos del placer (Tobeña, 2006). Tal y como se explicaba en apartados anteriores en referencia a los distintos tipos de amor, las diversas clasificaciones que establecen los autores se podrían entender como la expresión conductual y emocional de los diferentes elementos químicos que, en función de su momento de segregación, pondrán nombre al tipo de amor que esté experimentando la pareja en ese momento. Por tanto, habría una clara relación entre el sustrato neuroquímico y el tipo de amor que se esté viviendo en ese instante, usando así la temporalidad como la variable que marca las diferencias. Con respecto a la neuroquímica del amor, entendemos que sirve para dar una explicación biológica a las reacciones químicas que motivan la unión de dos personas. En dichos procesos existen dos elementos fundamentales. Por un lado la electricidad, es decir, pequeñas descargas e impulsos neuronales que facilitan la comunicación entre las neuronas y con otros sistemas para poder coordinar las respuestas ante los estímulos. De otro lado, se encuentran las sustancias químicas, hormonas y neurotransmisores que forman parte de las conexiones neuronales. Esta combinación se traduce en respuestas fisiológicas en el organismo, es decir, las sensaciones que conocemos como enamoramiento.

Tal y como expone Flores (2008), para poder entender la química del amor hay que diferenciar cuatro fases que reciben el nombre de la *fórmula química de cupido*. Veamos lo que caracteriza a cada una. Las tres primeras se pueden dar tanto en el amor, como en la amistad, pero la cuarta marca la diferencia entre ambas, ya que únicamente está presente en el enamoramiento. La primera etapa se conoce como primera impresión y nos ayuda a entender la importancia que tienen los sentidos, concretamente el olfato, como detonante hormonal y químico en el proceso amoroso. Existen unas sustancias, llamadas feromonas, que han sido descubiertas al observar que, en el reino animal, determinadas sustancias atraen o repelen a los mismos. Igualmente han sido estudiadas en los procesos de sincronización de la menstruación en mujeres que pasan largos periodos de tiempo juntas. Las personas también segregan feromonas, especialmente a través de las glándulas sudoríparas de la zona de la axila e ingle, teniendo un aroma característico en cada individuo. Al ser moléculas de bajo peso pueden desplazarse por el aire a corta distancia en los humanos y permite captarlas a través del olfato, aunque no de forma consciente. Esto es, los receptores olfativos del órgano vomeronasal reci-

ben una amplia gama de feromonas a lo largo de día, pero no todas despiertan a dichos receptores, sino que la mezcla concreta de una persona en cuestión genera una agitación que produce la búsqueda del origen de la misma. Cuando se entra en contacto visual con la persona que ha desprendido las feromonas, un conjunto de descargas eléctricas estimulan a células límbicas que secretan la feniletilamina (de aquí en adelante FEA), una sustancia que provoca sensaciones de euforia, alegría y exaltación. En este punto, es necesario realizar una aclaración en cuanto al papel que juegan las feromonas en la atracción y la conducta sexual, ya que según afirman Marazziti y Baroni (2012), hay estudios en los que se han encontrado cambios en ciertas conductas sexuales al exponer a mujeres a sustancias procedentes de las axilas masculinas, es decir, había algún tipo de cambio o respuesta ante la continua presencia de dichos elementos químicos; sin embargo, aunque los datos con animales han puesto de manifiesto la relación que puede existir entre las feromonas, el apareamiento y comportamiento sexual posterior, parece prematuro en palabras de los autores, en función de las investigaciones y los resultados actuales, sacar conclusiones respecto a las consecuencias que estas sustancias presentan en el comportamiento afectivo-sexual humano. Por lo tanto, se requiere un estudio más profundo de esta temática. Continuando con las etapas anteriores, Flores (2008) afirma que en la segunda fase, denominada atracción y que se correspondería con la primera fase neuroquímica, la FEA entra en acción distribuyéndose por el cerebro. Esta sustancia produce una serie de alteraciones a nivel cerebral, provocando un estado de semi-inconsciencia fugaz que dura apenas un segundo y cuyos resultados son pérdida del oído y el habla, no hay sensación térmica, la vista pasa de periférica a central y no hay coordinación de ideas y movimiento. Sin embargo, el cerebro tiene que volver a su estado inicial y para ello segrega dopamina y norepinefrina para estimular al hipotálamo e hipófisis que, tras un recorrido por diversas estructuras cerebrales y órganos, acaban activando los ovarios en las mujeres y testículos en los hombres. A todo este proceso que ocurre en la segunda fase es lo que la autora denomina *arrebato sentimental*, recordando esto a los resultados del estudio de Tennov (1979), quien redactó una serie de enunciados sobre el amor romántico, administrándolo a 400 hombres y mujeres con la premisa de que evaluaran si los consideraban verdaderos o falsos. La gran mayoría de los encuestados habían experimentado temblores, rubor, tartamudez o debilidad generalizada, entre otras, lo que le permitió elaborar un abanico de características comunes en el enamoramiento. Siguiendo con la clasificación, la tercera etapa es el afecto o enamoramiento y corresponde a la segunda fase neuroquímica, caracterizándose por el reajuste cerebral a través de la segrega-

ción de endorfinas y encefalinas, produciendo calma y alegría y tras esto, comienza a segregarse oxitocina, llamada péptido del amor o sustancia del abrazo, generando la necesidad imperante de contacto físico con la persona objeto de amor y deseo. En el caso de la amistad, se cerraría el ciclo en este punto, pero en el enamoramiento, si se llega al contacto y al beso, provocará una huella mnésica a largo plazo. Finalmente, la cuarta etapa o fase neuroendocrina es la que recibe el nombre de pasión, en la que las glándulas suprarrenales incrementan la secreción de testosterona. En esta etapa los impulsos eróticos son cada vez mayores, intensos e incontenibles, culminando con las relaciones sexuales. En este punto es necesario tener en cuenta los argumentos propuestos por Marazziti y Baroni (2012) y Marazziti y Canale (2004), debido a que, al parecer, existirían ligeras diferencias entre sexos en torno a la testosterona en las fases iniciales de una relación. En los estudios realizados por estos autores, se observa cómo en el grupo experimental, los hombres presentaban concentraciones de testosterona menores y las mujeres mayores en comparación con hombres y mujeres del grupo control, que no se encontraban en las primeras etapas amorosas. Parece que el hecho de enamorarse, iguala la concentración de testosterona en el organismo en ambos sexos. En este sentido, Zitzmann y Nieschlag (2001) sugieren que el enamoramiento podría llevar a reducir o eliminar temporalmente las diferencias biológicas entre hombres y mujeres, ya que algunos rasgos masculinos disminuirían en ellos y aumentarían en ellas, como un comportamiento ligeramente más agresivo. No obstante, debido a que las fases tempranas del amor representan estados de un alto descontrol neuroquímico y fisiológico en comparación a etapas previas o más avanzadas, es necesario realizar una investigación en mayor profundidad antes de obtener conclusiones definitivas, aunque a grandes rasgos se puedan observar esas diferencias en los niveles de testosterona, tal y como se ha comentado.

Por otro lado, Tejedor (2003) describe también todos los pasos en el proceso de enamoramiento y amplía información. En primer lugar, se produciría el deseo hacia la persona, en ese momento el hipotálamo se encarga de estimular a las glándulas suprarrenales, las cuales comienzan a producir adrenalina y noradrenalina, cada una con un papel concreto en el proceso del amor. Por un lado, la adrenalina incrementa la presión sanguínea, haciendo que suden las manos y nos ruboricemos ante la persona por la cual nos sentimos atraídos; también aumenta el ritmo cardíaco y respiratorio, concretamente éste último puede dar lugar a que en nuestro organismo haya una mayor concentración de oxígeno, percibiendo la sensación de que

nuestro cuerpo es liviano, como si flotáramos al ver a la persona amada. Por otro lado está la noradrenalina, cuya presencia provoca excitación sexual y un incremento del humor, produciéndonos sentimientos placenteros al estar con la persona en cuestión. Si ambos miembros de la pareja se gustan, la testosterona comenzaría a segregarse, estando a su vez íntimamente relacionada con el deseo sexual.

Sumado a esto, la autora establece que en los enamorados, se produce también un descenso de la serotonina, que en dosis adecuadas favorece el control de impulsos y reducción de los comportamientos obsesivos, lo que explica que en esta fase inicial los pensamientos en bucle en torno a la pareja, sean muy comunes. En un segundo punto del proceso habría que matizar que, según expone, al parecer el auténtico enamoramiento se produce cuando la FEA, que ya se ha citado anteriormente, entra en acción. Es un estimulante natural, de ahí a que su presencia ayude a comprender la gran excitación que muestran las personas enamoradas. Un estado de felicidad y euforia recorre sus cuerpos cuando la FEA se dispara, hecho provocado por actos tan simples como una mirada o el roce de la mano de la otra persona. A nivel cerebral, la secreción de FEA estimula la producción de dopamina, la cual se relaciona con mecanismos de refuerzo del cerebro y provoca sensación de tranquilidad, de esta forma afectaría a aquellos procesos cerebrales encargados del movimiento, la respuesta emocional y la capacidad de volver a realizar una conducta placentera. El fin último de esta sustancia es producir aprendizaje cerebral, es decir, de transformar el deseo sexual en algo que va más allá, la atracción profunda. Relacionado con esto, la FEA también promueve la secreción de oxitocina, como se comentaba antes, la hormona de los mimos, la cual además de estar presente en las contracciones uterinas y la bajada de la leche materna, juega un papel importante en el deseo sexual y estaría relacionada con el último estadio del amor, el vínculo afectivo, como veremos a continuación. Toda esta conjunción química permite que las parejas puedan estar horas manteniendo relaciones sexuales o noches enteras conversando sin presentar síntomas de cansancio, ya que se mezclan la atracción, el vínculo y la sobreexcitación. Finalmente, la autora define un tercer momento en el proceso, en el que el vendaval químico ha pasado y se imponen los lazos afectivos, en donde la oxitocina cumple una importante función. En las mujeres, como se comentó, promueve los comportamientos maternales, lo que favorece la unión con la pareja, ahora que las etapas del enamoramiento han evolucionado a estados de mayor compromiso e intimidad. Mientras que, en los hombres, la oxitocina en bajas cantidades colabora

para que su órgano genital mantenga las funciones para las que fue creado, en tanto que grandes cantidades pueden inhibir el deseo sexual. Estos resultados también son compartidos por Marazziti y Baroni (2012), añadiendo sus conclusiones particulares con respecto a esta nueva fase en la vinculación amorosa. Afirman que pasado el inicio de la relación, cuando ésta está más consolidada, los sentimientos subjetivos de enamoramiento son distintos. Si la relación continúa, el enamoramiento deja paso al apego. Establecen que en esta etapa posterior de la relación, la mente se libera de pensamientos obsesivos con respecto a la pareja y existe una menor ansiedad como consecuencia de la activación de un estado de ahorro de energía por parte del cerebro. O sea, el torbellino químico al que es sometido en la fase de atracción no puede ser sostenido por un largo periodo de tiempo, ya que conlleva un gran gasto de energía, así como una segregación excesiva de neurotransmisores, lo que supone un sobreesfuerzo para el mismo. El momento donde comienza el apego romántico sería la base para que la pareja permanezca unida un periodo de tiempo de forma exitosa y para ello entran en acción la oxitocina y la vasopresina.

Estas sustancias, aparte de estar vinculadas a conductas maternas y el parto, también se hallan en el inicio y mantenimiento del apego infantil, en comportamientos sociales complejos y en fases de profundo afecto e intimidad con la pareja. Tanto es así, que Bartels y Zeki (2004) encontraron grandes cantidades de oxitocina en la sustancia negra y globo pálido tanto en personas que miraban fotografías de la pareja, como en madres que estaban buscando a sus hijos. En relación a esto, Carter (1998) afirma otras funciones importantes de la oxitocina y que a su vez están relacionadas con los comportamientos sexuales desde su inicio hasta los resultados posteriores, son su implicación en el parto y la lactancia. Expone que el papel de la oxitocina es el de inducir las contracciones necesarias para dar a luz, así como el mismo procedimiento en las células de las mamas que estimulan el flujo de leche, la cual contiene altos niveles de oxitocina y prolactina favoreciendo tanto el desarrollo adecuado del sistema nervioso del niño; como el vínculo entre la madre y éste, el cual se ve reforzado por la combinación de la oxitocina junto a la vasopresina, prolactina y opioides endógenos, mezcla que también beneficia el vínculo del padre con su hijo.

Tal y como expone Brizendine (2008), tanto la vasopresina como la oxitocina se fabrican en el hipotálamo, así como en los ovarios y testículos, pero la oxitocina se libera en to-

das las hembras de mamífero, cosa que no ocurre con la vasopresina. El cerebro masculino presenta un mayor número de receptores para la vasopresina y se dirige a la conducta social y parental. Afirma que esta sustancia segregada en el cerebro enamorado del hombre en grandes proporciones tras el orgasmo, le hace ser capaz de centrar sus pensamientos y conductas únicamente en su pareja y descendientes, mientras que en el cerebro de la mujer abundan los receptores de oxitocina, aumentando la vinculación a la pareja al segregarse a través del placer sexual y el contacto físico, como caricias y besos. Como se comentaba, la vasopresina, la llamada sustancia de la monogamia, al igual que la oxitocina, tendría un papel importante en el hecho de que la relación dure y se transforme en apego romántico, ya que como apunta Carter (1998), sobre todo ésta última beneficia el surgimiento de la confianza y devoción, ideal para una relación amorosa prolongada en el tiempo. Según apuntan Young, Wang e Insel (1998), la monogamia y la fidelidad estarían vinculadas con dos receptores de los neurotransmisores implicados: el de oxitocina en la amígdala medial principalmente en las hembras y el de vasopresina en el septum lateral en los machos.

Estas afirmaciones sobre los neurotransmisores mencionados, guardan relación con los estudios realizados con ratones de la pradera machos que podrían explicar, desde un punto de vista neuroquímico, la evolución de la pareja hacia etapas de profundo vínculo (Carter, 2003; Wang, Ferris y De Vries, 1994). Estos animales se caracterizan por pasar toda su vida con una única compañera, de forma que al inyectar vasopresina en ratones macho de montaña, promiscuos por naturaleza y vírgenes criados en laboratorio, comenzaron a realizar conductas de dominancia del territorio y protección de la hembra frente a otros contrincantes de forma inmediata y posesiva. Sin embargo, cuando bloqueaban la segregación de vasopresina mediante antagonistas de la misma, cambiaban radicalmente sus conductas de apareamiento abandonando a la hembra tras la cópula. Al parecer, la naturaleza ha proporcionado a los mamíferos una sustancia que fomenta las conductas paternas de cuidado y de apego a la pareja, la vasopresina. Igualmente, como indican Coria-Ávila, Pfaus, Miquel, Pacheco y Manzo (2008), incluso en los ratones de la pradera machos, fieles por naturaleza, también se produjeron efectos de inhibición de preferencia de pareja ante el suministro de antagonistas de la vasopresina. Afirman además, que la inyección de oxitocina directamente en el núcleo accumbens de hembras de ratones de la pradera da lugar a una preferencia en la elección de pareja, ocurriendo lo contrario cuando se utilizan antagonistas del neurotransmisor. A la vista de los resultados, ex-

plican que atendiendo a la distribución de receptores, los roedores monógamos tendrían más receptores de oxitocina a nivel cerebral. Para Páez (2006), las mutaciones aleatorias de las regiones cerebrales provocarían las diferencias conductuales en ambos tipos de ratones, por lo que desde esta visión, el amor romántico estaría determinado por circuitos neuronales. Como señala Tobeña (2009), gracias a este descubrimiento se había llegado al consenso que las personas se decantan, por lo general, hacia el mantenimiento de una pareja sentimental que les sirva como apoyo afectivo, que se conoce como *monogamia imperfecta* o *poliginia moderada*. Esto es, preferencia por una única pareja, aunque pudiendo existir relaciones fuera de ésta de forma más o menos frecuente.

En definitiva, a medida que el amor romántico va evolucionando, éste cambia su estructura convirtiéndose en sentimientos de apego, provocando una fuerte y profunda unión. A modo de conclusión, esta evolución química del amor se podría resumir en una categorización que recoja aquellas sustancias cerebrales que marcan las diferentes fases por las que pasa el amor. De este modo, en palabras de Fisher (1998) y Fisher et al. (2002), los mamíferos y las aves han desarrollado tres sistemas cerebrales que actuarían serialmente. En primer lugar el deseo sexual, que tiene como finalidad el apareamiento con una pareja potencial, estando este sistema mediado por andrógenos y estrógenos. En segundo lugar, exponen la atracción o amor apasionado/romántico, se caracteriza por euforia, cambios de humor marcados, pensamientos obsesivos y deseo intenso de cercanía a la persona amada, relacionado todo con altos niveles de dopamina y norepinefrina y bajos niveles de serotonina. Finalmente, el apego duradero experimentado hacia un compañero/a sentimental con el que se mantiene una relación estable, actuando la oxitocina y vasopresina.

3.3.3. *El amor entre descontrol químico y promotor de la salud*

Aunque el amor pasa por distintas fases culminando con una relación en donde la pasión ha descendido y se empieza a hacer hueco la intimidad y el compromiso, muchos autores de esta temática, como se ha visto, coinciden que en las fases iniciales, el cuerpo sufre un gran descontrol químico que altera la forma de pensar y actuar. Es la etapa de enamoramiento. De-

bido a esto, Marazziti y Baroni (2012) proponen una hipótesis neuroquímica en la que los neurotransmisores implicados en las primeras etapas del amor podrían estar vinculados con los segregados en ciertos trastornos mentales por la similitud en la sintomatología que presentan las personas que se acaban de enamorar y las que padecen la patología en cuestión, sin duda un tema controvertido. Establecen que la atracción mostraría rasgos distintivos, esto es, en el caso de que haya una atracción mutua, se produciría en los amantes un estado mental alterado, se sentirían llenos de energía y fuerza, tendrían pérdida de apetito e insomnio o dificultades para dormir; mientras que cuando hay problemas en la pareja o la atracción no es correspondida por una de las partes, se producen cambios de humor bruscos. En este punto y según los autores, en ambos casos, la persona presenta la misma sintomatología que el estado de manía y depresión del trastorno bipolar, respectivamente. Por tanto, sugieren que la atracción estaría regida, en parte, por los mismos neuroquímicos que dicha alteración mental, caracterizada por un incremento en la secreción de norepinefrina y dopamina. Debido precisamente a las elevadas concentraciones dopaminérgicas y a la disminución en los niveles de serotonina en esta fase, se produce ansia hacia la pareja, así como cambios en la conciencia, manifestados en la idealización del compañero y disminución en el interés por actividades rutinarias. Por otro lado, un rasgo muy característico de la atracción, son los pensamientos intrusivos y constantes en torno a la pareja. De este modo, Marazziti, Akiskal, Rossi y Cassano (1999), establecen la conexión de esta característica con sintomatología patológica, al igual que ocurre en los pensamientos obsesivos o compulsiones mentales del trastorno obsesivo compulsivo (TOC), el amor romántico compartía la misma disfunción en los niveles serotoninérgicos, presentándose en niveles más bajos, de ahí a que la persona enamorada no deje de imaginar a la pareja. Añadido a esto, Marazziti y Cassano (2003) encontraron que existen otras sustancias implicadas en los estados mentales relacionados con el amor romántico, siendo éstas la oxitocina, vasopresina, cortisol, noradrenalina y sustancias relacionadas con el placer, como dopamina, endorfinas y endocannabinoides. En resumidas cuentas, la etapa inicial del amor, hasta que se transforma en apego, representa un vaivén de sustancias en un periodo de tiempo relativamente corto, pero que a pesar de ello es necesario que ocurra para que la relación se inicie y llegue a estabilizarse.

Siguiendo con el descontrol químico y los circuitos cerebrales que quedan activados en la fase inicial del romance, es necesario mostrar otra visión del amor con tintes patológicos y

es aquella en la que la pasión inicial se compara con los circuitos que se ponen en marcha en personas consumidoras de drogas y que muestran una adicción a éstas (Brizendine, 2008; Burunat, 2007; Fisher, 2004). Esto es, los rasgos que caracterizan al amor temprano son muy parecidos a los efectos iniciales de sustancias como anfetaminas, cocaína y opiáceos, las cuales disparan los circuitos cerebrales de recompensa, provocando descargas químicas y resultados semejantes a los de las primeras fases del amor. Como acuerdan Esch y Stefano (2004), el amor también guardaría una gran conexión con fenómenos como el placer, el apetito y la adicción. Al ser naturalmente gratificantes, actividades como el amor provocan una avalancha de sustancias estimulantes, aunque al ser recompensas naturales pueden no llegar a ser tan potentes como los efectos que provocan drogas sintéticas, las cuales superan los niveles fisiológicos normales. Entendido esto, Esch y Stefano (2005a) apuntan a que la adicción al amor se referiría a la interconexión evolutiva y comportamental que existe entre el amor y la adicción, aunque no se trate de los mismos procesos, no al menos en la ingesta de drogas.

Como afirma Brizendine (2008), el que la gente se vuelva adicta al amor no es algo tan descabellado como en un principio parece, ya que muchas personas que se encuentran en la fase de amor apasionado, pueden sufrir verdaderos síntomas de abstinencia cuando no están cerca de la persona amada. Estas personas experimentan el anhelo de estar juntas constantemente, pudiéndose sentir totalmente dependientes. Expone que el ansia que experimentan cuando están separados no es psicológica, sino física, debido a la retirada neuroquímica por la falta de contacto, por lo que sienten ansiedad y necesidad por estar con la persona objeto de su amor. Durante la fase de separación, la motivación por reencontrarse pueden alcanzar picos insospechados a nivel cerebral, pero tras el reencuentro, la diada oxitocina-dopamina producida por el contacto vuelve a restablecer los valores iniciales, tal y como expone la autora. Siguiendo en esta línea, Peele y Brodsky (1976) afirman que es conveniente tener en cuenta el concepto de motivación cuando hablamos de adicciones, es decir, el parecido que existe entre los aspectos motivacionales del proceso adictivo y la pasión del amor, hace que en el estudio de este tema los investigadores entiendan que para muchas personas el amor se vivencia realmente como una adicción. En este sentido, para Sternberg (2000), las personas en un inicio no sienten una motivación especial hacia aquellas sustancias que son adictivas, como el tabaco, café o drogas en general, pero el consumo de las mismas representa el comienzo del hábito hacia ellas, llegando a tener altos niveles de tolerancia sin obtener las mismas sensaciones que

anteriormente ocurrían, es la habituación. Ésta llega hasta tal punto, que se continúan consumiendo para evitar la abstinencia y toda la sintomatología asociada. Afirma que algo parecido ocurriría posteriormente a las etapas iniciales de una relación amorosa, en donde muchas personas dicen experimentar una disminución del impulso y deseo sexual que se va transformando con el tiempo, la motivación por el amor, la vorágine física y psicológica inicial cambia aunque no necesariamente en algo negativo, si bien es cierto que en muchos casos la continuidad con la pareja ocurre por una habituación a la otra persona, siendo una forma de evitar el síndrome de abstinencia que produciría la ruptura, la ausencia de la pareja.

Continuando con el aspecto adictivo del amor, pero desde una perspectiva más psicosocial, se ha de señalar que fueron Peele y Brodsky (1976) quienes hablaron por primera vez de este concepto, del *amor adictivo*, cuyas características son el egoísmo, la dependencia, el reclamo de atención de forma constante, produce estrés en el ser amado y exige renunciaciones de manera continuada en éste. Se trataría de un amor pueril con una alta representación y extensión en la cultura occidental. Existe una idea muy extendida, a la par que falsa, sobre que la dependencia es amor o entra dentro de éste. La dependencia en sí misma no es saludable, sea hacia el objeto que sea, incluida una pareja romántica. Tal y como establece Peck (1997), habría que distinguir entre la manifestación patológica y lo que se entiende como sentimientos de dependencia. Esto es, independientemente de la edad que tengamos, las personas mostramos necesidad de ser cuidados en cierta manera. Muestra que la diferencia reside en que estos sentimientos no se convierten en el núcleo del funcionamiento de nuestras vidas, de forma que, para que existiera un auténtico problema de dependencia relacional, tendríamos que ser seres dependientes, no funcionales sin el objeto del que dependemos. En este sentido, el autor describe a las personas dependientes pasivas como devoradoras de amor, aquellas que invierten todo su tiempo y energía en intentar ser amadas, no sintiéndose jamás completas y con muy baja tolerancia a la soledad. No les queda margen para dar tanto amor como el que piden, pero si lo hacen es con el objetivo de consolidar el vínculo para obtener cuidados. Por tanto, hablando en los casos más extremos, la dependencia emocional de la pareja es altamente perjudicial para la relación y para la salud mental de ambos miembros.

Por su parte, Retana Franco y Sánchez Aragón (2005) afirman que una relación se puede categorizar de adictiva cuando es dañina y perjudicial para la salud física y emocional.

Las personas que muestran adicción al amor soportan grandes cantidades de sufrimiento en sus relaciones, tolerando cada vez más dichas emociones para poder seguir funcionando. Las autoras establecen que si una persona mantiene un vínculo amoroso con otra, éste se vuelve el núcleo de su vida, buscando la cercanía de forma creciente para obtener el beneficio que necesita. De esta manera, cuando la exposición es constante para evitar el sufrimiento provocado por su lejanía, se ha generado una adicción, como a cualquier otra sustancia. Terminan afirmando que, en este tipo de amor, los miembros de la pareja pueden llegar a presentar señales de angustia, desesperación, insomnio, así como sintomatología física que incluye sudoración, mareos o jaquecas. Todo ello es aliviado tras el reencuentro con el ser amado. Sumado a esto, Melody, Wells y Miller (2003) enumeran tres características que engloban la sintomatología propia de una persona adicta al amor. La primera, es la gran inversión atencional y temporal hacia otra persona, llevándolo a cabo de forma obsesiva. La segunda, versa sobre las expectativas irreales con respecto a la pareja. La última es la falta de cuidado ajeno y la autoevaluación basada en las relaciones. Estas manifestaciones en los amantes ante la ausencia de la pareja es lo que representa la *codependencia*. En el ámbito de relaciones se entendería como la falta de capacidad de experimentar una relación de forma positiva, ya que hay dependencia de ésta, existe obsesión a nivel cognitivo y hay una pérdida de interés por actividades anteriormente placenteras (Echeburúa, 1999).

Añadido a esto, Yela (2006) describe algunos rasgos sobre la adicción al amor. Entre ellos encontramos los celos, un alto nivel de exigencia, obsesión, inmadurez, rasgos obsesivos y dependencia emocional. De esta forma, una pareja que sustente su relación sobre estas características tiende a la infelicidad, insatisfacción y angustia con respecto a uno mismo y a la persona amada, ya que hay una alta probabilidad de sufrir o provocar dolor y extenderlo al entorno más próximo. Siguiendo con la exposición del autor, también es necesario enumerar las posibles causas que producen el surgimiento de este amor adictivo. Existen dos grandes grupos, por un lado los rasgos propios de la persona tendente a la adicción y, por otro, razones de tipo social. Con respecto al primero, muestra aspectos como la carencia de habilidades de tipo social y de estilos de comunicación, baja autoestima, falta de seguridad, inmadurez general y, la más extendida, el no interiorizar de forma reflexiva las normas afectivo-sexuales. Entre las razones de orden social, el autor propone cuatro distintas. La primera es la represión de tipo amoroso y sexual, siendo este tema controvertido en su uso social; la segunda, es la existencia

de mitos en torno al amor romántico, esto es, una serie de creencias populares muy extendidas y arraigadas sobre la naturaleza amorosa en todas sus vertientes, siendo la tercera causa las paradojas románticas o grupo de dimensiones dicotómicas en las que se deben cumplir ambos polos que, a su vez, son opuestos. Finalmente, la cuarta razón refiere el proceso de socialización del amor en su vertiente romántica, es decir, toda la información que nos llega sobre este tema, a través de nuestro entorno y medios de comunicación, transmitiéndonos un modelo de amor que conducirá, en combinación a nuestros propios rasgos, a reproducir un arquetipo de amor más o menos cercano a la dependencia y la obsesión.

Pasamos ahora a hablar de la otra cara de la moneda del fenómeno amoroso, es decir, aunque al principio el amor provoque cierto desbarajuste a nivel químico, también nos ofrece sensaciones positivas no descritas ante ninguna otra situación. De forma que cuando mencionamos que el amor es promotor de la salud, hacemos alusión, por si alguien lo pone en duda después de lo expuesto, a las consecuencias beneficiosas que tiene en el ser humano. En palabras de Esch y Stefano (2005b), el amor es capaz de estimular el bienestar, la salud y la reproducción, gracias a lo cual se mantienen los organismos propios de cada especie, además de activar estructuras cerebrales encargadas de la memoria, atención y motivación y actuar como controlador del sistema nervioso autónomo, reduciendo el estrés. Por tanto, cuanto mayor sea la información y el conocimiento sobre la neurobiología del amor y sus implicaciones, más se potenciará el peso que mantiene en la salud mental y física (Komisaruk y Whipple, 1998). Sin embargo, los beneficios del amor van mucho más allá de los comportamientos de índole sexual, así en diversos estudios se pone de manifiesto que el entablar relaciones con los demás va acompañado de consecuencias muy positivas, mientras que la ausencia vínculos sociales se relaciona con enfermedad física y mental (Esch, Fricchione y Stefano, 2003; House, Landis y Umberson, 1988; Knox y Uvnäs-Moberg, 1998). Igualmente, como expone Insel (1997), también es necesario conocer los procesos fisiológicos que controlan el apego social como modo de prevención o tratamiento de ciertos problemas como la depresión. En este caso, la oxitocina incrementa este vínculo y otras conductas sociales de corte positivo, como ya se mostró, ya que forma parte de un sistema homeostático que se encarga del reequilibrio. En otras palabras, el cerebro contiene vías auto-regulatorias y funciones que contribuyen a la salud al permitir que ciertas experiencias vitales, como el amor, sean a favor propio. Otro beneficio derivado de las emociones positivas, incluido el amor, es la reducción de estrés, mejora de las funciones

corporales y refuerzo del sistema inmunológico que ayuda a prevenir y combatir enfermedades (Keltner, 2003); además de aumentar la flexibilidad biológica, es decir, provoca en el organismo la capacidad de restaurar o mantener unos niveles adecuados de salud mediante la auto-curación (Slingsby y Stefano, 2000). Finalmente, centrándonos en los efectos positivos a nivel cerebral que el amor puede producir, encontramos la afirmación de Elias y Wilson (1995), sobre que las experiencias placenteras tienen un efecto ansiolítico en áreas específicas del cerebro a través de incentivar un grado inhibitorio de la actividad de éstas.

3.3.4. Estructuras cerebrales implicadas en el amor

En el cerebro enamorado no solamente actúan determinados neuroquímicos en el proceso de enamoramiento y formación de la pareja, sino que hay una serie de estructuras cerebrales implicadas y que son las encargadas de interactuar con dichas sustancias químicas. En este contexto, Burunat (2007) afirma que a lo largo del desarrollo se van formando los sistemas cerebrales que dan lugar al amor, ya que, por ejemplo, un bebé no siente amor por sus progenitores, sino que tendríamos que matizar y hablar de apego. Defiende que de la misma forma, fisiológicamente hablando, al igual que hasta la pubertad no comienzan los procesos madurativos que permiten la reproducción, las estructuras cerebrales relacionadas con el amor tampoco serían funcionales totalmente, pero sí los sistemas de recompensa que motivan la gran mayoría de conductas que se ponen en marcha en la adolescencia. Esto se entiende por la visión del amor como un estado de motivación, con búsqueda del placer, de ahí a que establezca una conexión entre zonas relacionadas con el sentimiento amoroso y las áreas de refuerzo. Establece que en el proceso amoroso, la activación dopaminérgica del núcleo accumbens estaría modulada y regulada por el estriado dorsal y aferencias prefrontales, dando lugar estas activaciones a conductas motivadas por encontrar placer y la obtención del amor y sus componentes. Por tanto, desde esta perspectiva, el amor sería entendido como una motivación fisiológica en las que hay implicados una serie de módulos cerebrales de activación intermitente en función de la duración de la relación, tales como corteza cingulada, la corteza retrosplenial derecha, la cual se activa también ante la ingesta de dulces como el chocolate, y áreas neocorticales como el parietal o frontal inferior. Además, el amor, al considerarse una experiencia de aprendizaje, no sólo produce activación neuronal, sino también modificaciones ce-

rebrales, al igual que ocurre con cualquier otra vivencia. Incluso, en palabras de Kolb, Gorny, Li, Samaha y Robinson (2003), se podrían producir alteraciones estructurales de manera persistente en el núcleo accumbens y corteza cerebral si las experiencias sentimentales son muy tempranas. Es decir, los circuitos relacionados con el amor podrían sufrir afectación si se iniciaran relaciones amorosas de forma muy anticipada a la mielinización de la zona prefrontal, dando lugar a consecuencias a largo plazo en las futuras relaciones de pareja adultas.

Por su parte, también es necesario añadir en este apartado los hallazgos de Fisher (2004) en su estudio en la Universidad Stony Brook. En este experimento, la autora buscaba participantes que se hubieran enamorado recientemente y vivieran este sentimiento de forma muy intensa y profunda, pensando en la persona amada la mayor parte del día. El ensayo consistía en mostrarles fotos de la persona de la cual estaban enamorados intercaladas con información neutra, en este caso dígitos numéricos, y así poder realizar escáneres cerebrales a través de resonancia magnética funcional y encontrar las regiones cerebrales asociadas a la pasión romántica. Tras un análisis detallado de las imágenes del cerebro, pudo observar que aquellas relacionadas con el amor estaban iluminadas, ya que eran las zonas que más flujo de sangre y actividad tenían ante las fotos presentadas, entre las que destacaban dos especialmente, la cola de núcleo caudado y el área ventral-tegmental (a partir de ahora AVT). La primera es una región primitiva en forma de C que no sólo dirige el movimiento corporal y está relacionado con la atención y el aprendizaje, sino que además forma parte del sistema de recompensa, controla la excitación sexual, el placer y la motivación para conseguir recompensas. También se encontró activación en otras áreas del sistema de recompensa, como áreas del septum y la corteza retrosplenial derecha, al igual que se afirma en los escritos de Burunat (2007). Por otro lado, la AVT también pertenece al sistema de recompensa y es un lugar con gran concentración de células dopaminérgicas, encargándose de distribuir este neurotransmisor a diversas estructuras cerebrales, incluido el núcleo caudado. Así, en palabras de la autora, los efectos de esa distribución dopaminérgica se resumirían en un incremento de la atención centrada en la persona amada, energía intensa, motivación orientada a la recompensa y euforia o incluso manía, esto es, los sentimientos básicos del amor romántico, pudiendo concluir que la dopamina juega un papel primordial en el amor.

No obstante, parece que el tiempo como variable en el amor, produce otros efectos observables a nivel cerebral, es decir, cuando una pareja se estabiliza y ya no se encuentra en las fases iniciales de pasión y enamoramiento, muestran una actividad cerebral distinta en comparación al comienzo de la relación, tal y como se apreciaba a nivel químico. En esta línea, Bartels y Zeki (2000) de la Universidad de Londres, antes que Fisher (2004) publicara sus hallazgos, realizaron un estudio similar, pero con la diferencia que los estímulos comparativos que presentaban eran fotos de la persona amada y de amigos, así como que sus participantes llevaban emparejados una media de dos años, en comparación a los siete meses de la primera. En el trabajo se pudo observar a través de resonancia magnética que, además del núcleo caudado, las áreas que mayor actividad tenían eran la corteza cingulada anterior y la corteza insular, a diferencia de las personas que participaron en el anterior estudio que no mostraban activación en estas últimas. Sin embargo, la autora al contrastar los resultados con personas que llevaban más tiempo enamoradas, obtuvo efectos idénticos a la investigación londinense. En referencia a los hallazgos, la corteza cingulada anterior es una zona base de emociones, atención y memoria de trabajo, habiendo partes relacionadas con la felicidad, otras con autoconciencia emocional y la capacidad para evaluar sentimientos ajenos. De otro lado, la corteza insular almacena datos corporales, como tacto y temperatura externos, actividad relacionada a nivel visceral, teniendo partes relacionadas con el procesamiento de las emociones. Por tanto, la conclusión del estudio es que a medida que se extiende en el tiempo una relación, son distintas las estructuras cerebrales que se activan y que están implicadas, en especial las zonas relacionadas con la memoria, emociones y atención.

Del estudio de Fisher (2004), también se desprenden diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres en cuanto a la actividad cerebral. En la muestra, los hombres mostraban mayor nivel en áreas relacionadas con el procesamiento visual, especialmente el rostro, en comparación con las mujeres. Esto guarda relación con la preferencia de los hombres por el atractivo físico como criterio a la hora de seleccionar una posible pareja. Otra diferencia mostrada en las resonancias masculinas, es que cuando los hombres observaban la foto de su pareja, tendían a mostrar más flujo sanguíneo en el área cerebral asociada con la erección. En lo que respecta a las mujeres, la mayor actividad aparecía en el cuerpo caudado y el septum, zonas relacionadas con la motivación, atención y procesamiento emocional. También se iluminaban otras regiones cerebrales relacionadas con la recuperación y evocación de

recuerdos. La autora ha encontrado respuesta a estas diferencias apelando a las teorías evolucionistas, las cuales nos permiten entender las diferencias entre hombres y mujeres con respecto al amor y a la actividad sexual a través de dos procesos, la selección sexual y la inversión parental (Kenrick, 1994). El primero se subdivide, por un lado, en la selección intrasexual, que se entiende como la presión que mediante la competición se ejerce sobre el sexo contrario, en el caso evolutivo, los machos que compiten por la hembra basándose en su fuerza y capacidad para la caza tendrán más probabilidad de combatir y sobrevivir cuanto más habilidosos sean en estos menesteres. La segunda subdivisión, hace referencia a la selección epigámica, que versa sobre los atributos que son representativos de un sexo sobre el otro y que se utilizan para la selección de la pareja. El segundo gran proceso, la inversión parental, se define como el gasto energético, temporal y de riesgo por parte del progenitor sobre su descendencia para incrementar la supervivencia de la misma, como ya se explicó. De esta manera, se aprecia una diferenciación clara en este terreno con respecto a hombres y mujeres, ya que la inversión femenina es mucho mayor. Además, tal y como expone Hinde (1990), tenían más que perder con una cópula aleatoria con nuevos machos, siendo poco probable entonces que la selección favoreciera a aquellas hembras que eran sexualmente atraídas ante un amplio abanico de machos, cosa que no ocurría en el caso de estos últimos, pudiéndose haber beneficiado a nivel reproductivo de aparearse con cualquier hembra fértil si existían riesgos bajos.

Por tanto, si aplicamos estos conceptos a los resultados de estudios como los de Fisher (2004) o Kenrick, Neuberg, Zierk y Krones (1994), los autores exponen que el hecho que los hombres prefieran mujeres bellas, jóvenes y curvilíneas tendría su explicación desde la prehistoria al considerarse una ventaja reproductiva y señal de fertilidad, la belleza femenina indicaría salud y energía y una piel clara, suave y rasgos faciales delicados serían signo de elevados niveles de estrógeno, facilitando la reproducción y garantizando la perpetuación de la especie. Resultados que ya se vieron en los rasgos preferentes actuales en la selección de pareja. En relación al área asociada a la erección del pene, Fisher (2004) establece que el propósito final del amor romántico es llegar al apareamiento, de forma que esta respuesta masculina ante el visionado de su pareja amada conecta directamente la pasión romántica con la zona cerebral destinada a la excitación sexual. Por otro lado y dentro de este mismo estudio, aludiendo a los resultados femeninos, se excitaron zonas relacionadas con los recuerdos y su evocación. Cuando recordamos cosas y registramos las emociones asociadas a ellas, se trata de un proce-

so de autoinformación a nivel sentimental, de este modo si ordenamos toda esa información nos ayudará en el proceso de toma de decisiones. Así que, como expone la autora, durante millones de años las mujeres han tenido que elegir lo más concienzudamente posible a una pareja potencial con la que tener una prole sana, que permanezca a su lado y que sea una apuesta segura en la protección de la familia a todos los niveles debido a la gran inversión, sobreesfuerzo y peligro que supone el embarazo, el parto y la crianza. De este modo, concluye que mientras el hombre puede valorar a través de su vista si una mujer tiene potencial reproductor a través de su atractivo físico, la mujer tenía que tomar decisiones ante características que no siempre son visibles, como por ejemplo la capacidad protectora y de abastecimiento para ella y su familia. Por tanto, la selección natural ha proporcionado a las mujeres de una cadena de respuestas cerebrales concretas que les facilitan el recuerdo de los detalles y las emociones que necesitan para evaluar a un hombre.

En esta misma línea y partiendo de las condiciones ancestrales, Ubillos et al. (1997) entonan las diferencias de género tan extendidas con respecto a ciertos comportamientos, asignándole a la mujer roles pasivos y de un estatus menor, contrariamente a los hombres, quedando ellas socialmente limitadas a rechazar relaciones casuales y a mantener menor número de parejas. Para los autores, partiendo de la hipótesis de la evolución y en combinación con la tipología del amor de Lee, los hombres mostrarían un amor lúdico y ellas el tipo pragmático para favorecer la reproducción de la especie humana, es decir, ellas invierten más intensamente en una única relación por las posibilidades de parentesco, mientras que ellos al ser promovidos por actitudes lúdicas, incrementan al máximo sus sucesos reproductivos. Así, Buss et al. (1990) refuerzan esta visión estableciendo que los hombres tenderán a una mayor valoración del amor lúdico influenciados por su predisposición primitiva de una menor inversión parental, orientación hacia el sexo ocasional y tener el mayor número de parejas que le sean posibles, en comparación a ellas que son más pragmáticas debido al esfuerzo que les supone la crianza, otorgando una mayor importancia a aspectos sociales y de estatus. En este punto es necesario hacer una pequeña matización, ya que como establece Singer (1987), aunque existe un amplio número de investigaciones que defienden la preferencia masculina por la actividad sexual en general, estos datos difieren si la relación es a corto o a largo plazo. Esto es, el hombre valora mucho más aspectos como la fidelidad en relaciones que considera van a ser duraderas, precisamente para asegurar su paternidad, mientras que esto no es relevante en

relaciones esporádicas. Todo esto indica que los varones ponen más énfasis en aquellos elementos relacionados con la pasión, mientras que ellas en los de compromiso.

Las diferencias por sexo a la hora de escoger una pareja tienen su funcionalidad biológica. Los elementos que selecciona cada sexo tienen su explicación a través de la carrera evolutiva, observando que los resultados tienden a repetirse en las diferentes culturas y sociedades en las que se concibe el amor de formas muy distintas, por lo que este aspecto tendría un componente biológico muy potente, aunque con reservas, como veremos a continuación. Los resultados encontrados en investigaciones como las de Kenrick y Keefe (1992) o Bailey, Gaulin, Agyei y Glaude (1994), refieren el mayor interés del hombre por el atractivo físico en la selección de pareja, eligiendo a mujeres curvilíneas, bellas y con piel suave. En relación a esto, son otras las investigaciones (Cunningham, Roberts, Barbee, Druen y Wu, 1995; Shackelford y Larsen, 1997; Singh, 1993) en las que se defiende algo que ya se presentó previamente y es que el nivel de atractivo físico parece obedecer a un estándar que no presenta una alta variabilidad entre culturas, estando conectada la belleza física femenina a señales de juventud, de salud, rasgos simétricos y una ratio baja de cintura-cadera que se entiende como un correlato de fertilidad. Igualmente, Oliver y Hyde (1993) encontraron que los hombres tenían actitudes más permisivas hacia las relaciones sexuales en general, iniciándose antes en el sexo y teniendo mayor número tanto de relaciones, como de parejas sexuales en comparación a las mujeres. Estos datos con respecto a la mayor centralidad masculina en el sexo, quedan acreditados por la investigación de Kenrick (1994), así en las 849 sociedades estudiadas, 708 son poligámicas, es decir, un hombre para varias mujeres, siendo solamente cuatro poliándricas, una mujer para varios hombres. En esta línea, Sternberg (2000) apunta que al menos en la mayoría de la civilización actual de occidente se fomenta y permite a nivel legal la monogamia, es decir, un único compromiso con una sola persona. Según el autor, lo que nos movería a iniciar la vida con una única persona es la búsqueda de estabilidad familiar y de pareja, debido a que los niños tienden a un mejor desarrollo en hogares en los que sus progenitores no cambian habitualmente de pareja sentimental. Desde la visión evolutiva, el autor establece que quizá las parejas no estén programadas para durar a largo plazo, ya que algunas deciden separarse cuando han criado a los hijos, es decir, el objetivo del amor romántico es propagar la especie mediante el sexo. Pero el problema reside, como apunta el autor, en que esta mezcla de intimidad y pasión no dura eternamente y si esos dos pilares son los únicos sobre los que se apoya la rela-

ción, esto puede dificultar la crianza por procesos de separación. De manera que el elemento clave aquí es el compromiso que asegure la unión de la pareja y favorezca el desarrollo de la descendencia, por lo que, a expensas de parecer simple, afirma que un amor compañero bastaría en principio para que la díada permanezca unida y apoye la educación de los hijos.

El mantenimiento de semejanzas culturales también se observa en las estructuras cerebrales, lo cual indica la profunda base biológica del amor romántico. En este sentido, Xu et al. (2011) a través de escáner cerebral descubrieron que, incluso comparando culturas tan dispares como la americana y la china, las diferencias eran minúsculas en las regiones cerebrales relacionadas con las relaciones románticas. Además, autores como Ortigue, Bianchi-Demicheli, Patel, Frum y Lewis (2010) o Fisher (2004) afirman que las regiones cerebrales relacionadas con el amor romántico parecen ser muy primitivas, concretamente un área situada justo encima del tronco del encéfalo, por lo que los sentimientos amorosos estarían muy presentes en la evolución. Si trasladamos a la etapa adolescente las preferencias en la selección de pareja, no existe discordancia con respecto a los resultados encontrados en los adultos. En este sentido, según Moraleda (1992), existirían características diferenciales en la atracción de chicos y chicas, ya que mientras que éstas se sentirían más atraídas por características personales, los primeros basarían más sus valores de elección en la belleza física y atractivo sexual. Esto ya se observó en relación al desarrollo social adolescente y cómo el grupo de iguales pueden influir en este criterio de elección, por lo que, al igual que ocurre con los datos culturales, se aprecia que biología y ambiente mantienen una estrecha relación.

Las reservas a las que nos referíamos con anterioridad se refieren a que estas aportaciones pueden chirriar en la sociedad actual en la que la mujer ha alcanzado un determinado estatus social e independencia económica. Así que, para no reducirnos a una única idea y poder vislumbrar el avance que experimenta la sociedad, hemos de atender al papel modulador que ejerce la cultura sobre las características humanas, observando así cómo los hombres comienzan a dar mayor importancia a aspectos económicos y de posición social, así como las mujeres al atractivo físico (Buss, Shackelford, Kirkpatrick y Larsen, 2001). Igualmente, otro ejemplo de la mediación cultural y social es el trabajo de De Miguel y Fumero (2011), en el que se comparan las sociedades de España y China en los valores fundamentales elegidos ante una posible pareja, siendo de tipo social en la primera, tales como inteligencia, estabilidad en

las emociones o ser sociables y valores del compañero más tradicionales en la segunda, como querer formar una familia, ser buen ama de casa y buen futuro económico en ellos, aunque aquí también entraría en juego otra variable y es la diferenciación entre cultura individualista y colectivista.

Relacionado con lo anterior y como ya se ha comentado, la perspectiva biológica posee una amplia información que nos ayuda a comprender muchos de los aspectos del amor, pero cierto es que no puede abarcarlo todo y hay diversos autores que ofrecen una visión alternativa a estos últimos datos, como Berscheid y Reis (1998). Explican que no es el género femenino en sí lo que hace que las mujeres busquen a hombres con alta posición, sino el estatus social inferior que se le ha otorgado desde las primeras civilizaciones y que, a día de hoy, se mantiene en determinados aspectos, desgraciadamente. Por tanto, desde este punto de vista las mujeres desearían en su pareja aquellas cosas que las hicieran elevar su posición y, si esto ocurriera en los hombres, buscarían en ellas los mismos atributos. Sin embargo, hay controversia con respecto a esta hipótesis. Por un lado, Gangestad (1993) establece que incluso en las culturas en las que por regla general existe un mayor estatus femenino en comparación a los hombres, las mujeres presentan la misma atracción por ciertos valores al compararlas con las de estatus inferior. Y por otro, encuentra que las de posición superior muestran ciertas preferencias con respecto al elemento económico que no se hallan en mujeres de niveles inferiores. En otros estudios en relación a las preferencias masculinas y femeninas realizados en zonas con alto y bajo nivel de enfermedad (Gangestad y Buss, 1993; Grammer y Thornhill, 1994) se muestra que lo que mueve a las personas a buscar una pareja potencial no es el atractivo físico en sí mismo, sino que usan la belleza como indicador de ausencia de enfermedades y así evitar el contagio, por lo que se deduce que este rasgo será mucho más valorado en zonas en las que haya una alta tasa de enfermedades.

En resumen, los circuitos cerebrales y los elementos neuroquímicos relacionados con el emparejamiento y reproducción que fueron más eficaces hace miles de años y que se desarrollaron en función de las necesidades de antaño, son aquellos que han persistido a lo largo del tiempo como un modo estándar eficaz de propagar la especie humana. Y aunque las necesidades sociales y económicas distan mucho de las existentes entonces y se presenten ciertas matizaciones debido a estos cambios, hemos de quedarnos con la idea que esos patrones cere-

brales de cortejo permanecen y permiten explicar muchos de los procesos de formación de pareja actuales.

3.4. Influencia del contexto

Aunque como se ha visto con anterioridad, las hormonas y los neurotransmisores son un elemento esencial y que ayuda a comprender el proceso del amor, no debemos reducirlo todo a la biología para explicar los vínculos entre las personas, tal y como afirma Fisher (1994). Según ésta, al igual que ocurre con otras emociones, las experiencias vividas son hechos con carga cultural que van a determinar, en parte, cuándo, dónde, cómo y a quién amamos y probablemente, será después de encontrar a esa persona especial cuando los elementos neuroquímicos establezcan el modo en el que nos sentimos cuando amamos. Por tanto, no hay que olvidar que en el amor, como en tantas otras cuestiones, biología y ambiente mantienen una relación de influencia bidireccional. Se sabe que asociado al proceso de emparejamiento existen diversos factores, tales como atractivo físico, aspectos psicológicos o nivel educativo, pero la cultura es el filtro por el cual pasan todos ellos y es la que impone las formas de operar, como ya se vio en apartados anteriores. Al ser la familia la principal transmisora de cultura, será el primer entorno en el que se enseñe a los niños las formas de construir relaciones de pareja, seguida por el resto de agentes sociales.

Entendido esto, nos disponemos a adentrarnos en la influencia que el contexto ejerce sobre el individuo en la experimentación del amor y la elección de una pareja, observando para ello dos grandes grupos de elementos socializadores. El primer grupo son los procesos familiares, dentro de los cuales encontramos el apego, los estilos parentales educativos y el divorcio y maltrato en el hogar. El segundo gran elemento engloba los medios de comunicación. El tercer factor es la influencia que ejercen los iguales, pero teniendo en cuenta que ya se desarrolló en otro apartado, consideramos más adecuado enmarcarlo en aquel. Esta disposición coincide con la visión de Bas y Pérez de Guzmán (2010), quienes afirman que la familia es el primer factor socializador, debido a que en él es donde se adquieren los valores que permitirán el análisis del entorno y que junto con la influencia de los medios y la incorporación a otros sistemas sociales, como asociaciones, escuela, grupos de amigos, entre otros, contribui-

rán a la socialización del individuo. No obstante, sin querer entrar en análisis profundos sobre la hegemonía de cada elemento, Pallarés Piquer (2014) ha puesto de manifiesto que la familia ya no es el elemento socializador primordial, sino que en la era que actualmente vivimos comparte el puesto con las nuevas tecnologías. Así, los niños y adolescentes edifican sus vivencias mediante los modelos que reflejan los medios de comunicación. En cualquier caso, en las siguientes páginas se va a ver detalladamente la influencia de cada uno de ellos en la vida del individuo, en su forma de comprender su entorno social y el modo de funcionar en él.

3.4.1. La familia

Si el crecimiento y la maduración van a ser la base sobre la cual se apoye la atracción hacia los otros y, por tanto, el deseo de relacionarse con las personas objeto de la misma, las influencias contextuales van a dar forma a estas interacciones. El estilo de crianza familiar, la dinámica de pareja observada en los padres, las relaciones entre padres e hijos y los medios de comunicación en general, serán los elementos que moldeen la forma de pensar y actuar de los jóvenes en torno a sus parejas, tanto en la elección, como en el comportamiento durante la misma, así como en la resolución de conflictos cuando estos surjan. Por tanto, sería adecuado analizar en qué medida el clima familiar afecta a la relación de pareja en la adolescencia y a su estabilidad, cogiendo como punto de partida el concepto expuesto por Moos y Moos (1976) en el que lo definen según tres aspectos: el apoyo social de la familia en función de la calidad de las relaciones interpersonales que ocurren dentro de ella, los objetivos y dirección del crecimiento personal fomentadas por la familia y la estabilidad y mantenimiento del sistema familiar. Hay que contar con que los propios cambios en la adolescencia también van a mediar en los reajustes que se observen en la dinámica familiar, ya que se trata de un proceso bidireccional. En el contexto de la teoría social-cognitiva se muestra la reacción recíproca que producen las acciones paternas sobre los hijos y las de éstos sobre sus padres, de forma que al mismo tiempo que se ejercen efectos sobre el entorno, se reciben de éste, por lo que desde esta perspectiva se entiende que los distintos modelos de educación impactan de forma diversa sobre la persona y provocarán una influencia de carácter heterogéneo, dependiendo la capacidad de dominio de estos modelos de la carga emocional que contengan (Bandura, 2001).

Los estudios en relación a la influencia que tiene la familia sobre el individuo coinciden en que ésta es el primer grupo de socialización del mismo. Su conformación se da mucho antes que el grupo de iguales, la escuela o cualquier otra institución socializadora (Rodríguez y Ovejero, 2005). De este modo, la socialización se entiende como el procedimiento que favorece que la cultura se transmita y mantenga a través de las generaciones. Sería un proceso de aprendizaje no formal a través de situaciones complejas de interacción que permiten la asimilación del niño y adolescente de una serie de valores, costumbres, sentimientos y demás patrones culturales, los cuales van a determinar su capacidad de adaptación al entorno (Gracia y Musitu, 2000). Como apunta Pastor (1988), el socializar a los hijos en valores, creencias y normas, el hacer de ellos un determinado tipo de personas, es una de las tareas fundamentales de la interacción familiar, siendo en torno a esta función en donde se establecen los roles familiares, conductas entre padres e hijos y las expectativas. El proceso socializador conlleva el establecimiento de límites, los cuales incluyen demandas, advertencias y expectativas sociales, variando a través de las culturas, al igual que ocurre con las prácticas parentales y los estilos de socialización de los mismos (Huxley, 1999).

En relación a esto, Musitu (2000) afirma que estos estilos presentan dos dimensiones, de contenido o lo que se transmite y el aspecto formal o cómo se transmite una información. El primero se basa en los valores inculcados a los hijos en función de los valores presentes en los padres y en la cultura en general. Y seguidamente, el cómo se efectúa la transmisión, incluye las estrategias y mecanismos usados para tal fin. Explica que, normalmente, aunque la manifestación de los estilos puede variar en situaciones concretas, los padres tienden a mostrar un estilo concreto de forma más frecuente, el cual es reconocido por los hijos. Siguiendo en esta línea, Whitbeck y Gecas (1988) señalan cuatro factores que ejercen peso en la transmisión de valores entre padres e hijos, siendo éstos los siguientes:

- El primer factor hace referencia a la naturaleza y los tipos de valores, diferenciando entre las convenciones sociales (sujetas a cambio y relacionadas con la organización social) y las prescripciones morales (no marcadas por la organización social, ni dependientes de reglas, sino de factores vinculados al acontecimiento en cuestión) (Turiel, 1984).

- El segundo factor son las prescripciones y atribuciones que los hijos realizan en referencia a los valores paternos. La influencia de los padres sobre los valores de los hijos, aumenta conforme éstos perciben claramente los valores y actitudes de sus progenitores (Musitu y Molpeceres, 1992).
- El tercer factor gira en torno a la edad del hijo relacionada con su nivel de desarrollo cognitivo. En este sentido, Musitu (2000) remarca la contribución evolutiva para comprender la adquisición de los valores a través de una doble vertiente, marcando el inicio en la asunción de valores y límites en relación a nivel madurativo e igualando los valores en función del punto de desarrollo individual.
- Por último, el cuarto factor refiere el beneficio que desprende la calidad relacional entre padres e hijos para la identificación de los valores entre ambos en dos direcciones: el grado de significado que el hijo le atribuya a sus padres y el tipo de disciplina o estilo parental. En este sentido, la calidad de la percepción que el hijo tenga de sus padres va a determinar el nivel de interiorización de los valores que le transmiten, además en los estilos parentales democráticos existe una relación muy estrecha con un adecuado razonamiento moral (Boyes y Allen, 1993).

Conjuntamente a lo expuesto, la familia actúa como una red de relaciones y fuentes de apoyo, además de contribuir al ajuste psicosocial del individuo (Gracia y Musitu, 2000) y a la formación de identidad y la adquisición de autonomía (Lila, Van Aken, Musitu y Buelga, 2006). El núcleo familiar busca de esta manera llegar a convertirse en un espacio idóneo para la estructuración en el individuo de las formas de relación, de enfrentamiento de problemas o de elección de pareja, las cuales serán transmitidas generacionalmente. Como señala acertadamente Andolfi (1997), la familia es un sistema entre otros sistemas, lugar en el que se lleva a cabo la exploración de las relaciones interpersonales y de las normas que regulan la vida de los grupos en los que el individuo está enraizado, siendo un elemento importante para comprender los comportamientos de quienes forman parte de éstos. Otro rasgo a destacar es que la dinámica familiar cambia considerablemente cuando los hijos llegan a la adolescencia, debido a que el grupo de los iguales cobra mucha importancia y poder para éstos. La incorporación del adolescente a este grupo, conlleva la adaptación y flexibilización de las reglas hasta enton-

ces impuestas, dando paso a la negociación con la autonomía y con el control, realizándose cambios en la jerarquía parental en la medida en que los hijos van madurando (Palacios et al., 2004). Por su parte, aunque el grupo de pares genera una serie de valores en relación a la vestimenta, la sexualidad o la interacción con demás, entre otras, los padres siguen siendo las principales fuentes de apego y apoyo emocional (Noller, 1994), al menos en determinados elementos, como ya se expuso. De ahí a que el tratamiento de dos de las principales fuentes de influencia dentro de la familia, como son el apego y los estilos educativos, sean esenciales para poder conectar esos eventos en la díada padres e hijos, con la forma de relacionarse a nivel de pareja en el futuro, los cuales, junto con los procesos de pareja de los padres (divorcio y maltrato), quedarán desarrollados en mayor profundidad más adelante.

Como ya ha quedado claro, la familia es una piedra angular en el correcto avance de los adolescentes en una amplia gama de aspectos de su vida actual y a largo plazo. Uno de estos aspectos, son las relaciones entabladas con los padres, las cuales moldearán las formas de interactuar con el mundo. Por ello, las correctas formas de proceder con los hijos tendrán un grandísimo peso en la forma adulta posterior. En este sentido, una adecuada manifestación de equilibrio en las relaciones entre padres e hijos se produce cuando hay presencia de un vínculo adecuado y la potenciación de la autonomía. Es decir, para que se efectúe un correcto ajuste psicológico en los adolescentes, se requiere un equilibrio entre el mantenimiento de las necesidades de vinculación y el incremento de la independencia (Hodges, Finnegan y Perry, 1999). Este proceso es lo que Bowlby (1969) denomina *autonomía vinculada*. Siguiendo con esta idea, los tipos de vinculaciones cercanas que se establecen son variados. En primer término con los padres, la primera unión y más importante, llegando después las relaciones con los amigos y las de corte romántico, de forma que en todas ellas los conceptos de vínculo y autonomía, juegan un papel esencial. Las investigaciones han llegado a identificar su presencia como necesidades fundamentales en el ser humano (Sheldon, Elliot, Kim y Kasser, 2001); además de considerarse, en palabras de Connolly y Goldberg (1999), como dos procesos de carácter interpersonales que están incrustados de forma vitalicia en las relaciones, experimentando grandes cambios cuando se llega a la adolescencia a nivel de sentimientos, conceptos, comportamientos y motivaciones. Así, la vinculación se entendería como el mantenimiento de una relación estrecha en la que ambos miembros de forma conjunta y recíprocamente, realizan actividades y sienten apoyo y aceptación (Turner, Irwin, Tschann y Millstein, 1993); mientras

que la autonomía se comprende como la capacidad que desarrolla el ser humano de pensar, actuar y sentir de forma independiente (Hodgins, Koestner y Duncan, 1996). Y también, como el nivel de autodeterminación y la expresión de la confianza en uno mismo, acorde con el punto del desarrollo, pudiéndose construir a raíz de los procesos de exploración y la capacidad para actuar de acuerdo a los propios valores definidos (Connolly y Goldberg, 1999). No obstante, esta autonomía vinculada no nace de la nada, sino que ha de ser fomentada por los padres, respondiendo de forma adecuada a las necesidades de los hijos y validando sus opiniones y sentimientos para fortalecer la individualidad y promover la aceptación y una buena cohesión entre los miembros de la familia para asentar buenas uniones (Clark y Ladd, 2000).

La familia como agente influyente, también se considera como factor que media en el inicio, mantenimiento y calidad de las relaciones de amistad tan importantes en la adolescencia. Los patrones reproducidos en el hogar se trasladan a las amistades, así Cooper y Cooper (1992) afirman que las negociaciones que los adolescentes llevan a cabo con los amigos, se pueden predecir observando a la familia de origen. De este modo, afirman que los que expresan mayores desacuerdos en la negociación familiar son más conflictivos con las amistades; mientras que los que en casa se rigen por pautas basadas en el razonamiento y no tanto en la imposición, muestran estrategias de colaboración con su círculo social. Por su parte, Romig y Bakken (1992) encuentran que aquellos adolescentes que experimentan un elevado nivel de cohesión y adaptación familiar, manifiestan más afecto y responsabilidad en sus relaciones de amistad; así como mayor satisfacción con los iguales, en adolescentes pertenecientes a familias caracterizadas por la calidez y el apoyo (Dekovic y Meeus, 1997). No obstante, tal y como apuntan Martínez y Fuertes (1999b), estos estudios anteriores, se basan en muestras adolescentes tempranas y medias, así que ellos complementan los resultados utilizando sujetos situados en una edad algo más avanzada, abogando por una complementariedad en ambos tipos de relación, especialmente en el caso de los chicos. En este sentido, conforme se incrementa la percepción de apoyo parental y cohesión familiar en los adolescentes varones, mayor es el número, satisfacción y proximidad con respecto a los amigos, así como una mayor intimidad con el mejor amigo/a. Por el contrario, ante la existencia de conflictos familiares, los resultados son totalmente opuestos. En el caso femenino, los datos fueron similares, sumados a la expresividad en el hogar, es decir, manifestar los sentimientos de forma abierta, fue el factor que se relacionaba significativamente con amistades de calidad. Finalmente, afirman que hay

una alta posibilidad que, debido a las características de los hogares que ofrecen un entorno adecuado y positivo, se conviertan éstos en fuentes de aprendizaje en torno a habilidades sociales básicas para la interacción con los amigos, por lo que no tendrían un efecto directo, sino indirecto a través de la enseñanza de dichas habilidades. Por otro lado, Llopis Goig y Llopis Goig (2004) muestran interesantes datos con respecto al nivel de satisfacción familiar que sienten los adolescentes y los rasgos que los caracterizan. Cuando experimentan altos niveles en esta categoría, presentan mayor número de amigos y más vinculación con éstos, siendo considerados más populares, teniendo expectativas positivas con respecto a ser elegidos por los compañeros de clase. Mientras, los adolescentes que se sienten más insatisfechos, familiarmente hablando, muestran resultados contrarios a los expuestos y además presentan una opinión negativa sobre la relación de pareja de sus padres. Concluyen que el contexto familiar proporciona seguridad y protección para un correcto desarrollo personal y social del adolescente. Utilizando el diálogo y la cordialidad, le ayudan a ganar confianza en sí mismo, pero cuando los padres discuten frecuentemente, muestran su desamor y no crean un entorno satisfactorio, entonces el adolescente generará un modelo inseguro con respecto a sí mismo y a los demás, lo que dificultará sus relaciones sociales de cualquier tipo.

Siguiendo con el tema anterior y ampliando un poco más el concepto, abramos un paréntesis y centremos la atención en el apoyo social recibido por los adolescentes, ya que se relaciona con la familia, amigos y pareja. Este concepto, es de suma importancia en esta etapa de la vida porque de estar presente, representa un recurso básico para un correcto desarrollo y adaptación. El apoyo social es entendido como las aportaciones emocionales, informativas, materiales y de compañía, que la persona experimenta procedente de distintos miembros de su red social (Gracia, Herrero y Musitu, 1995). Así, disponer de un grupo de personas en las que poder confiar y expresar emociones, preocupaciones o saber que se está siendo escuchado, tiene un beneficio sobre la autoestima, la capacidad de afrontamiento ante los problemas y las competencias sociales (Musitu, Buelga, Lila y Cava, 2001). No obstante, una peculiaridad de la adolescencia en este terreno es la evolución de la red social a medida que se crece. Para explicar esto recurrimos a la metáfora del convoy de Kahn y Antonucci (1980), la cual afirma que en cada etapa evolutiva o estación, los individuos que forman nuestro ambiente van variando, incluido el peso que representan como fuente de apoyo. Otra rama de investigación en relación a esto, se centra en la conexión existente entre el apoyo parental y el de los iguales,

resultando en una potenciación mutua y necesaria o bien en una relación compensatoria, habiendo investigaciones que confirman ambos tipos. Atendiendo a toda esta información, Oliva Delgado, Parra Jiménez y Sánchez-Queija (2002) o Musitu y Cava (2003) intentan aportar su grano de arena con respecto a todas estas cuestiones sobre el apoyo social en una muestra bastante amplia que abarca todas las fases de la adolescencia. En primer lugar, se observan diferencias de género, percibiendo las chicas más apoyo de su mejor amigo/a y de su pareja, lo cual podría venir explicado por su distinto proceso de socialización más centrado en el afecto y el vínculo con otro. Esto es así, ya que sus relaciones tanto de pareja, como de amistad son más íntimas y próximas, lo que podría explicar estas diferencias. Con respecto al contexto familiar, se produce una disminución en la percepción de apoyo por parte de los padres conforme se avanza en la adolescencia en beneficio de las relaciones horizontales. Concretamente, se observa un incremento significativo del apoyo de la pareja romántica. En relación a la conexión entre el apoyo parental y de los amigos, los autores defienden un modelo complementario, tal y como se anunciaba previamente, ya que existe una correlación positiva entre el apoyo percibido por ambas fuentes. Éstas se retroalimentan y son indispensables para el adolescente, así que cuando las dos son saludables y positivas, se influyen de manera mutua en pro de beneficiarse. No obstante, los autores no descartan que un modelo de compensación, en el que uno de los dos contextos sociales supla las carencias del otro, sea plausible. Sería cuestión de analizar el tipo de relación entre padres e hijos de forma previa a la adolescencia.

En este sentido, los efectos de ambos tipos de relación se harían más evidentes si se estudiaran áreas concretas del desarrollo, por ejemplo Mounts y Steinberg (1995) proponen que el apoyo parental es un importante predictor en el ámbito escolar, tanto a nivel de rendimiento, como de ajuste; mientras que Berndt (1992) establece que el apoyo de los iguales mantendría conexión con mejores niveles de autoestima y otros aspectos de la personalidad. Sumado a esto, Fernández del Valle y Bravo (2000) aparte de observar un paso gradual del apoyo de los padres a los amigos, analizan dentro de la familia cuáles son las principales figuras de apoyo, afecto y confianza en una muestra de adolescentes en las diversas fases, desde los 12 a los 18 años. Afirman que destaca en primer lugar la madre, que representa la figura más importante en apoyo total, solamente superada por los amigos en los adolescentes de mayor edad. Existe una gran diferencia entre ésta y el padre, cuya función y posición de apoyo va evolucionando, siendo la figura más importante tras la madre en la adolescencia temprana, a

ser percibido como alguien menos significativo y quedando por detrás de amigos y otros familiares en años posteriores. Si en lo que nos centramos es en la confianza, el padre todavía ocupa posiciones más alejadas en comparación a otras personas, especialmente para el grupo de adolescentes de más edad y para las chicas.

Además de todo lo expuesto, no hay que olvidar que la familia no se reduce únicamente a los progenitores e hijo, sino que en muchos hogares la figura del hermano está presente y las interacciones con éste representan otra forma de aprendizaje de conductas interpersonales (Dunn, 1992). Además, los hermanos tienden a experimentar mayor proximidad si comparten recuerdos, compañerismo, actitudes y se defienden y ayudan ante los problemas (Floyd, 1996). La calidad de las relaciones que mantengan los hermanos está muy relacionada con la que tengan los padres con sus hijos. Si los hermanos establecen una unión afectuosa entre ellos, hay una alta probabilidad que haya estado influenciada por el mantenimiento de un lazo cálido con sus padres de forma individual y también, que la relación de pareja de sus progenitores sea positiva (McGuire, McHale y Updegraff, 1996). Además, las relaciones entre hermanos tienen una importancia potente en el sentido que el tipo de afecto entre ellos, positivo o negativo, al igual que el que el individuo mantiene con sus padres, se activa de forma constante en las relaciones que mantiene con los amigos y las parejas románticas, ya que al fin y al cabo, representan un referente y fuente de influencia para cada persona (Klagsbrun, 1992). Si la relación con los hermanos y padres es de mala calidad, puede producir problemas de conducta, observándose especialmente en chicos que tienen conflictos graves con los hermanos y madres rechazantes y castigadoras en exceso (García, Shaw, Winslow y Yaggi, 2000).

En otro orden de cosas, la familia va a jugar un papel muy importante en la elección y mantenimiento de la pareja romántica, en tanto que se considera como la base de la sociedad. Sin embargo, antes de comenzar a analizar las diversas explicaciones que hay sobre la selección romántica a través de la familia, hay que destacar que cuando las pautas de interacción que ofrece ésta no son asimiladas de forma correcta, se produce la aparición de expectativas poco realistas sobre el significado del compañero sentimental y los elementos que forman la díada, pudiendo contrastar con las personas potenciales disponibles en el entorno (Padilla Gámez y Díaz-Loving, 2013). Debido a la socialización diferenciada a la que se somete a hombres y mujeres, aumenta la dificultad de ajustar las expectativas que poseen con respecto

a sí mismos y al sexo contrario, apareciendo así los conflictos en la pareja (Anderson y Sabatelli, 2002). Se trata de una lucha entre las ideas y creencias transmitidas tradicionalmente y los cambios sociales que acontecen, por lo que no solamente existiría un conflicto entre lo ideal y real en cuanto a la pareja, sino que las transformaciones de carácter social acarrear problemas relacionales, como la incorporación de la mujer al trabajo o la mayor implicación del hombre en las tareas del cuidado de los hijos. El efecto de influencia de la familia es tan potente, que Padilla Gámez y Díaz-Loving (2013) encontraron que las personas de la muestra todavía recuerdan y se guían por ciertas premisas familiares a la hora de elegir y mantener una pareja romántica.

Otro dato sobre el peso que ejercen los progenitores en el modelo amoroso nos lo aporta el trabajo de Maté y Acarin (2011), tanto en el modo de operar en pareja, como en aquellas características percibidas en ambos miembros y que posteriormente tenderían a buscar en futuras relaciones románticas, sirviendo como modelo de comparación y actuación. De este modo, de la muestra de estudiantes universitarios participantes, se obtiene que más de la mitad de la misma cree que el tipo de relación que mantenían sus padres ha influido en sus relaciones amorosas. Concretamente un 54.2%, siendo las mujeres las que en mayor medida perciben esa influencia en comparación a los hombres encuestados. Dentro de las características del padre, se seleccionaron como más valoradas, la inteligencia, comprensión, ser una persona atenta, amable y afectuosa y por último, simpatía y buen humor. Con respecto a los rasgos de la madre, se escogieron los mismos. Lo que se desprende de estos datos, es que los hijos valoran muy positivamente en sus padres aspectos cálidos y relacionados con la vinculación, ya que de estos rasgos va a depender en gran parte el tipo de relación que establezcan con sus progenitores y, por consiguiente la calidad del mundo afectivo del hijo, como ya se ha visto.

Siguiendo con lo comentado anteriormente, si a la serie de creencias transmitidas por los padres en concreto y por la cultura en general en relación al amor y a la pareja romántica, se le suma una escasa comunicación sobre temas afectivos y sexuales entre padres e hijos, las consecuencias pueden tener una tonalidad muy oscura de cara al futuro. La familia es el núcleo básico para un correcto desarrollo, incluido el ámbito afectivo y sexual, por lo que la correcta y saludable educación en este terreno por parte de los padres es necesaria para una formación integrada y de calidad. Tal y como apuntan Montañés, Bartolomé, Montañés y Parra

(2008), las prácticas románticas y sexuales en la adolescencia se consideran algo demasiado íntimo como para hablarlo con los padres. Afirman que si a esto añadimos evasivas o muestras de sorpresa por parte de éstos cuando sus hijos hacen las primeras preguntas en torno al tema, hará que los adolescentes interpreten que, la materia en cuestión, es diferente a otros puntos de conversación. Esto también vendría producido por la oscilación entre la vergüenza y el desconocimiento que los padres tienen tanto sobre el tema en cuestión, como en la forma de abordarlo con los hijos. Por tanto, manifiestan que esto desemboca en un desentendimiento y en una posición pasiva, delegando en la escuela y en otros medios, este tipo de educación, como si la estabilidad de la futura pareja no dependiera de unas prácticas e información adecuada con respecto a este tema. Como expone Caricote Agreda (2008), el aprendizaje en torno a las relaciones y al sexo es propio de la vida cotidiana, ya que el adolescente percibe de forma constante una serie de mensajes que les pueden provocar una actitud positiva o negativa en estas cuestiones, por lo que los padres deben proporcionarles información y herramientas suficientes para un correcto desarrollo afectivo y sexual. Además, añade que la postura paterna que se comentaba anteriormente, no va a disminuir el interés de sus hijos adolescentes por las relaciones de pareja y el sexo, de forma que para satisfacer su curiosidad acudirán a fuentes de información muy variadas, pero en muchos casos incompleta o distorsionada procedente de el grupo de amigos, medios de comunicación en general u otros adultos significativos, provocando que se inicien precozmente en relaciones de pareja y actividad sexual sin una información y educación adecuada.

Entrando ya en materia a la hora de comprender de qué manera la familia puede mediar en la vida de pareja, un buen punto de partida sería el planteamiento en torno a cómo se elige la persona destinataria de nuestro amor. Para ello, Carreño Meléndez et al. (2011) nos aportan información importante. Desde el nacimiento, los padres enseñan a sus hijos cómo deben relacionarse con ambos sexos y en esas enseñanzas aparecen elementos de cuidado y atención, lo cual les ayudará a diferenciar el buen trato del que no lo es, pudiendo también no aparecer y hacer que la creación de uniones y la elección de pareja estén llenas de insatisfacciones. De ahí a que las primeras experiencias puedan ser altamente edificantes o sumamente dramáticas, produciendo resultados muy opuestos. Continúan afirmando que hombres y mujeres cuentan desde la más temprana infancia con un abanico de afectos como consecuencia de la crianza, complementados en las interacciones sociales que llevan a cabo a lo largo del tiem-

po y que modelan los roles de género que deben llevar a cabo para ser socialmente aceptados; mientras tanto, la familia a través del lenguaje, hace lo suyo con los mandatos sociales y culturales, formando la realidad psíquica de los hijos. De esta forma, todas estas incorporaciones de la infancia, florecen en las relaciones amorosas a partir de la adolescencia. En este punto, establecen tres problemas en el inicio y mantenimiento de las vinculaciones amorosas que tienen su origen en las primeras interacciones con los progenitores. El primero, es que las personas comienzan relaciones al sentirse incompletos, suponiendo que la presencia de otro llenará ese vacío, satisfaciendo y compensando todas las carencias de la infancia, convirtiéndose así en personas demandantes e incapaces de mantener a flote la relación, ya que ésta se asienta sobre necesidades a cubrir. Añadido a esto, se halla la exigencia de cumplimiento por parte de la pareja de las características de ese compañero ideal que podrá compensar todas las demandas del individuo y que es construido a través de la fantasía y de las carencias. El segundo problema, gira en torno a la naturaleza de esa fantasía, ya que al ser subjetiva no tiene límites. El tercer y último problema, se muestra ante la representación interna de la constancia de la persona amada, lo que va a determinar la duración de la relación, es decir, esa constancia tiene su origen en la consistencia paterna a la hora de proporcionar afecto y cuidado a los hijos, completando la pareja esa adquisición.

Por su parte, Lemaire (1986) menciona que la selección del compañero sentimental desde el punto de vista social está influida por la familia de cada individuo sin llegar a ser ésta impuesta. Concretamente, expresa que cada familia varía en el grado en el que dirigen las ideas de sus miembros, yendo desde la total libertad de elección hasta la absoluta imposición en las decisiones que toman los hijos; éstos absorben en mayor o menor medida dichos valores debido a la gran fuente de influencia de la cual provienen. Así, la elección puede ser acorde a lo aprendido, aceptando las normas familiares y siguiendo patrones similares a los vividos en casa, o bien en disonancia a lo experimentado, actuando y pensando de forma independiente y contraria a los ideales asimilados en el hogar. En definitiva, la persona adopta una forma de actuar conforme a su medio y a sus intereses, aunque muchas veces esas actividades vayan en contra de sus sentimientos, proyectos e intenciones. Siguiendo con el autor, explica que a pesar de que cada uno es libre de escoger pareja, siguen existiendo presiones exteriores de toda clase y patrones transmitidos por las personas que nos rodean. Por lo tanto, dichos determinantes sociales y la interacción entre los mismos, van a crear cierta tendencia en las elec-

ciones fundamentales de cada persona y, por ende, en la selección y mantenimiento de la pareja.

Otro ejemplo en relación a que las personas nos sentimos atraídos por un modelo concreto de persona como resultado de asociaciones con miembros de la familia, amigos, experiencias y hechos casuales, en otras palabras, por nuestro entorno, es el concepto de *mapas del amor* desarrollado por Money (1986), según el cual se desarrollarán entre los 5 y 8 años de edad. Se trata de una serie de circuitos y conexiones cerebrales que determinarán lo que a una persona le excitará sexualmente y hará que se enamore de otra específica en la edad adulta. Explica que estas conexiones se desarrollarían por las experiencias vividas, gestos de familiares o amigos, rasgos de personalidad, formas de comportamiento, olores o cualquier otra vivencia que se asocia en unas circunstancias a algo positivo, dando lugar a valorar dicho elemento en el compañero/a; y en otras, a sucesos muy desagradables, provocando rechazo hacia las futuras parejas potenciales que los compartan. Progresivamente, esos recuerdos comienzan a dar forma a un modelo mental de lo que atrae y lo que repele, de tal forma que a medida que la persona va creciendo aparece poco a poco una imagen de la persona amada ideal, molde que se consolidaría en la adolescencia por la aparición de la atracción sexual hacia los otros. Mantiene que estos mapas son muy específicos y rígidos en cuanto a las características personales que albergan, los cuales se encuentran en relación a la fisionomía, raza o temperamento, entre otras. Por tanto, según este autor, mucho antes de encontrarnos con esa persona ideal, ya sabemos de quién estamos dispuestos a sentirnos atraídos y enamorarnos, ocurriendo eso cuando nos topamos con la persona que más encaja en nuestro mapa mental del amor.

Por otro lado, tal y como apunta Fossa Arcila (2013) habría tres elementos familiares fundamentales en la selección del compañero sentimental. En primer lugar, el tipo de apego, en segundo lugar la forma que adopta la relación de pareja entre los padres y finalmente, la relación que mantiene en adolescente con cada uno de sus progenitores. Veamos cada uno de ellos. En primer término, el grado de flexibilidad o rigidez en la relación con los padres va a ser un determinante muy poderoso. Es decir, los recuerdos de dicho vínculo provocarán placer o dolor en la actualidad, siendo reproducidos o evitados de forma constante al interactuar con el entorno, de manera que el menor nivel de elaboración de la relación padres-hijo dará lugar a una pérdida de elección propia con respecto a la pareja, ya que esa falta de consolidación pro-

vocará una búsqueda de compañeros muy semejantes o muy distintos en comparación a los progenitores (Capponi, 2004). Esto se traduce en la calidad del vínculo de apego como ya veremos posteriormente. Así, como establece Fossa Arcila (2013), si el bebé se relaciona de forma positiva con unos padres comprensivos, adquirirá confianza para relacionarse con el entorno y se generará un modelo de relación sana en el que estar con otra persona es altamente gratificante. Pero si por el contrario, los cuidadores son poco afectivos y no atienden a sus necesidades, se formarán estrategias propias para conseguir la calma que no le proporcionan las figuras de apego, creadas éstas a través de la ansiedad y la desesperación para combatir la soledad y el dolor, tales como una vinculación adhesiva a objetos, alta tolerancia al daño o permisividad ante el dolor para no perder el amor del objeto, entre otras. Esto es, vinculaciones poco saludables tanto en el presente, como para la futura formación de relaciones de pareja, ya que, en palabras de Scarano (2005), si esta experiencia de vinculación resulta negativa, las consecuencias en edades posteriores pueden llegar a ser muy graves, dificultando la confianza en los demás y la consecución de apegos satisfactorios.

Con respecto al segundo elemento citado, el tipo de unión de pareja que mantienen o han mantenido los padres, ofrece información y un punto de comprensión sobre la amplia variedad de relaciones existentes. En función de la positividad o negatividad del modelo, se generará un mapa mental sobre cómo funcionan las relaciones y qué esperar de ellas. Si el modelo se basa en el respeto, valoración y admiración mutua, la pareja futura probablemente se seleccione con el objetivo de cumplir dichos criterios. En este sentido, Gray y Steinberg (1999) proponen que las relaciones maritales de los padres influyen sobre cinco aspectos en los adolescentes. A saber: establecer y mantener relaciones con compañeros, comportamientos románticos y actitudes; manejo de conflictos con padres y pareja; capacidad de escucha y nivel de empatía y la interpretación de las emociones negativas en las relaciones románticas. Según su propuesta, la relación de pareja de los padres influiría de forma indirecta sobre las relaciones amorosas de los adolescentes, esto es, la calidad de la díada amorosa paterna tendrá peso sobre el rol paterno y éste a su vez sobre el comportamiento del adolescente y la forma en la que visualizará y se comportará en los vínculos amorosos.

Finalmente, en relación al tercer elemento, Scarano (2005) propone que el tipo de relación que el adolescente entable con sus padres, tenderá a decantar la balanza hacia un lado u

otro cuando tengan que elegir a una posible pareja, mostrando tres ejemplos posibles. Apunta que aquellos padres que destacan las cualidades de sus hijos, desarrollan en éstos la sensación de autovaloración y aceptación, fomentando esto una buena consolidación de la identidad y, por consiguiente, influyendo positivamente en la futura elección, como ya se vio. Otro caso sería el de aquellos padres que se apegan como si los hijos fueran el centro de sus necesidades, lo que provocaría en los últimos sensación de traición al tener una pareja, ya que esa separación de los padres les podría costar la pérdida de su afecto. El tercer caso, lo representarían aquellos padres que ejercen un excesivo control sobre los hijos a nivel de cobertura de necesidades, no permitiendo el desarrollo de los propios recursos y traduciéndose esto en el establecimiento de vínculos románticos dependientes, actuando como elementos pasivos a merced de las iniciativas de la pareja. Un cuarto aspecto de influencia es el proporcionado por Gray y Steinberg (1999), siendo éste el apoyo parental. Los padres pueden propiciar que sus hijos comiencen vínculos saludables en la medida que creen un contexto familiar cálido y éstos lo perciban como tal. Las personas que han crecido en un hogar en el que han recibido apoyo y existía armonía, presentan mayor nivel de madurez psicosocial.

Otra explicación a este tema, nace de la teoría de la diferenciación de Bowen (1979) que pretende dar a entender el choque que experimentan las parejas con respecto a la intimidad, debido esto a la mezcla de necesidades de individualidad y vinculación emocional, de independencia y sensación de conexión y pertenencia a otros, todo ello mediado por las experiencias dentro del núcleo familiar. El autor expone que ambos elementos no son opuestos, aunque las personas los conciban como separados y la presencia de autonomía como sinónimo de abandono. De esta forma, esta temática recuerda a la noción de autonomía vinculada de Bowlby que ya quedó comentada previamente, de modo que se expone aquí un tercer factor que incluye ambas nociones en un mismo lugar, siendo éste la *diferenciación*. El autor expone el proceso, comprendiendo a la familia como un complejo entramado de interacciones en el que todos sus miembros se influyen de manera profunda, estando altamente conectados, de manera que esa reactividad provoca cambios en el funcionamiento por la interdependencia existente, experimentando transformaciones recíprocas cada uno de los individuos en distintas intensidades. Realmente, esta interdependencia emocional tiene un objetivo funcional, el facilitar la cohesión entre los miembros de la familia. Sin embargo, debido a la alta influencia que hay entre ellos, si alguno se torna ansioso, esta problemática se extendería entre los miembros

como si de un proceso infeccioso se tratase. Por tanto, la persona más vulnerable absorberá las tensiones para reducirlas en los demás, sintiéndose abrumada y con mayor tendencia a problemáticas patológicas, tales como alcoholismo, depresión o enfermedades en general.

La forma en la que esto queda representado a nivel de pareja amorosa, viene explicado por Bowen (1978), quien plantea varios modos de diferenciación dentro de una relación. Por un lado, se encuentran los niveles bajos observados en personas con aspectos de sí mismos pobremente desarrollados y que tienden a entablar uniones basadas en la dependencia emocional, mostrándose ambivalentes cuando éstas alcanzan un alto grado de profundidad, así como ansiosos ante la separación y temerosos ante la cercanía. Por tanto, las relaciones de pareja creadas bajo estas condiciones serán ambivalentes, dependientes y estarán altamente fusionadas. De otro lado, se encuentran aquellos individuos con un alto nivel de diferenciación, quienes serán capaces de ensamblar las necesidades de conexión emocional e individualización, es decir, podrán disfrutar de ambos elementos a través de una intimidad en la que el autoconocimiento se basará en la presencia del otro, no desde el otro, en una unión apoyada en la confianza y en la que la autonomía no se asociará a abandono. Así, la relación de pareja se asentará sobre el crecimiento personal y la generosidad. Estos distintos niveles de diferenciación se transmiten a través de la familia en función de los procesos de individuación que se lleven a cabo dentro de ella.

Por otro lado, dentro de la teoría de la diferenciación, hay tres grandes elementos a destacar que indican el papel que juega la familia en la formación de rasgos que influirán en los vínculos relacionales futuros. Éstos son la *diferenciación del yo*, *fusión* y *desconexión emocional*. Con respecto al primer elemento, el autor expone que los aspectos básicos de uno mismo tienen un carácter innato, pero será la familia la que determine qué cantidad de esos aspectos se desarrollan. De esta forma, cuanto menor sea el desarrollo del yo, mayor será el impacto de los demás sobre su funcionamiento y, a su vez, la persona intentará en mayor medida poder controlar el de los demás. En otras palabras, van a experimentar una gran dependencia de la aprobación ajena, lo que les llevará a adaptarse rápidamente a los pensamientos y actitudes de los otros para complacerlos y así cerrar el círculo de aceptación. Sin embargo, las que presenten un yo mejor diferenciado, perciben la dependencia realista a los demás, pero

mostrando la capacidad de afrontar la crítica y el rechazo y pudiendo así tomar decisiones objetivas no basadas en necesidades.

El segundo gran elemento, la fusión, se entiende como una unión emocional de base a partir de la cual se generarán distintas formas de dependencia entre dos individuos. Desde el nacimiento, el ser humano es dependiente de sus cuidadores, pero conforme crece va adquiriendo habilidades para ser cada vez más autónomo en diversas parcelas a lo largo de su desarrollo vital, se trataría de la consecución de una serie de metas personales favorecidas, en primera instancia, por la familia y siendo reforzadas por la sociedad a través del aprendizaje sobre cómo cubrir necesidades físicas, emocionales y habilidades variadas para alcanzar la independencia. El conjunto de metas vitales sería una construcción social edificada e interiorizada desde la niñez que impulsarían al adolescente a buscar pareja con todo lo que ello conlleva (Bartle-Haring, Glade y Vira, 2005). Si a lo largo de la infancia y adolescencia la familia no enseña al sujeto a cubrir las carencias de tipo emocional, crecerá intentando que otros de su entorno lo hagan, que los demás satisfagan su necesidad de sentirse querido y acompañado, bien sea familia, amigos, pareja y hasta los propios hijos, tal y como muestran Jenkins, Boltz, Schwartz y Johnson (2005), teniendo esto como consecuencia un gran miedo al abandono, interpretando dramáticamente la separación y experimentando un elevadísimo nivel de ansiedad ante ésta, la cual se transfiere a las demás relaciones, regulándolas a través de ella. Afirman que el apego ansioso-ambivalente, que quedará descrito posteriormente, es un concepto muy semejante a la fusión, ya que cuando una persona se vincula a otra sin existir diferenciación entre ambas, no hay obtención de metas propias, debido a que se orienta a la búsqueda incansable de amor y reconocimiento social y familiar. Si la familia no consigue resolver la ansiedad ante la separación, se criará a un futuro adulto demandante y exigente con altas dosis de necesidad de fusión, lo que repercutirá negativamente en los lazos amorosos que inicie (Vargas e Ibáñez, 2009).

El último elemento es la desconexión emocional, siendo una noción opuesta a la fusión. En este caso, al sujeto le produce un gran malestar la relación cercana con un ser amado, tendiendo a separarse física y emocionalmente de los seres queridos. Se trataría de una manifestación del modo de manejar los problemas emocionales no resueltos con la familia, siendo muy típico en la persona desconectada el poner distancia, en muchos casos extrema, en un in-

tento inútil por resolverlos. Se entendería como una separación con respecto al pasado y comenzar la vida en el punto actual del tiempo. Curiosamente, esperan que las nuevas relaciones que inicien en la distancia, cubran las necesidades que su familia no hizo. De esta manera, Bowen (1978) matiza que a pesar de crear nuevos vínculos intentando sustituir a la familia de la cual escapan, los patrones irresueltos vuelven a aparecer provocando tensiones. Cuanto más bajo sea el nivel de diferenciación, más fuerte es el vínculo no resuelto. No obstante, como expone, esta desconexión emocional necesita al menos de dos personas para su existencia, en este caso uno de los dos progenitores y el hijo, así como de un nivel de inmadurez tanto en ellos, como en éste último. En definitiva, atendiendo a esta teoría, para descubrir la forma en que las personas eligen a su compañero sentimental hay que acudir al significado que la familia de origen tiene para ellos, al igual que la capacidad de diferenciación que poseen al comenzar con una pareja. Para ello, Vargas Flores, Ibáñez Reyes y Hernández Lira (2014) observaron al estudiar tres parejas de distintos rangos de edad, así como su historia familiar pasada y presente, que el nivel de diferenciación generado y desarrollado en su familia origen ha sido trasladado tanto a la relación de pareja que mantienen actualmente, como al vínculo que tienen con los hijos. Por tanto, los resultados de la teoría quedan confirmados, tanto a nivel conceptual, como en la transmisión generacional de los patrones.

Se concluye el apartado con la aportación que realiza Sternberg (1999) con su teoría del autogobierno mental, la forma en la que la persona se organiza a sí misma. En esta visión se expone el desarrollo durante la infancia de otros aspectos de la persona que mediarán en las preferencias futuras de amor. Ubicado en un contexto familiar y social, el niño comienza a desarrollar formas de organización de pensamiento y aprendizaje. El autor apunta que estos estilos no se deben definir como capacidades, sino que hacen referencia a la forma de utilizarlas. Muestra tres formas distintas en este autogobierno mental. En primer lugar, el individuo legislativo. Caracterizado por la creación, formulación y planificación de un problema, realizando las actividades según su propio criterio y no tolerando intervenciones ajenas. En segundo lugar, el individuo ejecutivo, aplica soluciones más que crearlas, sigue las normas y prefiere trabajar siguiendo una estructura prefijada. En tercer lugar, el judicial, que disfruta evaluando personas y sus actos, prefiriendo analizar las reglas existentes, no creándolas o adaptándose a ellas, y solamente las sigue si se ajustan a lo que quiere. Las personas no pertenecen únicamente a un estilo, sino que éstos van apareciendo ante distintas situaciones. Estos tres es-

tilos que comienzan a formarse en la infancia se pueden combinar en la relación con una pareja. Para el autor, la mezcla más común, satisfactoria y que mejor se acopla es la de legislativo y ejecutivo, ya que el primero decide lo que hay que hacer y el segundo lo pone en marcha, asumiendo cada uno la parte que le falta al compañero. Pero en esta combinación puede surgir un problema y es que el legislador se aburra del ejecutivo o que éste último experimente resentimiento hacia el primero. En el primer caso, el legislativo piensa que tiene como compañero a un seguidor, ansiando la intimidad de una persona que se asemeje más a él, mientras que en el segundo caso el ejecutivo muestra hastío por estar siempre acatando órdenes, ya que aunque no le agrada crearlas, tampoco le satisface cumplirlas constantemente. Veamos las posibles parejas que propone el autor:

- Legislador-legislador: Al ser ambos creadores, la variedad está servida, pero pueden chocar más si ambos quieren tener ideas, ya que ninguno desea aplicarlas y no habría acuerdo sobre lo que hacer, ni tampoco se realizarían.
- Ejecutivo-ejecutivo: Es la más frecuente, ya que en la sociedad occidental se tiende a recompensar más a los niños que presentan este estilo, a los que son obedientes. En la pareja, ambos prefieren ser dirigidos y se rigen por tendencias externas, estando dispuestos a seguirlas. Se guían mucho por la aprobación o desaprobación de los demás con respecto a su relación, pudiendo depender la supervivencia de la misma de este hecho.
- Judicial-judicial: Su relación puede ser excelente siempre que sean otros los que realicen las evaluaciones sobre un acontecimiento. El problema puede aparecer si tienden a realizar juicios mutuos, pudiendo destruir la relación.
- Legislativo-judicial: Uno de los miembros propone ideas beneficiosas para la continuación de la pareja y establece lo que ambos deben hacer y el otro miembro acuerda si son adecuadas, por lo que tienden a aceptar las ideas correctas y rechazar las ineficaces. Sin embargo, el legislativo suele sentirse evaluado y criticado la mayor parte del tiempo, por lo que habría dos elementos que protegerían la relación. El primero, es que el miembro judicial tenga la suficiente habilidad para exponer sus juicios de

tal manera que no provoquen malestar y el segundo, es que el legislativo acepte la crítica porque realmente no se siente amenazado.

- Ejecutivo-judicial: Es la que menor probabilidad de éxito puede tener, debido a que el ejecutivo tiende a adoptar un liderazgo externo y el judicial lo critique, llevando a una relación en la que no se generan nuevas ideas, pero las que provienen de fuera no funcionan o no son aceptadas.

a) Apego

Una manera adecuada de comenzar este apartado es mencionar el carácter universal que posee este fenómeno. El vínculo de apego está inmerso en la naturaleza, no solamente el ser humano, sino que también forma parte de los lazos que mantienen otros mamíferos y las aves. La separación de la principal figura cuidadora, en este caso la madre, provoca inquietud y se expresa por la búsqueda y llamada a ésta. En este sentido, son muchos los estudios que han puesto de manifiesto las conductas de apego observadas en primates cercanos a nosotros en la escala evolutiva, así como sus respuestas ante el distanciamiento con la madre. Investigaciones como las de Bolwig (1963), Hayes (1951) o Kellogg y Kellogg (1933) en las que narran las experiencias con chimpancés adoptados de corta edad, muestran cómo los pequeños monos se aferran a sus figuras de apego, se muestran ansiosos ante la separación, e intentan siempre tenerlos en el campo de visión, los buscan desesperadamente emitiendo fuertes aullidos cuando el humano desaparece momentáneamente. En edades más avanzadas comienzan un proceso de exploración, pudiendo alejarse de su cuidador sin experimentar tanto temor, tal y como se observa en los niños. La ansiedad y zozobra ante la separación no solamente aparece en los chimpancés en cautiverio, sino también en aquellos que viven en su hábitat natural, presentándose ese malestar ante la distancia con la madre durante toda la infancia (Lawick-Goodall, 1968). Se acusan resultados parecidos en estudios experimentales mediante la observación de la madre con sus crías en distintas especies de primates, añadiendo a los datos anteriores un intenso afecto ante el reencuentro entre la madre y sus crías, así como conductas violentas y llamamiento intenso por parte de ésta cuando se inician los prodecimientos de distancia (Rosenblum y Kaufman, 1968; Seay y Harlow, 1965; Spencer-Booth y Hinde, 1966).

Las investigaciones de los últimos años se han centrado en dos temas paralelos de estudio del apego. El primero está orientado hacia un sistema representacional en el que se analiza el estado mental que se genera tanto en las relaciones entre padres e hijos durante los primeros años de infancia, como las consecuencias que acontecen en la persona ante la pérdida o separación de la figura de apego; mientras que el segundo camino investigador mantiene la perspectiva de estudio en un sistema conductual, es decir, los afectos, conductas y cogniciones propias de la relación de pareja y otras de carácter interpersonal significativas (Fernández-Fuertes, Orgaz, Fuertes y Carcedo, 2011). Siguiendo con estos autores, si nos centramos en la vía relacional romántica, los estudios en torno al apego se basan en el sistema conductual, es decir, las dimensiones de ansiedad y evitación, las cuales ayudan a explicar las diferencias individuales en la formación y actuación dentro de las relaciones afectivas. La dimensión de ansiedad o modelo del yo representaría a aquellos elementos relacionados con la inquietud derivada de la percepción de amenaza al apego establecido, mientras que la dimensión de evitación o modelo de los otros, queda definida por el mantenimiento de cierta distancia hacia las figuras de apego, es decir, cierta independencia de las mismas.

En relación a estas dimensiones, Fraley y Shaver (2000) disponen que la primera refleja la tendencia individual hacia la ansiedad o alerta que se manifiesta ante un posible rechazo o abandono del cuidador, mientras que la segunda dimensión incluye la incomodidad o indiferencia frente a la proximidad, intimidad o dependencia emocional de los demás. Así que en función de esto, cada persona interpretará de forma muy diferente en qué grado él mismo y los demás son merecedores de amor y confianza. Está claro que ambos miembros de la pareja romántica intentan aportar para conseguir una relación lo más saludable posible, siendo la teoría del apego muy útil a la hora de comprender el ajuste de la misma, ya que combina visiones psicológicas individuales e interactivas, lo que permite en conjunto un mejor conocimiento sobre los rasgos y forma de operar de los modelos mentales por los que nos regimos al relacionarnos con los demás (Fernández-Fuertes et al., 2011). En definitiva, el estudio del apego en la etapa adolescente resulta básico al cobrar una gran importancia en esta fase, esto se debe a la gran influencia que éste ejerce sobre el desarrollo de las relaciones interpersonales, las que, a su vez, suponen aspecto fundamental en el mantenimiento del bienestar personal y social de los adolescentes (Yang, Wang, Li, Teng y Ren, 2008), de ahí a que conocer los siste-

mas de apego en esta fase vital tenga como objetivo poder mejorar las relaciones interpersonales de cualquier índole.

La evolución ha promovido que la vinculación de los niños a los progenitores sea una de las grandes necesidades básicas, tanto que la naturaleza humana solamente puede florecer si establecemos vínculos afectivos con otros, ya que en solitario probablemente no llegaría a desarrollar todo su potencial, no alcanzando el ser completamente humano (López Sánchez, 1995). En relación a esto, Calatayud Arenes (2009) afirma que la tendencia que poseen las personas para vincularse está presente en toda sociedad y cultura conocida, lo cual se sostiene sobre que el ser humano tiene una naturaleza social, que tiende a interactuar de forma íntima con otros. Esto se ha mantenido a lo largo del tiempo porque se convirtió en un elemento estable al promover la adaptación de la especie ante el ambiente cambiante. Añade que los vínculos afectivos que definen las relaciones ayudan a la supervivencia al responder a tres necesidades vitales: la seguridad, la de pertenencia a una comunidad que se asocia al vínculo de amistad y, finalmente, la necesidad sexual con la que se relaciona el deseo, atracción y enamoramiento. Si las personas no satisficiesen estas necesidades en alguno de sus niveles, experimentarían sensación de soledad. Relacionado con esto, López Sánchez (2004), establece que de todas las necesidades que presenta el ser humano, la más primaria es la de seguridad emocional y estima, es decir, la vivencia de sentirse querido, protegido, apoyado o aceptado, entre otras. Si no se cubre esta necesidad, la persona siente rechazo, aislamiento, miedo, ansiedad y otra serie de emociones negativas, siendo el apego el vínculo que puede satisfacerla y evitar estas experiencias. En definitiva, como apunta López Sánchez (1995), el que las vinculaciones afectivas vayan acompañadas por una serie de necesidades subjetivas en cada persona, garantiza que los individuos muestren interés por su especie y el grupo al que pertenecen.

Por otro lado, según establece Ainsworth (1989) estos vínculos de tipo afectivo tendrían cinco características básicas, a saber: el ser persistentes y duraderos; implicar a una persona que no puede ser reemplazada; la relación para la persona es muy significativa a nivel emocional; desea el contacto y proximidad con la persona en cuestión y existe malestar frente a una separación no elegida. No obstante, una persona podría crear una amplia gama de vínculos, pero no todos ser considerados apego, ya que éste cuenta con un rasgo extra y exclusivo aparte de los que se acaban de definir, es la búsqueda de seguridad, siendo un apego seguro si

ésta se consigue, e inseguro en el caso opuesto. Finalmente, López Sánchez (1993a) distingue entre dos tipos de vínculos, que aunque ya se vieron, ayudan a introducir y encuadrar el tema que nos compete: los de tipo social, que enmarcan al apego y la amistad y los de naturaleza sexual, que engloba al enamoramiento, influido por procesos de atracción y deseo. Atendiendo a esto, a lo largo de este apartado se tratará especialmente el primer tipo, tanto en la infancia, como su expresión en la etapa adolescente y edad adulta y en la mediación de éste en la selección de pareja.

El vínculo de apego suele forjarse y asentarse dentro de la familia en la que el niño crece. Los bebés vienen programados genéticamente para buscar la proximidad y la protección de las figuras de apego, con el fin de establecer un lazo afectivo. Así, la infancia es la etapa donde la protección y el cuidado son esenciales para la supervivencia. El apego quedaría definido pues, como un vínculo de carácter afectivo que es duradero y que, por lo general, se forma con otro ser de la misma especie a través la relación activa y recíproca entre ambos individuos (Lafuente, 1989). Va a ser en el seno de esta primera relación donde se forman representaciones mentales del apego, se genere la seguridad que forma la base de cara a la autoestima futura y expectativas positivas respecto a los otros y a las relaciones, así como establecerse las bases de la empatía y de la expresión y regulación emocional (López Sánchez y Ortiz, 1999). También el lugar en el que el niño adquiere habilidades para la comunicación con los otros, sistemas no formales que más adelante mediarán las relaciones de corte afectivo y sexual que lleve a cabo (López Sánchez, 1993b). Además, Bowlby (1993) entiende esta unión como un comportamiento que facilita que un individuo mantenga cercanía frente a otra persona por la que siente preferencia, así como a manifestar formas que llaman a la figura principal a ofrecer sus cuidados. Ya Bowlby (1969, 1973) describe cuatro etapas en la génesis del apego, siendo éstas las siguientes:

- Fase de preapego: Desde el nacimiento a las 6 semanas. La conducta del niño se basa en reflejos innatos. A través de la mirada, la sonrisa y el llanto atraen a los adultos para interactuar con él, basándose éstas en el contacto físico y siendo capaz de responder a los abrazos o el habla a través de la manifestación de calma. Ya existe un reconocimiento sensorial muy básico hacia la madre, pero todavía no ha comenzado el apego como tal.

- Fase de formación del apego: Entre las 6 semanas y los 6 meses. Orienta la conducta y responde a la madre de forma más clara, interactuando con ella más consistentemente. Aunque reconoce a su madre perfectamente, no siente ansiedad ante la separación con respecto a ésta, provocándole reacción emocional la pérdida de contacto humano en general.

- Fase de apego: Comprende entre los 6 u 8 meses, hasta los 18 y 24 meses. El niño muestra malestar y ansiedad ante la separación de la madre, ya que el vínculo es muy sólido, pudiendo incluso rechazar el contacto con otro familiar a partir de los 8 meses, porque lo que le produce calma es la presencia y el contacto materno. Las conductas llevadas a cabo a partir de estas edades tienen como fin atraer la atención de la madre, por ejemplo el gateo.

- Formación de relaciones recíprocas: Entre los 18 y 24 meses en adelante. En estas edades el desarrollo del lenguaje y la capacidad de representación mental ayudan al niño a predecir cuándo va a volver la madre, decreciendo así la ansiedad ante la separación, ya que comprende que ésta no es definitiva.

Como muestra Fonagy (1999), al nacer, ninguno de nosotros somos capaces de regular nuestras propias emociones, de forma que la relación más temprana que establecemos y que nos permite aprender a moderar nuestro sistema emocional es el apego con el cuidador más próximo, que se encargará de responder a nuestras señales, dependiendo esto de la proximidad y seguridad alcanzada y de la disponibilidad del cuidador. Estos lazos o vínculos afectivos que aparecen y perduran en el tiempo hacen experimentar al individuo los primeros sentimientos positivos (seguridad, afecto, confianza) y negativos (inseguridad, abandono, miedo). Para Lafuente (2000) la relación afectiva padres-hijo es el asiento de los sentimientos de seguridad o inseguridad que presiden respectivamente las vinculaciones de buena y mala calidad. Además, Girón, Rodríguez y Sánchez (2003) añaden que cuando se desarrolla una relación de apego positiva, se satisfacen las necesidades físicas y psíquicas del niño, desarrollando un sentimiento de seguridad, ya que la experiencia de que la figura de apego es accesible y responderá ante

las necesidades, proporcionará un sentimiento de confianza que facilita la exploración del mundo social.

Con la finalidad de estudiar profundamente este fenómeno, Ainsworth y Witting (1969) desarrollaron un procedimiento denominado *situación del extraño*, destinado a evaluar la seguridad del vínculo en la primera infancia. Consiste en observar la conducta del niño con respecto a la figura del cuidador, generalmente la madre, a lo largo de unos breves episodios estresantes provocados por la ausencia de éste y que desencadenan el sistema de apego, lo cual permitirá evaluar la calidad de la relación de apego entre ambos. A partir de este trabajo, Ainsworth, Blehar, Waters y Wall (1978) desarrollan tres patrones de apego del niño hacia su principal cuidador, que se basan en la idea que el niño edifica sobre lo accesible y disponible que está su figura de apego. A estos tres tipos posteriormente se ha añadido un cuarto, el tipo desorganizado/desorientado, acuñado por Main y Solomon (1990), los cuales se describen a continuación:

- Apego seguro: Ansiedad ante la separación y búsqueda de contacto y proximidad en presencia de la madre.
- Apego ambivalente: Reacción muy intensa de ansiedad ante la separación y comportamientos ambivalentes en el reencuentro, es decir, búsqueda de contacto combinado con rechazo y enfado.
- Apego evitativo: Escasa o nula ansiedad ante la separación debido a una ausencia de preferencia por la madre frente a los extraños. Evitación de la progenitora en el reencuentro.
- Apego desorganizado/desorientado: Consistente en aproximación a la figura de apego con evitación de la mirada o evadir la interacción de forma repentina, mostrando igualmente movimientos no dirigidos a ninguna meta, así como conductas estereotipadas.

Por tanto, el aprendizaje de las distintas intensidades de la reacción emocional se gesta en el periodo de apego y a través de la persona de referencia (Del Barrio, 2002; Lafuente, 2000). En consecuencia, el apego se desarrolla como un modelo mental que constituye creencias acerca de sí mismo, de los otros, del mundo social en general y juicios que afectan a la formación y mantenimiento de las relaciones íntimas durante toda la vida del individuo. O sea, se genera un estilo de apego entendido como un patrón emocional, conductual y de expectativas con respecto a las relaciones, resultante de interiorizar una serie de vivencias de apego y, consecuencia de esto, el desarrollo de una estrategia concreta de regulación afectiva (Mikulincer, Shaver y Pereg, 2003). Este concepto de *modelo mental de la relación* fue introducido por Bowlby (1969, 1973) para poder comprender las distintas formas que las personas tienen para relacionarse, exponiendo que la calidad del apego va a depender de la interpretación que el niño haga sobre dicha experiencia y las expectativas que la misma le produzca. Así, Ainsworth (1989) estableció la importancia que tienen los vínculos de apego creados con los padres durante la infancia para el mantenimiento de posteriores relaciones afectivas. Desde esta referencia inicial, autores tales como Botella (2005), Oliva Delgado (2004) o Trianes (2003), mantienen que los niños y niñas que establecieron relaciones de apego seguro con padres cariñosos y sensibles ante sus necesidades, estarán más capacitados para tener con sus iguales unos vínculos sanos caracterizados por la intimidad y el afecto.

Si bien es cierto que las necesidades de apego son de corte universal, las conductas de apego son individuales pudiendo ser explicadas desde los modelos operativos internos, los cuales se generan a partir de las repetidas experiencias con las figuras afectivas significativas (Feeney, 2002). Este concepto de modelo interno nace con la propuesta de Bowlby (1969, 1973) en torno a que durante el proceso de interacción entre el cuidador y el niño, éste desarrolla cogniciones que giran en torno a dos modelos básicos o actitudes y que guían la forma en la que se funciona en diversos contextos interpersonales, principalmente aquellos que conllevan intimidad. La primera de estas actitudes es la evaluación de uno mismo, es decir, la autoestima, la cual está basada en la información que recibe el niño sobre el valor que le otorgan los demás, si es amado y valioso, obteniendo esta información a partir de las reacciones emocionales y conductuales de éstos. La segunda actitud básica es la confianza interpersonal, esto es, las creencias y expectativas que adquiere el niño sobre la gente que le rodea, de forma que percibirá al cuidador como digno de confianza o poco serio y confiable. Así, conforme vaya

creciendo, esta actitud se generalizará a otras personas del entorno con las que se vaya encontrando y la primera se mantendrá más estática. En este sentido, Baron y Byrne (2005) exponen que la primera actitud básica se relaciona con el grado de ansiedad ante el rechazo o abandono. Alguien con un buen concepto de sí mismo cree que será aceptado por los demás, por lo que relacionarse con los otros y hacer nuevas amistades será sencillísimo, mientras que otra persona con una imagen propia negativa da por hecho que los otros van a responder también negativamente ante ella, de ahí su temor y dificultad a la hora de entablar nuevas relaciones sociales, manifestando ansiedad y temor ante un posible rechazo. Añaden, en relación a la segunda actitud, que una visión positiva de los otros producirá expectativas del mismo valor sobre las intenciones de un extraño, pero si dicha percepción es negativa, en la persona se producirá desconfianza y será poco receptivo a involucrarse íntimamente con otros.

Atendiendo a estas dos dimensiones, en opinión de Bartholomew (1990) deben ser consideradas de forma simultánea, proponiendo como resultado de esta combinación cuatro estilos de apego. El primero, es el apego seguro, caracterizado por alta autoestima y expectativas ajenas positivas, por lo que se siente cómodo en compañía de otros y busca la cercanía social. Los adultos seguros muestran confianza en su pareja y trabajan conjuntamente para la resolución de los conflictos (López et al. 1997). La segunda forma de apego es el huidizo-temeroso en el que tanto la autoestima, como las expectativas sobre los otros, se encuentran en el polo negativo, lo que tiene como resultado el evitar al máximo entablar relaciones cercanas, huyendo de esta manera del rechazo, por lo que experimentarán menor intimidad y placer al interactuar con compañeros románticos. Este tipo se relaciona con los celos, relaciones sociales negativas y consumo de alcohol para reducir la ansiedad social. Las dos formas de apego que se mencionarán a continuación tienen en común una inconsistencia entre la visión propia y la de los demás. El estilo de apego preocupado combina una imagen negativa propia y expectativas positivas de los demás, considerando la aceptación por parte de los otros, es por ello que buscan cercanía a los demás, a veces excesiva; pero la angustia por ser rechazado es muy potente, ya que no se consideran suficientes para recibir el amor de otra persona (López et al., 1997). Como apuntan Whiffen, Aube, Thompson y Campbell (2000), al mezclarse una gran necesidad de amor y aprobación junto a una mala visión de sí mismo, cuando una relación acaba de forma negativa puede conducir al sujeto a una profunda depresión. Finalmente, el estilo de apego huidizo-alejado o evitativo combina una percepción positiva de uno mismo,

hasta pudiendo llegar a ser irreal, con expectativas negativas de los demás. Se consideran personas valiosas de mantener una relación cercana debido a los rasgos positivos que consideran tener, aunque los demás no opinen lo mismo, pero al esperar lo peor de los otros temen la proximidad con ellos, por lo que los evitan y se ausentan.

Tomando como base esta tipología de estilos, Melero y Cantero (2008) realizan una investigación con el objetivo de crear y validar un cuestionario que mida el apego en España. Los perfiles obtenidos en los resultados serían, para el estilo seguro, un sujeto sociable, facilidad para expresar emociones y con amplias estrategia para la resolución de problemas. El estilo preocupado se entiende básicamente por baja autoestima, miedo al rechazo, necesidad de aprobación por parte de los otros, alta expresividad emocional y comodidad en las relaciones sociales. El alejado necesita altas dosis de individualidad, no hay problemas de autoestima, antepone la autosuficiencia a los vínculos afectivos sin aceptar el compromiso emocional. Finalmente, el estilo temeroso presenta un componente de hostilidad, enfado, rencor y posesión, así como bajo nivel de autoestima, miedo al rechazo, necesidad de aprobación, pero con alta autosuficiencia emocional, por lo que mostraría rasgos de los estilos alejado y preocupado. Por último, utilizando de nuevo esta clasificación, Retana Franco y Sánchez Aragón (2008) llevan a cabo un estudio en el que comparan el tipo de apego con la experiencia de celos y la forma de manifestación en la relación de pareja. En este sentido, el tipo rechazante o huidizo temeroso experimenta celos con expresión de temor a ser abandonado por un tercero mejor o más interesante. Al mismo tiempo, existiría malestar en los casos en los que no se es la prioridad para la pareja y por no poder controlarla en la medida que quisiera durante la ausencia de ésta, por este motivo muestra pensamientos recurrentes en torno a las relaciones mantenidas fuera del vínculo de pareja, pudiendo considerar la infidelidad. Las autoras afirman que las personas con apego rechazante, al iniciar una relación, realizan acciones para terminar con la unión, ya que desprecian todas aquellas satisfacciones que la vida les proporciona, incluida una pareja con la que puedan tener proximidad e intimidad. El segundo tipo es el temeroso. Las personas con este apego, experimentan los celos con sensación de desamparo, pensamientos de falta de ilusión e inseguridad ante una posible infidelidad de la pareja, lo cual provoca un enorme enfado al no poder controlar totalmente la relación.

La importancia que tiene el apego en el establecimiento de relaciones futuras queda plasmada en estudios como el de Shaver y Hazan (1988), en donde se afirma la existencia de una relación causal entre el tipo de apego establecido con los progenitores y el tipo de vínculo afectivo con la pareja en la adolescencia y la etapa adulta. Por tanto, Hazan y Shaver (1987) propusieron que el amor romántico puede ser considerado como la expresión del vínculo de apego en las relaciones afectivas entre adultos, ya que este tipo de relaciones implican aspectos vinculares afectivos y emocionales complejos. Si se toman en consideración las necesidades de proximidad y de seguridad, evidentes también en la edad adulta, y las reacciones ante la pérdida o amenaza de abandono de las figuras de apego, se puede confirmar atendiendo a Bowlby (1969), que el apego continúa y es funcional a lo largo del ciclo vital. Así, Weiss (1991) sugiere que en la etapa adulta la búsqueda de figuras de apego novedosas se encuentra impulsada por la maduración alcanzada a nivel social y sexual, por un mayor reconocimiento de las limitaciones paternas, así como un aumento de la propia confianza y la necesidad de independencia.

Debido a ese mantenimiento de la búsqueda del apego a lo largo de la vida, podríamos mencionar las similitudes que en la etapa adulta existen con respecto a los formados en la infancia. Desde una visión complementaria, Ubillós et al. (1997) entienden el amor romántico como un proceso de apego con una gran similitud al que mantienen padres e hijos, compartiendo en ambos casos reacciones muy concretas ante la figura con la que se ha establecido el vínculo, tales como una fascinación intensa hacia ella, sensación de malestar ante la separación y esfuerzos para mantener la cercanía y compartir tareas y actividades. La razón que esto ocurra es que las relaciones íntimas se basan en un sistema de apego que es heredado en nuestra especie y que nacería a raíz del apego en la infancia, teniendo una función adaptativa y natural, la supervivencia a través de entablar relaciones interpersonales (Hazan y Shaver, 1987). Por otro lado, Hazan y Zeifman (1999) corroboran que las relaciones románticas presentan cuatro elementos similares a las relaciones entre niños y sus cuidadores. La primera es el contacto físico, consistente en la búsqueda de proximidad, en donde se observan interacciones de carácter íntimo que son propias de madres e hijos y en las uniones románticas, diferenciándose de las mostradas en otro tipo de relaciones. En segundo lugar, atendiendo a los criterios de selección, podemos ver la preferencia por aquellas personas que son agradables y responden a las necesidades del individuo. La reacción a la separación con respecto a la figura de apego se

encuentra en tercer lugar, produciéndose ansiedad, estrés, estado depresivo y letargo al acontecer ésta, teniendo lugar una reorganización afectiva si la separación fuera prolongada en el tiempo. Finalmente, la cuarta variable se relaciona con los efectos sobre la salud física y psicológica. Las emociones negativas provocadas por la ruptura, los celos o los problemas en la relación, traen consigo desajustes fisiológicos y/o psicológicos que caen cual losa sobre el sistema inmune. Como apunta Melero Cavero (2008), durante la etapa adulta, exceptuando los comienzos de una relación, las conductas de apego son menos visibles que en la fase infantil. Sin embargo, ante experiencias vitales negativas, tanto los adultos, como los niños requieren más contacto con figuras de apego para equilibrar su sentimiento de seguridad. De esta forma, bajo condiciones no negativas, Blom y van Dijk (2007) hipotetizan que el apego en adultos, basado en sus modelos internos, les encamina a buscar proximidad al comienzo de una relación, utilizando este criterio a la hora de seleccionar la pareja. Los componentes de apego actuarían como modos de afrontamiento ante ansiedad o estrés si las estrategias al uso no fueran lo suficientemente útiles. Por tanto, se entiende que las relaciones de apego en la etapa adulta siguen teniendo el objetivo de mantener la base de seguridad, pero potenciando las propias capacidades del individuo (Weiss, 1982).

Hay que tener en cuenta que a pesar de las diferencias que existen entre ambos tramos de edad, las funciones que mantiene el apego en ambos puntos temporales son básicamente las mismas, seguridad y protección. Dentro del apego, lo más llamativo y lo esencial dentro del presente trabajo, reside en el desplazamiento que de forma progresiva se va produciendo con respecto a la figura de apego, desde los padres hasta la pareja romántica. Así, podemos destacar dos estudios realizados al respecto de esta temática, en muestra española con Lafuente (1992) y americana en Hazan y Zeifman (1994), encontrando en ambos una transferencia progresiva de los componentes básicos de apego desde los progenitores a los amigos y la pareja, como ya se expuso, pero ahora se aborda de forma comparativa. Este proceso comienza al final de la niñez con el componente proximidad, seguido por el refugio emocional en la adolescencia temprana y la base de seguridad en la adolescencia tardía o inicio de la adultez, siendo las edades de transferencia más tempranas en la muestra americana, probablemente por valores culturales que enfatizan la individualidad e independencia. Como se aprecia, tras la infancia, todavía se puede observar similitud en ciertos aspectos del apego propios de etapas previas, la cuales aparecen cuando una pareja se separa, ya que ante la marcha, la

persona que queda puede mostrar rechazo y contención, una ligera molestia o tristeza y rabia a partes iguales (Fraley y Shaver, 1998). Sumado a esto, Fraley y Davis (1997) confirman con una muestra de jóvenes adultos que la creación de un vínculo de apego en la amistad requiere de al menos 3,5 años, mientras que en las relaciones románticas se requerirían 2 años. La explicación a esto puede residir en dos causas. La primera, se refiere al hecho de la exclusividad y mayor contacto físico en las relaciones de pareja, lo cual favorecería el apego. La segunda explicación, recae sobre el momento puntual donde se comienzan a forjar relaciones de amistad más sólidas, ocurriendo éstas durante la adolescencia temprana y en donde los padres todavía se les considera las figuras de apego principales.

Si bien es cierto que en los adultos se repiten muchos de los patrones del apego experimentado durante la infancia, habría que destacar ocho diferencias entre ambas etapas vitales, las cuales quedan expuestas por Calatayud Arenes (2009). La primera, reside en que el apego entre un niño y un adulto es asimétrico, ya que un miembro está apegado a una persona que no lo está de ella. Mientras que entre los adultos, el vínculo de apego es recíproco, ya que ambos deben mantener el rol de forma alterna de cuidadores y consumidores de cuidado. No obstante, esta simetría puede no darse en el caso de adultos en el que uno sea figura de apego del otro, pero no al revés, o bien que no ocupen una posición similar en la jerarquía de apego. La segunda diferencia, hace referencia al peso que supone el apego en la infancia, mientras que éste se reparte entre distintos vínculos en la adolescencia y edad adulta, como la amistad o pareja. En tercer lugar, el modo de búsqueda, mantenimiento y manifestación de queja ante la separación no son iguales, debido al proceso de madurez del adolescente y el adulto, sabiendo éstos que la distancia no es definitiva, tolerándola y comprendiéndola mejor, así como que no supone el perder la disponibilidad de la persona en cuestión. La cuarta diferencia, se asienta sobre la visibilidad y restricción de las conductas de apego, mostrándose menos y estando atadas a normas sociales. En quinto lugar, el malestar por la separación se muestra mucho menos en etapas posteriores a la niñez, por obediencia a códigos sociales sobre el hecho de manifestar emociones y a la capacidad de autocontrol adquirida. En sexto puesto, las diferencias entre las personas con respecto al apego son mucho mayores en comparación a la infancia, ya que la variabilidad en edades posteriores también se incrementa, habiendo diversas manifestaciones en función de esta variable. La séptima diferencia, versa sobre el cambio de las figuras de apego de los padres a los hijos cuando la persona envejece, ya que todo reside en la percep-

ción de en quién puede recaer la capacidad de ejercer los cuidados. Finalmente, el octavo cambio de una edad con respecto a otra reside en la propia figura de apego. En este sentido, en la adolescencia y edad adulta suele ser de forma preferente un igual representado por el compañero sentimental, por lo que esta relación integra el sistema de apego, el de cuidado y el sexual (Shaver, Hazan y Bradshaw, 1988). Por lo que, si bien los padres continúan siendo figuras de apego importantes durante la adolescencia (Noller, 1994) y adultez (Hazan, Campa y Gur-Yaish, 2006), pasan a ser secundarias (Mikulincer y Shaver, 2007) manteniendo una posición más alejada en comparación a la pareja romántica.

Por tanto, queda claro que las diferencias individuales en el establecimiento del tipo de relación de cada pareja están influidas por el modelo relacional que se ha formado en la infancia. Las relaciones amorosas están salpicadas por las entabladas entre cuidador y niño, ya que ambas son vínculos íntimos y con contacto físico estrecho, aunque las primeras muestran otras características que no están presentes en las relaciones verticales. Estos vínculos tempranos de apego ocurren en un momento crítico de desarrollo neuronal de los niños, teniendo un enorme impacto en su organización, concretamente en el sistema límbico, estructura encargada del procesamiento emocional, de los nuevos aprendizajes y adaptación al cambio externo (Schoore, 2002). De este modo, a través de la experiencia que el bebé tiene con su cuidador, el primero es capaz de crear representaciones mentales de las experiencias que va viviendo, permitiéndole anticiparse a futuras situaciones, almacenándolas en el hemisferio derecho que se encarga del procesamiento de la información emocional y social (Siegel, 1999). Como establece Brizendine (2008), la base para establecer un vínculo romántico queda plasmada en nuestros circuitos cerebrales, que quedarán conformados en función del desarrollo cerebral uterino, los vínculos y cuidados en la infancia, así como las experiencias emocionales a lo largo de la vida, produciendo variaciones en los circuitos cerebrales del amor y la confianza depositada en los otros. En este sentido, las tempranas figuras de protección forman parte de las conexiones emocionales relacionadas con el apego a otras personas, debido al refuerzo reiterado de vivencias de vinculación positivas o por la ausencia de éstas, de ahí a que los circuitos de seguridad se asienten sobre dichas figuras de apego seguras y accesibles. Concluye, que en los casos en los que éstos quedan ausentes o debilitados, se podrá experimentar amor a corto plazo, pero la vinculación emocional que se consiga con el paso del tiempo puede verse afectada, con probabilidad de ser imposible de lograr y/o mantener.

No obstante, hay datos esperanzadores con respecto a esta concepción, ya que las experiencias del adolescente en estas uniones románticas pueden ir modificando los modelos del apego construidos con anterioridad. Esto es, si un joven presenta una previa relación de apego seguro con sus progenitores y sufre rechazo repetidas veces con sus parejas, la seguridad de sus vínculos puede verse resentida. De igual manera, lo contrario también es plausible. Una persona que ha construido un modelo inseguro a raíz de sus experiencias infantiles, puede evolucionar hacia un patrón seguro si en su relación de pareja encuentra apoyo emocional y sensibilidad ante sus necesidades. Por tanto, la propia experiencia de la relación romántica puede actuar como variable protectora o de riesgo, como veremos más adelante. Aunque se observa una consistencia a lo largo del tiempo en lo que al estilo de apego se refiere, sí es cierto que experiencias positivas o negativas en las relaciones pueden provocar cambios en estos esquemas afectivos (Brennan y Bosson, 1998). Esta idea, se evidencia en un estudio de Ruvolo, Fabin y Ruvolo (2001), en el que evaluaron el grado de apego seguro que experimentaban los miembros de un grupo de parejas, encontrándose que aquellas en las que durante el periodo de estudio habían roto, se produjo un descenso del apego seguro, mientras que se incrementó en las que mantuvieron la relación en el mismo tiempo de medición. De igual forma, para Allen (2008) o Thompson (2000) los modelos representacionales internos del apego son objeto de cambio y reformulados por la mediación de cambios ambientales e internos, tales como nuevas experiencias en las relaciones o avances propios del desarrollo cognitivo.

Continuando con el traspaso del apego hacia la pareja y las características que manifiesta en la adolescencia y edad adulta en función del establecido en la infancia, pasamos a mostrar una serie de investigaciones que nos aportan información con respecto a esta temática. En este punto, recordamos que al principio de este apartado se mencionaba la aportación de Bowlby sobre el inicio del apego dividido en cuatro etapas, de forma que tomando esto como referencia y de forma paralela, comenzamos el recorrido con el trabajo de Zeifman y Hazan (1997), quienes proponen un modelo en el que a lo largo de cuatro fases explica la formación del apego en la edad adulta, representado por el amor romántico. Sin embargo, hay que tener en cuenta las diferencias individuales para explicar los posibles cambios en la forma en la que transcurren estas etapas. Este recorrido presenta un paralelismo con respecto al expuesto en el apartado sobre biología del amor desde la fase de enamoramiento, donde se entendían las ca-

racterísticas de cada fase desde la influencia hormonal, mientras que ahora se enfoca desde el prisma del apego, pudiendo comprender, por tanto, que las etapas que ocurren desde que dos personas tienen la primera toma de contacto, hasta que asientan una relación romántica sólida, muestran diversas características que permiten su explicación y comprensión. Pasemos, pues, a la descripción de las fases mencionadas.

La primera es la de preapego, consistente en la atracción y coqueteo mediante conductas para comenzar el contacto con alguien que nos interesa, es decir, charla, contacto ocular o sonrisa, entre otras, habiendo un gran interés por todo lo que dice o hace el otro, facilitándose así la sincronía en las conversaciones. La búsqueda de proximidad sería el único componente del apego que se encuentra presente, habiendo una gran activación del sistema sexual, principal motor hacia la búsqueda de contacto. La segunda etapa es la de apego en formación, con gran activación fisiológica que caracteriza al enamoramiento. Las personas que se comienzan a enamorar, quieren estar juntas y se sienten cómodas, iniciando charlas íntimas para fortalecer el lazo afectivo y cubriéndose la necesidad de refugio emocional. Sigue habiendo elevada activación fisiológica, pero va más allá de la interacción, ya que comienza a aparecer disminución del apetito y de la necesidad de dormir, disponiendo de una elevadísima energía. Aunque la pareja en este punto comienza a servir de apoyo emocional, si ésta se disolviera, se experimentarían tristeza o falta de energía, pero no una disminución del funcionamiento normal como que ocurre al romperse un vínculo de apego, pudiendo quedar satisfechas las necesidades de apoyo emocional por familiares y amigos. La tercera fase, representa la de apego definido, pudiendo hablar ya de amor como tal, pasando a un mayor realismo con respecto a la imagen de la pareja, una disminución de la frecuencia de encuentros sexuales e incremento del apoyo emocional y los cuidados mutuos. Si se rompiera la pareja en este punto, habría consecuencias y protesta ante la separación. La cuarta etapa es el post-romance, la más avanzada, en la que se retoma la atención en los intereses personales, aspectos laborales o académicos, disminución de las conductas de apego y actividad sexual, habiendo una fuerte interdependencia emocional y transformándose la pareja en base de seguridad, sabiendo que está disponible ante una necesidad.

Son muchas las teorías que proponen estilos de apego en la edad adulta partiendo de las bases de las tipologías establecidas en la infancia. Todas ellas coinciden en que el objetivo

principal del apego es la búsqueda de protección y seguridad emocional, quedando la diferencia entre estilos, en la forma en que cada individuo utiliza para lograrlas, lo cual parte de las estrategias que han sido útiles durante la infancia. El siguiente planteamiento corre a cargo de Maysless (1996), proponiendo unos estilos de apego adulto basándose en la orientación a personas u objetos, grado de activación de las necesidades de apego y el sentido de autoeficacia. Añadido a esto, propone otro tipo de apego semejante al desorganizado, pero que trasladado a la etapa adulta sería el desorganizado/controlador. En este sentido, expone que las personas con apego seguro tienen una historia de relación adecuada con sus padres, por lo que muestran una activación media de las necesidades de apego, una valoración positiva de sí mismos y orientación adecuada hacia los otros. El segundo tipo es el ambivalente, con alta activación de las necesidades de apego, orientación preferente hacia los demás y con poca consideración hacia la propia eficacia y valía. Este apego tiene su origen en padres impredecibles, muy críticos y que utilizan la culpa, amenazas o separación como método de control del niño. Éste desea agradar al progenitor, pero al ser éste último imprevisible, desarrolla ansiedad y un sentimiento de ineficacia, de pérdida de control del entorno y de no ser suficientemente querido, desembocando esto en sentimientos de apego y enfado hacia el cuidador. Al llegar a la edad adulta tiende a culpabilizarse por los actos ajenos, siente una insatisfacción constante y se halla inmerso en una búsqueda persistente de confirmación de amor por parte de los demás, ya que se percibe incapaz de ser querido de manera estable, por lo que muestra un temor constante a ser abandonado. En tercer lugar, encontramos el apego huidizo representado por baja activación de necesidades de apego, preferencia hacia los objetos y un elevado sentimiento de eficacia. Las personas que poseen este estilo de apego desconfían de los otros, tanto en el cuidado, como en el posible rechazo. El origen reside en unos padres que actuaban de forma consistente, pero no satisfaciendo las necesidades afectivas en todas las ocasiones, habiendo una disponibilidad más bien intermitente. Los progenitores se encargaron de reforzar aspectos distintos al mundo afectivo, obteniendo los niños el cariño de sus padres mediante estas formas, por lo que al crecer valorarán más en sí mismos y en los demás estos aspectos que fueron premiados en su momento, como habilidades, logros o aspecto físico. Por miedo al rechazo, niegan rotundamente las necesidades afectivas que puedan presentar, utilizándolo como mecanismo de defensa. Por último, las personas que muestran un apego desorganizado/controlador manifiestan desactivación de necesidad de apego, orientación hacia los demás, así como un alto sentimiento de autoeficacia. Las conductas controladoras y necesidad com-

pulsiva de cuidar a los otros, son las expresiones adultas de un apego desorganizado en la infancia, siendo tres las posibles razones que lo explican: una depresión de los padres que los incapacita para atender a los hijos, o bien padres abusivos que interactuarían violentamente ante las demandas del niño o, finalmente, respuestas atemorizantes hacia el niño. Como resultado de estas situaciones, el niño aprende que para conseguir contacto ha de invertir su rol, convirtiéndose en cuidador, pudiendo así complacer a sus progenitores, conseguir proximidad y poseer un sentimiento de valía y eficacia. Este tipo de personas están orientadas hacia otros individuos, pero para satisfacer las necesidades ajenas y así mantener su sentimiento de seguridad.

Otra clasificación de tres estilos mentales con respecto al apego se muestra en los trabajos de Main y Hesse (1990) que identificaban la categoría de desorganización por un trauma no resuelto y los sujetos no clasificables (Hesse, 1996). Con respecto a la primera categorización, encontramos a las personas devaluadoras o huidizas, cuyos rasgos consisten en presentar una imagen irreal de los progenitores, idealizada o despectiva de los mismos, afirmando su perfección o lo incompetentes que son como padres, pero sin poder aportar datos objetivos, teniendo dificultad para recordar cierta información, aunque cuando aparece suelen ser recuerdos de rechazo por parte de éstos. Niegan la influencia de estos hechos en su situación actual, mostrando desactivación del sistema de apego y menospreciando las relaciones afectivas. En segundo lugar, se encuentran las personas preocupadas, que si bien pueden acceder a los recuerdos con facilidad, éstos son contradictorios, no siendo capaces de describir sus relaciones infantiles de apego de forma coherente, sintiéndose atrapados por estas experiencias y utilizando unas formas de expresión agresivas, pasivas o temerosas, debido a su estado mental confuso con respecto a este tema. En tercer lugar, aquellos denominados seguros o autónomos narran sus experiencias de apego de forma objetiva y equilibrada con independencia de la carga emocional de éstas. Muestran la capacidad de conceptualizar las experiencias de apego con libertad y analizan la situación con perspectiva. Valoran las relaciones afectivas teniendo en cuenta la importancia que tienen para un adecuado funcionamiento. En el cuarto puesto, encontramos a los que se encuadran dentro de los que poseen traumas no resueltos. Se definen por hablar sobre hechos traumáticos con cierta desorganización en el pensamiento y el lenguaje, teniendo un estado mental representado por lagunas en el discurso y/o el razonamiento. Fi-

nalmente, el tipo no clasificable engloba a aquellas personas que muestran incoherencia general en el discurso, no pudiendo encajar en ninguno de los anteriores.

Por otro lado Hatfield y Rapson (1996) proponen seis tipos de apego con sus respectivas manifestaciones a nivel de pareja. Así, las personas con apego firme escogen a parejas con las que sientan una unión cálida y especial, aparte tienen gran facilidad para entablar relaciones sociales y hacer amigos. De otro lado, las personas con apego voluble no encuentran una estabilidad en su pareja, pronto se cansan de la relación y experimentan un vaivén emocional en el que la descuidan, pero a la que persiguen cuando está ausente o los abandona. Otro tipo son aquellos que se aferran al compañero sentimental, prefieren estar con personas con las que puedan mantener un constante contacto. En cuarto lugar está el apego veleidoso, definido por absoluta independencia y rechazo a la intimidad, sintiéndose muy presionado con facilidad. Un quinto tipo son los amantes ocasionales, los cuales no invierten ningún esfuerzo en la pareja, les gusta estar con esa persona, pero anteponen otras situaciones u objetos al compromiso romántico. Un último tipo, queda representado en aquellas personas que no se interesan en absoluto por el amor, ni en mantener o buscar pareja. Otras aportaciones a esta temática las encontramos en Pines (2005), que participa con la idea de que escogemos a personas que guarden un cierto parecido con el progenitor con el que tuvimos conflictos infantiles no resueltos; en Hendrix (1992), que enfatiza el punto de unión de una pareja en la similitud de traumas infantiles vividos, o Bowen (1989) que aporta una visión en la que la preferencia de pareja se centra en aquellos individuos que sean capaces de afrontar la ansiedad compatible con la nuestra.

Como se aprecia, son abundantes los datos que avalan la conexión entre el apego adulto con los rasgos que experimentan las relaciones de pareja. Autores como Gómez Zapiain et al. (2011) o Holland, Fraley y Roisman (2012), señalan la importancia que tiene para la relación amorosa el apego específico, siendo éste uno de los mejores predictores de la calidad en la unión. Entendiéndose como el vínculo afectivo que los individuos van formando en su relación a raíz de las experiencias e interacciones que existen entre ambos. Se comprende que conforme los miembros de la pareja actúen como fuente de apoyo, intimidad y seguridad y representen una base segura a partir de la cual poder realizar tareas de autonomía y crecimiento personal, mayor será la satisfacción que ambos experimente en su relación. El que la satisfac-

ción en la relación venga marcada por el tipo de apego que experimente cada uno de los miembros de la díada romántica, viene expuesto por Banse (2004), quien afirma que las parejas que individualmente muestran un apego seguro manifiestan mayor satisfacción en la relación en comparación con los inseguros. Los hombres que tienen una pareja ansiosa manifiestan menor satisfacción en comparación a aquellos que se encontraban al lado de una pareja segura (Kirkpatrick y Davis, 1994). Por su parte, Simpson (1990) concluye que el apego evitativo no se asocia al grado de conformidad con una relación en ambos sexos y que en mujeres, el apego ansioso se asociaba inversamente. Además, Feeney (2002) encontró que las conductas percibidas en la pareja actuaban como mediador entre el tipo de apego y la satisfacción en la relación, de esta forma los que tenían apego inseguro reaccionaban más ante los comportamientos negativos de sus parejas, experimentando un nivel de satisfacción menor en comparación con las de apego seguro. En esta línea, Guzmán y Contreras (2012) reportan los mismos resultados con respecto al apego y el bienestar con la relación, añadiendo que esto podría entenderse desde la perspectiva de los modelos internos propios y de los otros en las interacciones. De este modo, establecen que en los apegos seguros la pareja es percibida como respetuosa, cuidadosa y disponible, estando más atentos a los aspectos positivos de la relación. Mientras, en los individuos que muestran un estilo inseguro, la ansiedad y evitación provocan una evaluación negativa de la pareja con respecto a su nivel de intimidad, involucración y compromiso, a lo que se le suma la tendencia a la retirada ante situaciones de necesidad, no dando la oportunidad a la pareja de demostrar su parte afectiva, de consuelo y apoyo, lo que acaba provocando una menor satisfacción general con la relación.

Los adultos seguros suelen recordar una relación llena de afecto con progenitores sensibles y preocupados, los evitativos afirman haber tenido una historia de frialdad y rechazo por parte de sus cuidadores, mientras que el grupo ambivalente tiende a recordar un vínculo afectivo negativo entre los padres y una relación con un cuidador poco comprensivo. Esta información queda recogida de forma más extensa en la Tabla 2, partiendo de la información presentada en Feeney (1999) y Feeney y Noller (1996).

Tabla 2

Diferencias en los componentes del modelo mental en los estilos de apego

	Seguro	Alejado	Dependiente
Memorias	Padres cálidos y afectuosos	Padres fríos y rechazantes	Padres injustos
Creencias y actitudes relacionadas con el apego	Pocas dudas sobre sí mismo. Alta auto-valía. Suelen gustar a los demás. Los otros son bien intencionados y bondadosos. Se puede confiar y dependen de ellos, son desinteresados.	Suspica sobre las motivaciones humanas. No confían, ni dependen de los demás. Dudan de la honestidad e integridad de sus padres y de los otros. Falta de confianza en situaciones sociales.	Los demás son complejos y difíciles de entender. La gente tiene poco control sobre sus vidas.
Metas y necesidades relacionadas con el apego	Deseo de relaciones íntimas. Busca equilibrio entre cercanía y autonomía en las relaciones.	Limitan la intimidad para satisfacer necesidades de autonomía e independencia. Dan mayor valor a metas.	Deseo de intimidad extrema. Buscan menores niveles de autonomía. Miedo al rechazo.
Planes y estrategias	Reconocen el malestar. Modulan el afecto negativo de modo constructivo.	Minimizan el malestar relacionado con cuestiones emocionales: evitan la auto-apertura.	Aumentan las manifestaciones de malestar y enfado para provocar respuesta en los demás. Sumisos y complacientes para obtener la aceptación.

Por último, estudios sobre los patrones de apego en adultos expresados a través del amor romántico, como los de Hazan y Shaver (1987), han puesto de manifiesto que las personas con un apego seguro tienden a vivir las relaciones afectivas con emociones positivas, confianza, aceptación de la pareja y tienen mayor capacidad para resolver los conflictos interpersonales. En las personas evitativas, el amor está marcado por el rechazo a la intimidad, la falta de necesidad de depender de los demás, falta de confianza, altibajos emocionales y la dificultad para aceptar los defectos de la pareja. Estas personas suelen dudar de la existencia o de la estabilidad del amor, se perciben autosuficientes, quitando importancia a las relaciones con

carga amorosa. Finalmente, en los sujetos ambivalentes la experiencia de las relaciones afectivas se caracteriza por una preocupación obsesiva por el abandono y sienten un deseo insano de unión y reciprocidad, lo que les lleva a mantener conductas de desconfianza, celos extremos y presentar una mayor vulnerabilidad a la soledad. Para Sternberg (2000), a los amantes seguros les resulta fácil aproximarse a otros y conseguir intimidad con ellos, sabiendo que hay una cierta dependencia recíproca sin sentirse incómodos por este hecho, asimismo no experimentan preocupación por un posible abandono de la persona que aman. Los ansioso-ambivalentes o resistentes, nunca perciben como suficiente la intimidad que les ofrecen, tienen la creencia que los demás son reacios a aproximarse a ellos tanto como desearían, preocupándose por no ser amados realmente y sintiendo el deseo de fundirse totalmente con su pareja, lo cual espanta a muchas personas. Por último, para los amantes evitativos es dificultoso confiar en sí mismos y no se sienten bien cuando alguien quiere aproximarse demasiado, experimentando muy a menudo la sensación que sus parejas exigen y desean un mayor grado de intimidad del que están dispuestos a dar. Existirían dos tipos de amantes evitativos según Bartholomew y Horowitz (1991). Los temerosos, a quienes les aterra estar cerca de otros o llegar a establecer una relación íntima con ellos y los desdeñosos, que simplemente mantienen la distancia con los demás, sin más temor.

Añadido a esto, es necesario mencionar tres componentes existentes en la formación y mantenimiento de la pareja desde la perspectiva del apego. Así, Shaver et al. (1988) entienden el amor romántico como la unión de tres sistemas de conducta, el de apego, de cuidados y el sexual-reproductivo. El sistema de apego es la vinculación afectiva similar a la desarrollada en la infancia con los cuidadores, siendo el encargado de poner en marcha los modelos mentales en torno a las relaciones que se han construido en la etapa infantil. Debido a su temprana aparición influirá en la expresión de los otros dos componentes. El sistema de cuidados, se define como la necesidad en la cobertura de aspectos psicológicos, físicos, protección y apoyo de tipo emocional, de forma que mediante este sistema la pareja puede atender y responder a las necesidades del otro. Su función a gran escala, sería mantener el vínculo de apego, utilizando para ello dos mecanismos, servir de resguardo emocional y base de seguridad, es decir, cubrir el apoyo y permitir la autonomía para la exploración del ambiente, respectivamente. Finalmente, el sistema sexual, tendría una función reproductiva en los momentos iniciales de la relación, pero en sí mismo no implica la generación de un vínculo afectivo, aunque sí que puede favo-

recer el proceso de formación de una relación de apego, ya que el implicarse sexualmente generalmente conlleva intimidad y proximidad.

Para completar esta información, incluimos el trabajo que Ubillos et al. (1997) realizan al aunar los estilos de apego en adultos y los tipos de amor que experimentarán, uniéndolos a través de la visión de uno mismo y el mundo que les han proporcionado los vínculos afectivos en la infancia. De esta manera, debido a que el apego seguro otorga una visión positiva propia y de los demás, se asociará con estilo eros y *storge* de forma estable. Por otro lado, el apego evitativo, al favorecer una imagen negativa de uno mismo y del entorno, se asociará a *ludus*, es decir un amor con componente erótico, pero con muy poca implicación emocional, a través del cual no germinan relaciones estables en el tiempo. Por último, el estilo ansioso-ambivalente conlleva una imagen con tintes negativos del entorno y positiva de los demás, asociándose con el tipo de amor *mania*, o sea, un amor obsesivo que teme el abandono y la traición ajena. Estos datos se suman a investigaciones previas como las de Levy y Davis (1988), que encontraron resultados idénticos, salvo que el apego seguro se relacionaría con eros y *ágape*, así como los resultados de Sternberg (1986), que arrojan una relación positiva entre el estilo seguro y su modelo de tres componentes del amor y otra negativa con el estilo ambivalente.

Dentro de las diferencias entre hombres y mujeres en estos menesteres, Hendrick y Hendrick (1986) hallaron que los varones otorgan más importancia al amor eros y *ludus*, mientras que Sprecher et al. (1994) aseguran que las mujeres se decantan por un amor amistoso, pragmático y posesivo o *maníaco*, resultados que tienen su interpretación en las funciones que cada tipo de amor ha tenido para cada sexo a lo largo de la evolución y la forma en que cada uno de ellos ha tendido a apegarse para satisfacer sus necesidades. En resumidas cuentas, en los hombres se tendería a propagar su estirpe a través de un gran número de parejas sexuales, de ahí la preferencia por un amor con un menor componente de compromiso; en las mujeres, se aseguraría la compañía de una pareja que defienda los intereses de la prole a través de cuidado y protección, debido a la gran inversión y esfuerzo que para ellas conlleva la crianza, como ya se explicó extensamente. Sin embargo, el estudio de Brenlla, Brizzio y Carreras (2004) muestra que a diferencia de los anteriores resultados, no se aprecian diferencias significativas entre hombres y mujeres en lo que actitudes hacia el amor se refiere. Sus resultados

son muy semejantes en todos los estilos de amor, mientras que en ludus tuvieron proporciones semejantes en las puntuaciones medias y bajas. Esto se interpretó como una baja percepción del amor, como una mera diversión y escaso compromiso por parte de la muestra. Una razón que podría explicar esta diferencia se hallaría en el estado sentimental de los hombres de la muestra del estudio previo de los años 80 del pasado siglo y el de éste trabajo, ya que en el primero había un menor número de varones que afirmaban estar enamorados, lo cual podría explicar la nueva tendencia del hombre hacia eros y la escasa preferencia por ludus. Incluso con estos datos, las autoras afirman la posibilidad que los resultados estén sujetos a variables como deseabilidad social o factores culturales, ya que la primera muestra era americana y ésta argentina.

Adentrándonos en el análisis del apego en la adolescencia, comenzamos exponiendo que al tratarse de una fase de profundas transformaciones, éstas ejercerán presión sobre las formas de expresión y el significado que adquiere el apego. El nuevo potencial cognitivo adolescente pondrá a su disposición un mayor y más complejo razonamiento con respecto a las figuras de apego, para observarlas de forma más realista, compararlas o pensar en otras alternativas (Allen, 2008). De forma complementaria, el desarrollo en esta etapa se caracteriza por una disminución de la cercanía emocional y las expresiones de afecto (Collins y Repinski, 1994), así como un aumento de la necesidad de privacidad (Steinberg y Silk, 2002). Estos procesos serían el resultado del desarrollo de la autonomía, de la confrontación entre la necesidad del apoyo por parte de los padres y la necesidad de exploración que ha de culminar con el equilibrio entre ambas por parte del adolescente (Oliva Delgado, 2011). Esta autonomía se alcanzará gracias a que la identidad adquiere nuevas y significativas dimensiones, así las relaciones de apego se hacen más estables a lo largo del desarrollo y funcionan como un recurso de adaptación que asegura la formación de la identidad durante el proceso de socialización (Valdés, 2002). Los modelos representacionales contruidos a partir de las primeras relaciones serían los responsables de esta continuidad relacional en el tiempo, perpetuándolos a través de las uniones establecidas con los otros. Al igual que ocurría en la situación del extraño, cuando el adolescente percibe mayor apoyo y disponibilidad de las figuras paternas, tenderá a una mayor exploración, pero no hay que olvidar que aunque durante la adolescencia este tipo de conductas aumenten y se produce una disminución en las muestras explícitas del apego, la gran mayoría de los adolescentes disfrutan de relaciones positivas con sus padres, acudiendo a

ellos ante situaciones problemáticas, necesitando su respeto y cariño (Delgado Gallego et al., 2011).

Debido a la continuidad temporal del apego que se comentaba previamente, al igual que los adultos, los adolescentes experimenten y muestren una serie de formas de proceder y pensar sobre sí mismos y los demás, donde también queda incluida la pareja. De este modo y partiendo del proceso de distanciamiento emocional paterno y los conflictos entre padres e hijos propios de esta etapa, también existirán diferencias partiendo de un estilo de apego u otro. En función de esto, se entiende que hay mayor probabilidad que, aquellos que crecieron en una familia caracterizada por un patrón de apego seguro, estén más dispuestos a proporcionar apoyo y ayuda a los demás (Feeney y Collins, 2001), ya que al disponer de mayor capacidad empática, están más orientados a sensibilizarse y ayudar a otros, teniendo un mayor potencial de regulación emocional (Mikulincer, Shaver, Gillath y Nitzberg, 2005). Por otro lado, un modelo de apego seguro también favorecerá un distanciamiento de los padres más saludable, mostrando un mejor ajuste ante esta tarea (Bernier, Larose y Whipple, 2005). Igualmente, manejarán los conflictos y discusiones con los padres de una forma más saludable, ya que ambas partes expresan sus opiniones y sentimientos, intentando llegar a soluciones equilibradas entre la autonomía y el mantenimiento de una positiva relación con los padres (Allen, 2008). Estos procesos nacerían de una relación basada en la sensibilidad emocional de los padres hacia los hijos y de una percepción de seguridad y disponibilidad por parte de éstos hacia sus progenitores, ya que aunque se presenten discusiones existe una confianza en la solución al problema y ausencia de preocupación por abandono ante la presencia de desacuerdos. Por otro lado, las personas evitativas muestran una menor activación del sistema de cuidados, ya que su dificultad para empatizar con las necesidades ajenas, coincide con su disposición a aumentar la distancia emocional (Kunze y Shaver, 1994). De hecho, esta lejanía afectiva en los padres puede constituir un elemento de alto estrés al experimentarse la búsqueda de autonomía de los hijos como una pérdida de autoridad paterna, lo que provocaría una fuerte oleada de conflictos y desacuerdos (McElhaney, Allen, Stephenson y Hare, 2009). Con respecto a las discusiones, éstas se solucionan de manera improductiva, ya que tienden a evitar, conductualmente hablando, el conflicto en sí. Como aportan Allen y Land (1999), la propia falta de implicación afectiva de adolescentes con este estilo de apego, resulta en un problema añadido a la hora de solucionar los problemas, ya que tienden a rechazar la relación con los padres en vez de intentar

reajustarla ante sus actuales necesidades de autonomía. Por último, las personas que crecieron en un entorno de apego ambivalente tienden a distorsionar la percepción de amenazas, sobre activando el sistema de cuidados, llevando a cabo un patrón atencional hacia los demás de tipo compulsivo (Kunze y Shaver, 1994). Estos adolescentes se implicarán en discusiones de forma más frecuente, caracterizadas por su intensidad emocional y sin un fin productivo que acabarán por limar su autonomía (Oliva Delgado, 2011). La dificultad en el traspaso hacia tareas de exploración se debe a la exageración de los problemas familiares por parte de estos adolescentes, así como a una excesiva unión hacia los padres, contrariamente a sus iguales evitativos (Allen y Land, 1999).

Otra de las dimensiones en las que se refleja el tipo de apego es en las relaciones románticas adolescentes. El inicio y mantenimiento de relaciones afectivas e íntimas o de pareja en esta etapa es una tarea necesaria para un buen desarrollo psicosocial, ya que presenta grandes beneficios para la salud, bienestar y un mayor ajuste psicológico. Como apuntan Penagos et al. (2006), también les otorgan los contextos propicios para la consolidación de la identidad gracias al desarrollo de la sexualidad y la intimidad, de forma que el no tener relaciones románticas durante la adolescencia podría aumentar la probabilidad de experimentar rechazo y aislamiento. A pesar que las relaciones románticas en la adolescencia no están libres de riesgos, Collins, Welsh y Furman (2009) afirman que la pareja sirve de fuente de apoyo social y emocional, así como compañía en actividades de ocio, contribuyendo al incremento de la competencia de carácter social. Además, concluyen que para que este buen funcionamiento ocurra tiene que haber calidad en la relación, entendiéndose ésta como el grado en el que una pareja manifiesta afecto, apoyo e intimidad recíprocos, de forma que cuanto más calidad se perciba, mayor será el nivel de bienestar, compromiso y satisfacción. Sabemos que las relaciones de pareja tienen su inicio en esta fase del desarrollo, empezando a tener sus primeras citas en la adolescencia temprana. Ya Ainsworth (1989), señaló que los procesos cognitivos y hormonales catapultan a los adolescentes hacia la unión con un igual de la que formarían parte el sistema de apego y de tipo reproductivo, de forma que un vínculo estable con un pareja sexual sería la culminación de la evolución del apego (Scharf y Mayseless, 2007). La función facilitadora de supervivencia que el apego tiene durante la infancia disminuye en la adolescencia y edad adulta, rasgo que muestra una lógica evolutiva y de cobertura de necesidades, pero también resulta cierto que el cometido de protección se mantiene tras la pubertad, ya que

las personas que viven una experiencia satisfactoria de pareja tienen más esperanza de vida y muestran mayor nivel de bienestar (Diamond y Hicks, 2004).

Las diferencias individuales en el establecimiento de relaciones románticas se guían por el modelo representacional edificado a raíz de las vivencias en la infancia, así como por la aportación de las relaciones de amistad creadas, observándose patrones iguales que en la edad adulta. Cuando en el hogar se observe calidez parental, estabilidad emocional, exista apoyo entre sus miembros y afecto en la pareja formada por los padres, es decir, cuanto más positivo sea, mayor capacidad desarrollará el adolescente para formar y mantener relaciones íntimas satisfactorias (Ha, Overbeek, de Greef, Scholte y Engels, 2010). Igualmente, a mayor apoyo percibido de los padres, mayor será el compromiso del adolescente con su relación de pareja (Parks, Stan y Eggert, 1983). Según aportan Simpson, Rholes y Phillips (1996), aquellos que presentan un apego seguro tienden a desarrollar modelos mentales de sí mismos favorables y perciben a los demás como personas con buenas intenciones, mostrándose por tanto confiados, seguros y afectuosos, lo que hará más sencillo intimar con ellos, ya que no temen ser abandonados. Esto les lleva, a su vez, a una mayor probabilidad de embarcarse en relaciones de pareja muchos más saludables y satisfactorias. De la misma manera, tal y como afirma Simpson (1999), las personas seguras se encaminan a emparejarse con otros del mismo estilo de apego, ya que se implican con mayor frecuencia en interacciones positivas con menor número de conflictos, ofrecen más apoyo emocional y muestran más satisfacción y compromiso con la relación, aceptando gratamente el contacto físico. Además, aquellos adolescentes que presentan altos grados de seguridad en su pareja, experimentan niveles más bajos de soledad y depresión (Carnelley, Pietromonaco y Jaffe, 1994). Por otro lado, en las personas con apego ambivalente la ansiedad sobre las relaciones suele sobrecargar su sistema de apego con la intención de ganarse el cariño de los demás, controlando su comportamiento y aferrándose a ellos, mostrando una excesiva dependencia, inseguridad y celos injustificados (Oliva Delgado, 2011). Esto dará a lugar a relaciones cargadas de toxicidad, al igual que aquellos adolescentes que se vincularon mediante un apego evitativo tenderán a mostrarse fríos, distantes, alejados del compromiso en sus relaciones sentimentales y con una iniciación precoz y mayor frecuencia en tema de actividad sexual. Como anota Belsky (1999b), la conexión entre esta conducta sexual y el apego puede obedecer a que la autosuficiencia que muestran los sujetos evitativos sea más productiva en situaciones complicadas, resultando en estrategias de reproducción de

tipo cuantitativo, caracterizadas por la promiscuidad. Además, Furman y Winkles (2010) encuentran que los estilos evitativos y ansioso-ambivalentes en los padres correlacionan de forma positiva con el mismo estilo en sus hijos adolescentes y en las relaciones de pareja que forman, existiendo una mayor tendencia en la presencia de este estilo en los chicos. Por su parte, Martínez Álvarez, Fuertes Martín, Orgaz Baz, Vicario Molina y González Ortega (2014) seleccionan una muestra de parejas heterosexuales adolescentes que presentan diferencias por sexo en la medición de varias dimensiones del apego, así como nivel de traspaso del vínculo de los padres a la actual pareja. Según los autores, en las chicas, a mayor percepción de los progenitores como base de seguridad y apoyo ante situaciones ansiosas o que generan preocupación, menos ansiedad sufren en sus relaciones de pareja, datos que solamente puede extrapolarse a las madres en el caso de los chicos. Por otro lado, con respecto a la evitación, en los chicos, menor es la que manifiestan en su relación de pareja si han tenido una infancia con una alta vinculación afectiva con ambos padres, mientras que para las chicas solamente resulta significativa la figura paterna para obtener los mismos resultados. De esta forma, se podría concluir una conexión entre el apego con los padres y el representado posteriormente por el compañero sentimental, con la figura del progenitor del sexo contrario como influencia significativa en diferentes aspectos posteriores de la relación de pareja. Este último dato se refuerza con investigaciones como las de Bucx y Seiffge-Krenke (2010), que abogan por la calidad del apego con el progenitor del sexo opuesto a la hora de explicar habilidades de resolución de conflictos en la pareja, o con el estudio de Scharf y Mayseless (2008), quienes comprueban que en el caso de chicas que se encuentran en la última fase de la adolescencia, la relación que mantienen con la madre va asociada a un retraso en tener las primeras relaciones de pareja, contrariamente a la relación con el padre, la cual estaba relacionada con una mejor calidad en la pareja una vez formada. Continuamos con el trabajo de Martínez Álvarez et al. (2014). En referencia a la conexión existente entre la ansiedad-evitación en la pareja y la calidad derivada de la misma, se observa que una relación en la que existen altas dosis de estas dimensiones, se experimenta como menos satisfactoria tanto en chicos, como en chicas. No obstante, cuando ellos manifiestan mayor ansiedad e inseguridad respecto a la disponibilidad de la pareja, ellas lo perciben como un signo de calidad de la relación. Finalmente, la vinculación entre el apego infantil y la percepción en la calidad relacional amorosa es clara. Al vivir la relación con los padres como carente de apoyo y seguridad, se puede favorecer la aparición

de un modelo de pareja definido por la ausencia de estos elementos, teniendo un efecto directo en la peor calidad de la relación y viceversa.

b) Estilos parentales educativos

El grado de conocimiento que los padres tienen sobre los hijos, unido a los rasgos de personalidad de éstos, ayudarán al establecimiento de distintas formas de disciplina y enseñanza y provocará variaciones en la eficacia del estilo educativo que lleven a cabo (Grusec, Goodnow y Kuczynski, 2000). Por tanto, el control, afecto y grado de implicación en la crianza representan bases fundamentales en la educación, siendo los factores que mejor predicen la calidad de las relaciones entre padres e hijos y los rasgos del estilo educativo (Mestre, Frías, Samper y Nácher, 2003). Los estilos y pautas de crianza de la familia influyen, como entre tantas cosas, en el desarrollo social y afectivo de los hijos, ya que inserto en este contexto familiar el niño aprenderá las normas, valores y habilidades que se encuentran conectadas al manejo y solución de conflictos, habilidades sociales y de tipo adaptativo o la regulación emocional, entre otras (Cuervo Martínez, 2010). Desde este punto de vista, la adolescencia sería el resultado de unir los procesos de cambio propios de esta edad, la enorme influencia que sobre la familia tienen los sistemas extrafamiliares existentes, así como las modificaciones educativas que se producen entrada esta fase, las cuales se basan en una renegociación del control, los límites y la individualidad, ya que en esta etapa se demanda una mayor autonomía e independencia, transformándose de esta manera la jerarquía propia de la niñez hacia una relación más equilibrada de igualdad entre padres e hijos (Antón-San Martín, Seguí-Durán, Antón-Torre y Barrera-Palacios, 2016).

Entre los cambios experimentados por los adolescentes se encuentra el avance cognitivo, que tal y como explica Smetana (1989) les va a permitir valorar desde otro prisma las normas que hasta el momento habían regido a la familia, concibiendo nuevas alternativas y siendo así más críticos y desafiantes con respecto las reglas previas y a la toma de decisiones, aumentando de este modo las tensiones con los padres al poner en duda su autoridad. Otro punto de conflicto con los progenitores, son aquellos comportamientos asociados a una adolescencia que cada vez comienza de forma más temprana, por lo que se observa a preadolescentes implicados en relaciones de pareja, actividades sexuales, consumo de alcohol o retraso

en el horario de recogida en situaciones de ocio (Casco, 2003). Al principio, los padres mostrarán mayor resistencia, pretenden relacionarse con los hijos de la misma forma y mantener su autoridad, aumentando la intensidad y frecuencia de los conflictos entre ambas partes, pero poco a poco irán flexibilizando su postura, volviendo las relaciones a su estado normal en la etapa media y tardía de la adolescencia (Granic, Dishion y Hollestein, 2003).

De esto se puede deducir que si los padres no reajustan los estilos educativos y los amoldan a una nueva fase evolutiva que demanda otras necesidades, se incrementará la posibilidad de aparición de problemas adaptativos en los adolescentes. En esta línea, se entiende que las interacciones negativas dentro de la familia pueden acarrear desajustes psicológicos y sociales en los hijos, teniendo todo ello su origen en una serie de factores variados, tales como nivel de satisfacción con la paternidad, aspectos de la crianza, estrés (Cabrera, Guevara y Barrera, 2006); así como baja satisfacción materna, percepción negativa del bebé o historia infantil de castigo en los progenitores (Pons-Salvador, Cerezo y Bernabé, 2005). Incluir también entre las posibles explicaciones, las características de corte psiquiátrico de los padres, con respecto a lo que Gracia, Lila y Musitu (2005) mostraron una conexión entre el nivel de rechazo de los padres percibido por el hijo y el ajuste psicológico, social y nivel de hostilidad, así como con comportamientos internalizantes, como aislamiento social, ansiedad o baja autoestima y de tipo externalizante, como agresividad y conducta disocial.

Por tanto, si tenemos en cuenta que el apego está conectado al tipo de clima emocional experimentado en la infancia, entonces las formas de actuar y percibir al hijo presentan un claro peso en la manera de socialización de los niños y adolescentes, por lo que partiendo del estudio del apego, podremos comprender los estilos de educación dentro del microsistema familiar. Las conductas y actitudes con respecto a los hijos, en general, sustentan el tipo de apego establecido y también van a incluir las prácticas parentales, entre las que se encuentran el apoyo y el control (Gracia et al., 2005). Estos estilos de crianza se conforman a partir de patrones familiares, de sistemas de creencias y de las características de la interacción que definen la relación con los hijos. La calidad de las conductas y creencias de los padres se asociarán a distintos resultados de desarrollo, por lo que en palabras de Solis-Cámara et al., (2007), se entiende la crianza como el conjunto de actitudes y comportamientos que los padres manifiestan hacia sus hijos para dar respuesta ante sus necesidades. Es la forma de orientar el desa-

rollo de los niños mediante la transmisión de normas y valores que permitirán su inclusión en la sociedad. No obstante, como afirma Arranz Frejjo (2004) si tomamos como referencia la visión interactiva y bidireccional sobre las prácticas parentales, los estilos educativos utilizados por los padres van variando a lo largo de la infancia y adolescencia, debido, por un lado a variables contextuales, como el estatus socioeconómico o factores religiosos y, por otro, a que las propias características del hijo irán provocando adaptaciones y ajustes en este ámbito. En esta línea, Lewis (1981) señala que el temperamento del niño va a tener mucho que ver en este tema, así los niños calmados y receptivos facilitarán el uso de un estilo democrático en comparación a otros con un carácter más inestable. Por tanto, habría que encuadrar el estudio de los estilos parentales de crianza desde una perspectiva en la que se combinen los efectos provocados por los rasgos personales del hijo y el contexto evolutivo donde éste se desarrolle.

Haciendo hincapié en la adolescencia, como se ha comentado, hay que tener en cuenta que se trata de un periodo de exploración en el que los jóvenes necesitan vivir diversas experiencias para construir su identidad y, aunque esto conlleva ciertos riesgos resulta necesario, por lo que los padres deben contrarrestar llevando a cabo una supervisión sobre dichas conductas. Actualmente, se acuerda que el medio familiar óptimo para un correcto desarrollo adolescente es aquel en el que las relaciones padres-hijos combinan el afecto con el hecho de favorecer la individualidad, todo esto a través de conductas que estimulen la autonomía cognitiva y la iniciativa propia, es decir, una forma de crianza democrática (Pelegriña, García y Casanova, 2002). Hasta en culturas colectivistas, en donde la noción de crianza puede distar de la individualista occidental, Sorkhabi (2005) encontró que un estilo parental democrático provoca un mejor ajuste general de los hijos criados en ese entorno. En este punto, Steinberg y Morris (2001) matizan en torno a estas afirmaciones, exponiendo que si bien existen pruebas concluyentes entre un estilo democrático y un mejor ajuste por parte de los adolescentes, la fuerza de esta relación podrá variar en función de las muestras utilizadas, los contextos y las variables de cada investigación. Finalmente en relación a esto, aclarar que el estilo de ambos padres no siempre va a coincidir, aunque en la literatura sobre este tema se utilicen indistintamente la etiqueta de estilo parental para designar el de los dos progenitores. Como expone Steinberg (2001), lo ideal es disponer de dos estilos democráticos en el hogar, ya que el ajuste psicológico y conductual de los que disfrutan de esta situación y de los que solamente dispo-

nen de un progenitor democrático, es menor en comparación a la diferencia existente entre los últimos y quienes de entre sus padres, ninguno lo es.

Tal y como afirman Darling y Steinberg (1993), dos son las perspectivas que han ido guiando los trabajos en el campo de las prácticas educativas paternas y en los resultados que éstas tienen sobre los hijos adolescentes. Uno de estos enfoques es el categorial, es decir, la realización de una tipología general sobre los estilos de crianza, siendo el otro dimensional, que centra los estudios en los rasgos conductuales de los padres. Proponen tres dimensiones que se extienden a lo largo de un continuo, a saber: la aceptación y la implicación, el grado de supervisión y el grado de autonomía psicológica permitida. La primera, hace referencia a la calidez e involucración de los padres, la segunda, hace mención al control e información que poseen los progenitores sobre sus hijos y la tercera, entendida como la promoción de la expresividad y el uso democrático de las reglas establecidas en la familia. Estas dimensiones han aumentado hasta llegar a seis: afecto-comunicación, control conductual, control psicológico, autonomía, humor y revelación de información (Oliva, Parra, Sánchez y López, 2007).

Partiendo de la combinación de estas dimensiones, Baumrind (1968) destaca el control y la receptividad. Define ésta última como el apoyo emocional que reciben los niños por parte de los progenitores, siendo la dimensión más relevante a la hora de describir las relaciones entre padres e hijos. Este concepto es utilizado para referir aspectos como la armonía, cercanía emocional y el apoyo, evitando la crítica, el castigo y la desaprobación, rasgos que caracterizan al estilo democrático tal y como lo expone la autora; así como la sensibilidad de los padres ante las necesidades del hijo, el afecto expresado y la aceptación de su individualidad (Palacios, Hidalgo y Moreno, 1998). Por lo que, atendiendo a esta dimensión en concreto, cuando una comunicación de calidad, el afecto y el apoyo caracterizan las uniones entre padres e hijos, sobre todo en la adolescencia, se presentan múltiples beneficios, tales como mejor ajuste psicosocial, confianza en sí mismos, mejor autoestima, bienestar psicológico y menos problemas de conducta (Oliva Delgado et al., 2002), así como más receptividad a los intentos socializadores paternos y menos signos de rebeldía ante el control de éstos (Darling y Steinberg, 1993). La segunda dimensión que expone es el control paterno, que se refiere a lo restrictivos que pueden llegar a ser los padres, poniendo límite a la libertad de los hijos mediante la imposición de normas, la aplicación de sanciones ante su incumplimiento, la exigen-

cia de responsabilidades y el seguimiento de las actividades que llevan a cabo. Aunque los hijos durante la adolescencia requieren supervisión por parte de los progenitores, ya que todavía se encuentran el pleno desarrollo y muestran dependencia en muchos aspectos, lo que sí es cierto es que a medida que avanzan en esta etapa vital, los padres reducen progresivamente los niveles de control como método de reajuste ante la mayor madurez del hijo (Collins y Steinberg, 2006).

Existe una gran controversia sobre el uso, frecuencia y cantidad de control usado por los padres a la hora de educar a sus hijos, por ello la autora estableció con respecto a esta dimensión una relación curvilínea, en la que expresa que tan perjudicial era la carencia, como demasiado control, teniendo en ambos casos como respuesta conductas rebeldes y agresivas por parte de los adolescentes. Aunque la mayoría de la literatura con respecto a este tema apoya la importancia de una dosis de control parental a modo preventivo del mal comportamiento en los hijos, Kerr y Stattin (2000) y Kerr, Stattin, Biesecker y Ferrer-Wreder (2003) cuestionan si los padres tienen información de los hijos como consecuencia de la vigilancia/límites que establecen. Acuerdan que el conocimiento de lo que hacen los hijos en su tiempo libre lo obtienen por las propias revelaciones de éstos y no por sus esfuerzos deliberados en conseguirlo y que, de hecho, serían este último tipo de adolescentes los que se muestran más ajustados. En su opinión, el ajuste de los adolescentes no guardaría relación ni con las estrategias de control, ni con los esfuerzos para obtener información, incluso pueden asociarse a indicadores negativos. Sin embargo, estos planteamientos fueron puestos en tela de juicio por Fletcher, Steinberg y Williams-Wheeler (2004), quienes al reanalizar los datos, descubrieron que el control sí influía significativamente en el conocimiento que poseían los padres sobre el ocio de los hijos y sobre la disminución de conductas negativas. En palabras de Oliva (2006), es altamente recomendable que los padres tengan información sobre sus hijos, actividades, horarios, amistades y lugares que visitan, obteniéndola a través de una relación cálida basada en la comunicación y confianza. Usar el afecto como medida de supervisión es muy útil para prevenir problemas comportamentales. Además, añade que ciertas dosis de control son necesarias para un buen ajuste infantil y adolescente temprano, a pesar que a partir de esta fase se vaya relativizando, intentando sustituirlo por uno justificado en el que cada vez haya una mayor relación igualitaria que permita incrementar su autonomía y libertad.

Teniendo en cuenta la combinación de la afectividad con el control en sus dos polos, alto y bajo, Baumrind (1968; 1971) y Maccoby y Martin (1983) describen cuatro estilos parentales de crianza. El primer estilo es el democrático, presente en aquellos padres que tienen un alto nivel de afectividad y control, de forma que ponen límites a la conducta con un razonamiento de por medio, respetando la individualidad y compartiendo decisiones. Existe comunicación abierta, escuchan las quejas de los hijos y se muestran tolerantes si las consideran justas. El segundo estilo, el autoritario, se caracteriza por una alta rigidez en la imposición y cumplimiento de normas, no fomentan la individualidad e independencia y existe poca afectividad. Imponen su criterio sin tener en cuenta las necesidades de los hijos, intentan dominar y controlar la situación a toda costa mediante amenazas, castigos y prohibiciones. El estilo permisivo es la antítesis del anterior. Grandes dosis de afecto y pocas reglas y límites, dejando que el hijo regule sus propias actividades y aceptando sus impulsos, evitando hacer uso del control mediante la no imposición de castigos, realizando pocas demandas y otorgando escasas responsabilidades. Finalmente, el estilo indiferente/negligente se define por ausencia de control y apoyo hacia los hijos en general, así como, en palabras de Arranz Freijo (2004), por falta de coherencia, implicación emocional y manifestaciones de indiferencia, así como de irritabilidad y ambigüedad por parte de los padres.

Cada uno de estos estilos genera una serie de consecuencias personales en los hijos, de forma que en la Tabla 3 se puede observar la relación existente entre ambas variables, la cual es el resultado de combinar información de Palacios et al. (2004) y de Arranz Freijo (2004).

Tabla 3

Relación entre estilos educativos paternos y características adolescentes

Padres	Hijos
Democráticos	<ul style="list-style-type: none"> - Alta autoestima - Buena actitud y rendimiento escolar - Buena salud mental - Baja conformidad ante los otros - Escasos problemas de conducta - Confianza en ellos mismos
Permisivos	<ul style="list-style-type: none"> - Alta autoestima - Escasos problemas emocionales y malestar psicológico - Problemas de conducta y mayor consumo de drogas - Confianza en sí mismos
Autoritarios	<ul style="list-style-type: none"> - Obedientes y orientados al trabajo en un principio - Baja autoestima - Hostiles y rebeldes conforme aumenta la disciplina - Poca confianza en sí mismos - Problemas depresivos
Indiferentes/Negligentes	<ul style="list-style-type: none"> - Problemas escolares y de ajuste psicológico - Problemas de conducta y consumo de drogas - Baja autoestima - Alta conformidad ante los demás

También debemos atender al concepto de autonomía dentro de los estilos de crianza. En este sentido, Lewis (1981) critica la postura de Baumrind al justificar que lo que realmente diferencia a niños criados en entornos democráticos de los demás, es el fomento de la autonomía. Ésta hace referencia, según Hodges et al. (1999), a las estrategias que llevan a cabo los progenitores para que los niños y adolescentes potencien su capacidad para pensar, opinar y tomar decisiones por ellos mismos, utilizando para esto el intercambio de información, respuestas a preguntas y tolerancia ante ideas opuestas. Esto se traduce en una mayor indepen-

dencia, competencia social y mejor salud mental de los hijos. También en un mejor desarrollo cognitivo y adopción de perspectivas gracias a las conversaciones que este tipo de padres mantienen con sus hijos, mejorando también su rendimiento académico (Krevans y Gibbs, 1996). Los padres suelen otorgar más autonomía a los adolescentes en otras áreas que no están relacionadas con responsabilidades en tareas del hogar y, en general, conductas que puedan afectar a su salud (Smetana, Campione-Barr y Daddis, 2004). Las distintas reacciones de los padres ante la autonomía de sus hijos presentan varios orígenes. Así, según establecen Montañés et al. (2008), los padres se perciben como útiles para apoyar y ayudar a su hijo, por lo que esta creciente necesidad de separación les provoca emociones negativas, ya que las experiencias en la infancia de su hijo les dificulta el poder adaptarse a un nuevo trato y modo de crianza más democrático en la adolescencia. Sumado a esto, Kimmel y Weiner (1998) afirman que el modo de operar de los adolescentes influirá en la autonomía otorgada por los padres, de forma que cuanto más competentes sean, cotas más elevadas se le proporcionarán, mientras que cuanto mayor sea la irresponsabilidad que muestren, la resistencia de los padres se incrementará.

En el otro extremo, encontramos aquellos padres que no promocionan la individualidad, mostrándose contrarios y reacios ante cualquier muestra de pensamiento independiente de los hijos, los cuales revelarán mayor sintomatología ansiosa y depresiva y problemas en las relaciones que establezcan (Rueter y Conger, 1998). En atención a esto, Oliva (2006) afirma que este tipo de progenitores utilizan el control psicológico para detener o eliminar un comportamiento o emoción del adolescente con el que no están de acuerdo, utilizando estrategias como la retirada de afecto o inducción a la culpa. Este tipo de control estaría relacionado con problemáticas de tipo conductual y emocional (Parra y Oliva, 2006). Unido a esta consideración de la autonomía como elemento importante de estudio dentro de los estilos parentales, Oliva, Parra y Arranz (2008) proponen una perspectiva multidimensional en el que éstos se analizan no únicamente desde el afecto y control, sino también en la relación con el entorno, apoyo, afecto, comunicación y promoción de la autonomía. Tanto en padres, como en madres, encontraron tres estilos: democrático, estricto e indiferente. Demostraron que el tipo democrático, no solamente era el más frecuente, sino también el más beneficioso, ya que promovía un desarrollo positivo, mayor satisfacción con la vida, mejor autoestima y menos presencia de problemas internalizantes y externalizantes.

Fuera de la categorización clásica de los estilos educativos como tal, Nardone, Giannotti y Rocchi (2003) formulan seis modelos de organización de las relaciones entre padres y sus hijos adolescentes con sus correspondientes rasgos, formas de operar y consecuencias personales y sociales de su puesta en marcha. Estos tipos son: el hiperprotector, democrático-permisivo, sacrificante, intermitente, delegante y autoritario. Estas formas de interacción en la familia serán trasladadas posteriormente al resto de relaciones que los adolescentes inicien, ya que dichos modelos se dan previamente en los progenitores en su fase de pareja, tendiendo los hijos a repetir estos patrones cuando inicien las suyas propias. A continuación se describen las características de cada uno de ellos.

El modelo hiperprotector queda representado en una familia en la que los adultos hacen la vida más fácil a los hijos, disminuyendo sus dificultades e incluso llegando a hacer sus tareas, no delegando en ellos ninguna responsabilidad, teniendo como consecuencia en la mayoría de los casos, hijos problemáticos. Los modos de comunicación que caracterizan a este modelo se reducen a palabras y gestos con gran carga afectuosa hacia los hijos, asistiéndolos rápidamente ante cualquier mínima necesidad. Monitorizan sus pasos para anticiparse a un posible problema y poder prevenirlo, no dejando que el hijo se enfrente a ninguna dificultad. Cortan drásticamente cualquier intento de iniciativa de los hijos y muestran discretos reproches ante un intento de rebelión, como silencios o malas caras, provocando sentimiento de culpa, ya que la relación sitúa a los padres en una posición de superioridad, mientras que la del hijo es de inferioridad. Con respecto a las reglas existentes, la madre es la principal cuidadora y responsable. Exigen obediencia como modo de agradecimiento a todo lo que se le da. La consecuencia final es que con todo el amor que se les brinda, los hijos se vuelven inútiles y no desarrollan el talento y la capacidad para desenvolverse en el mundo, ya que no se les pone a prueba.

El segundo modelo es el democrático-permisivo, cuya premisa básica es la ausencia de jerarquías. Ya en la pareja previa a la formación familiar, hay libertad, consenso, evitación de conflictos, equidad en todos los aspectos y alta preparación académica, ya que parten de ideales personales vistos en la propia familia de origen o como oposición a los modelos vividos en ésta. Partiendo de estas premisas, es de esperar que la crianza sea la más adecuada, pe-

ro en el momento en el que las relaciones se complican, los hijos se vuelven dominantes debido al sometimiento de los padres. La razón de esta situación reside en tratar a los hijos como a iguales, manteniendo una relación horizontal en la que se admite que formen parte de manera precoz en la toma de decisiones y responsabilidades que no corresponden a su edad, comportándose los progenitores en la mayoría de ocasiones más como amigos, confidentes y cómplices, que como guías. Además, la transgresión de las normas no tiene sanciones y las reglas no se imponen con firmeza. Debido a esto, el hijo en esta edad comienza a transgredir unas normas débiles, ya que perciben en los padres una falta de iniciativa para pasar a la acción e imponer una sanción. La consecuencia a gran escala es el surgimiento de conflictos por ausencia de referencias sólidas y estables para el adolescente, mostrando conductas opositoras, pero sin llegar a ser independiente.

El tercer modelo propuesto es el sacrificante. La formación inicial de este tipo también nace con la pareja, en donde el punto central es el sacrificio que sirve como aceptación del otro y mantenimiento de la relación a expensas de una falta de satisfacción de las necesidades propias, surgiendo así un modelo familiar posterior cuya estabilidad depende de la entrega excesiva de uno de los progenitores o de ambos, ya sea para buscar el beneficio familiar o de pareja. La comunicación se basa en el papel sacrificador de los padres, de las obligaciones y el deber, del placer que se obtiene a través de la cobertura de necesidades ajenas, así como la desilusión por la falta de valoración de las renuncias llevadas a cabo, pero perseverando en su comportamiento a pesar de dichas quejas. Esta situación afecta a las relaciones, generando interacciones asimétricas en las que el sometido presenta una posición superior jugando con la baza de la culpabilidad, la deuda de los demás hacia él o ella y el chantaje emocional. Hacia los hijos se muestra un egoísmo, consistente en dar sin pedir claramente nada a cambio, pero si el sacrificio no es apreciado por los hijos, serán calificados como desagradecidos o les manifestará su desagrado con silencio. Las consecuencias de todo esto se observan en unos hijos carentes de obligaciones y satisfechos en todas sus peticiones, apreciando poco este bienestar, estando descontentos y no aceptando el modelo de referencia, pudiendo mostrar rechazo. En el otro extremo, los hijos pueden aceptar el patrón sacrificante que han observado, dedicando poco tiempo al ocio y a los placeres propios a favor del bienestar común.

La cuarta tipología representa el modelo intermitente. Como su nombre bien indica, las interacciones entre padres e hijos cambian constantemente, variando entre los distintos modelos que aquí se exponen, sin motivo aparente. Así se procura una gran falta de consistencia y solidez, lo cual es aplicable tanto a los comportamientos de los padres, como al de los hijos. Esta forma de operar sin un posicionamiento claro es propia de aquellas personas que someten a una continua revisión crítica tanto a sí mismos, como a los otros, manteniendo una duda constante para prevenir daños mayores y, por tanto, no existen reglas estáticas. Las consecuencias de esto son una falta de seguridad y tranquilidad ante las situaciones, ya que todo debe ser sometido a revisión y puesto en tela de juicio. Todo se mantiene cambiante, por lo que no hay puntos de referencia en los que basarse realmente. Debido a esto, las estrategias de resolución de problemas no son eficaces por su falta de constancia temporal.

El penúltimo modelo es el delegante. La pareja ya comienza no creando un clima autónomo, sino que éste se caracteriza por compromisos familiares, generalmente por parte de uno de los miembros de la pareja, bien cohabitando o manteniendo la distancia, pero con frecuentes contactos. De esta forma, la pareja no se convierte en una oportunidad de desvinculación del hogar de origen. En este tipo de interacciones parece que lo más acertado para mantener la armonía familiar es otorgar el poder a los padres de uno de los cónyuges, tanto en el mantenimiento del hogar, renunciando así a los roles como pareja y padres. Esta situación en principio no aporta problemas, pero cuando el hijo se hace adolescente se encuentra sumido en una maraña de relaciones en el que presenta más de dos progenitores que compiten por satisfacer sus demandas y obtener así su cariño, lo cual aprovecha para satisfacer todos sus deseos y caprichos sin haber nadie que les oriente y limite realmente. Los padres que ante la creciente oleada de conflictos en la adolescencia, siguen delegando en los abuelos la educación de los hijos. Como consecuencias a todo esto, los progenitores corren el riesgo de perder definitivamente la autoridad, así como la buena calidad en las relaciones con los hijos al estar mucho tiempo ausentes e intentando compensar esto con bienes materiales, al igual que también hacen los abuelos para obtener afecto de sus nietos.

El sexto y último modelo es el autoritario, basado en un excesivo control por parte de uno o ambos progenitores sobre los hijos. Este tipo suele darse en los antepasados o los propios padres que conviven en entornos rígidos a nivel jerárquico, bien sea a nivel social o labo-

ral. Los padres son los que llevan las riendas y los hijos poco tienen que aportar, solamente tienen opción a obedecer y se les limita y recrimina el seguir las normas fuera del hogar (moda, divertimento, ocio, entre otros), alentando el estudio y trabajo para el éxito futuro. La familia está regida por el sentido del deber y la disciplina férrea, el control de lo que uno pueda necesitar o desear, así como una condena al derroche y refuerzo de la sencillez. Por otro lado, con respecto a la comunicación, cuando uno de los padres es el que ostenta el poder, el clima familiar se torna tenso en su presencia, evitando a toda costa desatar su fuerte carácter. Ante esto, los hijos crearán límites en la comunicación con sus padres y buscarán fuera de casa lo que no hallan en ella. En cuanto a las relaciones, los hijos pueden tomar dos caminos, o asumen la misma perspectiva y valores que los padres, respetando y participando en un conjunto rígido de reglas, adaptando así su comportamiento para poder satisfacerles y obtener beneficios de ellos; o bien rebelarse y enfrentarse a los progenitores, llegando en casos extremos a asumir posturas radicales y buscar alternativas para compartir lo menos posible el clima familiar, como pasar mucho tiempo fuera de casa. Las reglas en estas familias consisten en el cumplimiento de una serie de normas y valores absolutos, rígidos e inamovibles, en donde el orden y la disciplina son básicos para la convivencia. Esto conlleva a que los padres acepten los comportamientos que se ajustan a su escala de valores, castigando duramente todo lo que a dicho canon no se ajuste, de ahí a que los hijos tiendan a cubrir los errores o conductas inaceptables por los progenitores.

En este sentido, las relaciones son cruciales para el adolescente, tanto con la madre, como con el padre, ya que ambos deben estar implicados en la crianza y disponibles para brindar apoyo instrumental y emocional a su hijo (Rodrigo et al., (2004). En esta línea, Elzo (2000) distingue varios prototipos de las figuras paterna y materna. Comenzamos con los del padre. En primer lugar se encuentra el padre ausente, generalmente por trabajo, hallándose éste desorientado ante la nueva responsabilidad de educar a un hijo adolescente, debido a no disponer de referentes sólidos en su propia juventud. Ante estas conductas por parte del padre, los hijos muestran visiones negativas de él. En segundo lugar el padre despreocupado, el que hace caso omiso a la educación de sus hijos, encontrando que hay adolescentes que prefieren esta situación por los beneficios que obtienen de una ausencia de vigilancia y control, mientras que otros sienten carencia en este sentido. La tercera visión es el padre súper protector, el cual siente miedo por los hijos, percibiendo esto más las chicas adolescentes. En cuarto lugar

el padre amigo o compañero, que lleva a cabo un rol más semejante a un colega que a un padre, caracterizándose por ser complaciente y cómplice con el adolescente frente a la madre. En este sentido, los adolescentes varones tienden a la identificación con el padre en mayor medida que las chicas. En el quinto puesto se encuentra el padre que sufre, que provoca pena y ante el cual el adolescente opta por no comunicarse con él para evitarle dolor. Finalmente, el padre-padre que ejerce como tal y se siente satisfecho con ello, conoce sus posibilidades y límites y favorece la autonomía y la comunicación familiar. La relación de los adolescentes con este tipo de padres suelen ser de muy buena calidad, teniendo los jóvenes una visión muy positiva de ellos. Con respecto a la percepción que los adolescentes tienen de la madre, el autor distingue cinco tipos. El primero representa a la madre ausente, muy común en la familia de nuestro país con la incorporación de la mujer al trabajo. Los adolescentes sienten esta ausencia y lo pueden llegar a experimentar como algo negativo, especialmente las hijas. El segundo tipo queda definido por la madre amiga, confidente, con la que se mantienen relaciones positivas y cercanas, aunque no se traten ciertos temas. El tercero es la madre preocupada, que se inmiscuye en todos los asuntos de los hijos, los cuales suelen mantener buena relación con ella, pero ocultándole información para evitar un mayor control, afectando esto a la comunicación. El cuarto prototipo es la madre humillada y menospreciada, siendo las relaciones entre ésta y el adolescente de carácter pobre y negativo. Por último, la madre-madre que es amiga, afectuosa y al mismo tiempo sabe manejar las normas y los límites con sus hijos.

Continuando con las consecuencias que provocan los estilos educativos tradicionales en el desarrollo de los hijos, podemos referir los resultados de la investigación de Montt y Ulloa (1996), quienes mencionan que los padres exigentes, demandantes, punitivos y con lejanía afectiva con los hijos, promueven el desarrollo de sentimientos de inseguridad. Por otro lado, Mulsow (2008) añade que los estilos autoritarios y castigadores fomentan un crecimiento emocional poco funcional y carente de estrategias y competencias para la adaptación social. Igualmente, Ramírez (2002, 2007) plantea que la poca presencia de prácticas positivas, como expresión del afecto o guía razonada, junto a conflictos maritales y a prácticas de crianza poco adecuadas, tales como castigos no físicos, afecto negativo, imposición de control de forma autoritaria y énfasis en los logros, aumentan la probabilidad de problemas como ansiedad, depresión y dificultades de tipo social. Por su parte, Arvelo (2003) comenta que el bajo rendimiento escolar, presencia de hostilidad, mentiras, dificultades en la comunicación y conductas

transgresoras, se asocian a estilos permisivos y autoritarios. Por otro lado, los progenitores democráticos, facilitan la aparición de sentimientos de seguridad en los hijos, así Aluja, Del Barrio y García (2007) encontraron que los estilos educativos definidos por el cariño y aceptación se relacionan con rasgos de personalidad como responsabilidad y estabilidad emocional, alta satisfacción de pareja y preferencia por valores prosociales; mientras que los basados en la sobreprotección y favoritismo se vinculan con baja amabilidad y baja apertura, el poco ajuste de pareja con falta de cohesión y los valores sociales quedan definidos por falta de benevolencia y preferencia por los de prestigio social. Para Richaud de Minzi (2005) las familias de corte democrático, promueven un tipo de afrontamiento adaptativo y protector ante la soledad y la depresión, pero las autoritarias provocarían la aparición de afrontamientos desadaptativos y evitación de los problemas, estando relacionado el sentimiento de soledad a una actitud rechazante y poco interés por parte de los padres. Por su parte, Baumrind (1991) hace un barrido por todos los estilos añadiendo algunas conclusiones más a las que ya se han mencionado. Así, afirma que los padres democráticos favorecen una alta autoestima, alta competencia social y buen rendimiento escolar. Los hijos de padres autoritarios tienen tendencia a la dependencia, poca asertividad, son irritables y presentan dificultades para elaborar criterios propios. Los de padres permisivos pueden presentar dos vertientes. Por una, mostrar rebeldía, impulsividad, agresividad y pocas habilidades sociales y, por otra, actividad y creatividad. Los hijos de padres negligentes son los que peores resultados pueden llegar a obtener, ya que según la autora, muchos delincuentes han vivido en este entorno carente de apoyo emocional y con altos niveles de permisividad y hostilidad. A esto, Musitu, Román y Gutiérrez (1996) añaden que al no encontrar refugio y apoyo ante situaciones estresantes en los progenitores, estos hijos pueden desarrollar comportamientos poco adaptados para reorientar la atención de éstos, incluyendo comportamientos agresivos. Afirman que en estas situaciones los padres parecen carecer de la capacidad necesaria para la resolución de problemas y el asumir responsabilidades, por lo que recurren al castigo extremo o la versión negligente en la que no atienden al problema o le restan importancia. Las consecuencias se plasman en una socialización deficiente y un desconocimiento de las normas en general. Para Antón-San Martín et al. (2016), cuando los padres utilizan la retirada de afecto, el chantaje emocional y la culpabilización como estrategias de control sobre los hijos, se incrementa la probabilidad de mayores y más intensas alteraciones emocionales en los adolescentes por el carácter negativo, intrusivo y manipulador de dichas prácticas. Por el contrario, el humor actuaría como una variable protectora,

de forma que aquellos progenitores que crean un clima familiar comunicativo, alegre y sereno, favorecen el buen funcionamiento psicológico en los hijos, disminuyendo la posibilidad de aparición de patologías mentales. Por su parte, García Linares, Pelegrina y Lendínez (2002) indican en su estudio que aunque el estilo democrático sea considerado como el más adecuado para la crianza en comparación a los tres restantes, los hijos educados bajo este patrón presentan mejores puntuaciones, pero no en todas las variables estudiadas, siendo igualadas o incluso mejoradas por los hijos de padres permisivos. En cuanto a competencia académica, los hijos de padres democráticos obtienen los mejores resultados, equiparándose con los de padres permisivos en autoestima y siendo mejores en las medidas de competencia social percibida los de padres permisivos. Que el nivel de autoestima esté equiparado en ambos grupos se puede entender por la dimensión de afecto elevada presente en ambos estilos, ya que ésta se relaciona con el bienestar psicológico y las autopercepciones positivas. Por otro lado, los autores apuntan que los hijos educados bajo la autoridad y la indiferencia manifiestan peor comportamiento, menor autoestima y peor percepción de competencia social en comparación a sus anteriores compañeros. Los hijos de padres autoritarios muestran menos conducta negativa, pero al crecer los niveles desorbitados de disciplina, provocan frustración y su consecuente conflicto, expresándose a través de la falta de obediencia y docilidad que años antes los caracterizaba.

Los distintos estilos educativos parentales influyen también en el desenvolvimiento social de los adolescentes, marcando pautas en el establecimiento de las amistades a esta edad. En este sentido, Dekovic y Janssens (1992) encontraron que los adolescentes que provenían de hogares en donde imperaba un estilo educativo democrático eran más aceptados entre sus compañeros, ocurriendo lo contrario en adolescentes con padres autoritarios. Resultados parecidos encontraron Black y Logan (1995) quienes observaron que los padres de los niños rechazados por los compañeros usaban un estilo comunicativo que no fomentaba las habilidades sociales de sus hijos, ya que estaba caracterizado por preguntas cerradas, incremento de intervenciones irrelevantes y frecuentes turnos de palabra con poco tiempo para responder. Cuando se produce una mayor aceptación por los iguales y surgen comportamientos prosociales, es interpretado por Oliva y Palacios (1998) como el resultado de las habilidades sociales adquiridas gracias a la mayor sensibilidad y comunicación que presentan los padres democráticos con sus hijos. Finalmente, Llopis y Llopis (2003) aclaran que cuando los padres atienden de forma

sensible y consistente las demandas atencionales de los hijos, les están ayudando a desarrollar confianza en sí mismos para influir en los demás exitosamente y les dan información sobre cómo hacerlo. El contexto familiar facilitaría la protección adecuada para un correcto desarrollo social al adquirir una imagen positiva propia y ajena, que les permitirá crear relaciones sociales adecuadas con los otros.

Otra función de los modos de crianza es su participación en los orígenes de las ideas en relación al amor, ya que su estudio permite la explicación de dos tipos de cogniciones, las creencias de autoeficacia y las expectativas románticas. Las primeras, se entienden como las percepciones que tiene cada individuo sobre sí mismo con respecto a las habilidades que se poseen para manejar de forma exitosa las demandas de una relación romántica, mientras que las segundas se definen como representaciones sobre el apoyo y cuidado mutuo y la cercanía emocional que se tiene con la pareja (Vargas y Barrera, 2003), lo cual se genera en un largo camino de relaciones y educación familiar. La conexión entre ambos aspectos es sencilla. Por una parte, los padres son afectuosos con sus hijos, pero al mismo tiempo fomentan y validan sus expresiones de autonomía (Allen y Hauser, 1996), de lo cual los hijos aprenden ideas y conductas sobre la combinación de independencia y vinculación. Así, asumen que poseen la capacidad adecuada para trasladar esto a la relación de pareja, generando expectativas sobre esta nueva unión (Connolly y Goldberg, 1999). Encontrando de este modo que el equilibrio entre independencia y vínculo proporcionado por los padres se podría hallar de nuevo en relaciones que los adolescentes experimenten posteriormente a la infancia. Por tanto, tal y como exponen Barrera y Vargas (2005) el modelo de relación familiar, explica la forma en la que las relaciones románticas en esta fase actúan como oportunidades para aprender a operar en pareja tal y como lo hacen los adultos, creando expectativas que ayudarán a saber lo que ocurrirá y cómo actuar en relaciones futuras. Según exponen, los adolescentes crean expectativas sobre las relaciones amorosas incluso sin haber tenido una relación romántica, ya que con la simple observación del funcionamiento de parejas en las que autonomía y vínculo casan perfectamente, pueden llegar a pensar que esa combinación es real y llevarla a cabo en el momento adecuado. Otro estudio que analiza si las variables educativas familiares están vinculadas a la relación de pareja en la adolescencia es el de Martínez (1997). Concluye que las chicas que nunca han tenido una relación de pareja presentan un menor desarrollo de la identidad y mayor vinculación emocional a los padres, ya que recibían y percibían un mayor apoyo parental, no

observándose diferencias significativas en los chicos. Sabiendo que los padres contribuyen a la formación de identidad en la etapa adolescente, es acertado mencionar que dentro de este estudio se establece que la identidad personal sería un paso previo para iniciar relaciones amorosas, dependiendo de ella el nivel de intimidad e implicación emocional en la misma. De tal forma que aquellas chicas que se hallen en un periodo de identidad no estable, experimentarán menor intimidad en pareja y viceversa. El no adquirir una identidad sólida, a la cual contribuye la educación familiar, estaría vinculado con relaciones amorosas más superficiales.

En definitiva, en palabras de Oliva (2006), podemos concluir que para alcanzar el bienestar emocional y un correcto desarrollo del adolescente tiene que llevarse a cabo un estilo de crianza positivo, en el que exista apoyo, afecto, comunicación y promoción de la individualidad y autonomía de los hijos, reajustando las exigencias en función de las necesidades de la edad en la que se encuentren. Con respecto a la dimensión control, en el primer tramo de la adolescencia principalmente, todavía se hace necesario la puesta en marcha de límites, responsabilidades y realizar un seguimiento de las actividades, pero siempre dentro de unos límites reales, ya que tan perjudicial es una ausencia de control, como uno que sobrepase la línea de la normalidad. Básicamente, el afecto y la comunicación son los factores más importantes en el ajuste adolescente y, curiosamente, muchos de los problemas que plantean muestran relación con carencia de apoyo y afecto parental, encontrándose añadido a esto un conjunto de normas y límites difíciles de cumplir. De esta forma, el control impuesto debe ser democrático y adaptado al nivel de desarrollo del adolescente.

c) El maltrato en la infancia

Relacionado con la influencia que ejerce la familia a través de patrones de comportamiento y de formas de pensamiento, existe una temática delicada que está a la orden del día, la violencia doméstica. Son muchas las personas que denuncian a diario el maltrato en cualquiera de sus variantes, lo cual provoca indudablemente una tensión insostenible en el hogar que afecta al equilibrio de todos los miembros de la familia, produciendo consecuencias nefastas tanto a corto, como a largo plazo. El objetivo de este apartado no es hablar de violencia de género, ya que aunque se trata de un tema muy importante y estrechamente vinculado a la materia que se está exponiendo en esta tesis doctoral, consideramos que existe mucha información

al respecto a la cual el lector puede acudir en caso de necesitarlo. Partiendo de esta idea, nos centraremos en explicar cómo influye tanto la visualización de maltrato, como el sufrimiento de éste en el desarrollo de los niños y adolescentes a nivel individual y cómo esto posteriormente podría afectar a la elección y mantenimiento de una pareja, incluyendo factores de riesgo y protección del mismo, pero sin adentrarnos en las manifestaciones, ni en los efectos de la violencia en la pareja en sí misma.

Para poner un punto de inicio podemos comenzar conociendo qué es la violencia a grandes rasgos. Tal y como apunta Montero Gómez (2006), la violencia consiste en una conducta humana compleja que biológicamente se asienta sobre la agresividad, pero su expresión está mediada por factores sociales y culturales, aprendida durante el propio proceso de socialización. Prosigue afirmando que en este asunto mediarían dos elementos en la transmisión de los patrones violentos. Serían el informal y el formal, la cultura y la educación respectivamente. En la cultura propia de cada lugar se transmiten las ideas a través de las generaciones en un proceso continuo e imperceptible, a lo que se le suma la educación, que transmite las enseñanzas de las premisas culturales. En esta línea, Sanmartín (2009) indica que las personas nacen agresivas, pero se muestran violentos o pacíficos por cultura, pudiendo ésta fomentar o inhibir la agresividad, pasando de ser algo innato canalizado hacia la supervivencia, hacia un acto dañino intencional. Si esto ocurre ya no es agresividad, es violencia, por lo que ésta sería el resultado de la interacción entre la agresividad natural y la cultura. Por tanto, si partimos de esta idea y tenemos en cuenta que la familia es el primer núcleo de socialización, que está inserta en una cultura determinada y se encarga de transmitir los valores educativos, tendrá mucho que ver en la manifestación y creencias que el individuo posea en torno a la violencia. Partiendo de esta idea, pasamos a mostrar la forma en la que la familia transmite las concepciones sobre la violencia y cuáles son sus efectos en los hijos de cara al futuro. En este sentido, tal y como postula Soriano Díaz (2008), la familia se concibe como el entorno más comprometido con la protección, la ayuda y con el abastecimiento de amor, sin embargo, se puede transformar en un lugar en el que se vivencia en silencio el conflicto. Añade que la violencia es un acto que traspasa fronteras, produciéndose en todos los estratos sociales, económicos y culturales en mayor o menor medida, siendo un fenómeno muchas veces mantenido y justificado por las escalas de valores culturales existentes.

Al concentrar la violencia en la familia, Sanmartín et al. (2011) la define como aquellas situaciones de maltrato que acontecen dentro de ésta y que son producidas por y entre sus miembros, englobando la violencia hacia niños, ancianos, padres y pareja. Por tanto, el maltrato hacia los hijos, que es el fenómeno de partida que nos interesa desarrollar en este apartado, quedaría incluido aquí y aunque se haga referencia a datos generales, sirven como contexto para comprender lo que supone para el desarrollo de los hijos. Al consultar los datos oficiales más recientes con respecto a este tema, se observa que el número de denuncias de violencia doméstica registradas de aquellas víctimas que contaban con medidas cautelares o tenían orden de protección y de nacionalidad española, suponen más de 6.000 casos, algo menos de 4.000 mujeres y casi 2.500 hombres, según la consulta realizada en las estadísticas del Consejo General del Poder Judicial de España (2015a). Si tenemos en cuenta a otras nacionalidades, se superan ligeramente las 7.000 denuncias totales.

En este punto, es importante destacar uno de los principales problemas en torno a las estadísticas que se extiende a todas las formas de violencia familiar, es lo que se conoce como *fenómeno iceberg* (Gracia, 2003), es decir, las diferencias existentes entre los casos con visibilidad social y los que no, los que se mantienen bajo el agua, invisibles, como la mayor parte de estos enormes bloques de hielo. Según afirma, existirían diversos factores que podrían explicar las situaciones de violencia que se mantienen ocultas. El primero, se encuentra en que los casos que son denunciados y salen a la luz, los que engrosan las listas, son aquellos que no pueden ser ocultados, siendo a menudo los más difíciles por la gravedad de las lesiones o incluso provocando la muerte, o bien porque su situación llamó la atención de los servicios sociales. El segundo factor, se centra en el número de víctimas menores de edad que no denuncian y que, por tanto, no aparecen en las estadísticas. El tercer elemento es la gravedad del abuso cometido. El cuarto, la falta de detección de las instituciones y las restricciones de control social. El quinto factor alude a los casos de mujeres maltratadas, siendo muy elevadas las variables que frenan las denuncias, como el propio estado psicológico de la víctima, miedo a las represalias hacia familia extensa o a los propios hijos, aumento del riesgo por poner fin a la relación o el no querer zanjarla, sino solamente la situación de maltrato, entre otros aspectos. El sexto factor, vendría explicado por el miedo o vergüenza que experimenta la familia ante la denuncia de la situación. Por último, aunque cada vez existe más conciencia social en torno al tema de la violencia familiar, especialmente la que se realiza contra las mujeres, toda-

vía existe un amplio porcentaje de población que mantiene una imagen distorsionada con respecto a este tema, no asumiendo que la violencia entre los familiares sea algo extendido. La supuesta invisibilidad y un cierto grado de tolerancia social, se explicaría en este caso por creencias, tabúes y actitudes sociales que todavía se llevan a cabo y que están muy extendidos.

Centrándonos ya en la violencia hacia los hijos, existen numerosas definiciones de maltrato que se mueven en un continuo, de más restringidas a otras más amplias y que incluyen aspectos como la desatención de necesidades higiénicas del hogar, médicas y educativas en el niño o tolerar de forma explícita conductas poco adaptadas, como la delincuencia o el consumo de sustancias (Gracia y Musitu, 1994). Antes de pasar a las definiciones y clasificaciones pertinentes del maltrato en la infancia, es interesante matizar la aportación de estos autores, ya que en su estudio, el maltrato emocional lo muestran como el núcleo central del maltrato infantil en sus diferentes formas y las consecuencias emocionales, el elemento unificador de éstas. Explican una dificultosa separación entre el maltrato físico y otras manifestaciones, en este caso el daño emocional que iría unido al primero, lo que no resta que sea imposible concebir los malos tratos de carácter emocional como una categoría aislada. Por tanto, aunque se expongan de forma separada los distintos tipos de maltratos existentes, se debe partir de la idea de que pueden ocurrir de forma combinada. Una vez comprendido esto, seleccionamos la definición del Observatorio Infancia (2006), que afirma que el maltrato infantil se entiende como toda acción, trato negligente u omisión que no tiene carácter accidental y que provoca privación de bienestar al niño, amenaza o interfiere con su desarrollo general y quienes lo realizan pueden ser personas, instituciones o la sociedad. La tipología de maltrato elaborada por esta misma institución, junto con información aportada por Sanmartín (2008), queda recogida en la Tabla 4.

Tabla 4

Tipos de maltrato

Tipos de maltrato	Por acción	Por omisión
Prenatal	Circunstancias maternas voluntarias que afectan al embarazo y feto. Formas Hábitos tóxicos de la madre: alcoholismo (síndrome alcohólico fetal) toxicomanías (síndrome de abstinencia neonatal).	No atención a las necesidades y cuidados propios. Formas Embarazos sin seguimiento médico, alimentación deficiente, exceso de trabajo corporal.
Postnatal	Cualquier acto, no accidental, que provoque daño físico o enfermedad en el niño o le coloquen en situación de grave riesgo de padecerlo. Formas Lesiones cutáneas (heridas, hematomas, quemaduras, mordeduras, alopecia traumática), fracturas, zarandeado, asfixia mecánica, arrancamientos, intoxicaciones, Síndrome de Münchhausen por poderes.	Negligencia Desatender las necesidades del niño y los deberes de guarda y protección, o cuidado inadecuado del niño Formas Desatención, falta de higiene, problemas físicos o necesidades médicas no atendidas, ausencia de los cuidados médicos rutinarios (vacunaciones).
Físico		
Emocional/Psicológico	Acción capaz de originar cuadros psicológicos y psiquiátricos al afectar a sus necesidades según los diferentes estados evolutivos y características del niño. Formas Rechazar, ignorar, aterrorizar, aislar, corromper o implicar a un niño en actividades antisociales.	Omisión o negligencia en la atención a las necesidades emocionales del niño. Formas Privación afectiva, no atender las necesidades afectivas (cariño, estabilidad, seguridad, estimulación, apoyo, protección, rol en la familia, autoestima, etc.).
Sexual	Abuso: participación infantil en actividades sexuales, para satisfacer necesidades adultas. Formas Con contacto físico: violación, incesto, pornografía, prostitución infantil, sodomía, tocamientos, estimulación sexual. Sin contacto físico: solicitud indecente a un niño o seducción verbal explícita, realizar el acto sexual o masturbación en presencia de un niño, exposición de los órganos sexuales a un niño, promover la prostitución infantil.	No atender a las necesidades del niño y a su protección en el área de la sexualidad. Formas No dar credibilidad al niño, desatender demanda de ayuda, no educar en la asertividad, consentimiento pasivo en el incesto, falta de formación / información/protección.
Otros	Corrupción. Explotación laboral. Renuncia. Abandono. Maltrato institucional.	

Continuando en esta línea, Pino y Herruzo (2000) elaboran un listado de características de los padres que explicarían los posteriores efectos de las situaciones de maltrato. En general,

se observan cómo se le proporcionan al niño menos oportunidades que fomenten su desarrollo integral, de esta forma las prácticas de cuidado poco sensibles a las necesidades del hijo pueden provocar secuelas en su posterior desarrollo. En primer lugar, estos padres no varían su conducta ante las demandas de los hijos, exigiendo respuestas desproporcionadas para la edad en la que éstos se encuentran, así como una ausencia de fortalecimiento de las interacciones espontáneas de los niños. Por otro lado, la atención prestada no discrimina entre conductas positivas y negativas en los hijos, por lo que se incrementa la probabilidad de comportamientos poco adecuados y, como consecuencia, una relación de peor calidad. La tercera característica reside en un menor contacto físico general con el niño, lo cual producirá consecuencias negativas para éste al reducirse la creación de vínculos positivos con sus progenitores y de reforzadores sociales, provocando dificultades en los aprendizajes posteriores. En cuarto lugar, se definen por ser menos estimulantes táctil y auditivamente para los niños, ya que las verbalizaciones que llevan a cabo los padres no proporcionan los suficientes modelos de conducta lingüística básicos para la interacción social. Finalmente, son menos sensibles al malestar de sus hijos, por lo que hay menos probabilidad que se desprendan de él, repercutiendo esto de forma negativa en el desarrollo de un apego seguro.

- **Factores de riesgo y protección**

Tomando como base la clasificación que elaboran Sanmartín et al. (2011), expondremos y ampliaremos los factores de riesgo y protección de maltrato infantil. Comenzando por los factores de riesgo, que quedan definidos como rasgos de tipo individual, familiar, social y cultural que aumentan la posibilidad de que ocurra un hecho determinado, concretamente en la violencia, se trataría de circunstancias que aumentan la vulnerabilidad del individuo hacia conductas o actitudes violentas.

Como primera categoría, encontramos los de tipo individual tanto de agresor, como de la víctima. Los factores de riesgo individuales del agresor pueden ser de tipo biológico (hiperactividad fisiológica ante los estímulos que emite el niño, como por ejemplo el llanto o los gritos) o psicológico (emocionales, cognitivos y conductuales). Los emocionales abarcan falta de empatía, sentimientos negativos y problemas de autoestima, además de experimentar mayores niveles de estrés, sentimientos de soledad, aislamiento y pocas habilidades para la reso-

lución de problemas (Milner, 1990). Los cognitivos, engloban las expectativas inapropiadas con respecto al niño y distorsiones cognitivas, a lo que se le suma una errónea interpretación de la información externa en torno al niño, dificultando el desarrollo de la empatía por parte del agresor. Añadido a esto, Bandura (1990) expone la existencia de una serie de construcciones cognitivas que permitirán a la persona regular la conducta violenta para incorporarla a su repertorio comportamental de tal forma que sintonice con éste. Este sistema autorregulatorio que la persona ha generado durante su proceso de aprendizaje consta de mecanismos de desconexión moral que posibilitan la puesta en marcha de respuestas autodisuasorias como resultado de la transgresión consciente de normas sociales. Por tanto, la violencia se convertiría en personal y socialmente aceptable a través de una reestructuración cognitiva en el que se perturba el valor moral que se le atribuye a la la misma. Por otro lado, entre los factores conductuales destacan la impulsividad, dificultad para la gestión de emociones negativas, altos niveles de exigencia y poca comunicación e interacción con el niño. Siguiendo en esta línea de características del agresor, otros estudios han añadido enfermedades mentales, alcoholismo y drogadicción, antecedentes delictivos o de conducta antisocial (Rutter, 1994), rasgos de personalidad, como el neuroticismo, depresión o estrés (Woodworth, Belsky y Crnic, 1996), o problemas afectivos y de calidad en las relaciones de pareja (Tur, Mestre y Del Barrio, 2004a). Con respecto a la agresión en la adolescencia, Garaigordobil, Aliri y Martínez Valderrey (2013) exponen que las creencias favorables que justifican el uso de la violencia se establece como una de las principales variables predictoras de las conductas de tipo violento entre esta población. Su estudio revela que los chicos tienden a excusar más la violencia que las chicas, disminuyendo en ambos sexos la justificación de la violencia doméstica y contra las minorías conforme avanzaban en edad, cosa que no ocurría hacia los iguales, lo cual podría ser un factor de influencia en la futura calidad de las relaciones con la pareja. El segundo grupo individual lo formarían los factores de riesgo propios de la víctima, tales como problemas de conducta, trastornos psicológicos que incluyan dificultades a nivel de procesamiento cognitivo, problemas de salud o presentar algún tipo de discapacidad, sea física, sensorial o intelectual. Igualmente, los rasgos temperamentales como la impulsividad, inestabilidad emocional o el neuroticismo influirían negativamente en la conducta, convirtiéndose en factores de riesgo (Mestre, Samper y Frías, 2002).

El segundo gran grupo de factores de riesgo son los de tipo familiar, incluyendo historia de maltrato, desestructuración familiar y conflictos de pareja entre los progenitores; los estilos parentales educativos de tipo negligente y autoritario, ya que son los que correlacionan de forma más positiva con el maltrato (Centro Reina Sofía, 2005); así como el apoyo social percibido por los progenitores y la calidad de las relaciones con el entorno (Scarr, 1992) y las expectativas de los padres con respecto a los hijos (Del Barrio, 1998). A su vez, Roxana (2008) describe una serie de elementos potenciadores de la violencia que representan a un modelo autoritario de familia, siendo éstos una alta rigidez y verticalidad en la jerarquía familiar, creencias concretas sobre el respeto, obediencia, castigo y disciplina y el grado de autonomía y adherencia a los estereotipos de género que mantienen sus miembros, dando como resultado un concepto de respeto no recíproco, autonomía no igualitaria y dependencia hacia los miembros que más alto se ubican en la jerarquía familiar. Por su parte, Tur, Mestre y Del Barrio (2004b) consideran otro factor, la familia separada o monoparental, fomentando una mejor crianza la familia en la que residen ambos progenitores. Según proponen, ésta condición de familia nuclear fomenta una actitud positiva ante la crianza al poder compartir las decisiones relacionadas con los hijos, mientras que el afrontamiento en solitario de la educación puede dar lugar a la percepción de falta de apoyo emocional y social y sensación de inseguridad e incertidumbre por parte del progenitor a cargo del cuidado, constituyendo esto el auténtico factor de riesgo que aumenta la vulnerabilidad para el maltrato, pero no como una condición que determine la aparición de problemas conductuales futuros. Otra variable que añadimos es la calidad de las relaciones de pareja entre los padres, ya que ejercen un fuerte impacto tanto en el bienestar familiar, como en el desarrollo de los hijos. En el efecto que producen las relaciones de pareja de los padres sobre el ajuste de los hijos existirían dos vías, la directa y la indirecta o mediada por otras variables familiares (Fincham y Hall, 2005). Como apuntan García-Moya, Rivera, Moren y López (2013), la primera vía afecta a la capacidad que poseen los padres para regular las emociones y afrontar los problemas y conflictos. Bajo esta perspectiva existiría un aprendizaje vicario en el que los hijos reproducirían el vínculo que ven en sus padres, trasladándolo a sus relaciones personales, de amistad y pareja, tanto si hay hostilidad y falta de calidez, como el respeto, diálogo y cariño. La segunda vía, la indirecta, establece que la influencia de la calidad de pareja entre los padres, facilita o no la satisfacción de necesidades de los hijos y viceversa. En cualquiera de las dos fuentes de influencia, la percepción que tienen los hijos so-

bre la relación que mantienen sus padres, será el mejor predictor del impacto que ésta tiene sobre su bienestar (Grych y Cardoza-Fernandes, 2001).

El tercer gran grupo son los factores de riesgo sociales y culturales, como la inestabilidad laboral, malas condiciones de la vivienda, estatus socioeconómico bajo, red de apoyo social ausente o deficiente y bajo nivel educativo. Los factores sociales son elementos esenciales en los estilos educativos para padres e hijos, ya que ambos se nutren de la observación de lo que está permitido o lo que es adecuado en su contexto próximo, pudiendo transmitir conductas y actitudes que se acercan a lo que se considera negativo o poco adaptado (Eisenberg et al., 2003), como podría ser escasa atención parental o no otorgar importancia al rendimiento escolar (Bronfenbrenner, 1990). Sumado a esto, Tur et al. (2004b) apuntan que la clase social guarda relación con la presencia de trastornos de tipo depresivo, obsesivo-compulsivo, delincuencia, somáticos y retraimiento, siendo más probable su aparición en las clases sociales más bajas. Además, afirman que actúa como factor predisponente al maltrato, ya que una clase social baja puede englobar un bajo nivel educativo, poco apoyo social e insatisfacción laboral. En este sentido Garaigordobil et al. (2013), encontraron en su estudio que un nivel social, económico y cultural bajos se relacionan con una mayor justificación del uso de la violencia y con creencias positivas sobre ésta entre los adolescentes.

Nos centramos ahora en los factores protectores del maltrato infantil, los cuales se entienden como variables que reducen la probabilidad de ocurrencia de consecuencias negativas ante un hecho concreto. Específicamente aplicados a la violencia, se trataría de elementos que evitan la aparición de la misma y/o disminuyen el impacto de la vivencia de maltrato. Hay que destacar dos grupos, los vinculados al individuo y al contexto. Con respecto a los personales, en cabeza está el tener buena salud o no sufrir ningún tipo de discapacidad; en segundo lugar, poseer un elevado nivel de inteligencia o tener logros académicos, ya que esto favorece un alto sentido de autoeficacia y el desarrollo de un locus de control interno positivo, reforzando así un buen autoconcepto y la autoconfianza; el tercer factor de protección es presentar una buena autoestima al contribuir a un comportamiento social positivo y, por tanto, dominar los impactos negativos ante las circunstancias vitales, siendo el cuarto y último factor tener un adecuado sistema de valores y creencias.

En referencia a los factores protectores del contexto encontramos en primer lugar, las relaciones familiares positivas. En este sentido, Rutter (1989) manifiesta la influencia tanto positiva, como negativa que pueden ejercer las familias, pudiendo fomentar la resiliencia el tener una buena relación con al menos uno de los progenitores, al igual que el cambio de una familia maltratadora a otra que no lo es, facilitando el saneamiento de los recuerdos negativos previos. Así, Fauber, Forehand, Thomas y Wierson (1990) exponen que un adecuado apoyo de los padres, así como relaciones entre ambos adecuadas, actúan como factores protectores atenuando el impacto que pueda ejercer el conflicto entre los padres y favoreciendo de esta manera la adaptación de los hijos. De igual manera, la forma en la que los padres resuelven sus desavenencias, influirá en la capacidad de autonomía y habilidades de resolución de problemas de los hijos adolescentes (Vuchinich, Vuchinich y Wood, 1993). Otro factor mediador sería una buena red social, entendida como el nivel de apoyo, asistencia y calidez proporcionada por el entorno inmediato del individuo. Si esta red es adecuada y positiva, se relaciona con mejor calidad de vida y menos violencia familiar, siendo en el caso de los maltratadores un reductor de estrés, que a su vez se traducirá en mejores estrategias y modelos educativos menos violentos. En este punto, se establecen dos hipótesis sobre las consecuencias del apoyo social como factor protector de los efectos de la violencia en la familia. La primera de ellas, aboga por un impacto directo y positivo en el bienestar social, físico y psicológico del individuo. El apoyo emocional percibido desarrolla la percepción de amor y cuidado por parte de los otros, favoreciendo la autoestima (Bolger, Patterson y Kupersmidt, 1998), así como sentimiento de pertenencia al grupo, integración social y posibilidad de comparar otros modelos parentales educativos (Garbarino y Gilliam, 1980). La segunda hipótesis, versa en torno al efecto amortiguador de los efectos negativos que producen los cambios vitales estresantes, interrumpiendo el ciclo de violencia (Dixon, Browne y Hamilton-Giachritsis, 2009). Por tanto, como bien apuntan Milner, Robertson y Rogers (1990), el apoyo social que se recibe en la etapa infantil y posterior reduce considerablemente la ejecución personal de maltrato físico posterior. A esto se añade el hallazgo de Gómez y Jaén (2011), quienes encuentran que el apoyo del padre con independencia del sexo del hijo, tendría dos funciones. Una de ellas, es la consolidación de cara al establecimiento de relaciones futuras de los hijos y la otra, como elemento protector contra la perpetuación del maltrato.

Por otro lado, dentro de la red de apoyo social se incluye el papel que desarrolla la escuela en este terreno. La gran cantidad de tiempo que niños y adolescentes pasan en sus centros escolares, hace que se transformen en lugares preventivos muy potentes, teniendo una capacidad de actuación a través de la oferta de determinados procesos de aprendizaje contra la violencia. El siguiente factor protector a mencionar es la resiliencia, entendida como la capacidad para resistir el sufrimiento que provocan las situaciones problemáticas, que da lugar a un impulso de reparación (Cyrułnik, 2003). Aplicándolo al maltrato, un niño en esas circunstancias sería capaz de superar la situación y revertir sus sentimientos. Sin embargo, para que adquiera la capacidad resiliente necesita rodearse de factores protectores, como personas afectivas en su entorno o recuerdos de momentos felices para construir de nuevo, a partir de ellos, una base de estabilidad emocional (Barudy y Dantagnan, 2006). En definitiva, la resiliencia se basa en la interacción del individuo y su contexto, no siendo algo ni totalmente ambiental, ni exclusivamente interno o innato, ya que en la aparición de esta capacidad estaría presente una combinación de experiencias directas, aptitudes y factores protectores, lo que hace comprender que uno se hace resiliente, no nace con ello.

- **Consecuencias de la experiencia de maltrato**

Asentadas las nociones básicas en torno a la violencia, pasamos a revisar los efectos o consecuencias que ésta tiene sobre los niños y adolescentes tanto el ser receptores directos del maltrato, como la percepción del mismo en el hogar. Por consecuencias del maltrato se entienden todas aquellas alteraciones que afectan al funcionamiento personal, familiar y social de las víctimas (Pino y Herruzo, 2000). En este sentido, Ezpeleta (2005) muestra las diferentes consecuencias que sufre el menor en función del tipo de maltrato experimentado. Aquellos que han sido víctimas de maltrato físico o han visto violencia física entre sus progenitores, tienden más hacia la agresividad física y verbal con los iguales, a responder con ira tanto a estímulos positivos, como negativos, son menos populares y más rechazados por los compañeros, relacionándose más con otros niños que también sufren maltrato. El maltrato físico también tendría secuelas somáticas, tal y como exponen Pino y Herruzo (2000). Se englobarían en esta categoría las quemaduras, lesiones cutáneas, bucales, óseas e internas, como traumatismos craneales u oculares, pudiendo tener secuelas neurológicas. Continuando con Ezpeleta (2005), los que han sufrido maltrato psicológico, muestran peor rendimiento escolar y pro-

blemas sociales mediante el aislamiento. Por otro lado, las víctimas de abuso sexual pueden mostrar enuresis, rechazo hacia la madre, conductas antisociales y comportamientos hipersexualizados y poco apropiados para su edad. Finalmente, los que han experimentado negligencia por parte de sus padres, no suelen manifestar gestos de cariño hacia los otros, se muestran más retraídos y evitativos en las relaciones con los iguales, comportándose contradictoriamente a nivel social cuando crecen, a veces víctima, a veces agresor. Sumado a estos indicadores, Gambarte Paz (2012) diferencia entre las consecuencias de la negligencia física y la psicoafectiva. Con respecto a la primera categoría, incluye retraso en el crecimiento, desnutrición y accidentes domésticos por falta de supervisión, a lo que Pino y Herruzo (2000) añaden cronificación de problemas por ausencia de tratamiento, vitaminopatías (raquitismo), eritemas de pañal (infecciones o cicatrices crónicas) y enfermedades por no vacunación. En relación al segundo grupo de consecuencias, vienen representadas por falta de afecto y reconocimiento de las necesidades de tipo afectivo. En las familias negligentes también se potencia el distanciamiento y retraimiento social, contando con menos personas en su red y los contactos son de mala calidad, recibiendo pocos recursos de éstos (Coohey, 1996).

Además, existe una clara relación entre el uso y abuso del castigo físico y la agresión hacia otros por parte del hijo, al igual que una consistencia de esta agresión a lo largo de la vida, una transmisión intergeneracional que también afectará a las relaciones de pareja como se expondrá posteriormente, pudiendo predecir comportamientos agresivos en la edad adulta, pero siempre interpretándolo como un factor de riesgo, no algo determinante. En este sentido, Green (1998) afirma que entre un 20 y un 30% de niños que han sufrido maltrato mostrarán violencia en el futuro; al igual que Oliver (1993), quien concluye que un tercio de estos menores se convertirán en futuros agresores. Al parecer, se puede afirmar que el comportamiento agresivo es uno de los más estables en el desarrollo (Loeber y Stouthamer-Loeber, 1998). Por su parte, Gerbino, Caprara y Caprara (2006) acuerdan que la presencia de agresión física en la infancia es un factor de riesgo elevado para la aparición de conductas desadaptativas en la adolescencia y edad adulta, tales como dificultades en las relaciones y sentimientos depresivos. Por su parte, Owens y Straus (1975) encontraron un incremento en la agresividad de los hijos cuyos padres utilizaban la violencia como medio de control, así como problemas en el procesamiento de la información, interpretando al llegar a la adolescencia intenciones hostiles en los demás y no admitir formas no violentas a la hora de solucionar un problema. Además,

comportamiento antisocial, consumo de alcohol y drogas en la adolescencia, así como delincuencia criminal y violencia en la edad adulta (Castell, Frías, Corral y Sotomayor, 2000). Las relaciones con los hermanos también han sido objeto de estudio en este terreno. Así, Dunn y Davies (2001) afirman un incremento de los problemas entre hermanos durante la primera y segunda infancia ante la exposición a conflictos entre los padres, lo cual también se traslada a la agresión hacia los iguales, incrementándose la frecuencia e intensidad de la misma en niños entre 6 y 8 años (Stormshak, Bellanti y Bierman, 1996). Por su parte, Arranz (2000) puntualiza la necesidad del conflicto fraterno como facilitador del desarrollo psicológico, pudiéndose usar como recurso educativo.

De igual forma, las consecuencias del maltrato en sus diversas manifestaciones pueden dejar profundas huellas que los individuos arrastren durante la adolescencia y edad adulta. Los niños y niñas maltratados físicamente han sido descritos como agresivos (Prino y Peyrot, 1994), con una autoestima pobre, un locus de control externo y más problemas emocionales (Wodarski, Kurtz, Gaudin y Howing, 1990), incluyendo ansiedad y depresión (Levendosky, Okun y Parker, 1995), en comparación con los no maltratados. Igualmente, presentan problemas de adaptación social teniendo tendencia a mostrar elevados niveles de agresión física y verbal en sus interacciones, presentando también alto grado de retraimiento y evitación en las relaciones con los demás (Mueller y Silverman, 1989). Por su parte, Pettit, Bates y Dodge (1997) han encontrado que los maltratados presentan fallos a la hora de prestar atención a las claves sociales relevantes, tales como interpretar hostilmente la conducta de los otros y mostrar carencia de estrategias conductuales competentes a la hora de poner solución a problemas interpersonales. Los niños que han sido testigos de actos violentos en su hogar, presentan un patrón de conducta no adaptativo que recuerda al descrito para los maltratados (Jaffe, Wolfe, Wilson y Zak, 1986). A estos efectos cognitivos, Sanmartín et al. (2011) añaden la ausencia de creencias positivas sobre sí mismos y el mundo, menos habilidades en el reconocimiento o reacción ante el malestar ajeno, además a medida que crecen tienden a la inhibición emocional, mostrando temor y vigilancia extrema con respecto a los otros; muestran más sensibilidad a las señales de ira y menos a las positivas, como las muestras de cariño. Explican que estas distorsiones se deben a la vivencia de discordancias emocionales vividas en su entorno, lo que les genera dificultades para entender y regular sus estados internos, de manera que con el paso del tiempo esto se transformará en problemas de internalización y externalización, depresión,

miedos, hostilidad y conductas violentas, respectivamente. Sin embargo, los adolescentes que se perciben aceptados por los otros y reciben una retroalimentación positiva de su entorno, tienden en mayor medida a generar estrategias en la resolución de problemas antes de mostrar conductas negativas (Katainen, Räikkönen y Keltikangas-Järvinen, 1999). También existen diferencias en cuanto al sexo a la hora de procesar y expresar las continuas contradicciones emocionales a las que se ven expuestos. De este modo, las niñas tienden a manifestar en mayor medida signos de tipo interno, como vergüenza, culpa, ansiedad o depresión, mientras que los niños suelen mostrar más agresividad física y verbal y sintomatología externalizante (Mash y Wolfe, 2005).

Cuando en el hogar existen conflictos y falta de cohesión entre los miembros de la familia, tanto entre la pareja, como en las relaciones entre el hijo y sus progenitores, aumenta la probabilidad de aparición de problemas relacionados con el ajuste interno en el adolescente (Feldman, Fisher y Seitel, 1997). La familia y el entorno sirven como modelo a imitar, generando el caldo de cultivo adecuado para llevar a cabo en el futuro las conductas aprendidas, por lo que una baja calidad en las relaciones puede fomentar la agresión. No obstante, se debe matizar que las consecuencias de los conflictos realmente tendrán efectos negativos cuando se generan en un contexto familiar en el que hay hostilidad y falta de afecto, ya que en caso de existir buenas relaciones familiares de base, pequeñas dosis de conflicto podrían incluso favorecer el desarrollo de habilidades asertivas, de solución de conflictos y adopción de perspectivas (Steinberg y Silk, 2002). Así, la baja exposición a problemas maritales, se muestra como un factor de protección en el desarrollo socioemocional (Grych y Fincham, 2001).

Existen numerosos datos de la relación que existe entre los conflictos de pareja y/o con los hijos, con el apego y los estilos educativos. Con respecto al apego, los malos tratos pueden alterar el proceso de formación de éste y la capacidad del niño para la regulación de sus emociones. Según apuntan Sanmartín et al. (2011), el menor puede llegar a crear un apego ansioso-ambivalente, de ahí que se entienda la propensión a presentar problemas sociales, tanto con los cuidadores, como con otras personas. En este sentido, Jarvis y Creasey (1991) exponen que el aumento de los niveles de estrés de los padres se asocia a un apego inseguro en los niños. Igualmente, Stevenson-Hinde y Shouldice (1995) afirman que los niños de 4 y 5 años ambivalentes tenían madres con cuadros depresivos y ansiosos, declarándose más insatisfe-

chas en su relación de pareja. A demás Shaffer (1996) añade que al estar el conflicto marital influido por variables ambientales, la inestabilidad económica y laboral de la pareja puede generar en sus miembros sintomatología depresiva y estrés, que se traduciría en mayores problemas conyugales y una crianza de poca calidad. Traduciéndose específicamente ese déficit en problemas de agresión y conducta, ansiedad, depresión, dificultades sociales de adaptación al grupo, bajo rendimiento intelectual y académico (Cummings, Goeke-Morey y Graham, 2002).

Los problemas de apego en niños maltratados pueden enfocarse también de cara al establecimiento de futuras relaciones de pareja. En este sentido, Pinquart, Feußner y Ahnert (2013) apuntan que aquellos hijos en situación de riesgo (pobreza, maltrato, divorcio, entre otros) presentan más estabilidad de apego inseguro y menos de apego seguro, con tendencia al primero en el proceso de transición entre la infancia y la adolescencia. Por tanto, acuerdan que si las relaciones tempranas con los progenitores son inseguras, rechazantes y no disponibles, existe una mayor probabilidad que las relaciones mantenidas durante el periodo adolescente y posterior, se caractericen por ser frías, ansiosas o basadas en los celos. De esta manera, si los padres ignoran o rechazan el malestar de los hijos, éstos deberán desarrollar una autosuficiencia que se traducirá en una escasa implicación afectiva, mostrando frialdad y evitación del compromiso emocional con una posible pareja. Por otro lado, si la atención de los padres es inconsistente, se promueve la inseguridad en los niños y se manifiesta a través de la ansiedad y preocupación por las relaciones, para Cooper, Albino, Orcutt y Williams (2004), la desconfianza, celos y un gran deseo de compromiso, representarían las relaciones entabladas por los adolescentes. En general, como apuntan Trickett, Negriff, Ji y Peckins (2011), el ser víctima de maltrato durante la infancia disminuye la capacidad para iniciar relaciones de pareja satisfactorias y saludables en la etapa adolescente, ya que la persona se enfrenta a aspectos limitantes. Por ejemplo, miedo a la intimidad, dificultad para depositar confianza en la pareja o elevada preocupación por la sexualidad, entre otras. Además, el apego romántico inseguro en la adolescencia se asocia a mayor expresión de conductas violentas en pareja en aquellos que sufrieron maltrato en la niñez (Weiss, MacMullin, Waechter y Wekerle, 2011). Por su parte, Muela, Balluerka, Torres Gómez y Gorostiaga (2016) encontraron que comparando a adolescentes que no habían sido maltratados, con aquellos que vivían en acogimiento o con su propia familia, pero en situación de riesgo, éste segundo grupo mostraba mayor puntuación en la

dimensión de evitación en el apego romántico. A pesar que bajo un estrés moderado, en la adolescencia los varones tienden a presentar un apego romántico más evitativo y las mujeres muestran tendencia al ansioso (Del Giudice, 2011), cuando las condiciones ambientales presentan niveles de estrés muy elevados, las diferencias desaparecen (Del Giudice y Belsky, 2010), lo que concuerda con los resultados encontrados en el estudio de Muela et al. (2016) y la posible explicación de la ausencia de diferencias en función del género en este sentido.

En relación a los estilos educativos, un elemento clave es la forma que los padres tienen de afrontar los conflictos que surgen en la crianza, así Pridham, Denney, Pascoe, Chiu y Creasey (1995) exponen las diferencias que existen entre un estilo autoritario y democrático de resolución de problemas, concluyendo que las madres maltratadoras utilizan menos estrategias en este sentido en comparación a las que no lo son, no solamente usando éstas últimas un mayor número, sino que estas habilidades son más sofisticadas y están relacionadas con sus aptitudes y preparación, apareciendo altas dosis de capacidad verbal para resolver de forma práctica los problemas con los hijos. Igualmente, el estilo educativo también guarda relación con las muestras de agresividad hacia los iguales, de forma que partiendo que el estilo autoritario es en el que se observa más uso del castigo físico, reprimendas, humillaciones o amenazas, entre otros (Musitu et al., 1996). Los hijos que hayan sido criados bajo estas circunstancias tendrán más probabilidad de sufrir las consecuencias y de incorporarlas a su repertorio conductual posteriormente (Fairchild y Erwin, 1977), ya que el niño observa y sufre comportamientos de tipo agresivo y puede ponerlos en práctica al saber los efectos que esto tiene sobre los demás (Bandura, 1973).

Por otro lado, existen otro tipo de efectos que se suman a la lista. Son los neurobiológicos del maltrato, que pueden ser la causa de todos los demás mencionados hasta el momento, es decir, muchos de los problemas emocionales, conductuales y cognitivos se pueden deber a alteraciones cerebrales por los golpes recibidos y el estrés crónico al que se ven sometidos, pudiendo producir cambios irreversibles a nivel neuronal y de funcionamiento cerebral. En esta línea, según Anda et al. (2006), el sometimiento a amplios periodos de estrés durante momentos críticos del desarrollo cerebral, pueden producir daños permanentes en los sistemas neuronales de regulación, provocando efectos en los sistemas encargados de la conducta. Los cambios neuroanatómicos y neurofisiológicos se suelen concentrar en el eje hipotálamo-

pituitario-adrenal, disminución del volúmen del hipocampo, cuerpo calloso y córtex prefrontal, así como una menor densidad neuronal en el cíngulo anterior y alteraciones en la simetría del lóbulo frontal y giro superior temporal (Teicher, Tomoda y Andersen, 2006), teniendo como resultado deficiencias en el lenguaje, capacidades cognitivas en general y modificación de las habilidades de solución de conflictos (Henry, Sloane y Black-Pond, 2007).

El padecimiento directo de malos tratos no es el único factor a tener en cuenta dentro de esta amplia temática, sino que también la visualización de éstos en el hogar presenta sus efectos en los hijos, de manera que las siguientes líneas se destinarán a la explicación de las consecuencias de dicho fenómeno a nivel individual y cómo esto podría afectar a las relaciones interpersonales, incluidas las de corte romántico. No nos adentraremos en la violencia de pareja como tal, pues ya se comentó el motivo al principio de este apartado. Lo que se pretende es conocer los elementos que explicarían la formación de la pareja sentimental, no del funcionamiento violento de la misma. Partiendo de toda la información expuesta hasta el momento, nos centraremos en aquellas características más destacadas para poder elaborar un hilo conductor que explique el desarrollo de los futuros efectos que la percepción del maltrato familiar tiene en el establecimiento de las relaciones de pareja en los adolescentes. Por consiguiente, teniendo en cuenta que uno de los factores de riesgo para los problemas relacionales es la calidad del vínculo de pareja que mantienen los padres, el hecho que la familia sea el primer agente socializador y que ésta pueda llegar a ser instigadora de maltrato a través del aprendizaje, deja entender que el presenciar malos tratos en cualquiera de sus formas dentro del hogar será el caldo de cultivo perfecto para el desarrollo posterior de relaciones de pareja poco saludables, debido a las características personales que los hijos desarrollan ante esta situaciones familiares mediante la influencia parental. Por ello, se ha considerado evaluar el impacto que tiene a nivel individual la vivencia de violencia entre los padres, ya que un clima de hostilidad, malos patrones de comunicación, falta de afecto y problemas en la resolución de conflictos, generarán consecuencias en quienes lo experimentan y en quien lo padece en la distancia.

Partimos de la definición que Browne y Herbert (1997) dan de la violencia conyugal, comprendiendo siete tipos distintos de manifestación de la misma, a saber: abuso físico o in-

fligir dolor físico con las propias manos o con objetos; abuso sexual o contacto o cualquier exploración sexual sin consentimiento; abuso psicológico por ocasionar angustia mental a través del control, la limitación del contacto social, forzar al aislamiento, intimidación, ofensas, destruir la propiedad o visualización obligada de imágenes o acciones violentas, abuso emocional mediante insultos, degradación y/o humillación; abuso económico con la explotación financiera, control del dinero o imposición de dependencia económica; negligencia deliberada consistente en la negación a cumplir las obligaciones como pareja o progenitor como medio para provocar daños y finalmente, la negligencia no deliberada con las mismas condiciones anteriores, pero sin una intencionalidad explícita.

Añadido a esto, existen una amplia cantidad de investigaciones que muestran de forma consistente los problemas de tipo conductual y emocional que presentan las personas testigos de violencia en el hogar. Se entiende que las relaciones entre los padres y los hijos se verían afectadas por la interacción entre la pareja, influyendo a su vez en el ajuste de los adolescentes en todos los niveles de su desarrollo. La complejidad de las secuelas psicológicas ha sido documentada por Graham-Bermann, Gruber, Howell y Girz (2009), indicando que el 80% de los niños encuestados presentaban problemas de índole psicológica, no manifestándolos el resto por ser el grupo resiliente. A esto Sternberg, Baradaran, Abbott, Lamb y Guterman (2006) añaden, que la posibilidad de presentar problemas internalizantes y externalizantes se duplica en aquellos que han sido expuestos a presenciar este tipo de violencia. Por su parte, Alcántara, López-Soler, Castro y López (2013) llevan a cabo un estudio con muestra de niños y niñas que han sufrido maltrato emocional y presenciado el maltrato físico y emocional hacia las madres, encontrando afectación a ambos sexos, no siendo los resultados del todo concluyentes en esta variable, así como presencia de problemas conductuales y emocionales graves, presentándose los siguientes síndromes: ansiedad/depresión, retraimiento, problemas somáticos, sociales, de pensamiento, atencionales, conductas disruptivas y agresivas, con una prevalencia 5 veces superior a la población normal y en algunos casos hasta 10 veces, como en el caso del retraimiento. De este modo, Schmid, Goldbeck, Nuetzel y Fegert (2008) muestran que los chicos manifiestan problemas con más frecuencia de tipo externalizante, como agresividad y hostilidad, mientras que las chicas se caracterizan en mayor medida por problemática internalizante o emocional, como quejas somáticas o depresión. Por otro lado, otros estudios no muestran diferencias en ambos sexos, no encontrando distinciones significativas en altera-

ciones conductuales, aunque los niños más que las niñas cumplirían con criterios para diagnóstico clínico (Ware et al., 2001). Por su parte, Mathijssen, Koot, Verhulst, De Bruyn y Oud (1998) postulan que los problemas de comportamiento están relacionados con los conflictos entre madres e hijos, mientras que los de tipo interno se asociaban a relaciones conflictivas entre los progenitores. Se podría hablar a grandes rasgos que, en lo que respecta a diferencias por sexo en este ámbito, los resultados no son del todo consistentes, lo cual podría explicarse por los diferentes rangos de edad y condiciones personales de los participantes.

Si nos centramos en los problemas internalizantes o emocionales, con respecto a la depresión manifestada por los adolescentes ante los conflictos de los padres, puede predecirse a raíz de dos variables, los acontecimientos vitales que se perciben como amenazantes y el nivel de cohesión familiar (Buendía y Mira, 1993). La detección de problemas de pareja en los padres favorece la aparición de tristeza (Harold y Conger, 1997). Por otro lado, Matud et al. (2003) informan que aquellas mujeres que presenciaron malos tratos en la familia de origen, presentaban índices muy superiores de sintomatología somática y depresiva en comparación a las que no mostraban esa historia familiar conflictiva. En cuanto a la ansiedad, según apunta Echeburúa (1993), en el desarrollo de trastornos en este terreno actuarían como detonantes tanto el estilo educativo de los padres, como los acontecimientos estresantes vividos en la familia, como divorcio o conflictos de pareja. Por otro lado, los problemas de autoestima afloran como otra consecuencia de los problemas conyugales. En este sentido, la exposición a elevados niveles de conflicto entre los padres se asocia a una alta afectación del sentido de autovalía en los adolescentes (Stone, Buehler y Barber, 2002). La sintomatología presentada por la muestra de adolescentes del estudio de Wolfe, Scott, Wekerle y Straatman (2001) era muy variada. Observaron que las participantes que habían experimentado conflicto en la familia, mostraban mayor probabilidad de presentar dificultades en el manejo de la ira, ansiedad, depresión y estrés postraumático, mientras que en el caso de ellos, la tendencia se asociaba a niveles clínicos de depresión, estrés postraumático, disociación y conductas amenazantes contra sus parejas afectivas.

Atendiendo ahora a los problemas de conducta o externalizantes, Gonçalves (2003) establece que el que los hijos experimenten rabia ante una situación familiar beligerante, provoca emociones negativas en ellos aunque simplemente sean víctimas no directas, facilitando la

extensión de la violencia a otros entornos. En este sentido habría más probabilidad de maltratar a otros compañeros en la escuela al asistir a violencia en casa. Presentarían una mayor predisposición a mostrarse de forma hostil y agresiva (Troxel y Matthews, 2004). De igual forma, Musitu, Martínez y Murgui (2006) exponen que las estrategias que llevan a cabo los padres a la hora de resolver los conflictos, tales como retraimiento, rechazo a la comunicación, ruptura o violencia, tienen mucho que ver con la competencia social, relaciones sociales, ajuste e implicación en conductas violentas en el ámbito escolar por parte de los hijos. Además, se sabe que los padres son referentes de conducta para los hijos, de ahí a que los adolescentes puedan llegar a aprender de sus progenitores que la ruptura y la violencia son estrategias adecuadas para resolver conflictos, pudiendo reproducirlas con sus iguales en general. De su estudio, Musitu et al. (2006) extraen que el apoyo de ambos progenitores provoca un efecto positivo en la autoestima social del adolescente y en su ajuste escolar. Sin embargo, en el caso de manifestaciones de violencia contra otros compañeros, es el apoyo de la madre el que inhibe o reduce esta conducta, desarrollándose además en el adolescente una valoración más positiva a nivel social y mejores relaciones con los iguales. No obstante, los conflictos entre los padres hacen descender la percepción de apoyo recibido en el hijo, así como la capacidad de éstos para ofrecerlo, transformándose así en problemas de autoestima, pobre ajuste escolar e incremento de las conductas violentas.

Por otro lado, el conflicto en la familia también influye en la agresividad de los niños hacia los padres, extendiéndose así el patrón de violencia, por lo que la situación de agresividad en la familia se asocia a comportamientos antisociales (Moffitt y Caspi, 2001). En este punto, ampliamos la relación entre el conflicto en la familia con agresividad, depresión y comportamientos delincuentes a través de la teoría general de tensión de Agnew (1992). Plantea que las conductas delictivas son el resultado de la frustración y rabia que se generan al procesar situaciones sin alternativa. Las emociones ante la situación de malos tratos en el hogar las canalizan hacia otros entornos, disminuyendo la aceptación y cumplimiento de normas con el objetivo de reducir dichas emociones. Otra explicación en esta misma línea, entiende la delincuencia tomando como base la presencia de conflictos en la familia. Es el modelo de conflicto familiar y delincuencia de Sigfusdottir, Farkas y Silver (2004), quienes consideran que la aparición de conductas delictivas parte de problemas de gravedad moderada en el hogar, relacionados con la cantidad de depresión, ira y violencia experimentada por los hijos. La

disputa entre los padres se entendería como predictor de comportamientos antisociales en los chicos y sintomatología psicopatológica en general para ambos sexos (Neighbors, Forehand y Bau, 1997).

Continuando con las secuelas que deja la vivencia de crisis entre los padres, nos encontramos con la prueba más evidente de esta influencia de cara a la calidad de las relaciones de pareja posteriores, la cual llega de la mano de Hotaling y Sugarman (1986) quienes proponen el modelo de *transmisión intergeneracional de la violencia*. Esta perspectiva sugiere que la violencia entre las parejas se transmite a las siguientes generaciones debido a la exposición del menor durante años a estas situaciones, adquiriendo estos patrones violentos por aprendizaje y poniéndolos en marcha en sus posteriores relaciones amorosas, continuando el ciclo. Tal y como apunta Touza Garma (2005), las experiencias vividas en el seno familiar son de grandísima importancia en este terreno. Afirma que el haber sufrido de algún modo malos tratos en la etapa infantil, aumenta el riesgo de convertirse en una persona maltratadora con otros, pero esta relación no tiene un carácter directo e inevitable. En este sentido, la autora defiende que las representaciones creadas por los cuidadores, generarán una serie de expectativas sobre la calidad de las futuras relaciones, de tal forma que, como ya sabemos, el establecimiento de un tipo de apego seguro actuará en principio como factor protector. Igualmente, la reelaboración de los modelos de relación también puede llevar a la persona a no reproducir el maltrato recibido o presenciado.

Siguiendo en esta línea, Simons, Lin y Gordon (1998) encontraron las causas de los conflictos entre parejas, las cuales están relacionadas con conductas de los progenitores, entre los que se haya la violencia. Manifiestan que la transmisión de estos comportamientos tendría tres posibles explicaciones: en primer lugar, el aprendizaje por modelado, en segundo lugar, la enseñanza de la violencia como modo para cambiar los comportamientos ajenos y por último, la ausencia de un soporte parental sólido que pueda evitar la aparición de rasgos antisociales en los hijos. En relación a esto, en palabras de Touza Garma (2005), los niños aprenderían los comportamientos conflictivos y elaborarían reglas que los sustentan, incrementando así la probabilidad de ocurrencia de los mismos, adquiriendo mayor fuerza estas reglas si el niño las asocia a conductas normalizadas de sus progenitores y si el maltrato va acompañado de razonamientos de tipo verbal y ocurre como respuesta de disciplina ante los actos del niño. Añadi-

do a esto, si los padres carecen de experiencia y no representan un referente competente de cuidado, no serán considerados por sus hijos fuentes adecuadas de aprendizaje. Por otro lado, Yanes y González (2001) aportan la existencia de un mayor riesgo para que los hijos reproduzcan conflictos con sus parejas en el futuro, cuando dentro de la violencia entre sus padres favorecen al progenitor de su propio sexo. En definitiva, se añaden como factores de riesgo en estos casos un estilo de personalidad agresivo y haber testimoniado agresión en la familia (Lorber y O'Leary, 2004), haber sufrido malos tratos en la infancia y carecer de alternativas no conflictivas en la resolución de problemas y conflictos interpersonales (Mullender, 2000), así como un autoconcepto y autoestima pobres o dificultades en las respuestas empáticas (De Corral, 2000). Por tanto, hasta este punto se podría establecer que a través de la configuración de ciertos elementos de la identidad, junto con aspectos del aprendizaje, predispondrían a las personas a mostrar comportamientos conflictivos con los otros, en este caso con la pareja romántica, actuando junto a la presencia de otros factores de riesgo o ausencia o poca efectividad de factores de protección.

Otra explicación hacia las relaciones conflictivas en la pareja se centra en los valores y actitudes adquiridos en el proceso socializador. Esto se puede observar en el hecho que en las sociedades en las que hay poca frecuencia en el uso del castigo físico, el maltrato físico es igualmente inusual (Zigler y Hall, 1989). De la misma manera, las actitudes ante los niños ejercen un peso importante, ya que la creencia en torno a la propiedad sobre los hijos, será considerado como un precedente importante para la ejecución de conductas conflictivas en el hogar. En esta línea, habría que destacar que la definición de lo que es considerado un trato adecuado y lo que no vendrá impuesto por los modelos sociales implantados, por los valores y actitudes de la sociedad y la cultura en la que se viva. Así, Touza Garma (2005) expone que no sería suficiente con que unas formas de comportamiento se considerasen nocivas, sino que también han de transgredir las normas comunitarias sobre lo apropiado o no en este terreno. Establece que lo que se entiende como un buen o mal trato hacia los otros queda definido por la relación entre dos variables, por un lado los mínimos de cuidado y atención que se han demostrado válidos y, por otro, los valores culturales sobre la socialización. Siguiendo con esta autora, para ejemplificar la influencia de las creencias y la cultura, tomamos como referencia la violencia hacia las mujeres en la relación de pareja, la cual se perpetúa hasta nuestros días por las razones que se acaban de explicar. Este tipo de violencia se relaciona con las creencias

de la superioridad del hombre hacia la mujer, el control sobre ella. La propia definición hace referencia al género femenino por aludir a los valores y creencias que la sustentan. Esto mismo ocurriría con la violencia en el ámbito doméstico y, por tanto, hacia cualquier miembro de la familia, incluida la pareja. En este sentido, Corsi (1994) entiende que este último tipo se entendería como un desequilibrio de poder debido a la acción u omisión de ciertas conductas, ocasionando daño físico y/o psicológico al otro miembro, intentando controlar la relación mediante el abuso de poder.

Toda esta información se traduce en un incremento en la adolescencia de relaciones muy conflictivas en cualquiera de sus vertientes. La importancia del trabajo e información temprana con los adolescentes sobre el tema de las relaciones cargadas de toxicidad encierra varios motivos. Según establecen Shulman y Scharf (2000), el primero de ellos se debe a que, en la adolescencia y primera juventud, se establecen estilos de relación que pueden convertirse en patrones de conducta sólidos en la vida adulta y muchas de las historias conflictivas de pareja tienen su origen en el noviazgo juvenil. El segundo motivo, es que las relaciones basadas en estas características pueden afectar al desarrollo de la personalidad del adolescente, dando lugar a depresión, abuso de alcohol y drogas, relaciones sexuales no seguras y fracaso escolar. La tercera y última razón, es que las personas adolescentes y muy jóvenes tienden a tolerar determinadas relaciones abusivas por desconocimiento, por interpretación errónea o por una mala conceptualización del amor y de las relaciones de pareja. Desde la investigación también se concluye que a medida que las relaciones se van haciendo más serias y estables, aumenta el número de conflictos, se comienzan a establecer dinámicas relacionales basadas en el dominio e incluso, tal y como afirma Archer (2000), de forma más frecuente de lo esperado, aparecen comportamientos violentos entre las parejas. Los estudios nos permiten afirmar que la violencia en las relaciones sentimentales adolescentes aumenta de forma gradual con el transcurrir de la adolescencia hasta alcanzar su punto álgido en torno a los 25 años, con un decremento posterior que llega hasta los 35 años (Capaldi, Kim y Shortt, 2004). En España, González y Santana (2001), establecieron que alrededor de un 7% de los chicos y chicas estaban implicados en violencia física directa, mientras que las manifestaciones de violencia verbal, fueron de un 23.9% en los chicos y de un 28.8% en las chicas. Más recientemente, Muñoz-Rivas, Graña, O'Leary y González (2007) han encontrado índices mucho más altos, ya que alrededor del 90% de los estudiantes entre 16 y 20 años encuestados manifestaron que en algún momento

habían agredido verbalmente a su pareja, mientras que el 40% admitió haber ejercido la violencia física. Las formas más severas de ésta última presentaron porcentajes del 4.6% en los chicos y el 2% en las chicas. En función del sexo, las mujeres usaban más las formas verbales, psicológicas y físicas leves frente a los varones, que utilizaron en mayor porcentaje las formas físicas graves. La edad también resultó significativa, ya que los más jóvenes tenían mayor tendencia a usar las maneras físicas, mientras los estilos verbales fueron igual de frecuentes independientemente de la edad.

Relacionado con esto, O'Keefe (1998) evaluó los rasgos de adolescentes que habían sido testigos de violencia excesiva entre sus padres, comparando aquellos que también habían sido agresores o agredidos por sus parejas románticas. De este modo, los chicos agresores se caracterizaban por haber presenciado violencia en su entorno cercano, tener baja autoestima, bajo nivel socioeconómico y aceptar la violencia como parte del noviazgo, estos dos últimos también compartidos por los que fueron víctimas de violencia a manos de sus parejas. Las chicas agredidas mostraban un menor desempeño escolar y habían sido víctimas de maltrato en la infancia, mientras que las agresoras compartían estos rasgos junto a haber presenciado violencia en el contexto cercano, como la escuela o la comunidad. Además, Foshee, Bauman y Linder (1999) encontraron que independientemente del género, los adolescentes que habían presenciado conflictos en su familia, mostraban mayor aceptación de ese tipo de violencia y un modo agresivo en la resolución de problemas. Por su parte, Kinsfogel y Grych (2004) valoraron que los adolescentes varones expuestos a conflicto entre sus progenitores, naturalizaban más la agresión en las relaciones de pareja, poseían la creencia que este rasgo se extendía a los vínculos con los amigos y tenían más dificultades en el control de la ira.

d) Divorcio

Muy relacionado con la temática previa se encuentra la separación parental, por ello, se hace necesario mencionar las secuelas que el divorcio tiene sobre los hijos y sus futuras elecciones de pareja, ya que la violencia en el hogar puede ocasionar la ruptura de la pareja, produciendo efectos en el resto de miembros de la familia. El divorcio o separación no es solamente un fenómeno sociológico y demográfico amplio, sino que también es un proceso psi-

cológico potente con profundas implicaciones en la vida de los individuos. En nuestro país, según las estadísticas del Consejo General del Poder Judicial (2015b) se registraron más de 100.000 acciones legales entre nulidades, separaciones y divorcios, siendo éstos últimos los que engrosan realmente los datos con más de 96.000 casos. No obstante, por diversos motivos, incluyendo una situación económica que no permite a muchas parejas iniciar los trámites legales necesarios, hacen que estas cantidades, al igual que en el caso de la violencia en el hogar, supongan un porcentaje no del todo representativo de la realidad social.

Tal y como apunta Iraurgi et al. (2008), el proceso por el cual se rompe la pareja comienza años antes de la separación física y legal, produciéndose en el momento en el que la tensión es de tal magnitud que este procedimiento se percibe como la única salida. De esta forma, se torna una situación de estrés para padres e hijos, quedando afectados estos últimos por la desorganización y los cambios que supone la ruptura del soporte familiar generador de protección (Pons-Salvador y Del Barrio, 1995). Para Glick, Berman, Clarkin y Rait (2001), las familias atraviesan una serie de fases que incluyen los acontecimientos vitales por los que pasan la mayoría de forma predecible, aunque con variaciones, siendo uno de ellos la separación o divorcio de los padres. Algunos de estos hechos suponen cambios o estresores para la familia, como son el nacimiento o fallecimiento de uno o varios de sus miembros, que modifican su estructura y de cuya adaptación a la nueva situación se requiere para evitar una crisis interna y mantener el ajuste familiar e individual (Musitu y Cava, 2001). En este sentido, Amato (2000) describe la perspectiva de ajuste al estrés provocado por el divorcio, apareciendo dos modelos opuestos. El primero, postula que la mayoría de las personas se adaptan al proceso del divorcio gracias a factores que determinan la velocidad del ajuste, tales como los recursos personales. El segundo, el de estrés crónico, establece que la tensión y la ausencia de bienestar asociada al proceso de divorcio se mantienen de forma relativamente indefinida. En éste último, los recursos de los que dispone la persona, determinarían el nivel de angustia que experimente.

En definitiva, tanto los padres, como los hijos tendrán que enfrentarse y adaptarse a nuevas situaciones internas y externas muy variadas. En este sentido, para Mabres Boix (2014) los padres tendrán que gestionar un amplio abanico emocional posterior a la ruptura y hacer frente a una nueva organización familiar en la que ya no ejercen el rol de pareja, pero sí

de progenitores, mientras que los hijos deberán afrontar la pérdida, el miedo al abandono y los continuos cambios a los que se pueden ver expuestos. A esto se suma la visión de Espinar Fellmann (2009), estableciendo que los padres deben crear un nuevo orden en el equilibrio económico, parental y social, mientras que los hijos deberán reconceptualizar el contacto con ambos progenitores y afrontar la incertidumbre que provoca la nueva situación. Igualmente, añade que los hijos de padres divorciados, en comparación a las familias intactas, muestran mayores dificultades de adaptación y problemática de tipo psicológico y emocional. No obstante, habría que matizar entre las consecuencias observadas en niños pequeños y en adolescentes.

La autora expone que con respecto a los niños menores de 6 años, las primeras manifestaciones son de temor, conmoción, tristeza e infelicidad en la fase de ruptura e inmediatamente después, sensación de soledad, así como desconcierto e ira hacia sus padres. Debido a su menor maduración cognitiva, no gestionan de la misma forma la separación, presentando mucho temor ante la desaparición de uno de ellos. De ahí a que, como bien exponen Vallejo Orellana, Sánchez-Barranco y Sánchez-Barranco (2004), se pueda transformar en llanto, alteración del sueño, de esfínteres, aparición de rituales y conductas regresivas y excesiva dependencia del progenitor con el que convive a diario. Añaden que los adolescentes experimentan este suceso como un elemento altamente estresante y aunque cuentan con un mayor desarrollo cognitivo que les permite comprender mejor la situación y suelen contar con una buena red de apoyo fuera de la familia, presentan problemas de concentración, enfado y sensación de vacío y pérdida. Por su parte, Novo, Arce y Rodríguez (2003) son más específicos y establecen una diferenciación en cuatro tramos de edad con respecto a las manifestaciones emocionales y cognitivas, así como las conductas problemas que pueden ocurrir ante la separación de los padres. La primera de ellas va de los 0 a los 3 años, en donde perciben que ha habido pérdida de uno de los progenitores, pudiendo mostrar regresiones, problemas con la alimentación, el sueño y el aseo, irritabilidad, apatía y retraimiento. La segunda etapa abarca de los 3 a los 7 años, caracterizada por confusión y miedo al abandono y a la pérdida del padre que tiene la custodia. La tercera fase comprende de los 7 a los 12 años, incluye sentimiento de pérdida y rechazo, confusión, vergüenza, resentimiento, soledad, autoculpa. Por su parte, Mabres Boix (2014) establece que los hijos que se ven enmarcados en esta situación, pueden llegar a desarrollar formas de relación futuras basadas en la seducción para conseguir lo que se desea o, por el contrario, en la imposibilidad de reconocer a otros que puedan engañarle o dañarle, lo que en

ambos casos dará lugar a interacciones sociales problemáticas. Finalmente, la cuarta etapa de los 12 a los 18 años en la que hay una preocupación por el propio futuro y la pérdida de vida familiar, presencia de ira, hostilidad y responsabilidad con la familia, siendo las conductas problema un desarrollo de la independencia muy temprano o tardío, competición con el progenitor del mismo género, conducta inmadura o preocupaciones sobre el rol como pareja sexual o marital.

En relación a la etapa primaria, Orgilés, Espada y Méndez (2008) encuentran más ansiedad por separación en los niños de padres separados, al igual que preocupación por el dolor y la tristeza que pueden percibir en sus padres (Storksen, Arstad-Thorsen, Overland y Brown, 2012). Por otro lado, Valdés Cuervo, Martínez y Ochoa Alcántar (2010) manifiestan que en comparación a los hijos de padres casados, los que pertenecen a familias rotas puntuaban más alto en distractibilidad, incumplimiento de las responsabilidades escolares e hiperactividad. Los autores explican estos resultados a través de factores parentales, tales como la disminución de recursos por parte de los padres, de apoyo emocional y una menor participación en la educación. Por su parte, Valdés Cuervo, Martínez, Urías Murrieta e Ibarra Vázquez (2011) encuentran que en niños de primaria cuyos padres están divorciados no hay mayores niveles de problemas conductuales que otros compañeros que pertenecen a familias intactas, pero sí que se observan afectaciones en el desempeño académico.

- **Consecuencias en la adolescencia y edad adulta**

Centrándonos y ampliando los efectos que más allá de la niñez produce el haber vivido una o más transiciones matrimoniales de sus padres, se observa en los adolescentes una mayor probabilidad de sufrir bajos niveles de aceptación y autonomía, pudiendo presentar en los momentos iniciales de la ruptura una elevada sintomatología depresiva, comportamientos antisociales y conductas regresivas, así como altos niveles de ansiedad (Wallerstein, Corbin y Lewis, 1988). Cuando los hijos viven una situación traumática en el proceso de divorcio, debido a la mala convivencia y hostilidad mostrada entre sus padres, aumentan los problemas conductuales (Hodges y Bloom, 1984), a lo que se le suma menor autoestima y más introversión social, situaciones que a su vez aumentarían la probabilidad de tener un nivel social y económico más bajo en la edad adulta (Amato y Booth, 1991) que, como ya hemos visto, sería

un factor de riesgo en sí mismo para entablar relaciones de pareja problemáticas que podrían desembocar en la separación, reproduciendo el patrón. Los factores individuales de los adolescentes también influyen sobre su ajuste al divorcio. La forma de percibir y procesar el conflicto parental y la frecuencia, intensidad y contenido de éste, moderaría la adaptación de los adolescentes (Grych y Fincham, 1990); de forma que aquellos que perciben la solución al conflicto y si éste es poco frecuente y de menor intensidad, producirá consecuencias menos negativas a corto y largo plazo (Kouros, Cummings y Davies, 2010). Al contrario, los que se culpabilizan por el conflicto, se introducen en el mismo y sienten que no pueden afrontarlo, presentan un riesgo más elevado de mostrar sintomatología internalizante y externalizante tras el conflicto (Ablow, Measelle, Cowan y Cowan, 2009; Rowe, Zimmer-Gembeck y Hood, 2016).

Además, Rowe et al. (2016) añaden que ese sentimiento de seguridad emocional y física en torno a las relaciones familiares y la posibilidad de resolución de los conflictos actúan como factores de protección en los adolescentes, siendo los padres los que deben generarlo en sus hijos a través de la resolución adecuada de problemas y el establecimiento de una relación basada en la comunicación y apoyo hacia éstos. Por su lado, Cantón Duarte, Cortés Arboleda y Justicia Díaz (2000) proponen la presencia de tres efectos presentados en los hijos de padres divorciados. En primer lugar, la manifestación de problemas externos, es decir, alteraciones conductuales con escasez de control, tales como agresividad y consumo de drogas, observándose en el año posterior a la separación, siendo más frecuentes y persistentes en los chicos. En segundo puesto, se encuentran los problemas internos, las alteraciones emocionales ya vistas y una tercera consecuencia relacionada con el rendimiento escolar, concretamente una menor motivación para el logro y menos aspiraciones de tipo académico, teniendo así un riesgo de abandonar la escuela dos veces superior a los hijos de padres que permanecen unidos. Además, Thuen, Breivik, Wold y Ulveseter (2015) estudian de forma longitudinal cómo se ven afectados por el divorcio ciertos aspectos de la salud física y las quejas subjetivas en torno a ésta. Observan que comportamientos como consumo de tabaco, alcohol, así como malos hábitos nutritivos y de actividad física, aparecen como menos favorables para los hijos de padres separados. Esto se relacionaría con conductas comprometedoras de la salud y su asociación con el aumento del riesgo para desarrollar a largo plazo enfermedades diversas.

Por otro lado, el divorcio también podría explicarse desde la perspectiva del apego, ya que ofrece una visión en torno a la forma en la que los individuos afrontan la pérdida y la separación. Hay que tener en cuenta que el divorcio es un hecho muy estresante y que conlleva la ruptura de uno de los lazos afectivos más importantes en la edad adulta (Miller, 2010). En este sentido, Bowlby (1980) propone tres etapas ante la pérdida. La primera es la protesta, con manifestaciones de incredulidad, llanto, ira e intento de contacto y proximidad. La segunda etapa de desesperanza y tristeza y la tercera, conlleva una reestructuración en la jerarquía de las figuras de apego, adaptándose con éxito a la pérdida si esta reorganización no se lleva a cabo usando a la persona que se ha ido. Las rupturas conflictivas pueden alterar un patrón de apego seguro preexistente, tanto en cada miembro de la pareja, como en los hijos, provocando en éstos confusión en torno a la seguridad en las relaciones y complicar el desarrollo saludable de éstas en el futuro.

Con respecto a los miembros de la pareja, Allison y Furstenberg (1989) hallaron que los efectos del divorcio fueron más significativos para las mujeres en las dimensiones de angustia, insatisfacción y problemas de comportamiento. Como apuntan Simpson, Campbell y Weisberg (2006), los conflictos de pareja pueden llevar a interpretar de forma distorsionada la situación como una amenaza, ya que se activan de nuevo las respuestas que esas personas llevaban a cabo ante los problemas manifestados por sus padres, lo cual a su vez podría reforzar la ansiedad o evitación con respecto a la pareja e impactar negativamente en la calidad de la relación romántica. Apoyando esta idea se encuentran los hallazgos de Roth, Harkins y Eng (2014), que muestran que las representaciones de apego alteradas fueron reactivadas ante el conflicto con la pareja romántica, respondiendo de forma ansiosa o emocionalmente inaccesible a través de la falta de confianza en la relación. Por tanto, las diferencias individuales en el apego se asociarían con distintas formas de reacción ante la separación.

En este sentido, Davis, Shaver y Vernon (2003) afirman que las personas con apego seguro se recuperan más rápidamente a nivel emocional comparadas con las que se apegan de forma ansiosa, ya que utilizan como refugio de seguridad a otras personas significativas para ellos. Además, muestran un mejor ajuste psicológico y regulación emocional tras el divorcio (Lamela, Figueiredo y Bastos, 2013). Por el contrario, como bien apuntan Madey y Jilek (2012), las personas con apego ansioso muestran mayor estrés y menores niveles de bienestar

y adaptación después de la ruptura. Manifestarán más problemas para actuar de forma independiente, así como angustia emocional, depresión, ansiedad, ira y pérdida de control de sus emociones (Fagundes, 2012). Finalmente, los resultados con respecto a los individuos con apego evitativo son menos consistentes, ya que su adaptación al divorcio podría complicarse por su tendencia a la desactivación de las necesidades de apego, así como las emociones y cogniciones asociadas a éstas. De forma que, mientras que algunos trabajos apuntan a que una mayor evitación se asociaría a una mejor respuesta a la ruptura (Yárnoz-Yaben, 2010), otros afirman que esta misma condición dificultaría el establecimiento de futuras relaciones de pareja, más sentimiento de culpa, abuso de alcohol y drogas y rechazo a buscar apoyo ajeno (Cohen y Finzi-Dottan, 2005). A estos datos, la comunicación en los estilos evitativo y ansioso también se vería afectada. Tal y como exponen Azadi y Tehrani (2010), las personas con este tipo de apegos no llevarían a cabo una adecuada descodificación de los estados emocionales; además de existir autculpabilización que conduce igualmente a conflictos y desacuerdos comunicativos (Momenzade, Mazaheri y Heydari, 2005). Por su parte Garrido Rojas, Guzmán-González y Rivera Ottenberg (2016) observan las reacciones ante el divorcio en función del tipo de apego mostrado. En este sentido, las personas que experimentan alta ansiedad ante el abandono, se asocian con un mayor apego a la ex pareja, así como elevados niveles de soledad negativa en hombres y mujeres, entendiendo ésta como sentimientos de aislamiento y afecto negativo. Debido a la situación estresante que el divorcio genera, en estos casos resulta dificultosa la tarea de autorregulación emocional. Continúan con que la evitación predice la sensación de soledad negativa en mujeres. No obstante, las féminas evitativas, al tender a la desactivación del apego podrían distanciarse de las amenazas contextuales, pudiendo escapar así de recuerdos dolorosos, que a su vez explicaría el no necesitar cercanía emocional con la figura de apego previa, facilitando así su ajuste. Por otro lado, los estilos de apego se asocian también a la satisfacción con la vida, siendo un estilo ansioso y evitativo los que se asocian a puntuaciones más bajas en este factor (Ponizovsky y Drannikov, 2013), así como a mayores conflictos durante el matrimonio y la calidad relacional durante éste (Besharat, 2003). En relación a esto, Jarnecke y South (2013) encontraron una relación significativa entre el tipo de apego establecido entre padres e hijo, junto con el tipo de apego en las relaciones románticas como mediadora en la transmisión intergeneracional de la satisfacción marital.

Atendiendo ahora a la afectación del apego preexistente en el adolescente, tanto hacia sus propios progenitores, como hacia otras personas, Di Domenico (2006) muestra que partiendo de la idea que el apego se mantienen a lo largo del ciclo vital, las manifestaciones en estas edades ante la separación de los padres serán más controladas que en años previos, pero pueden ser más intensas debido precisamente a la etapa en la que se encuentran, afectando al área cognitiva, social y emocional. Tal y como apunta Boles (1999), la presencia parental y la seguridad emocional que aportan ante el proceso de cambio que ocurre durante la adolescencia temprana garantizará un ajuste mayor en años posteriores dentro de esta etapa. Es por este motivo que la separación de los padres supone un hecho con un elevado impacto que puede generar sentimientos de soledad, nostalgia y alteraciones en la edificación y consolidación del autoconcepto (Thurber, 1999). Si bien es cierto que la separación de los padres como pareja no tiene que conllevar el abandono hacia el hijo, sí se produce un cambio en la forma de vinculación al cambiar las pautas familiares establecidas, tal y como apunta Barber (1998). Expone que una declinación en el apego supondría la aparición de comportamientos poco altruistas y manipuladores, disminución de rendimiento académico, inseguridad en las relaciones interpersonales y una probabilidad más baja de desarrollar un apego seguro con los futuros descendientes. En general, el establecimiento de un vínculo de apego seguro con los padres reportará al adolescente grandes beneficios en las diversas áreas de su desarrollo, incluida la propia gestión de la separación de sus progenitores, ya que tenderá a resolver los problemas negociando con éstos y su percepción de las relaciones posteriores al divorcio mantendrá rasgos positivos (Grossmann, Grossmann y Zimmermann 1999).

Igualmente importante es abordar la relación existente entre la separación parental y el impacto que ésta produce en las relaciones afectivas de los hijos adolescentes con los demás. El primer vínculo relacional que se va a abordar es el que se mantiene con los hermanos. La calidad de la relación fraternal viene determinada por el conflicto mantenido por los padres a lo largo del proceso de separación (Poortman y Voorpostel, 2009). La diferencia de edad entre hermanos también ha sido un factor estudiado en este terreno. De esta forma, Sheehan, Darlington, Noller y Feeney (2004) hallaron que el hermano mayor a menudo asume un rol de padre dominante, especialmente en aquellos casos en los que los progenitores no estuvieron emocionalmente disponibles. Por su parte, Bush y Ehrenberg (2003) encontraron que gran parte de su muestra afirmó un cambio de roles ante los conflictos parentales con respecto a sus

hermanos, actuando como una figura parental y llevando a cabo funciones propias de los padres, sirviéndoles de apoyo; así como comportamientos más dominantes de cuidado hacia los hermanos menores (Roth et al., 2014). El orden en el nacimiento también ha sido objeto de estudio, ya que como aportan Richmond y Stocker (2008) los padres suelen exponer sus conflictos delante de los hermanos mayores y ocultarlos a los más pequeños.

Existe contraposición en los estudios sobre las relaciones fraternales en función de la perspectiva que se adopte. Desde la teoría del aprendizaje social, la calidad de la relación entre los padres influiría en la mantenida por los hermanos mediante un proceso de imitación. Así, Poortman y Voorpostel (2009) proponen que los hermanos trasladarían los conflictos a su propia relación al verlos en sus padres, imitarían lo que ven en sus progenitores, en modelos no apropiados de relaciones interpersonales. En esta línea, Milevsky (2004) encuentra que aquellos adultos jóvenes que proceden de familias no intactas, no definen la relación con sus hermanos como cercana o que les sirva de apoyo. Por otro lado, Riggio (2001) observó que los jóvenes adultos cuyos padres se separaron al final de su infancia o adolescencia, tenían más tendencia que otros a tener menos sentimientos positivos a la hora de definir su relación fraternal. Sin embargo, desde la teoría de la amortiguación se obtendrían resultados mucho más positivos, ya que defiende que la relación de los hermanos durante el proceso de divorcio se fortalece al servir de apoyo emocional mutuo durante este proceso de transición. En defensa a esta postura, Bush y Ehrenberg (2003) encontraron que casi dos tercios de su muestra perteneciente a la población de jóvenes adultos, informaron que la relación mantenida con sus hermanos se estrechó gracias al haber servido de compañía, apoyo y figura de comunicación con respecto a la separación de los padres. Igualmente, Loucks Greenwood (2014) afirma que la calidad relacional entre hermanos a una edad más avanzada, tendría su explicación en el hecho de si éstos se han visto obligados a tomar partido en el divorcio y ambos quedaron enfrentados. Entre los participantes de este trabajo, la gran mayoría apunta una calidad muy buena en la relación, no viéndose ésta afectada por la separación parental. En definitiva, aunque la calidad del vínculo fraternal pueda verse afectado poco después del divorcio, éste tiende a mejorar con el tiempo (Roth et al., 2014).

Continuando con la calidad de las relaciones, pasamos a las de corte romántico. Según Wang y Amato (2000), la alta incidencia de relaciones conflictivas y de matrimonios fallidos

entre la población, guardaría relación con los pobres modelos parentales de comportamiento interpersonal. De igual forma, la vivencia de divorcio se asocia a inicio de relaciones sexuales de forma más precoz (Cantón Duarte et al., 2000), mayor riesgo de embarazos a edades tempranas, uniones matrimoniales precoces y abandono del hogar (Thomas, Farrell y Barnes, 1996), así como dificultad para tener relaciones amorosas estables en el tiempo (Kalmijn y Monden, 2006), estando más abiertos hacia formas alternativas a la familia tradicional (Thornton y Young-DeMarco, 2001). Los progenitores habrían contribuido a que los adolescentes cambien sus percepciones y no estructuren relaciones íntimas estables, satisfactorias y de confianza. Para Ensign, Scherman y Clark (1998), una separación altamente conflictiva entre los padres se relaciona con unos vínculos afectivos con los iguales cargados de baja intimidad y confianza. Al parecer, del divorcio de los padres pueden nacer dos ramificaciones. Bien los hijos al entrar en la adolescencia y etapa adulta utilizan el divorcio de sus padres como un elemento positivo de aprendizaje sobre la forma de gestionar sus relaciones de pareja (Lang y Pett, 1992), o existe mayor riesgo de reproducir el patrón de separación hacia el compañero sentimental, ya que las consecuencias que éste deja en los hijos, pueden materializarse en formas de relación con los otros mucho menos estables en lo que se conoce como la *transmisión intergeneracional del divorcio* (Crowell, Treboux y Brockmeyer, 2009).

En relación a esta noción, las actitudes hacia el divorcio jugarían un muy papel importante, formando parte en esta transmisión. Para Amato (1996), las personas que muestran actitudes positivas ante la situación de divorcio tienen mayor propensión al mismo. De igual modo, los niños que proceden de hogares disueltos por la ruptura de los padres, muestran una visión menos negativa hacia este hecho (Thornton, 1985). Por su parte, Cui, Fincham y Durtschi (2010) aportan la idea que el efecto que la separación de los padres tiene sobre la ruptura de las relaciones de los adultos jóvenes, estaría mediado por el nivel de compromiso depositado en los vínculos y las actitudes que poseen ante el divorcio. Por tanto, el aprendizaje de las formas de interacción en la pareja formada por los padres y la inestabilidad que les genera ésta, puede afectar al futuro establecimiento de relaciones de pareja (Vargas Flores, Ibáñez Reyes y Zúñiga Arellano, 2015). Por tanto, la familia de origen tiene mucho peso en esta situación, ya que las actitudes que muestran los adolescentes, reflejan en muchos casos la situación que se ha experimentado dentro del hogar (Amato, 1996). Para Rootalu y Kasearu (2016), el grado de influencia de los padres es una variable mediadora en la creación de actitudes, esto

es, cuando la influencia parental es débil, se generarían actitudes negativas y poco tolerantes ante el divorcio, ocurriendo al contrario cuando la influencia es más fuerte, siendo más significativa la opinión materna en ambos casos.

Los efectos que produce esta transmisión familiar en torno al divorcio se observan en una amplia diversidad de estudios. Podemos comenzar con aquellos que se centran en las diferencias por género en la relación que mantienen con los padres tras la separación. En su estudio, González, Cortés y Padilla (1996) exponen que las mujeres que habían vivido el divorcio de sus progenitores, tenían una imagen de ellos más negativa y mostraban un mayor historial de divorcios o separaciones al compararlas con el grupo cuyos padres todavía permanecían unidos. Prosiguiendo el mismo trabajo, la confianza en la formación y solidez de la relación, así como la seguridad depositada en la pareja se verían drásticamente afectadas por la experiencia del divorcio conflictivo en los padres. En este caso, para Amato (2001), el conflicto abierto provocaría muchas más consecuencias negativas a nivel relacional que el encubierto, entendido el primero como altercados verbales y físicos y el segundo, como falta de comunicación con los hijos en torno a los aspectos del divorcio y de la estabilidad de la relación parental. Por otro lado, Orbuch, Thornton y Cancio (2000) encontraron que las madres que no se casaron en segundas nupcias, tenían peor relación con sus hijos, pero mejoraron las que mantenían con sus hijas, hipotetizando que este resultado podría deberse a la obtención de un beneficio emocional por parte de las hijas, que provendría de un mayor acercamiento por parte de la madre como compensación por no tener pareja.

Con respecto a los hijos varones, Cooney (1994) ha observado que existe una disminución del contacto entre padres e hijos posteriormente al divorcio, dándose inclusive en aquellos casos en los que los hijos ya eran adultos en el momento de producirse la separación. A esto se añade que el contacto que queda es más débil en comparación al mantenido previo al divorcio (Riggio, 2004). La relación entre un padre y su hija también se resiente, pudiendo tener dos razones (Haaz, Kneavel y Browing, 2014). La primera es que, por diferencias de género, los padres pueden sentir que no tienen tanto para compartir con sus hijas y la segunda, que éstas pueden mostrar mayor sensibilidad ante los efectos del divorcio sobre las madres. En esta línea, Frank (2007) destaca el efecto tan potente que tiene la hostilidad posterior al divorcio entre los padres en la calidad de la relación entre padres e hijas, ya que la calidad mejoró

cuando el conflicto cesó. Expone que la mala relación entre un padre y su hija tiene su posible explicación en que la presencia de problemas entre los progenitores no favorece que la madre fomente las relaciones entre ambos y con los hijos en general, al igual que las hijas podrían rechazar a su padre ante la presencia de conflictos por identificarse más con la madre, siendo un gesto de lealtad hacia ella. Al parecer, un vínculo fuerte entre padre e hija favorecería el desarrollo de la intimidad emocional con la pareja por parte de ésta, proporcionando así cierta resistencia ante la transmisión del divorcio de una generación a otra. Igualmente, Amato y Booth (1991) exponen que aquellos hijos que experimentan una disminución en la relación con los padres, muestran menor felicidad e interacción con su pareja y mayor inestabilidad. En general, Schaick y Stolberg (2001) encontraron los beneficios que tiene la participación paterna, con independencia del estado civil de los progenitores, para el correcto establecimiento de relaciones de pareja futuras. De esta forma, preciden elevados niveles de intimidad, compromiso y confianza en las relaciones románticas de los adultos jóvenes, mientras que la poca participación del padre se asocia a evitación y ansiedad en éstas.

Por otro lado, según apunta Cartwright (2006), los adolescentes cuyos padres están separados, informan que este hecho ha afectado a sus relaciones románticas mediante la manifestación de dudas a la hora de comenzarlas, una menor confianza en la pareja y en su propia capacidad para mantenerlas de forma estable y prolongadamente, así como una serie de consecuencias conductuales y emocionales personales que producen daños en sus relaciones íntimas. En el trabajo realizado por Weigel (2007) postula que en comparación a adultos jóvenes procedentes de familias no separadas, los de padres divorciados recibían durante su crecimiento numerosos mensajes negativos en torno a las relaciones románticas. Estos jóvenes tendrían actitudes menos convencionales en relación al divorcio y matrimonio (Hartman, Magalhães y Mandich, 2011). Todo esto tendría su origen en una falta de modelos positivos en torno a los vínculos románticos (Lambert South, 2013). En esta misma línea, Wallerstein y Lewis (2004) llevaron a cabo un estudio longitudinal sobre los efectos del divorcio en los hijos, encontrando en los participantes una persistente visión en torno a la poca fiabilidad y resistencia de las relaciones personales, un fuerte rechazo a repetir el patrón de los padres a nivel de pareja y actitudes negativas hacia el matrimonio en general. Concluyen que el divorcio afecta a la capacidad los hijos a la hora de formar una relación duradera en la que exista amor recíproco. No obstante, la poca información existente sobre los efectos a largo plazo en los hijos de divor-

ciados ha sido criticada por fallos en su metodología, por lo que se requiere mayor investigación actualizada en torno a este tema (Morrison, Fife y Hertlein, 2017). Esta misma investigación profundiza en las ideas en torno al divorcio y en los efectos de éste en adolescentes tardíos y jóvenes adultos. Los participantes visionaban el divorcio como un medio para reducir el conflicto familiar. Igualmente, se observa que el apoyo recibido y la expresión emocional son variables vinculadas a las actitudes hacia las futuras relaciones de pareja. Establecen que los que de niños sintieron apoyo, pudieron comunicar su estado a otros y percibían a sus padres como abiertos a tratar el tema del divorcio mostraban un ajuste general más positivo, mejores actitudes hacia el divorcio, hacia sus padres y las relaciones románticas, basándose éstas en el compromiso. En el caso opuesto, experimentaban menor confianza sobre su capacidad de toma de decisiones y explorar en las relaciones amorosas, teniendo hacia éstas sentimientos negativos en torno a la seguridad que les aportaban y su compromiso afectivo con ellas.

- **Matizaciones a los efectos del divorcio en los hijos**

En este punto es necesario mencionar la controversia que existe en torno a las actitudes hacia el matrimonio y el divorcio presentes en los hijos de padres separados. En contraposición a lo expuesto anteriormente, Burgoyne y Hames (2002) informan de una concordancia entre jóvenes de ambos tipos de familia con respecto a estos dos aspectos. La explicación de esto residiría en que el impacto del divorcio y de la influencia de la familia de origen quedarían minimizados por una variable mediadora de tipo interpersonal que actuaría como factor protector (Huurre, Junkkari y Aro, 2006), siendo ésta la propia experiencia de relación de pareja. En este sentido, las relaciones de corte romántico actuarían como moderadoras por tres motivos. El primero de ellos, hace referencia al beneficio reportado por mantener una relación romántica en los primeros años de la etapa adulta (Soons y Liefbroer, 2008). El tener pareja influiría con la percepción que se tiene con respecto a las relaciones amorosas a largo plazo (Mohr, Cook-Lyon y Kolchakian, 2010). En este estudio muestran que la presencia de pareja influye en la percepción propia sobre el desenvolvimiento en una relación romántica futura en las personas que comienzan la edad adulta, mostrándose más seguros los que se encontraban acompañados sentimentalmente. Igualmente, tenían visiones más positivas del matrimonio y de su propio futuro con respecto a las relaciones, no quedando tan afectados por el divorcio de los padres. Por tanto, tal y como apuntan Miles y Servaty-Seib (2010), es probable que se

pueda producir una reconceptualización con respecto al divorcio cuando se forman relaciones románticas propias, por lo que las creencias sobre el matrimonio y la separación de los padres estarían menos influenciados por los progenitores. Este dato queda confirmado en el trabajo de Lachance-Grzela y Bouchard (2016), quienes exponen que el impacto del divorcio parental es mínimo sobre las creencias de los jóvenes adultos inmersos en una relación, quedando éstas modificadas, al menos en parte, por la propia vivencia de un vínculo romántico, teniendo una perspectiva positiva del matrimonio y expectativas optimistas en torno a lo que les depararán sus relaciones. Por tanto, apoyan la idea que los efectos negativos que puedan provocar los conflictos y separación de los padres no son inamovibles, pudiendo verse sometidos al cambio mediante las experiencias personales. En el traspaso a la edad adulta, el apoyo que se recibe de la pareja ayudaría a disminuir las consecuencias negativas que emanan del divorcio de los padres y las creencias relacionales (Gayman, Cislo, Goidel y Ueno, 2014).

Si bien es cierto que los hijos de padres separados o divorciados muestran ante este hecho ciertas consecuencias en diversas áreas de su desarrollo, se hace necesario mostrar los trabajos que no solamente suavizan los efectos del divorcio, sino que resaltan sus beneficios, como es el caso de Gately y Schwebel (1993). Abogan por un modelo de reto, de mejora y evolución tras el divorcio en el que los hijos son más maduros, responsables y empáticos, al igual que González y Triana (1998) que ven en la separación de los padres la oportunidad para el cambio en función de un conjunto de factores, que harán que éste pueda oscilar entre lo positivo y lo negativo. Una de estas variables es el valor de las relaciones familiares, que si es positivo desembocará en un estilo de vida saludable para los hijos a pesar del dolor emocional inicial tras el divorcio (McGuinness, 2006). A esto, Amato, Spencer Loomis y Booth (1995) y Pérez Opi (2009) añaden que el divorcio podría favorecer el que disminuyan los problemas que los hijos han tenido que soportar en un entorno familiar poco funcional. Igualmente, Rice (2001) agrega que una situación familiar caracterizada por conflictos constantes y falta de afecto es mucho más dañina para los hijos y todos sus miembros, que tomar como solución el divorcio. Según informan Wallerstein y Lewis (2004) en su estudio longitudinal, los participantes ya en edad adulta perciben la separación de sus padres como una decisión correcta para evitar mayores sufrimientos, eliminando la creencia de permanecer juntos por el bienestar de los hijos. En la etapa de adolescencia y joven adulto mostraban mayor conciencia de la com-

plejidad de las relaciones románticas y expectativas más realistas sobre ellas (Sever, Guttman y Lazar, 2007).

Muy relacionado con lo anterior se expone la visión de Espinar Fellmann (2009), quien muestra una serie de matizaciones, las cuales ofrecen unas conclusiones menos dramáticas en torno al divorcio. En primer lugar, encontramos que las reacciones ante el divorcio son individuales y, por tanto, muy variadas, al igual que las consecuencias, no produciéndose siempre de forma inmediata a la ruptura de los padres. En segundo lugar, las diferencias de ajuste entre los hijos de padres divorciados y los que no, son significativas, pero pequeñas en la mayoría de los casos, tal y como muestra el estudio de Amato y Keith (1991), que basándose en una muestra de 13.000 niños, concluyen que los efectos negativos del divorcio parental no se pueden considerar sólidos y generalizados. Por su parte, en un estudio con universitarios, Connel, Hayes y Carlson (2015) encontraron que al comparar los casos de hijos de padres divorciados con los de familias intactas, no se observaban diferencias en el ajuste tras la ruptura de sus padres, siendo la única relación significativa la que se encontró con la autoestima. Esta variable mostrará mayores niveles conforme aumente la edad del hijo.

La tercera matización guarda relación con la primera, esto es, el tiempo transcurrido desde que acontece el divorcio, variable no tenida en cuenta en muchos trabajos. No todas las consecuencias son persistentes y muchas tienden a desaparecer con el nuevo ajuste familiar. En relación a esto, Morgado Camacho y González Rodríguez (2012) atienden al modelo de reacción ante el estrés para afirmar que si bien es cierto que existiría un periodo inicial de desequilibrio tras la separación de los padres, no se produciría un estancamiento en la evolución y adaptación de los hijos ante la situación, sino que posteriormente le seguiría una nueva organización y toma de equilibrio para llegar a un estado de estabilidad con nuevas tareas, relaciones y roles que desempeñar, siendo este periodo variable. Por su parte, Emery (1999) afirma que los niños frecuentemente continúan una evolución hacia una adaptación saludable al divorcio de sus padres. Esto queda replicado por Morgado Camacho y González Rodríguez (2012) en población española, ya que partiendo que los niños de la muestra habían vivido la separación de los padres hacía 4 años, se ve cómo el paso del tiempo atenúa los efectos iniciales de impacto, concluyendo las autoras que estos niños muestran un perfil psicológico armónico. Finalmente, el cuarto matiz del conjunto principal reside en la asociación entre separa-

ción y problemas en los hijos, no siendo siempre directa, sino que la falta de ajuste que presentan éstos se relacionan con otros elementos que han provocado realmente la ruptura, como por ejemplo, el nivel socioeconómico, conflictos maritales o prácticas educativas poco adecuadas.

Ampliando estas últimas nociones, Espinar Fellmann (2009) afirma que en comparación a otras, las variables que marcarían la diferencia en la presencia o ausencia de ajuste en los hijos ante el divorcio, son las asociadas a los procesos y relaciones familiares, concretamente elementos relacionados con la ruptura marital y la adaptación de los padres a ésta y no tanto al divorcio en sí mismo. Estos factores serían, entre otros, la calidad del contacto con los progenitores, alteraciones en las funciones parentales o la disminución de la posición social y económica previa, a lo que Novo et al. (2003) añaden el estado psicológico de los padres (a mayor inestabilidad, mayor desajuste) y la separación de los hermanos como consecuencia de la ruptura de la pareja, produciendo una inestabilidad emocional, conductual y psicológica el no permanecer junto a ellos. A esto se le suma la presencia repentina de una nueva pareja, rigidez educativa y negligencia, falta de límites, actitudes severas y falta de un lugar acondicionado para los hijos (Darchis y Decherf, 2008). En relación a ésta última variable, las condiciones sociales y demográficas que rodean al adolescente tras el divorcio, influirán claramente en su adaptación a éste.

En este terreno, Hetherington y Stanley-Hagan (1999) demuestran que elementos como el tipo de barrio donde se viva, la seguridad de la comunidad o el acceso a una educación de calidad, son factores de protección ante la separación de los padres, debido a que provocan un incremento de la red de apoyo y un mayor acceso a influencias positivas más allá de la familia. Para Emery (1982), un bajo nivel educativo de los padres, desempleo y las dificultades económicas aumentan el estrés familiar, el cual se asocia a una peor adaptación de los adolescentes. Otra fuente de estrés importante para los hijos y que suele ser el detonante de la aparición de problemas, es la forma en la que los padres llevan a cabo la separación, así como los conflictos previos y posteriores al divorcio (Gómez Reyes, Castro Luna y Ruz Rodríguez, 2002). Así, aquellos adolescentes que vivenciaron divorcios muy conflictivos en sus padres, presentaban peor funcionamiento en habilidades sociales y ajuste psicosocial (Summers, Forehand, Armistead y Tannenbaum, 1998).

Con respecto a la adaptación de los padres a la ruptura, Yárnoz-Yaben, Comino y Garmendia (2012) exponen que existen una serie de variables asociadas al bienestar psicológico de los padres tras la separación, tales como la satisfacción vital, el estilo de apego, el perdón hacia la ex pareja y la coparentalidad. En su estudio encuentran que la satisfacción vital y el perdón a la pareja se asocian de forma inversa a problemas internalizantes en los hijos. De igual modo, que la ayuda recibida por la antigua pareja se relacionaba con el perdón, afectando negativamente a los hijos si desciende por debajo de la media grupal, provocando en estos últimos alteraciones internalizantes; mientras que elevados niveles en dificultad psicológica parental se relaciona con problemas internos y externos en los hijos. De este modo, los síntomas que presentaban padres y madres divorciados afectaban a la calidad de la relación con los hijos, al ser ésta más inconsistente, dedicaban un menor tiempo a jugar con ellos y había menos paciencia, lo que se traducía en problemáticas internas y externas (Pruett, Williams, Insabella y Little, 2003). Del mismo modo, Vandervalk, Spruijt, De Goede, Meeus y Maas (2004) obtuvieron resultados muy semejantes, a los que se le suman dificultades en los logros académicos, problemas de autoestima y de competencia social en los hijos. Después de lo observado, podemos afirmar que en aquellas familias en las que los padres sienten menos estrés y/o presentan menores complicaciones vitales, presentarán mayor capacidad de controlar los problemas que puedan surgir en la disolución de la pareja y ayudar a sus hijos adolescentes a reajustarse a la nueva situación familiar (Rowe et al., 2016).

Hay que destacar que no siempre se da una buena relación entre los progenitores una vez que la ruptura ha tenido lugar, así Ihinger-Tallman, Pasley y Buehler (1993) informan sobre dos tipos de conflicto competitivo que pueden mostrar los padres tras la separación. Por un lado, la competencia indirecta refiere conductas pasivas como denigrar al otro progenitor delante del niño, utilizar a éste para obtener información o permitir que forme parte de los problemas que mantiene con la ex pareja. Por otro, la competencia directa está formada por conductas manifiestas, tales como gritar o atacar al otro progenitor. Se sabe que la comunicación directa entre uno de los padres y su hijo con respecto al otro progenitor y la integridad de la familia, guardan relación con el ajuste de los niños al divorcio, así Whiteside y Becker (2000) encuentran manifestación ansiosa y depresiva más elevada en niños que presencian los comentarios negativos que cada progenitor realiza sobre el otro; así como confusión de identi-

dad y conflictos de lealtad en aquellos que ven cómo cada uno de sus padres contradice con regularidad las decisiones del otro (Emery, 1999). Además, en los casos de relaciones muy conflictivas entre los padres, la salud física de los niños puede verse resentida (Fabricius y Luecken, 2007) y afectar a los recursos materiales y a la calidad relacional entre padres e hijos (McIntosh, 2003). El niño tendría que afrontar un entorno carente de protección, siendo potencialmente dañino para su autoestima, ya que podría no sentirse capaz de hacer frente a tal situación y escoger opciones poco adaptativas, como una mala regulación emocional y poca capacidad de gestión de problemas (Folkman y Moskowitz, 2004). No obstante, como apunta Folkman (2008), cuando los padres ponen fin a los problemas existentes entre ellos, los hijos aprenden y participan en la resolución de los conflictos y desarrollan autoeficacia para tratar las amenazas percibidas. En este sentido, Amato (2000) afirma que la calidad en el funcionamiento de los padres posterior a la ruptura es el mejor predictor de bienestar en los hijos. Es decir, proporcionar afecto, establecer límites y supervisión, mantenimiento de contacto continuo con ambos padres y de rutinas habituales, así como impedir la exposición de éstos a los conflictos que puedan surgir entre los padres, favorece una mejor adaptación.

De igual modo, el divorcio influye sobre los estilos educativos de los padres, ya que es de sobra conocido el efecto que en los hijos pueden producir modos de educación distintos en ambos progenitores. De esta manera, Bastaits, Ponnet y Mortelmans (2014) afirman que aquellos padres que no residen con sus hijos tienen más probabilidad de ser permisivos en la educación y con menos propensión a utilizar la autoridad, en comparación a los que muestran una coparentalidad, debido a que su estrategia de crianza se muestra menos eficaz al pasar menos tiempo con ellos, lo cual supondría una variable de estrés adicional. La posible explicación que propone Stewart (1999) ante esto, reside en un intento de compensación por la disminución del contacto, dando lugar a un estilo con gran apoyo, pero poco control. Por tanto, afirma que los padres que comparten más tiempo con sus hijos no sufrirán tanto el dolor por la pérdida de contacto, de ahí a que se vean menos impulsados a compensar con un estilo educativo permisivo. Para Bastaits et al. (2014), la continuidad en la participación de la educación se asocia a satisfacción con la vida de los hijos. Además, los padres que muestran un estilo afectuoso tienen una influencia mucho más positiva en la autoestima de sus descendientes, ya que a través de éste se trasladan las habilidades sociales. A la vista de esto, manifiestan que los padres separados pueden contribuir mucho más allá de la manutención económica para la feli-

cidad y equilibrio de los hijos. Y es que aquellos que participan en la crianza mediante un estilo democrático en el que se mezcle autoridad y afecto, favorecen enormemente al bienestar de sus descendientes.

El poder ejercer buenas pautas de crianza guarda relación con la distancia geográfica que mantienen los progenitores tras separarse. La proximidad en el espacio facilita el apoyo y la atención que los padres pueden brindar a sus hijos (Mulder y van der Meer, 2009), pero las nuevas tecnologías también jugarían un papel muy importante en la crianza entre ambos padres y la generación de sentimientos de cercanía y conexión entre los hijos y el progenitor que no viva en el mismo hogar (Christensen, 2009). En este sentido, Ganong, Coleman, Feistman, Jamison y Stafford Markham (2012) sugirieron que las tecnologías de la comunicación hacen más fácil la toma de decisiones conjuntas en torno a los hijos, al igual que Miller (2009), quien propone que el uso del correo electrónico entre los padres es utilizado como un medio que evita la interacción directa con la ex pareja y permite que queden registradas las conversaciones y decisiones tomadas en relación a la educación. Si bien es cierto que el uso de la tecnología posterior al divorcio como medio para mantener el contacto tiene sus ventajas, Yarosh, Chew y Abowd (2009) encontraron que tanto los padres, como los hijos no estaban del todo satisfechos con la relación no física y demandaban más actividades compartidas reales. Además, los padres consideran que las conversaciones telefónicas con sus hijos limita el poder involucrarse en la crianza. Para Viry (2014), la corta distancia entre el hogar del niño y el de su progenitor es importante para los casos de más corta edad, ya que el apoyo emocional físico no puede ser sustituido por la tecnología. Continuando con la cercanía geográfica, la proximidad de las viviendas de los progenitores tiene mucho que ver en la adaptación en los niños al divorcio, ya que favorecería el contacto con el progenitor no residente en el hogar, habiendo una relación directa entre esto y el ajuste de los hijos (Fehlberg, Smyth, Maclean y Roberts, 2011). Apuntan que, al parecer, la calidad y no tanto la cantidad de contacto tendría más peso en un buen ajuste infantil. El contacto frecuente con el progenitor no residente tiene influencias muy positivas sobre los hijos a la hora de amoldarse a la nueva situación, sin embargo, esta proximidad puede tornarse perjudicial cuando carece de calidad, es abusiva o está mediada por el conflicto parental (Teubert y Piquart, 2010). Cuando el conflicto de los padres es elevado, el contacto se volvería un elemento de riesgo para el desarrollo de problemas de conducta, siendo al contrario cuando el conflicto parental es bajo (Amato y Rezac, 1994).

Se ha expuesto que el detonante de los problemas entre los padres puede ser la cercanía entre ellos, lo cual combinado con altas dosis de desacuerdo, provoca pérdida de bienestar en los hijos. En este sentido, Viry (2014) expone que esta proximidad podría ser interpretada por las madres como negativa, no influyendo positivamente en las habilidades educativas de ambos padres. Dentro de este mismo estudio, encontró que las nuevas tecnologías sí sustituyen parcialmente la distancia física. Pero también apunta a que la cercanía de los padres no residentes reduce la probabilidad de mostrar dificultades de conducta, independientemente de la frecuencia de visita, ya que aunque nos encontremos en la era de la telecomunicación, la supervisión de los padres, las actividades compartidas y el aprendizaje de hábitos no pueden ser plenamente logrados mediante tecnologías o visitas ocasionales.

3.4.2. Estereotipos, roles de género y medios de comunicación

El haber presentado información sobre los cambios que operan en el adolescente y en la interacción de éste con la familia con todos los elementos que se pueden presentar en ella, nos da las claves para entender que determinadas variables provocan una serie de efectos en el individuo y su desarrollo, plasmando éstos a la hora de entablar relaciones con los demás, incluyendo los de corte romántico. Todo ello representa el principio de un camino que nos lleva a comprender las dinámicas de las relaciones de pareja en la adolescencia y más allá de ella, pero la comprensión se queda incompleta si no analizamos las condiciones sociales que gobiernan el contexto donde el adolescente crece y cómo éstas llevan a cabo su influencia, la cual es muy poderosa. Para Mortimer y Larson (2002), sin los factores contextuales resulta difícil comprender el significado y las causas de las características adolescentes en su máxima expresión, siendo necesario conocer el ambiente en el que los adolescentes transitan hacia la edad adulta y observar cómo éste da forma a muchos de los cambios que experimentan. El análisis del amor ha de realizarse conjuntamente con otros componentes del sistema social (Duby, 1990), las normas, expresión, expectativas y contenidos de éste y sin olvidar que las formas consideradas como masculinas o femeninas son construcciones sociales y cobran sentido en el punto histórico en el que se ubiquen (Coria, 2001). La sociedad se concibe como el gran elemento que permite y prohíbe, que marca lo que en la cultura occidental deben ser un

hombre y una mujer. Ese perfil social que deben cumplir las personas en función de su sexo, tanto en la forma de comportarse, como los roles socialmente aceptados que deben desarrollar y las formas que tienen de relacionarse a nivel general y en pareja, quedan marcados por la estructura social en la que ambos se mueven. De forma que se hace necesaria una explicación amplia sobre los motivos que provocan las diferencias entre sexos que se mostrarán a lo largo de este apartado. Dicho marco referencial se puede apreciar en el modelo piramidal de Bosch Fiol y Ferrer Pérez (2013). Éste engloba, por jerarquías o escalones, los distintos elementos que justifican la presencia de violencia hacia las mujeres en cualquiera de sus formas. No obstante, en el contexto de esta tesis doctoral se utilizará este modelo, en primer lugar, por el valor informativo que posee y, por otro, como medio para comprender la construcción diferencial de hombre y mujer, así como las desigualdades a las que puede llevar, quedando todo ello plasmado en el presente apartado. Se trataría, por tanto, de la creación de un punto de partida teórico que pretende explicar desde lo general, a lo particular, desde una perspectiva multicausal, las razones de que hombres y mujeres sean definidos y percibidos de formas diferentes, tanto a nivel personal, como relacional, así como el papel que desempeñan en la sociedad y a lo que pueden aspirar, pero sin centrarnos en el último escalón, la violencia.

Pasamos ya a desarrollar la estructura piramidal propuesta por las autoras. En primer lugar, en la base de la pirámide, se encuentra la sociedad patriarcal, es de donde parte todo y que todo lo engloba. El concepto de patriarcado incluye dos elementos. Por un lado, una organización social en la que el hombre muestra superioridad y dominio. Por otro, un conjunto de creencias que promueven lo anteriormente nombrado. El que esta noción se encuentre en la base de la estructura guarda relación con su extensión, es decir, para Millett (1995) este sistema de superioridad masculina es universal, siendo muy escasas y concretas las sociedades en las que las mujeres ostentan el poder sobre los hombres. El segundo escalón del modelo son los procesos de socialización diferencial. La cultura de tipo patriarcal marca una serie de pautas sobre lo que se entiende por hombre y mujer, unos modelos normativos con elementos definidos y ampliamente aceptados. Esto es lo que Lagarde (2005) denomina *mandatos de género*. Al tomar estos modelos como punto de referencia, generaremos expectativas a partir de ellos, los cuales condicionan nuestro comportamiento, incluido el relacional a nivel de pareja. Es decir, como ya se vio, durante el proceso de socialización se va a aprender qué es el amor, qué es lo atractivo, a quién amar, los términos de una relación romántica y el papel que hom-

bre y mujer, limitado a la normativa social, van a desempeñar en la pareja. Por lo que esta información, generadora en ocasiones de una serie de ideas sobre el amor poco adaptadas a la realidad, marcará la forma en la que vivimos el amor. Por otro lado, el tercer escalón de la pirámide son las expectativas de control. Esto se relaciona con el mandato de género mencionado anteriormente. De este modo, el masculino debe incluir entre sus patrones, entre lo que supone la masculinidad, los rasgos de dominio, poder, éxito, ser proveedor, aportar seguridad, confianza, posesión, protección o ausencia de sensibilidad, entre otras características. De otro lado, el mandato de género femenino tradicional, conlleva el ser cuidadora y responsable del bienestar ajeno, teniendo para ello que presentar elementos tales como altruismo, priorizar las necesidades de los demás y propensión hacia el amor. Además, estos mandatos de género también se presentan en relación a la pareja y el amor. En este sentido, Sampson (1993) habla de la construcción de identidad complementaria entre ambos sexos. Esto es, esta elaboración en relación al género se realiza de forma opuesta al otro, ya que para crear una identidad masculina con sus rasgos de control, dominancia e independencia, tiene que haber otra persona que genere una identidad femenina basada en la dependencia y el cuidado. El cuarto escalón del modelo de Bosch Fiol y Ferrer Pérez (2013), son los eventos desencadenantes o sucesos relevantes a nivel personal y social que explicarían las diferencias entre hombres y mujeres y la violencia ejercida, fase culmen por el objetivo con el cual se generó este modelo, pero que no se aplica al contenido del presente trabajo, como ya se aclaró previamente. Finalmente, se produciría el estallido de la violencia, esto es, la manifestación hacia la persona en función de lo interiorizado a lo largo de toda la estructura de la pirámide. Lo novedoso del modelo es el proceso de *fuga o filtraje*. Éste se basa en el abandono del hombre de sus privilegios de género favoreciendo de esta manera una situación de mayor igualdad entre los sexos.

En palabras de Abellán Hernández (2011), nos encontramos sumergidos en una sociedad en la que cada uno de sus miembros debe ubicarse en un sistema binario que marca lo que representa en función de su género: el color rosa y las princesas para las chicas, el azul y los juguetes de acción para los chicos. Remarca que debido a la necesidad por etiquetar, por categorizar para dar lugar a un orden social, acudimos a una clasificación rígida y bien diferenciada de los elementos, de tal forma que todo aquello que se salga de su lugar será censurado o manipulado hasta que se pueda encuadrar dentro de lo normativo. Como apuntan Martínez, Navarro y Yubero (2009) en su estudio, los estereotipos de género tradicionales están muy

presentes en los adolescentes de nuestro país. Tienen claras las representaciones acerca de lo que es un hombre y una mujer y lo que supone serlo a nivel social, utilizando estos atributos estereotipados a nivel de género para incrementar su autoconocimiento. Afirman que toda la información de la que disponen los adolescentes en su imaginario, es un producto con marca cultural que proviene de los distintos agentes educativos y socializadores, quedando arraigada en forma de creencias y opiniones. Por ello, este apartado va a estar destinado a analizar los aspectos del contexto mediático que tienen un peso importante en la formación de parejas y cómo éstas se desarrollan a través de los mensajes recibidos del entorno en el que han surgido, la visión que éstos nos provocan con respecto a las funciones del hombre y la mujer dentro de la relación y fuera de ella, así como la transmisión de ideas en torno al ideal de amor romántico.

Las historias de amor que se muestran en los medios tratan elementos importantes para nuestra identidad, tales como aquello que hace deseable una relación o la definición de hombres y mujeres que son amados y los que son rechazados. Como apunta Falcón Díaz-Aguado (2009), los medios, especialmente los de corte audiovisual, muestran relatos y personajes que presentan determinadas características que se transforman en pautas socialmente aceptadas, teniendo en esto un modelo de referencia sobre los que basar y comparar nuestras vivencias personales. El grado de identificación puede comenzar por aspectos sencillos, pero puede evolucionar hasta elementos muy importantes como las aspiraciones, proyectos o figuras de referencia, entre otras, especialmente en la etapa de infancia y adolescencia. En esta línea, como afirma Desai (1992) la ficción puede hacer que una canción, la apariencia de un personaje o una frase específica, se conviertan en representativas de situaciones de vida o anhelos emocionales. Si tomamos prestados los moldes de ficción para vivir el día a día, esto se traduce en una gran poder de influencia de estos patrones a la hora de entender y percibir nuestra existencia y la de los otros, actuando según unas expectativas poco realistas. Pasamos a explicar y desarrollar toda esta información de forma más concreta.

a) Formación de los estereotipos y roles de género

Existen gran cantidad de criterios a la hora de ubicar a las personas en unas u otras clasificaciones, siendo uno de ellos el sexo. Según aporta Goffman (1977), las distinciones reali-

zadas en función del sexo biológico es el criterio de categorización más extendido tanto temporal, como culturalmente y que denota diferencias anatómicas. Por este motivo, se utiliza el término género para categorizar a los individuos desde una perspectiva alejada de la biología, creando al mismo tiempo distinciones no solamente anatómicas, sino también de corte social (Moya, 1985). Esta distinción entre lo masculino y femenino incluye hasta los aspectos más sutiles, ya que desde niños aprendemos un conjunto de definiciones culturales de lo que representa la masculinidad y la femineidad en un amplio abanico de categorías. El concepto de género e identidad de género tienen su origen en Money (1955), quien intenta explicar a través de ellos cómo las personas que muestran estados sexuales no definidos llegan a construir una identidad sexual concreta y contradictoria con su sexo corporal. Para el autor, el rol de género hace referencia a la influencia de los comportamientos parentales y sociales ante el sexo del niño a la hora de la formación de la identidad sexual, por lo que el género es entendido como un complemento del sexo. Como apunta Tubert (2009), el rol de género adquirió un tinte social al referir una forma de conducta establecida y determinada socialmente, mientras que la identidad de género se relaciona con el aspecto psíquico que evoluciona a raíz del sexo biológico asignado en el nacimiento. La autora afirma que a partir de su origen clínico de los años 50 del siglo XX, el género se carga de trazas políticas y sociales desde las posiciones feministas en la siguiente década, para pasar a ser trabajado también desde el terreno psicosocial en los años 60 del pasado siglo.

Los estudios en torno al género abarcan aspectos muy variados de la vida cotidiana del ser humano, de forma que podemos entender que la familia, como primer elemento socializador, por extensión es el origen del cual surgen las nociones y mensajes en torno al género. Tal y como apuntan Garaigordobil y Aliri (2011), los progenitores influirían en la socialización del género de sus descendientes. En este sentido, Dallos (1996) plantea que la familia comparte patrones en la formación de su sistema de creencias al desarrollar una percepción única de la realidad y al definir patrones de conducta de forma semejante. Explica que la familia es la encargada de la construcción y fortalecimiento de comportamientos y creencias, por lo que, sus miembros edifican conjuntamente una realidad compartida. Concretamente, el género se construiría a través de las definiciones que cada sociedad y cultura tienen sobre el varón y la mujer, lo que implica lo femenino y lo masculino, las cuales se transmiten a la población en su conjunto desde la niñez ofreciendo modelos con los que poder compararse e identificarse

(Vázquez Rodríguez y Martínez Martínez, 2011). Tal y como exponen Henriques-Mueller y Yunes (1993), el género representa el origen sobre el cual nace la identidad como hombre o mujer en los adolescentes, ayudándoles a interiorizar una serie de patrones de comportamiento que determinan las expectativas sociales para cada sexo. En palabras de Campos Ramírez y Martin Trautner (2004), los esquemas de género se van formando a lo largo de la vida, desde la infancia temprana hasta la adolescencia, en entramados progresivamente más complejos. El sexo es una de las primeras categorías cognitivas que queda bien establecida y representada, es decir, a una edad muy temprana son capaces de atribuir la etiqueta sexual y tienen nociones básicas de los estereotipos relacionados con el género (Hurtig y Pichevin, 1985), como ya se expuso con detalle. Esta complejidad se explica en que, en un primer momento, los niños parten de la apariencia física para identificar el género; posteriormente también incluyen en las definiciones aspectos del mundo interno de las personas, para finalmente gracias a la madurez cognitiva, utilizar las expectativas sobre los roles de género, tanto para la definición propia, como ajena (Schaffer, 2000). Como bien anota Crawford (1995), el proceso de creación del género comienza desde el nacimiento, ya que el color de la ropa o los accesorios están alrededor del bebé y ayuda al resto a tratarlo acorde a ser hombre o mujer. Incluso, como indica Pascual y Cabo (2010), este proceso ya se observa durante el propio proceso de gestación, en el que los padres eligen un nombre en función del sexo que moldee la personalidad del recién nacido con una serie de características asociadas al rol social que posteriormente ejercerá. El autor añade que, al menos en occidente, no tomamos conciencia de las expectativas sociales de género hasta que nos topamos con términos contrarios al patrón esperado, ya que asociamos el azul y el deporte a lo masculino y el rosa y las muñecas al femenino, pudiendo producirse confusión si esta situación se altera, con sus correspondientes consecuencias emocionales.

Si partimos de la teoría de la identidad social (Tajfel 1981; Tajfel y Turner, 1986), se entiende la identidad como los aspectos personales que proceden de los grupos sociales a los que percibe pertenecer, de manera que al definirse como hombre o mujer, el individuo hace referencia a su identidad social de género. La visión que cada persona genera de sí mismo se construye al tener como referencia las semejanzas y diferencias con respecto a los individuos pertenecientes a las diversas categorías, lo que va a repercutir en la valoración de pertenecer o no a éstas. La construcción de este proceso de gran complejidad conlleva dos aspectos rela-

cionados, la autoestima en el plano afectivo y el pensamiento categorial en el nivel cognitivo que da lugar a la creación de estereotipos. En relación a la autoestima, Tajfel (1981) indica que el mantenimiento de ésta por parte de los individuos se consigue a través de la identificación con distintos grupos sociales, por lo que la identidad social estaría formada por el autoconcepto general, el cual se desglosa en las diferentes valoraciones que una persona realiza en torno a los roles que desempeña en un determinado entorno. En este sentido, Gentile et al. (2009) observaron diferencias de género en esta categoría, concretamente en apariencia física, comportamiento social, desempeño académico e influencia de las relaciones familiares. Por otro lado, con respecto al pensamiento categorial, decir que constituye la forma en la que las personas comprenden el contexto social en el que se hallan. Aquí el género podría considerarse como una categoría de tipo social extensa, ya que cada persona pertenece a uno de los dos grupos existentes, hombres o mujeres (Athenstaedt, Heinzle y Lerchbaumer, 2008).

Por tanto, el sistema de creencias, valores y expectativas sociales en función de ser hombre o mujer impartidos por la familia en primera instancia y reforzado por la sociedad, es lo que se conoce como estereotipos y roles de género. Así, los estereotipos se definen como creencias socialmente compartidas que se mantienen respecto de un grupo, a cuyos miembros se les otorgan una serie de papeles que definen sus obligaciones sociales (Yzerbyt, Rocher y Schadron, 1997). Por tanto, los estereotipos relacionados con la categoría de género se utilizarían para marcar las diferencias entre hombres y mujeres, ideas preconcebidas asociadas a los roles de hombre y mujer, que se encuentran a través de las diversas culturas (Rudman y Glick, 2008) y se transmiten a través de las percepciones sesgadas que enseña la familia, medios de comunicación y la escuela, permitiendo así comprender cómo se crean ciertas representaciones sociales (Francke y Ojeda, 2013). No obstante, tal y como expone Rodríguez López (2015), los estereotipos ayudan a la formación de la identidad de género y los roles que hombres y mujeres llevan a cabo individual y colectivamente. Añaden que también favorecen la pertenencia al grupo y la comprensión de la realidad de manera coherente, así como la realización de inferencias sobre el comportamiento de los miembros de una categoría concreta y poder de este modo adaptar nuestra propia conducta. Cuando alguien piensa en lo que consiste ser un hombre, inmediatamente asocia lo que es ser mujer, por ejemplo, ante la creencia de que los hombres no lloran, se da a entender que las mujeres sí, que son más emocionales (Mo-

ya 1993). Para Berganza y Del Hoyo (2006), se trataría de imágenes más simples de la realidad que se identifican con facilidad y pertenecen a la imaginación social y colectiva.

En palabras de Friedl (1975), el rasgo más llamativo de la categorización a partir del sexo es la asimetría que existe entre ambos grupos en relación al acceso al poder, estatus o recursos, siendo todavía las mujeres las que representan la categoría inferior en relación a estos temas. Estas desigualdades quedan perpetuadas o cambiadas en última instancia por la propia sociedad, por los individuos que la forman. Además, los estereotipos negativos entre los grupos se consolidan desde edades muy tempranas (Giménez de la Peña, Cantó, Fernández y Barrett, 2003). Esa perpetuación se debe en gran medida al lenguaje, el cual al ser un elemento básico promueve el que los estereotipos se transformen en adjetivos, entorpeciendo todavía más su desaparición (Semin y Fiedler, 1991). Otro elemento que ayuda a su difícil disolución es el carácter de los estereotipos, así como su influencia sobre el comportamiento. En este sentido, Stern (2007) explica que el estereotipo se refuerza porque éste mismo predispone a un comportamiento en los otros, por lo que la respuesta de éstos también será esperada. Ese rasgo favorece la normalización, siendo muy difíciles de cambiar aunque se alteren las condiciones sociales que los generan y mantienen.

Otra característica de los estereotipos hace referencia a lo extendidos que están a lo largo de las culturas, aunque pueden encontrarse variaciones tanto entre distintos grupos, como dentro de la misma categoría social. Tal y como exponen García-Ruiz, Aguaded Gómez y Rodríguez Vázquez (2014), los rasgos que se suelen asociar al hombre son ambición, actividad física, lógica, independencia y confianza en sí mismo y tendencia a la objetividad; mientras que los considerados femeninos se relacionan con la apariencia física, dulzura y necesidad de sentirse seguras. Los primeros son percibidos como positivos, mientras que los segundos no, lo cual indica una visión completamente adulterada. A esto, Rodríguez López (2015) añade otros rasgos masculinos como estabilidad emocional, valentía, agresividad e intelecto; y frivolidad y sumisión femeninos. Concretamente, los estereotipos en torno al género funcionan como subcategorías, siendo los procesos por los cuales se organiza la información partiendo de las similitudes propias y las diferencias con los otros (Dovidio, Gaertner y Kawakami, 2003). Uno de los estereotipos más extendidos sobre la mujer es su sumisión, pero muchas no se ajustan a esto, de forma que se construyen subcategorías que castigan la desviación

del comportamiento que se espera asociado al estereotipo, por ejemplo: aquellas que no cumplen el estereotipo de sumisión sería aquel grupo de mujeres que se desarrolla a nivel profesional, apareciendo la penalización de descuido a la familia por motivos de trabajo (Etchezahar, 2014).

No obstante, la teoría de la identidad social ha sido calificada de simplista con respecto a los conceptos de género, no atendiendo a la construcción social e histórica de los roles en este sentido. A partir de aquí, Eagly (1987) propone como marco complementario a la teoría, los roles sociales de género, los cuales forman parte de la cultura e influyen en el comportamiento. Tal y como exponen Escartí, Musitu y Gracia (1988), la separación por roles constituye la identidad de género al definir la mayoría de actividades que realizan los individuos y sus formas de participación social. Igualmente, Fernández, Quiroga, Escorial y Privado (2014) afirman que los estereotipos y roles de género no se pueden ubicar en la misma categoría, ya que los primeros serían creencias en torno a los aspectos que son similares o distintos entre ambos sexos y las actitudes que se derivan de ellas; mientras que los segundos se entienden como las actividades concretas que hombres y mujeres realizan frecuentemente a ojos de la sociedad en un momento concreto del tiempo histórico, tanto laboral, como domésticamente. Como exponen Gregory y Milner (2009), si bien es cierto que las mujeres se han ido incorporando al trabajo fuera del hogar con cada vez más frecuencia, los hombres no han ido al compás de esta evolución en cuanto a la realización de tareas de casa. Por tanto, la teoría del rol social de género, plantea que los roles de género son asignados partiendo de la actividad de trabajo realizada (Deaux y Martin, 2003). Esto es, exponen que a cada puesto se asocian determinadas demandas para poder ejecutarse, si éste es generalmente ocupado por hombres, se entiende que ser un hombre conlleva esa serie de características que definen al puesto y a su vez esto se plasma en asignación de roles y expectativas con respecto a los mismos. En este sentido, Eagly y Steffen (1984) exponen que la visión tradicional que se tiene de la mujer es que es más amable y cariñosa, rasgos que no describirán a una mujer trabajadora fuera del hogar. Igualmente, los hombres que realizan tareas domésticas son percibidos como más sensibles en las relaciones con los demás, al igual que las mujeres.

Por otro lado, la creación de estereotipos masculinos y femeninos a raíz del género puede desembocar en muestras sexistas. No ahondaremos demasiado en este concepto debido

a su extensión, pero sí se hace necesario conocer unas ligeras pinceladas como explicación a las diferencias sociales que experimentan hombres y mujeres, lo cual influirá en el trato hacia ambos sexos. Según Expósito, Moya y Glick (1998), el sexismo se concibe como la asignación positiva o negativa hacia un hombre o mujer en relación a la condición sexual biológica en la que se incluya. Hombres y mujeres pueden mostrar conductas ambivalentes hacia el otro sexo, siendo muchas de estas creencias transmitidas culturalmente. Para Moya (2003), el término refiere la actitud sobre los papeles y responsabilidades que son entendidos como apropiados para cada sexo, así como las ideas en torno a las relaciones que ambos deben mantener mutuamente. El autor destaca que, por lo general, el sexismo suele tener una connotación negativa en sí mismo, usándose como un prejuicio, una actitud negativa hacia las mujeres. Como afirman Lameiras y Rodríguez (2002), tanto hombres, como mujeres pueden ser objeto de estereotipos, pero en el caso de los hombres se relacionan con elementos beneficiosos y en el de ellas, a prejuicios. La visión estereotipada del hombre incrementa su mayor estatus previamente otorgado por la jerarquización social.

En relación a esta última afirmación, la discriminación sufrida por las mujeres guarda relación con estereotipos y actitudes negativas asociadas al sexo femenino, esto es, creencias sexistas que descansan sobre la noción tradicional de sexismo. Es lo que se entiende como sexismo clásico. De este modo, Cameron (1977) lo concibe como el prejuicio o discriminación que se desarrolla hacia las mujeres al percibir las como inferiores. Este sexismo tradicional descansa sobre tres ideas principales (Glick y Fiske, 1996). La primera es el *paternalismo dominador*, es decir, al ser las mujeres inferiores y más débiles, no saben desenvolverse por sí mismas, de ahí a que necesiten la ayuda de una presencia masculina fuerte y dominante. La segunda idea es la *diferenciación de género competitiva*, que delimita los ámbitos de pertenencia de hombres y mujeres, siendo los de ellos de más alto estatus y prestigio, mientras que ellas quedan relegadas al núcleo familiar. La tercera y última idea es la *hostilidad heterosexual*. Ésta es parte de la influencia sexual ejercida por las mujeres, considerándolas peligrosas. El mal del hombre se origina por su dependencia sexual a la mujer y el poder de manipulación de ésta. De otro lado, pero dentro de esta misma idea, se muestra la creencia sobre la ausencia de sexualidad en cierto tipo de mujeres, como madres o hijas, lo cual deja ver la dicotomía existente ante la libertad afectiva y sexual de la mujer, tal y como se verá más adelante cuando se aborden los mitos del amor romántico.

Sin embargo, esta perspectiva resulta insuficiente para poder comprender las relaciones existentes entre hombres y mujeres, así que debido a esta necesidad nace la teoría del *sexismo ambivalente*, que incluye la discriminación tradicional y la idealización femenina. Para Glick y Fiske (1996), el sexismo es ambivalente porque en él existen a la vez actitudes positivas y negativas hacia la mujer. Por este motivo, está formado por el sexismo hostil que se acaba de exponer y el sexismo benevolente. En este segundo tipo hay un afecto hacia las mujeres, una serie de actitudes positivas hacia ellas, pero que son estereotipadas y relacionadas con los roles sociales ejercidos por éstas. Afirman que en el sexismo benévolo también existen tres componentes paralelos a los hallados en el tipo hostil. El primero es el paternalismo protector, en el que el hombre debe relacionarse con las mujeres mediante formas cariñosas y defensoras, debido a la inferioridad de éstas. El segundo es la diferenciación de género complementaria, es decir, existirían características positivas de la mujer que complementan a las del hombre. El último componente es la intimidad heterosexual. En este sentido, los hombres consideran las relaciones con las mujeres como fuente de felicidad y el lugar donde logran mayores niveles de cercanía con ellas, a pesar que esté ampliamente extendida la creencia sobre la dominación sexual de la mujer sobre el hombre como modo de obtención de beneficios. Las personas que son sexistas benevolentes no se perciben como tal, ya que desde su perspectiva utilizan una tonalidad afectiva positiva y tienden a realizar conductas de tipo prosocial, por lo que resulta más difícil de erradicar. Como bien apuntan Lameiras y Rodríguez (2002), este tipo de sexismo tiene su origen en una larga tradición cristiana característica en occidente, que transmite la imagen de la mujer como un ser débil que ha de ser protegido y al mismo tiempo venerado por su capacidad de ser madre y su rol de esposa. Precisamente, este camuflaje para poder eliminar esa gran cantidad de conductas y formas de pensar en relación a hombres y mujeres, se entiende como una de las causas del mantenimiento de estas actitudes.

Como se comentaba antes y a pesar de la escasa literatura sobre el sexismo hacia los hombres, también es una actitud existente, siendo objeto de interés. Para ello, Glick y Fiske (1999) diferencian de nuevo el sexismo hostil y el benevolente. En referencia al tipo hostil, hay tres elementos en su composición. El primero es el resentimiento paternalista, que viene a explicar el rencor experimentado por el grupo dominado hacia el dominante, de mujeres hacia hombres. El segundo componentes es la diferenciación de género compensatoria, en la que las

mujeres se distancian positivamente con respecto a los hombres. Finalmente, la hostilidad heterosexual, a través del cual se asume que el hombre ejerce roles dominantes en un amplio abanico situacional a nivel de relaciones, pudiendo incluso agredir a la mujer. Por otro lado, la actitud benevolente hacia los hombres muestra también tres componentes. En primer lugar, el maternalismo, consistente en cuidados al esposo y hogar por parte de la mujer, siendo la función principal de él, el aportar seguridad económica. En segundo lugar, la diferenciación de género complementaria, que se basa en la creencia que el grupo no dominante, las mujeres, deben ser menos ambiciosas e inteligentes que ellos, siendo éstos los que asumen los riesgos. El último componente, la intimidad heterosexual, versa sobre la necesidad de tener un hombre a quien amar para sentir plenitud.

Si siguen existiendo los mensajes y formas de actuación distintos hacia cada sexo, se continúan transmitiendo a las siguientes generaciones. En relación a esto, Garaigordobil y Ali-ri (2011) exponen que existe una transmisión intergeneracional del sexismo, especialmente mediante la observación de los padres por parte de los adolescentes. Se constata que el padre influye más en los hijos y la madre en las hijas en el establecimiento del sexismo, aunque la madre parece ser la figura clave en la transmisión, ya que contribuye en el caso de ambos sexos, cosa que no ocurre en el caso del padre. Por su parte, Vázquez Rodríguez y Martínez Martínez (2011) encontraron que los chicos manifestaban mucho más sexismo hostil y benevolente que ellas. Añadido a esto, Luengas y Velandia-Morales (2012) establecen que hombres y mujeres que puntúan alto en sexismo hostil, se describen con adjetivos que se asocian a la masculinidad, mientras que aquellos que marcaban elevados niveles de sexismo benévolo se consideraban dentro de categorías de adjetivos más asociados a la feminidad y la emocionalidad.

En definitiva, los estereotipos y los roles de género circulan por nuestro entorno sin apenas apreciarlos en el día a día y como sabemos, los medios de comunicación nos ofrecen información que condiciona, en parte, la visión que tenemos de nuestra sociedad, por lo que contribuye a mantenerlos y expandirlos. En este sentido, como afirma Simón (2010), pueden llegar a favorecer la desigualdad y discriminación entre sexos a través de los estereotipos que muestran y que, en edades tempranas, pueden interiorizar como un modelo normalizado de realidad. A esto, Panke y Amado (2012) añaden que los medios audiovisuales continúan man-

teniendo en gran medida la invisibilidad de las mujeres a nivel cultural, social y político, existiendo un gran desequilibrio con respecto a lo que se muestra en relación a los hombres. Añaden que los medios de masas en toda su extensión, lanzan silenciosamente gran cantidad de información que no se aprecia muchas veces a simple vista, pero que es procesada cognitivamente por el espectador, generando un arquetipo específico para mujeres y hombres que, si ya es influyente en la edad adulta, es mucho más susceptible de ser imitado por los niños y adolescentes. Los mensajes en muchos casos suelen estar vacíos en cuanto a valores sociales positivos, centrándose básicamente en la potenciación de aspectos superficiales o de roles mediados por el género que generan la necesidad entre los más jóvenes de alcanzar el modelo ideal que se transmite velozmente desde la infancia y que se hace patente en la etapa adolescente. Como explica Sosa (2014), en esta fase, especialmente entre las chicas, la presión a la que quedan sometidos puede desembocar en trastornos de la alimentación, problemas emocionales y sociales, así como en sus relaciones por no aspirar al prototipo adecuado. Mantiene que también es posible que el malestar provenga de no encontrar ese modelo perfecto entre aquello que buscan, ya que las expectativas falsas no solamente se generan con respecto a sí mismos, sino también hacia los demás, ya que esperan hallar en una mujer u hombre aquello que visualizan en los medios.

La visión de la mujer que se ofrecía en España hace más de medio siglo durante el periodo dictatorial sigue vigente en muchos aspectos. No hay que olvidar que los medios de comunicación son creadores de identidad y realidad, por lo que hay que echar la vista atrás brevemente para comprender la formación de las ideas actuales que existen sobre el hombre y la mujer y la razón de los comportamientos y actitudes propios y hacia los otros. Además, sirve de antesala para ir adentrándonos en el mundo de los medios de comunicación y de su influencia sobre los adolescentes y el público en particular desde sus diferentes formatos. En este sentido, Imbert (1982) propone que la realidad femenina durante la etapa de la dictadura franquista en España queda reducida a la procreación y al espacio familiar de cuidado y ama de casa, lanzando mensajes en torno a estas cuestiones a través de los medios. Es decir, las funciones de la mujer estarían englobadas en la categoría de *puella*, *uxor* o *mater familias* (virgen, esposa o matrona), en cualquier caso mujer sumisa que no cuestiona al varón. Aunque la discriminación de la figura femenina ha evolucionado hasta nuestros días, si hacemos mención a los discursos de la condición femenina en los medios en nuestros días, parece ser que

no se ha conseguido toda la mejoría que cabría esperar. De este modo, Gil Calvo (2000) propone una triple categorización de la mujer basado en las deidades femeninas de la mitología griega y su significación, serían modelos de mujer existentes. En primer lugar Afrodita, representativa de lo carnal, sería la prostituta. El segundo arquetipo es Hera que refleja una imagen clásica de mujer y representa a la madre. Finalmente, Palas quien materializa la juventud y la androginia, es la imagen de la virgen. Siguiendo con Imbert (1982), también propone una visión del hombre y los roles de género. La representación masculina oscila entre responsabilidad o falta de ella en muchos aspectos de su vida, así como la imagen de un personaje distante, misterioso y rústico, muy plano a nivel afectivo, insensible e impulsivo. Es lo que se conoce como la figura del *macho ibérico*.

Como antesala a la información que se va a presentar en los siguientes apartados, destacar que si tenemos en cuenta que los estereotipos son construcciones sociales y que parte de esa edificación nace y se expande a partir de la información distribuida por los medios, es necesario comprender que los adolescentes se verán envueltos, incluso desde años atrás, por un bombardeo de mensajes que les dicen cómo tienen que ser, pensar y sentir, de ahí la importancia de indagar en la procedencia de los mismos. Como afirma Mead (1990), los jóvenes son el indicador de los cambios sociales, ya que absorben todo lo novedoso en cada época. Por lo que la relación existente entre los adolescentes y los medios audiovisuales o interactivos es casi una fusión, debido a la existencia de una realidad electrónica y mediática que guía sus vidas, existiendo una sintonía singular en el que lo mediático ha invadido parte de sus actividades mentales y sociales, transformándose así en una fuente de información y formación para ellos (Pindado, 2010). Afirma que el tiempo dedicado a los medios es una variable determinante en las secuelas socializadoras de los adolescentes. Es decir, cuanto más devoradores de medios sean, en mayor medida evaluarán, interpretarán y compararán su realidad en clave mediática. Si lo consumido es representativo de la realidad social que rodea al niño o adolescente, el calado será más profundo. Por tanto, teniendo en cuenta la base tan distorsionada sobre la que partimos y el alto grado de influencia que ésta tiene, especialmente en las generaciones más jóvenes, se considera que los medios de comunicación en general albergan alto riesgo de exponer información no filtrada con alta carga de sesgo que podría influir negativamente en la visión que los adolescentes tienen sobre sí mismos, el sexo opuesto, las relaciones de pareja y el concepto de amor a gran escala.

No obstante, matizar que el efecto producido por los medios en la visión adolescente no es absoluta, ni determinante, es decir, existen otros muchos factores que median en esta relación y que ejercen como elementos protectores, tales como las características personales, calidad de las relaciones sociales o estilos educativos de los padres, entre otros, pero sí es cierto que el poder de influencia es muy potente y debe ser estudiado como uno de los aspectos que explican el concepto de amor y la elección de pareja en esta etapa de la vida. En este sentido, un elemento que podría mediar en esa influencia serían la implicación de los padres en el control de consumo de medios, ya que es en la familia donde se construyen los hábitos de uso mediático y tecnológico. De este modo, Van der Voort, Nikken y Van Lil (1992) establecen tres tipos de mediación. La primera es la restringida, en la que los padres imponen normas en la cantidad y calidad del consumo; mientras que la mediación orientadora se caracterizaría por la negociación, de ahí a que se haga de forma conjunta y compartida entre los padres y los hijos, facilitando así el diálogo crítico de los contenidos. Este segundo tipo es el más adecuado, ya que se relaciona con un estilo educativo democrático que permite filtrar los mensajes recibidos y reducir su impacto. Finalmente, en la mediación desenfocada el control es inexistente, dejando absoluta libertad de elección de medios, tanto en cantidad de tiempo destinado a su consumo, como en tipo de contenido, entendiéndose así los medios de comunicación y las nuevas tecnologías como cuidadores o niñeras de los hijos a través de los cuales aprenden, ya que dejan en sus manos su educación sin ningún tipo de supervisión. En definitiva, partiendo de esta construcción social de los estereotipos y roles de género, se dedicarán las siguientes páginas a exponer de forma diferenciada cuáles son esos efectos personales y relacionales en función del medio al que se haga referencia y cómo cada uno de ellos mantiene y expande esa visión social. Destacar que la información se utiliza con fines de adquisición de conocimiento en un intento por reflejar la realidad actual y pasada, no pretendiendo adoptar ninguna postura que se posicione a favor o en contra de la imagen de hombres y/o mujeres, ni que las siguientes páginas representen un atentado contra los medios y su consumo.

b) La televisión

Dentro de los medios de comunicación que refuerzan y expanden los estereotipos y roles de género inculcados por la familia, destaca la televisión, que se convierte en un elemento

socializador cuya función es mostrar los patrones culturales y las normas propias de cada sociedad y, por tanto, es fuente de aprendizaje desde el punto de vista positivo y negativo para el desarrollo. A continuación se hará un análisis sobre aquellos aspectos que influyen negativamente, siendo necesario hacer una matización antes de entrar en materia. En este sentido, la televisión también puede ser un elemento socializador educativo que inculque valores positivos, pero habría que tener en cuenta el contenido, el lenguaje usado y la comprensión de la televisión como medio y el uso que se hace de ella (Medrano Samaniego, 2006). Para Medrano (2005), la televisión puede representar una base formativa a nivel social, cognitivo y afectivo, pero para abordar estos temas es necesario tener en cuenta la existencia de múltiples factores, personales, contextuales y culturales, lo cual no es el objetivo de esta tesis doctoral.

La importancia que se le otorga a este medio reside precisamente en lo que representa para los adolescentes, ya que hasta el momento actual de su vida han pasado muchas horas recibiendo información delante de un televisor. Como establece Sánchez-Labela Martín (2014), aunque en nuestro siglo este medio comienza a perder fuelle frente a los ordenadores y otros dispositivos tecnológicos como medio de información y entretenimiento, todavía ocupa un lugar destacado en los hogares, dedicándole varias horas diarias con el objetivo de desconectar de la realidad. Acudimos a los programas de entretenimiento para descansar y distraernos, lo cual no facilita el tener la mente receptiva para el análisis del contenido que se está recibiendo. Esto resulta más alarmante entre niños y adolescentes, no solamente por la vulnerabilidad que supone su desarrollo en formación, sino que tienden a enfrentarse a dichos mensajes en soledad, sin una compañía madura que contrarreste los efectos que producen y puedan ejercer de elemento protector (Díaz-Aguado y Falcón, 2006). Por tanto, teniendo en cuenta que lo que el público quiere es desconectar delante del televisor o de cualquier otro medio que les haga olvidar por unas horas la realidad a la que se enfrentan a diario, se limitarán la mayoría de veces a ver lo que se les ofrezca, el contenido más abundante.

En este sentido, según Falcón Díaz-Aguado (2009), el tema por excelencia que se muestra es el enamoramiento, la pareja y todo lo que les rodea. La fórmula que mejor resulta es el relato de los personajes y su historia de amor, lo cual asegura una implicación emocional de los espectadores, ya que nos identificamos con ella, con lo que deseamos que ocurra o recordando con añoranza lo que ya aconteció. Por tanto, los contenidos televisivos y audiovisua-

les en general favorecen la diversión y distracción, pero al mismo tiempo son transmisores de gran cantidad de mensajes, en muchas ocasiones difíciles de detectar, que pueden influir en las percepciones, creencias, opiniones y valores que poseen los consumidores de estos productos (Gerbner, Gross, Morgan, Signorielli y Shanahan, 2002). Gracias, en parte, a la mayor disponibilidad de acceso a través de dispositivos tecnológicos diversos, aumenta la probabilidad del mantenimiento de estereotipos e ideas poco realistas. Además, son contradictorios, es decir, como apunta Aguilar Carrasco (2010) si analizamos los contenidos televisivos que se reciben en pocas horas de consumo, siguen caminos muy distintos e incongruentes. Por ejemplo, mientras se visualiza un programa sobre los derechos de las mujeres, los anuncios que le siguen están cargados de información denigrante contra ellas. Como expone la autora, es demasiada la cantidad de mensajes sobrecargada de emociones. Es tal que no invita a la reflexión y la crítica.

Desde la infancia, a través de anuncios y programas se transmite información sobre los papeles propios de cada sexo, que los niños y niñas van interiorizando, llegándolos a integrar en sus comportamientos como algo natural y los despliegan a lo largo de su vida, más aún cuando estos mensajes coinciden con aquello que observan en su entorno más cercano, en el que no hay otros elementos de socialización que pongan en tela de juicio estas ideas. Como apunta Sandoval (2006), el aprendizaje vicario sobre los comportamientos que muestra la televisión, quedan reforzados si las consecuencias que aparecen en la vida real coinciden con los ocurridos en los programas televisivos. Para Moghaddam (1998), los medios de comunicación masivos y en especial la televisión actúan como modelos de imitación para niños y adolescentes, por lo que la regulación de la información que transmiten debería estar cuidadosamente medida, ya que como bien apunta Abelson (1981), estos mensajes no son determinantes en el comportamiento, pero sí que transmiten ideas sobre lo apropiado en ciertas situaciones. No obstante, no están totalmente indefensos ante el bombardeo mediático, es decir, aunque los adolescentes reciben el mensaje y generan interpretaciones en torno a él, hay que tener en cuenta la capacidad crítica y de análisis que poseen, variando en función de factores de tipo personal, familiar y social (Figueras-Maz, Tortajada y Araña, 2014). Por tanto, partiendo de la base que la identidad sexual y de género, así como las creencias en torno al amor se edifican socialmente, interviniendo en ello los medios de comunicación (Galician y Merskin, 2007), se hace necesario realizar un análisis profundo sobre las propuestas audiovisuales y la ideología

amorosa que transmiten; así como las percepciones e interpretaciones de los espectadores, permitiendo esto obtener una idea sobre cómo se forman las percepciones sesgadas por el género y las representaciones culturales del amor que se comparten socialmente.

Dentro del contenido que ofrece la televisión, encontramos diversos elementos a analizar, de forma que comenzaremos por las series. Este formato de entretenimiento incluye personajes que pueden convertirse en modelos de comportamiento a seguir y que lleguen a proporcionar el conocimiento social que recale en unos adolescentes que se encuentran en fase de construcción de la intimidad amorosa y de su identidad (Chapin, 2000). Además, las relaciones que los espectadores adolescentes establecen con los personajes de ficción les ayudan a reflexionar sobre sus propias actitudes y conductas, lo que les permite comparar situaciones de la ficción con su vida real (Von Feilitzen, 2004). Así, De Bruin (2001) encontró que las chicas que veían series de televisión cotejaban lo ocurrido en cada capítulo con su vida personal y lo interpretaban a raíz de sus valores vitales. La forma de presentar a los personajes ofrece gran información sobre lo que posteriormente influirá en el público, ya que éste se identifica en mayor o menor medida con lo que observa, acudiendo los adolescentes a estos medios como una forma de ir completando su identidad. Afirma que, concretamente las series televisivas, moldean las creencias sociales y afectivas y los roles de género altamente aceptados, teniendo los medios cada vez más peso en lo que se entiende a nivel social como relación interpersonal. En este sentido, Illouz (2012) comprende que las emociones que se observan en la ficción dan forma a las expectativas emocionales en la vida cotidiana, a aquello que se espera vivir, pero al mismo tiempo las relaciones que se muestran en la pantalla cada vez están más distantes de la realidad, provocando así sentimientos de frustración y decepción al compararlo con la vida real. Igualmente, Galician y Merskin (2007) confirman la saturación mediática existente en torno a amores poco realistas que generan falsas esperanzas al público y que transmiten una visión del hombre y la mujer muy distorsionada y tóxica, siendo ésta en muchos casos la salvación del hombre duro e inalcanzable por parte de una mujer bondadosa utilizando el amor como medio para lograrlo, lo cual justificaría el tolerar una relación desequilibrada y poco satisfactoria, ya que al final se obtendría un beneficio. A esto, se añade lo expuesto por Milestone y Meyer (2012) en torno a las producciones audiovisuales orientadas concretamente a mujeres, las cuales promueven un romance que fortalece el papel dependiente y limitado de las protagonistas; ya que como bien apunta McRobbie (2009), incluso haciendo alarde de la indi-

vidualidad de la mujer mediante un puesto de trabajo o una figura no dependiente, el amor es el motor más importante, debido a que se muestra como recompensa del personaje femenino. Tal y como establecen Capdevila, Tortajada y Araña (2011), en gran cantidad de series televisivas prevalece una dinámica tradicional de las relaciones románticas, asociando el amor, al sufrimiento y el ejercicio del poder a los personajes masculinos y la belleza física a los femeninos. Las tramas sobre mujeres versan en su mayoría sobre aspectos relacionales, tanto personales, como sentimentales, mientras que las masculinas giran en torno al entorno laboral (Rovetto y Simelio, 2012). De esta forma, Figueras-Maz et al. (2014) exponen en su estudio, tras el análisis de series de ficción seguidas por adolescentes, que uno de los rasgos más llamativos es la presencia del estereotipo masculino que asocia lo deseable y seductor a la parte gamberra, violenta, amenazante y que ejerce poder, pero también debe estar combinado con ternura o amabilidad. Por su parte, lo mejor valorado en los personajes femeninos es, de nuevo, el atractivo físico. En definitiva, esto concuerda con la asignación tradicional que el amor distribuye a cada género, las mujeres se encargan de las tareas emocionales, mientras que ellos deben lograr la admiración pública de los otros (Giddens, 1992).

También hay que tener en cuenta las series cuyos protagonistas son adolescentes y van destinadas a este tipo de público. Las series para adolescentes las podemos ubicar a partir de los años 50 del siglo pasado, trasladándose progresivamente a la televisión utilizando para ello programas musicales, hasta llegar a los años 60 en los que ya se incluían personajes adolescentes en las series familiares (Moseley, 2001). Añade que a partir de los 80 es cuando la vida de los adolescentes y jóvenes comenzó a estar más representada en este tipo de producto, primeramente en el panorama americano y extendiéndose al resto del mundo tiempo después. Será a partir de la década de los 90 cuando el núcleo central sean las historias en torno a la familia y la escuela, así como el comienzo de las series dramáticas de corte adolescente y juvenil. Por tanto, la situación actual de consumo de este tipo de público se debe al incremento de canales televisivos, soportes tecnológicos y medios audiovisuales que promueven la cultura adolescente en los medios de comunicación, concretamente en las series de ficción. En cuanto al contenido, aunque la familia y la escuela son temas importantes dentro de las tramas adolescentes, no siempre ocupan un lugar prioritario en ellas, sino que son generalmente los amigos los que juegan un papel primordial en los aspectos y conflictos asociados a la identidad de los personajes (García-Muñoz y Fedele, 2011). Las autoras afirman que precisamente los temas

amorosos, amistad y aceptación de la identidad son de los temas centrales de las series adolescentes, lo cual ayuda a captar la atención del público al que va destinado y permite la identificación con los personajes y las circunstancias que los rodean. Añadido a esto, al igual que en otro tipo de series destinadas para adolescentes, pero cuyos personajes son adultos, en este caso se vuelve a observar la exposición diferenciada y estereotipada de personajes masculinos y femeninos, siendo las mujeres representadas en torno a la familia o involucradas en temas amorosos y amistosos, mientras que ellos se relacionan con papeles ocupacionales (Lauzen, Dozier y Horan, 2008). Además, ellas suelen ser mostradas en posiciones más débiles y sumisas, mientras que ellos tienden a la fortaleza y poder, así como ellas víctimas de violencia y ellos como agresores o tendentes a la conducta agresiva (Fernández-Villanueva, Revilla-Castro, Domínguez-Bilbao, Gimeno-Jiménez y Almagro, 2009).

Hay un formato televisivo muy interesante y que, sin duda, ha de ser incluido en este apartado, son los programas de *telerealidad* o *reality shows* de búsqueda de pareja que ofrecen una imagen guionizada de las relaciones románticas, ocupando los adolescentes y jóvenes un amplio porcentaje entre su audiencia (Teruel Rodríguez y Roldán, 2013). El éxito que tienen estos programas radica principalmente en que muestran la vida de otros tal cual es, al menos aparentemente. Así, como afirma Cáceres (2007) la percepción de una realidad ajena ayuda a la identificación e integración, así como empatía y gratificación al comparar los sucesos de vidas de otros con las propias, de ahí a que sea un formato de tanto éxito, ya que las personas se sienten identificadas y construyen su realidad en base a ello. De esta manera, los espectadores reciben pautas comportamentales y valores a través de estos contenidos. Pero los adolescentes al no tener amplia experiencia, se sirven de esto como medio definitorio y de aprendizaje, convirtiéndose en un arma de doble filo debido a su inexperiencia (Perales y Pérez Chica, 2008), ya que el que perciban el proceso de formación romántica a través de un formato en el que todo está programado, puede afectar en la valoración y respeto propios y de otras personas como potenciales parejas. Para Teruel Rodríguez y Roldán (2013), este tipo de programas dan una visión del amor muy distorsionado, ya que los protagonistas de estas historias acuden a este tipo de programas para incrementar su fama y poder vivir saltando por las distintas cadenas de televisión, de ahí a que los comportamientos que muestran no sean los más adecuados para conseguir una pareja, ya que lo que se busca es el morbo, la audiencia y su

propio beneficio, pero sin tener en cuenta en quién y de qué manera puede estar influyendo la imagen que transmiten.

Continuando con el medio televisivo, otro producto influyente en el caso de los niños de menor edad son los dibujos animados, en los que pueden existir mensajes inapropiados que pasan inadvertidos en un contenido en apariencia inofensivo. Cuando se lanza este tipo de ideas, se está enseñando desde edades muy tempranas, una agrupación de valores que el niño interpreta e interioriza al no poder contrastarlo con experiencias previas y, por tanto, los utilizará en su vida diaria a partir de ese momento. Como bien apunta Sánchez-Labela Martín (2014), los productos televisivos destinados a los más pequeños de la casa les muestran las normas de conducta social apropiadas de forma muy sutil, ya que se observa la naturalidad del comportamiento o actitud en el entorno de un personaje clave con el que se puedan identificar y así imitar. La autora afirma que los estereotipos de jerarquía social y de género están muy presentes, se observa cómo la niña muestra sus emociones y llora recibiendo una cierta infravaloración, mientras que el niño es resolutivo ante las situaciones problemáticas, siendo humillado si realiza conductas típicamente femeninas. Por tanto, Hooft y Thunissen (1980) exponen que la televisión y sus contenidos son elementos de aprendizaje, ya que pueden proporcionar ideas novedosas e inculcar aquello que es deseable. Lo que aparece en la televisión es muy real para gran parte del público infantil al que va destinado, ya que durante cierto periodo del desarrollo es difícil distinguir la ficción de la realidad. En este sentido, Clemente y Vidal (1996) establecen varios tramos de edad en cuanto a la credibilidad de la realidad televisiva, así entre los 0 y 5 años, las imágenes son representativas de la realidad; entre 5 y 10 años perciben a los actores como reales, pero las acciones que llevan a cabo son ficción, siendo a partir de los 10 años cuando comienzan a realizar evaluaciones críticas. En cualquier caso, hasta que llega ese momento de percepción más realista, se han estado transmitiendo durante años cruciales una serie de mensajes que en muchos casos asientan una base muy intoxicada con respecto a la autoimagen y la de los demás. Añadido a esto, también hay que tener en cuenta que no todo queda a merced de la edad cronológica, sino que la edad social, el nivel de madurez del sujeto, puede actuar como elemento protector en la interpretación del contenido (Bourdieu, 1984). En su investigación, Sánchez-Labela Martín (2014) observa cómo el contenido animado muestra por regla general un núcleo familiar estereotipado y normativo, es decir, la madre es cuidadora del hogar y la familia, siendo sensata y responsable, mientras que el padre

trabaja fuera de casa, sustenta a los miembros de la familia y tiene rasgos de torpeza y despreocupación. Anota que se está mostrando a los niños un perfil de género y familia que no siempre es representativo de la sociedad en la que viven. La cuestión a tener en cuenta viene cuando la situación televisiva queda reforzada con la diversión que les supone su visionado, junto con realidades cotidianas que representan el contenido animado, combinación que les lleva a adoptar posturas estáticas sin la posibilidad de ampliar fronteras de conocimiento sobre otros modos de ser y comportarse.

Otro factor importante que no hay que pasar por alto y que pertenece también al ámbito televisivo es la publicidad, ya que, aunque aparece en otros medios como prensa y radio, aquí se combinan sonido e imágenes que se complementan mutuamente para ejercer los efectos deseados. Los publicistas conocen el potencial que la juventud tiene como consumidores y promotores de los productos, ya que son muy sensibles ante los mensajes con fuerte carga emocional y, debido a su situación de búsqueda de identidad, tienden a identificarse todavía más con las marcas, productos o los personajes que los consumen. A esto, Méndiz Noguero (2005) le suma el efecto tan poderoso que el grupo de iguales ejerce sobre los adolescentes en este sentido, ya que los productos son un elemento identificativo con el grupo al cual desean pertenecer. Es decir, tanto éstos, como la marca que representan, actúan como medio para aumentar la probabilidad de aceptación e incursión en el grupo de iguales mediante unas señas de identidad. En esta misma línea, también es interesante resaltar los modelos de adolescencia y juventud que se muestran en la publicidad. Para ello Sánchez Pardo, Megías Quirós y Rodríguez San Julián (2004) elaboraron un informe que resume esta idea en varios puntos. Lo que simboliza la juventud en los anuncios es preparación para el futuro, apto para las nuevas tecnologías, vivencia intensa del momento, poca implicación activa hacia los problemas sociales, tolerantes y abiertos a lo distinto, buscadores de identidad y toques de rebeldía, valoración de la amistad y creencias tradicionales con respecto a la familia y la pareja. Igualmente se exponen los valores predominantes en la publicidad dirigida a los más jóvenes. Así, encontramos la libertad, búsqueda de sensaciones, la inmediatez, agresividad, competitividad y, en general, valores tradicionales que han sido adaptados a la actualidad, vendiendo una libertad amplia relacionada con la identidad y la toma de decisiones. De esta forma, como se comentaba al principio del apartado, si analizamos la publicidad en cuanto a una serie de variables, podríamos entender hasta qué punto influye en los arquetipos que desarrollan los adolescentes

sobre sí mismos y que marcan, en cierta manera, su evolución en el más amplio de los sentidos. De esta forma, encontraremos mensajes muy positivos para su formación, pero otros que sigan influyendo negativamente en los modelos mentales creados y a partir de los cuales edifican su mundo.

El proceso de creación de los estereotipos a través de la visualización de productos en los anuncios, podría explicarse a través del modelo de contenido de los estereotipos (Fiske, Cuddy, Glick y Xu, 2002), que establece que los grupos se pueden clasificar partiendo de la dimensión de competencia o capacidad para conseguir objetivos, o bien la dimensión de la sociabilidad o simpatía interpersonal, siendo ambas positivas y cuya posesión depende del nivel estatus grupal que se posea. Un grupo con elevado estatus se considera altamente competente y poco sociable, por ejemplo la categoría de los hombres; mientras que un grupo considerado socialmente subordinado será juzgado como poco competente y altamente sociable. Es el caso de las mujeres. Estas dos dimensiones son importantes a la hora de analizar el contenido publicitario. En este sentido, Royo-Vela, Aldas-Manzano, Küster y Vila (2008) afirman que las representaciones de hombres se relacionan en su mayoría con rasgos de competencia, mientras que ellas con elementos de calidez, sociabilidad y comprensión, a lo que se le suma, en palabras de García y López (2006), que el que las mujeres no representen cargos de liderazgo o poder, se asocia a la creencia de que éstas no están en posesión de estas características, por tanto, los roles en los que se requieran estos rasgos son propios de hombres, lo que será un factor a tener en cuenta a la hora de fomentar la falta de equidad entre géneros. En la publicidad es muy común que las mujeres desempeñen roles dependientes o familiares, frente a la independencia masculina observada (Ibroscheva, 2007), lo cual se representa en escenarios públicos para el protagonista masculino y privados, como el hogar, para el femenino (Furnham y Paltzer, 2010). La publicidad sería un reflejo de los valores y normas culturales, participando en la construcción de los estereotipos que pueden limitar la acción de ambos sexos a contextos muy concretos. Sin embargo, la publicidad no siempre refleja los cambios sociales que se producen, ya que hay mujeres que ocupan posiciones de poder y hay hombres sociables y cálidos.

Por otro lado, con respecto al contenido de los anuncios televisivos, existen una serie de variables que se han tenido en cuenta a la hora de realizar investigaciones al respecto. En primer lugar, la *voz en off* generalmente suele ser masculina, ya que sugiere autoridad y con-

fianza a la hora de recomendar el producto (Ibroscheva, 2007). En segundo lugar, se encuentra la credibilidad en donde se observan diferencias culturales, de esta forma, según Milner y Higgs (2004), en Europa la mujer suele ser la usuaria del producto, mientras que el hombre queda representado como una figura de autoridad. En tercer lugar, en cuanto al tipo de artículo que se ofrece, las mujeres se asocian más a productos para el hogar y el cuerpo, mientras que tienen menor representación en elementos de finanzas, política o automóviles (Furnham y Paltzer, 2010). Por su parte, Velandia-Morales y Rincón (2014) obtuvieron resultados semejantes en población colombiana, concordando los resultados con los ya expuestos en relación a la voz en off, que daría mayor credibilidad al argumento y al tipo de artículo vendido en función del sexo. Con respecto al rol, el femenino suele ser de ama de casa o madre, decorativo y atractivo o sensual, utilizándose en contextos íntimos, frente al ámbito público masculino, como ya se comentó. Para Santana, Rom, Fondevila y Mir (2015), la mujer en la publicidad representa tres roles fundamentales, objeto sexual o consumista, papel de esposa, ama de casa/madre y *superwoman*, que reúne a todos los anteriores en una sola mujer. En esta línea, se puede apreciar una asociación entre las descripciones de los productos, los roles y las preferencias a la hora de consumir. Tal y como exponen Velandia-Morales y Rodríguez-Bailón (2011), cuando un artículo se define aludiendo a características típicas masculinas, se relaciona con roles femeninos no prescritos, como mujer sexy o profesional, mientras que si la descripción de dicho producto alude a atributos típicamente asociados a lo femenino, tales como comodidad o seguridad, se relaciona con un rol normativo, como ama de casa, que a su vez incidirá en la preferencia hacia el consumo de esos productos.

Por tanto, tal y como exponen Velandia- Morales y Rincón (2014), con este tipo de mensajes se refuerzan los estereotipos y se da forma a la manera de actuar socialmente, no solamente premiando aquellos comportamientos asociados al género, como mujer y ama de casa u hombre y fortaleza, sino reprimiendo a los que no lo hacen, a los que no se ajustan a la norma, tal como mujer y poder u hombre y sensibilidad. Lo que realmente hace la publicidad es retroalimentar la estructura social de desigualdad. Aquí es donde entran en juego las consecuencias de consumo, es decir, teniendo en cuenta el carácter social de los estereotipos de género y que se requieren para la construcción de la identidad y la pertenencia al grupo, el uso de representaciones que no corresponden con lo establecido socialmente puede provocar una falta de identificación y, por tanto, menor número de ventas del mismo (García y Martínez,

2008). Toda esta información da a entender que se trata de otro factor que dificulta la eliminación de los estereotipos y, por consiguiente, las diferencias entre hombres y mujeres, perpetuando una visión de los demás sesgada que afecta a los comportamientos y actitudes personales. No obstante, aunque tenga por objetivo la identificación y el reclamo comercial para incrementar las ventas del producto, los publicistas empiezan a tener en cuenta los cambios sociales a la hora de elaborar los anuncios. En este sentido, Santana et al. (2015) analizan las diferencias que comienzan a aparecer en la publicidad televisiva tanto en el rol femenino, como en la composición familiar. Con respecto al papel que desempeña la mujer, pretenden mostrarla más natural y real, adaptada a la actualidad que intenta romper con los estereotipos de ama de casa y compradora. Se trata de una mujer fuerte, que desempeña cargos de responsabilidad y que se mueve en los espacios abiertos, que tiene la iniciativa en las relaciones de pareja y representa un canon de belleza más ajustado a la realidad y a la salubridad. Con respecto a la familia, incluyen variedad de miembros y diversidad en las acciones que realizan, intentando no reproducir las desigualdades de género. Sin embargo, se observa que los estereotipos que más se repiten son el papel de madre en los productos para niños y de ama de casa en aquellos destinados al hogar en general.

La publicidad no solamente está destinada e influye sobre el público adolescente y adulto, sino que también hay un espacio dedicado a los niños en los comerciales televisivos, ya que una de las formas de socialización en esta etapa se realiza a través de los juguetes. Hay que atender a este sector poblacional, ya que son los consumidores adultos del mañana. Sin embargo, antes de que los niños puedan ser influenciados por los anuncios, su entorno próximo ya empieza a ejercer este papel mediador desde el nacimiento, debido a que el niño nace con la tendencia al juego, pero la forma de manifestarse éste y los objetos que va a utilizar en función de su sexo, están marcados por factores sociales y culturales transmitidos de generación en generación. Tal y como establece Gianini Belotti (2001), ya en los móviles que se utilizan para las cunas de los bebés existen diferencias dependiendo de si son niños o niñas, utilizando para la elección el criterio del color y del tipo de figura. La autora continúa exponiendo que cuando avanzan en edad y se les ofrecen los primeros juguetes, la elección por parte del entorno es todavía más rigurosa. A ambos se les ofrecen muñecos, considerándose un juguete neutro, en este caso, a las niñas las muñecas con aspecto femenino y a ellos muñecos con aspecto masculino. Además, a ellas se les enseña cómo coger a su juguete y mecerlo para

su cuidado, lo cual nunca se hace en el caso de los niños, no quedando esa representación almacenada en el modelo mental de los varones. Por tanto, cuando crecen y realizan sus propias elecciones, los niños y niñas las hacen en función de los patrones que han sido insertados social y culturalmente. De este modo, los niños suelen decantarse por juegos espaciales, mientras que las niñas prefieren juguetes educativos y muñecas que potencian su capacidad verbal y de cuidados, manteniéndose en el tiempo sobre todo en el caso de los chicos (Cherney y London, 2006). En la creación de estereotipos básicos desde la infancia están contribuyendo los anuncios de juguetes, padres, amigos y educadores. Como afirma Freeman (2007), los padres son tolerantes con que sus hijas utilicen juguetes masculinos, pero no al contrario, lo cual se muestra como un ejemplo de represión social ante aquellos comportamientos que no se asocian al estereotipo, tal y como veíamos anteriormente; independientemente de que sea una realidad que tanto niños, como niñas prefieran jugar en los primeros momentos de su desarrollo con cosas distintas a las asociadas a su sexo (Serbin, Poulin-Dubois, Colburne, Sen y Eichstedt, 2001). No obstante, en los grupos mixtos, los iguales toleran el uso de ciertos juguetes en función del tipo de juego que sea. Por ejemplo, en el caso de jugar a las familias, el niño podría jugar con muñecas porque en ese momento está representando una figura masculina, como padre, hijo o esposo (Gianini Belotti, 2001).

Como se comentaba, los niños también se han convertido en consumidores potenciales al ser el objetivo de las marcas comerciales. En esta línea, Pérez-Ugena, Martínez Pastor y Salas Martínez (2011) realizaron un estudio en el que evalúan los distintos aspectos que conforman los diversos anuncios de juguetes, haciendo una diferenciación especial en los destinados a cada sexo. En primer lugar, a nivel general se muestran elevadas dosis de estereotipos de género, tanto masculinos, como femeninos que inculcan al aprendizaje de la diversión, agresividad y competitividad en el caso de los niños y la apariencia física, el cuidado hacia los demás y del hogar en los anuncios para niñas. Como se puede observar, desde una edad temprana comienza un bombardeo de mensajes sobre qué cualidades deben destacar en cada uno y a qué se tienen que ver limitadas sus conductas futuras. En segundo lugar, en cuanto a los juguetes que se ofertan, la mayoría son de muñecas en el caso de las niñas, promocionando la maternidad y la belleza, utilizando colores vinculados al género y siendo la voz en off femenina en la gran mayoría de los casos. Por el contrario, en el caso de los niños se les ofrecen mayoritariamente vehículos de diversos tamaños y figuras de acción, siendo la voz en off mascu-

lina y utilizando un lenguaje más agresivo, exagerado o con tintes bélicos. Por otro lado, Giannini Belotti (2001) incluye que para las niñas también se promocionan juguetes relacionados con el hogar y el cuidado, tales como objetos de cocina, aparatos electrodomésticos, maletines con elementos de botiquín, habitaciones completas de la casa con todos los utensilios necesario en función de la categoría (habitación de bebé, cocina, cuarto de plancha y costura, para tomar el té, entre otros). Con respecto a los niños, la autora coincide con el anterior estudio, ya que los juguetes para ellos se limitan a vehículos de todos los tipos, tamaños y medios (tierra, agua y aire) y auténticos arsenales militares, tanto de fuego, como arma blanca de una amplia variedad de dimensiones y formas, con un nivel de realismo muy elevado.

c) Literatura y cine

Sucede algo similar con otros dos medios de comunicación, la literatura y el cine. Comenzando por la literatura, es de sobra conocida la importancia que ésta tiene como medio de transmisión de ideas a través del tiempo. Las obras de amor clásicas han sido narradas durante siglos y dan forma a nuestras propias vivencias en el terreno amoroso, ya que modelan prototipos de lo que se supone que este concepto representa, así como los temas en torno a él. De esta forma, debido a su supervivencia en el tiempo gracias a los elementos socializadores, a su universalidad y a que los mensajes transmitidos son referentes en las ideas y experiencias amorosas, merece una especial atención. Como afirman Sternberg y Hayden (2000), las historias que se transmiten a través de la literatura representan las bases sobre las que edificamos nuestras propias vivencias amorosas, de forma que el ideal de pareja parte de la norma que nos transmiten estas obras, orientándonos en aquello que debemos buscar o a lo que tenemos que aspirar, provocando en muchas ocasiones desánimo y frustración al confrontar la realidad. Como exponen los autores, la literatura destinada a los más jóvenes es especialmente relevante en lo que a asentamiento de ideas sobre el amor adulto se refiere. En definitiva, los relatos amorosos que hemos leído u oído provocan una serie de expectativas tanto en hombres, como en mujeres en todas las etapas de la relación amorosa, no obstante, por la amplitud de esta temática, se recomienda al lector acudir a la fuente que explica en profundidad, desde la pers-

pectiva literaria, la visión del amor y la pareja en cada una de las etapas de la formación de la misma.²

Por tanto, partiendo de esta idea, se analizan una serie de obras clásicas de la literatura para observar la idea de amor que transmiten. Para ello, se toma como referencia la revisión de Fernández Villanueva (1998), siendo la primera el *Kamasutra* (Anónimo, 1996). Este libro tiene como base ofrecer al detalle técnicas en torno al erotismo, siendo el amor algo secundario, no obstante, muestra ideas básicas en relación al concepto amoroso. La primera de ellas, es la asociación entre lo irracional e incontrolable del amor y el carácter positivo y placentero de esto. La segunda, la fusión espiritual de los amantes. La tercera idea, versa sobre la libertad de elección de la persona amada. Por último, la felicidad que aporta el amor se consigue con la proximidad del ser amado y la realización del deseo amoroso. El amor es entendido como un continuo esfuerzo para mantener viva la llama pasional y el placer del amor conceptualizado como elemento positivo y admitido para hombres y mujeres. Sin embargo, la matización por género hace que nos detengamos en este punto. Las prohibiciones del goce de las mujeres son amplias y llenas de dobles mensajes, desde apariencia física a aspectos sociales, muestran los prejuicios hacia ellas. Las mujeres deben poner todos los medios de los que dispongan para el cortejo, pero no para la anticipación, ni iniciativa, quedando esto limitado a mujeres educadas o de alta cuna o, en su cara opuesta, las prostitutas y cortesanas. Al mismo tiempo, la mujer debe mostrar resistencia ante el hombre para realizar el coito y, una vez hecho, contraer matrimonio. El mensaje que manda se resume en que el hombre es quien domina, quien decide, quien elige, mientras la mujer espera y una vez que consuman, debe apurarse al casamiento, ya que es para lo que sirve.

La segunda obra literaria es *Amores, arte de amar* (Ovidio, 1997) en el que se transmiten una serie de ideas muy similares a la anterior, tales como la irracionalidad del amor, fuerza imparable que somete a la cordura y de carácter primitivo e inmoral, ya que va unido a la seducción y la falta de pudor. Debido a su rasgo de inevitabilidad, lo aconsejable es someterse a

² Sternberg, R. J. y Hayden, S. (2000). La historia del amor a través de la literatura. En R. J. Sternberg (Ed.), *La experiencia del amor. La evolución de la relación amorosa a lo largo del tiempo* (pp. 94-122). Barcelona, España: Paidós.

sus necesidades, pero al mismo tiempo contradictorio, así el hombre se mueve ambivalente entre el amor como fortalecimiento de las personas y el coste que puede suponer iniciar la relación. Igualmente, concuerda en el concepto anterior de unión de los amantes, pero de nuevo es en este punto donde comienzan las diferenciaciones por género en una amplia gama de situaciones. En primer lugar, la elección la realiza el hombre, legitimándose la desigualdad en la selección si la mujer es de superior condición en belleza o poder, pero no al revés. Mientras todos los hombres pueden amar, esta capacidad está destinada a un número limitado de mujeres. Este hecho coge fuerza por la primera regla establecida, siendo ésta la desconfianza en las mujeres, debido a su capacidad para fingir y engañar sexual y amorosamente a los hombres. Este hecho justificaría otra de las reglas, la vigilancia y el control hacia éstas. Finalmente, una idea que se observa en la obra y que todavía sigue muy presente en la sociedad actual, aunque transmitida de forma mucho más sutil, es la higiene y apariencia física. La fachada, el aspecto y su trato difieren mucho entre ambos sexos, ya que al hombre le basta ir limpio y mostrar iniciativa para conquistar a la mujer, mientras que ésta requiere de un enorme listado de preparativos y cuidados físicos, así como el disimulo de aquellas partes de su cuerpo que no cumplen el canon social de belleza. Por tanto, la idea transmitida aquí es el ensalzamiento de la belleza femenina en todas sus variantes, siendo la base sobre la que se construye su destino.

Por último, la tercera obra que expone Fernández Villanueva (1998) es el *Libro de buen amor* (Arcipreste de Hita, 1995). Entre los rasgos del amor, se incluye de nuevo lo positivo y beneficioso que es, asociado a la alegría y placer. Se siguen observando matizaciones en función del género. De nuevo un menosprecio a la posición social de la mujer, a su aspecto y a sus rasgos de personalidad o modo de vida, digna de amar si cumple una serie de condiciones y evaluada en función de ellas, a través de un listado de inclusión y exclusión. Por tanto, el amor no es para todas ellas, algunas no serán elegidas. En el caso de sí serlo, deben ser delicadas y rendirse a la voluntad del amante, mientras que éste actúa como un merodeador mediante el halago, la insistencia y la toma de iniciativa esperando cazar a su presa. Este texto nos muestra una visión de la mujer supeditada al hombre, débil y que merece poco respeto.

Además, la literatura no solamente está orientada a un público adolescente y adulto, sino que los textos infantiles también están presentes y tienen un gran poder en la transmisión de ciertos ideales, ya que representan la base de las futuras nociones sobre las propias posibi-

lidades y limitaciones, así como las relaciones con los demás en función de éstas. La lectura y redacción de este tipo de relatos se remonta muy atrás, al igual que la adaptación infantil de escritos para adultos, utilizándose en ambos casos para educar a las nuevas generaciones (Sosa, 2014). En ese sentido, tal y como expone Lerer (2009), el desarrollo del niño y su aprendizaje van unidos a los cuentos y textos que escucha y posteriormente repite, de ahí a que sea necesario indagar sobre el impacto que tienen en el desarrollo personal y social. Como afirman García, Cabral, Alarcón y Monsalve (2003), los cuentos infantiles no son totalmente inofensivos, sino que son un medio de transmisión y reproducción de ideologías que influyen en el autoconcepto y en la valoración de sí mismos que hacen los niños, tanto positiva, como negativamente, ya que no hay que olvidar el valor educativo y de ayuda a la formación de identidad de este tipo de narraciones. No obstante, también se observan entre sus páginas una serie de mensajes que fomentan los estereotipos de género, virtudes y defectos, rasgos intelectuales, psicológicos o capacidades que en muchas ocasiones son opuestos y que socialmente se le atribuyen e imponen a ambos sexos, limitándolos. Como ponen de manifiesto Ochoa, Parra y García (2006), este tipo de ideas quedan plasmadas en la mente de los usuarios, afirmándose como ciertas e innatas y transmitiéndose en cada gesto, palabra y acción a lo largo de los años y las generaciones. Añaden que esto puede llegar a marcar profundamente a las personas y perpetuar las relaciones desequilibradas y poco saludables. Estas nociones quedan recogidas especialmente en lo que se conocen como cuentos de hadas, que en sus inicios tuvieron un objetivo muy distinto al que presentan en la actualidad. Estos cuentos aparecieron en el siglo XVII como fábulas con enseñanza para los adultos de la corte y la propia monarquía, mostrándoles entre sus páginas una serie de normas de conducta adecuada, para posteriormente adquirir la imagen actual de cuento infantil a través del trabajo de editores y autores hasta mediados del XIX (Sosa, 2014).

Profundizando en el análisis de lo transmitido en los cuentos tradicionales, comenzamos por hacer referencia a Subirats y Tomé (1992) quienes distinguen el tipo de contenido sexista que se halla en estos relatos. En primer lugar, se encuentra el contenido por exclusión, omisión o anonimato mediante la ausencia de nombres propios y siendo el o los protagonistas con predominancia de uno de los dos sexos. El segundo tipo son por subordinación, unos personajes representan el papel dominante y otros dominados partiendo de los roles que desempeñen, las intervenciones que hagan, actividades y trabajos realizados o cualquier otro ele-

mento que se identifique con niños/hombres o niñas/mujeres. El último es el contenido por distorsión o degradación, consistente en asignar rasgos negativos a los personajes y otorgar beneficios a otros, tanto masculinos, como femeninos. De igual forma, al centrarnos en las características definitorias de los personajes ya se observa la carga estereotipada, es decir, los niños/chicos son valientes, fuertes e inteligentes y son presentados como héroes, mientras que las niñas/chicas se muestran tímidas, cariñosas y delicadas, siendo éstas las que obtienen como premio al príncipe, mientras que aquellas rebeldes que no acatan las normas, nunca tienen un final feliz.

En esta línea, Sosa (2014) analiza el contenido de los cuentos tradicionales y concluye que la figura femenina infantil suele ser más importante y tener mayor presencia que la de los niños. Expone que el personaje femenino siempre se ubica en algún escenario boscoso y se muestra una visión mucho más negativa, ya que mientras ellas se solían perder o eran presentadas bajo una amenaza, vendiendo una imagen de torpeza y fragilidad, ellos son exploradores, leñadores, cazadores que controlan la situación, personajes poderosos, viriles e independientes, pasando a ser, por tanto, características que se asocian al género. Por su parte, Ochoa et al. (2006) encuentran que en la mayoría de cuentos analizados, la mujer queda presentada en un papel de ama de casa, cuidadora y realizando tareas del hogar, es decir, en un entorno claramente familiar, sin realizar otras actividades en entornos diferentes, cercando así su campo de acción. De otro lado, afirman que los personajes varones ejecutan actividades fuera del hogar que requieren fuerza e inteligencia, ejerciendo roles dominantes y suelen ser protectores y salvadores de los demás. La transmisión de valores positivos se les suele atribuir a las mujeres, como la amistad, solidaridad y compañerismo, mientras que a los personajes masculinos se les asocia el valor del trabajo. También muestran estereotipos con respecto a los personajes malvados que transmiten valores negativos, asociándose la maldad y la envidia a las madrastras y hermanastras, mientras que al personaje masculino, sea humano, animal u objeto personificado se hace lo mismo con la avaricia, competitividad y crueldad. Como apunte, se observa al igual que en otros medios una repetición de ideología asociada al género, en la que la emocionalidad se asocia a la mujer, mientras que la operatividad se hace con respecto al hombre, con todos los atributos que ello conlleva y tanto en el plano positivo, como en el negativo. En contraposición a estas nociones, encontramos narraciones que exponen un ideal femenino que fomenta otros valores entre el público infantil, como es el caso de *Pulgarcita* (Andersen,

1964). En este sentido, Sosa (2014) concluye que la obra transmite valores positivos como la comunicación, el agradecimiento, respeto y la superación, además de resaltar las cualidades internas de la protagonista frente a la belleza física, siendo ésta última un agregado más entre sus características, pero no aquella que resalta entre las demás, ya que el personaje es valorado por sus actitudes y conducta.

Los dibujos que incluyen los cuentos tradicionales hay que tenerlos presentes a la hora de realizar un estudio en profundidad de los mismos, ya que como afirma Turin (1995, 2009) transmiten de forma paralela al texto una serie de informaciones que reflejan la realidad social, teniendo una función educativa y siendo una parte de apoyo integrante de la narración. Los objetos que reflejan las ilustraciones se asocian a hombres y mujeres de forma muy específica y concuerda con los roles y los ámbitos de desempeño en los que de forma estereotípica se suelen ubicar a los personajes. La autora realiza una distinción entre los distintos personajes y los elementos que los acompañan en los dibujos, su simbología, así como el cómo y dónde quedan representados. Comenzando por la mujer o la madre, al quedar reducida al entorno doméstico, se la aprecia con ropa propia de limpieza, así como con delantal, cubos, escobas y demás material del estilo, el mismo que puede aparecer en casa del personaje malvado, como pueden ser las brujas. Si se las muestra fuera del hogar suele ser realizando actividades de cuidado de la familia, como hacer la compra o llevar a los niños al colegio. Su vida gira en torno a esta faceta, no realizan otras actividades, ni se las muestra con intereses de ningún tipo. La importancia de su estado de ánimo se minimiza, ya que basta una simple caricia o ver feliz a su familia para recuperarse, mostrando así a la mujer como no merecedora de amor. Además, añade que la visión de la madre cambia si sus descendientes son hijos o hijas. En el primer supuesto, se dedica a la familia, pero sin la capacidad de instrucción, ya que el niño lo aprende todo con su figura masculina de referencia. En el segundo caso, la belleza física se incrementa, educa a su hija en lo referente a cómo ser una mujer, pero a partir de criterios de mantenimiento de los roles de género, mientras van de compras o se arregla el jardín, ya que cuando deben solucionar un problema, recurren al personaje masculino. En general, apunta que en las ilustraciones de los cuentos las mujeres aparecen muy secundariamente o su participación no es importante.

Prosigue con el personaje masculino, al cual se otorgan diversos papeles activos, pero existe una laguna en la figura paterna, es quien paga las facturas, mantiene la casa, trabaja fuera y realiza actividades pasivas en el hogar, como leer o ver la televisión o roles propios masculinos, como arreglar el coche. Su labor fuera del hogar se asocia al maletín que es la representación laboral e intelectual del hombre, rasgo éste último que quedaría ejemplificado con unas gafas. No suele mostrarse afectuoso y transmite información cultural con el hijo, mientras que con la hija no participa tanto, ya que es la madre la responsable de transferirle sus conocimientos. El tercer personaje del análisis es la niña, la cual es una madre en versión pequeña. Debe aprender una serie de valores transmitidos por su progenitora, lo cual la llevará a perpetuar los mismos roles, tales como paciencia, espera y no disposición de conocimiento o habilidades propias para resolver los problemas. Todo se reduce a lo doméstico, ya que las consecuencias de salir al exterior ante la desobediencia de los padres son negativas. Además, es muy frecuente el personaje de niña mala, desobediente, mentirosa, perezosa y celosa que no cuadra con el patrón de mujer virtuosa, abnegada, dulce y tierna, por ello acaba obteniendo el rechazo de la sociedad, en ocasiones con finales trágicos. Por otro lado, con respecto a la simbología utilizada, la autora encuentra que las gafas, además de representar inteligencia y estar relacionadas con los hombres, no suelen ser un complemento materno y en las niñas muestra la falta de relación entre capacidad intelectual y belleza. Al igual que ocurre con el comentado periódico, propio de hombres, las féminas pueden llegar a leer revistas o libros poco educativos. Siguiendo con los personajes típicos de los cuentos, se incluye la mujer estúpida y presuntuosa representada como un mal personaje y que va vestida de forma estrambótica o ridícula, malgastando el dinero que gana su esposo. Finalmente, el poder que puede llegar a ostentar la mujer en general, queda simbolizado por un personaje con mal carácter, gafas y que no ha podido encontrar pareja. Esta serie de mensajes silenciosos que quedan plasmados en los cuentos y sus ilustraciones pueden dejar mella en los niños que los consumen, creando un ideal y expectativas en torno a hombre y mujer que en la vida real no serían la representación de una unión amorosa saludable y acorde a la actualidad. Si bien es cierto que muchas de las representaciones de los medios ya no están tan vigentes, al menos en la cultura occidental, la información queda transmitida, pudiéndose adaptar a los nuevos tiempos, como se verá en los mitos en torno al amor romántico.

Al fin y al cabo los personajes se transforman en referentes para los consumidores, de modo que se convierten en una vía más de imitación y transmisores de ideas, muchas de ellas poco realistas, a las que la gente quiere aspirar. Esta influencia también recalca sobre los adolescentes, teniendo en cuenta que ya tienen un historial estereotipado a las espaldas. No es de extrañar, por tanto, que las adolescentes tengan una concepción de sí mismas y del amor mucho más adulterada que ellos, percibiendo en menor medida una relación problemática, es decir, los chicos suelen manifestar mayor claridad sobre los elementos positivos que les ha de aportar una relación de pareja y tienen menor confusión con sus sentimientos (Estébanez, 2010). Igualmente, según García y Martínez (2008), hay que recordar que en la mayoría de los contenidos mediáticos, las mujeres han sido vinculadas al espacio doméstico, a los roles relacionados dentro de la familia, el hogar y al sexo, como objeto de deseo y placer de la mirada masculina, la erótica del cuerpo femenino como una constante en la manifestación de la identidad de la mujer. Todo ello se traduce en roles que se plasman posteriormente en las relaciones con los otros, incluidas las románticas, dando lugar a una serie de expectativas y obligaciones de la pareja.

Por otro lado, dentro de la literatura se han incluido las revistas, ya que los adolescentes son consumidores de este tipo de lectura y, a su vez, también merecen una especial atención por el tipo de mensajes que transmiten. En relación a esto, se hace mención al estudio realizado por Rubio Gil, Martín Pérez, Mesa Olea y Mesa Olea (2008) sobre la influencia de las revistas adolescentes en la sexualidad juvenil. Muestran que este tipo de medios de comunicación tienen un impacto considerable en los adolescentes, ya que son una fuente de información sobre modas, actitudes y opiniones que ofrecen puntos de vista dualistas sobre la sexualidad femenina y masculina, cargados de prejuicios y estereotipos. Afirman que las revistas intentan mostrar una supuesta libertad de opciones para mujeres y hombres, sin embargo, asignan rígidamente los papeles sociales en función del género, pudiendo influenciar de forma muy negativa a las masas más jóvenes, ya que éstas utilizan este medio con la intención de encontrar elementos que les ayuden a guiar su desarrollo sobre aspectos de índole sexual, social, físico, psicológico, aspectos morales, ideológicos y vocacionales. Según este trabajo, la estructura que muestran estos medios mantiene roles muy diferenciados, tanto en el tipo de cabeceras que se utilizan, de corte masculino o femenino, como en el contenido de las mismas, ya que están centradas en cómo gustar, vestir, complementos y en el fenómeno de las se-

guidoras de famosos en las destinadas a las chicas y en relación a los coches o los videojuegos en las revistas creadas para los chicos. Estos datos concuerdan con el trabajo de Elzo (2005), quien observa que entre los chicos hay una predominancia de lectura de revistas de informática, motos, coches y videoconsolas, mientras que el mundo literario de ellas nada tiene que ver, tanto a la cantidad de lectoras, como el tipo de revistas. Las chicas leen mucho más que los chicos y la temática de su lectura se centra en el amor juvenil, revistas de prensa rosa, belleza y decoración del hogar. Con respecto al contenido de las revistas femeninas, Rubio Gil et al. (2008) añaden que en lo que a roles sexuales se refiere, la representación del hombre se caracteriza por perfiles psicológicos y de personalidad muy simplistas, centrados preferentemente en la apariencia física. Por otro lado, en cuanto a los grupos de referencia femeninos, se trata de cantantes o famosas en general que son definidas de una forma altamente superficial y cuyos valores centrales son la belleza, tener pareja y la diversión. Apuntan que todo esto puede repercutir en la falta de profundización en el conocimiento y atención a las relaciones y a los sentimientos, por parte de los chicos, por centrar su atención en otras temáticas y en las chicas, por mostrarles roles poco profundos en torno a la mujer. El carácter negativo reside en que a las chicas van destinados mensajes que hacen apología de la dependencia psicológica a través de la superficialidad, las bodas, la moda, el proceso de ligar y el imperativo de gustar al sexo contrario. Así, aunque la distinción de roles en nuestra sociedad se ha ido suavizando con el tiempo, en la cultura adolescente de consumo continúan reinando unos productos fuertemente estereotipados que llegan en un momento en el que tienen una enorme necesidad de identificación y referentes. Esto facilita en gran medida que a esas edades se refuercen los estereotipos que favorecen el sexismo, las relaciones desequilibradas, comportamientos de dependencia, control o dominancia y todo lo que envuelve a relaciones de pareja edificadas sobre unos valores sociales que poco promueven un amor saludable en última instancia.

Por su parte, Plaza (2007) realiza un examen minucioso sobre los mensajes lanzados por las revistas españolas femeninas para adolescentes y resume que el objetivo principal es obtener el éxito en la consecución de una identidad femenina, lo cual se consigue a través de tres bloques claramente diferenciados, pero íntimamente conectados entre sí: la apariencia externa, comportamientos aceptados y censurables y las relaciones con los chicos. En referencia al primer tema, el aspecto físico, éste gira en torno a la belleza y cómo conseguirla, de forma que todos los contenidos de las revistas conducen a este propósito, los artículos sobre alimen-

tación y maquillaje, publicidad, consejos, noticias y los reportajes. Como apunta Menéndez Menéndez (2005), el modelo físico que muestran sigue un patrón estético basado en la delgadez y la juventud, considerados dos rasgos que llevan a conseguir el éxito absoluto, en torno a lo cual gira buena parte de la extensión de la revista, por lo que alcanzar la belleza no se relaciona únicamente con el aspecto, sino que se considera parte de la feminidad, favoreciendo también el resultar atractiva para los adolescentes varones.

Pasamos al segundo bloque, las conductas aceptadas y rechazadas. En este sentido, el autor afirma que las fuentes de aprendizaje provendrían tanto de los famosos que aparecen en las revistas actuando como modelos de conducta, como toda la agrupación de guías, consejos y demás elementos de contenido, que enseñan actitudes y formas de operar para lograr o no la felicidad, haciendo especial hincapié en las relaciones sociales. Por tanto, la complicidad con las lectoras es un recurso de comunicación muy importante, tomándolo como base para instruir en un amplio abanico de temas (Plaza, 2005). Uno de estos recursos es el horóscopo, el cual es otro elemento más dentro de los métodos de predicción que se encuentran, como la numerología o grafología. Los consejos que se ofrecen se basan en aquello que es recomendable hacer en un futuro para obtener pareja, amigos o ir bien en los estudios, básicamente. No solamente hay que seguir el plan astral, sino que la felicidad conlleva también ignorar ciertas actitudes, como las que llevan a no ligar. De esta forma, Plaza (2007) afirma que el zodiaco les hace comprender a las adolescentes que el gustar y tener pareja es sinónimo de plenitud, aconsejando para este fin una serie de trucos para ligar o hechizos en donde se aprecia la ausencia de reciprocidad en la relación, ya que son ellas las que tienen que pasar a la acción. Afirma que, debido a este bombardeo, los intentos de seducción son la base de los comportamientos y pensamientos de las chicas.

Esto se relaciona con el tercer gran bloque comentado al inicio, las relaciones con el sexo opuesto. En esta línea, Vigara Tauste (2002), señala que a pesar de las diferencias que conllevan, las revistas equiparan la orientación con la identidad sexual, es decir, se presupone que el sentirse mujer va unido a la preferencia sexual por los hombres, lo que explica que se insista tanto en la apariencia. Existe una clara dicotomía contradictoria entre la mujer independiente y la imperiosa necesidad de encontrar pareja como base de éxito, depositando la felicidad en manos ajenas, lo cual fomenta la dependencia en muchos sentidos. Por otro lado,

teniendo en cuenta que los famosos son referentes muy poderosos para los adolescentes, hay que valorar la carga estereotipada con las que son presentados en las revistas. Así, Plaza (2009) concluye que las publicaciones en las revistas para chicas en relación a este tema, cumplen los requisitos de los cuentos de hadas que les leían en la infancia, caracterizadas por relaciones ideales con un príncipe que muestran como muy real, lo cual incrementa la credibilidad de los argumentos mostrados. El autor expone que los modelos varones asumen con absoluta naturalidad atributos femeninos, cuya manifestación hace años habría sido censurada. Como exponen Hernández Corrochano y Plaza (2005), algunos de los valores asociados a la feminidad se han transformado en neutros, siendo expresados por ambos sexos, lo cual en apariencia haría desaparecer la dualidad social existente. Se transmite la idea que aquello que se asocia al hombre es beneficioso y por lo tanto asumible y extensible. Sin embargo, apuntan a que las mujeres no se masculinizan, es más, no derraman ni una gota de su feminidad conseguida con tanto esfuerzo. Toda esta información presentada con tintes divertidos pasa inadvertida a la posible mirada crítica de las adolescentes, las cuales generan unas expectativas propias y de su entorno nada recomendables y poco realistas, especialmente a la hora de seleccionar a una pareja, actuando y pensando en consecuencia.

El cómic es otro producto a destacar dentro de las fuentes de influencia literaria en la adolescencia. Este elemento de consumo está dirigido hacia un público concreto, por lo que tendrá una función específica. Para Abellán Hernández (2011), el cómic, al igual que otros medios de comunicación, se entiende como otro agente social que promueve la elaboración de la realidad de cada individuo que hace uso de él. Desde la época franquista, ha habido una separación entre los cómics elaborados para chicos y para chicas. En este tipo de lecturas se observa que, al igual que en otros productos de este estilo, muestran a los varones como personajes activos y aventureros, mientras que ellas eran manifestadas como elementos pasivos a la espera del héroe. Por tanto, se ensalzaba una educación que inculcaba valores basados en el género. En este sentido, Ramírez Domínguez (1975) señala que los cómics o revistas femeninas entre la década de los 50 y 70 en nuestro país, se podían catalogar como manuales que orientaban a las chicas a lo que debían hacer para ser una auténtica mujer de la época, en cuanto a estilo, recetas de cocina, moda, entre otros temas, o bien, como afirma Moix (2007), se centraban en narrativas fantasiosas o de hadas que fomentaba en las chicas no vivir en contacto real con el mundo que las rodeaba. Generalmente, los cómics para chicas tenían como

tema central el amor y los problemas que éste provoca, aunque no se trata de una constante inalterable. Por tanto, se observa un paralelismo con respecto a las revistas femeninas más actuales, al menos en ciertos aspectos.

Pasamos al otro gran elemento de este apartado, el cine. Los contenidos de las obras de cine y también de la televisión exponen ciertas características alejadas de la realidad que pueden generar una serie de ideas, expectativas y creencias poco acertadas sobre el amor y las relaciones. De forma que antes de avanzar más es necesario analizar el contenido que suele regir las historias de amor que se muestran en los medios audiovisuales en general. Tal y como expone Falcón Díaz-Aguado (2009), la primera de las características a mencionar es la presentación del peligro y el dolor como medios para obtener el amor. Los guionistas buscan encontrar nuevos conflictos para hacer la trama interesante y llegar al culmen con elementos afectivos como la unión definitiva de los enamorados. La segunda característica, es el tiempo del que se dispone para una producción audiovisual, es decir, debido a la limitación en este sentido, las obras se centran en lo que se considera que realmente engancha al público, por lo que no se ahonda en la vida individual de cada personaje o en su vida cotidiana, sino en un punto concreto de la relación. Finalmente, el tercer elemento hace referencia a la repetición de esquemas debido a la tradición narrativa, por ello se siguen mostrando modelos de personaje antiguos en un intento de modernización, como el de la mujer actual, independiente y profesional que acaba sumida en la veneración por la belleza, la dependencia emocional o la frivolidad, entre otras, repitiendo viejos patrones.

Otra perspectiva para comprender la forma en la que las películas y su mensaje afectan a la forma en la que vemos a los demás y nos relacionamos con ellos es el tratamiento del género en el contexto audiovisual. Será Mulvey (1975) quien abrirá la crítica en este sentido, ya que afirmó que la diferencia sexual que observamos en el cine no solamente domina las escenas, sino la manera de observarlas, influido esto por el sistema patriarcal en el que nos hemos desarrollado. Habría tres tipos de miradas, la de la cámara que elige lo que se expone al público y lo que éste verá, la de los personajes y la de los espectadores. Distingue entre la jerarquía de lo activo y lo pasivo y el sujeto y el objeto existentes en la sociedad y que se traslada a la pantalla, es decir, el hombre es el que mira, sujeto activo, mientras que la mujer es receptora o sujeto pasivo, lo cual explica que ellas sean expuestas como objetos eróticos dependientes del

deseo de los hombres. En este sentido, Izquierdo y Ariño Villarroya (2013) establecen que la masculinidad y feminidad son construcciones sociales, históricas, de corte económico y psicológico, pero no se trata de una relación complementaria, ya que no se valoran de la misma forma las actividades que cada uno desarrolla, sino que como apunta Botía-Morillas (2013), afecta a las relaciones porque ambos acaban por comportarse en relación a las expectativas sociales por ser hombres o mujeres, dando lugar a dicha desigualdad. En el cine, el rol masculino se relaciona con la fuerza, ya que generalmente se presentan a héroes llenos de coraje, astucia y determinación, con una apariencia extremadamente viril cuya misión es defender o liberar al mundo en peligro en su totalidad (Lohmüller, 2011). Con respecto al papel femenino, Aguilar (2004) presenta varias constantes con respecto a la presentación de la mujer en los largometrajes. En primer lugar, como objeto a visualizar, casi nunca como sujeto activo. En segundo, el personaje femenino suele ser pasajero, episódico, su acción es secundaria o parcial con respecto al relato o los protagonistas masculinos. La tercera característica se centra en el cuerpo de la mujer, cuyo visionado es estático para favorecer el escudriñamiento contemplativo. En cuarto lugar, el erotismo y sexualidad aparecen relacionados con el personaje masculino, mientras que los femeninos no parecen tener un lado sexual propio. El quinto rasgo se relaciona con lo anterior y es que, en ocasiones, en un intento por lograr la igualdad entre ambos sexos, la protagonista imita modos de operar típicamente masculinos, como el uso de la violencia. Finalmente, las mujeres se presentan como seres con carencia de ideas propias, inútiles y caprichosos que tienen que ser toleradas por el hombre, o su mera presencia ya supone un estorbo o incremento del riesgo para éste. Como se aprecia, la imagen femenina en el cine tiene muchas aristas que pulir.

En nuestro país, la producción cinematográfica tuvo una serie de peculiaridades muy representativas en una España de transición que intentaban romper con el periodo dictatorial previo, pero que seguía manteniendo ciertas visiones del hombre y la mujer alejadas con respecto a lo que se pretende conseguir hoy en día. En este sentido, Imbert (1990) afirma que en las películas de esta etapa la figura del hombre de antaño comenzó a resquebrajarse, oscilando entre el macho ibérico que ya se comentó y un hombre más emocional, pero que sigue mostrando ciertas conductas estereotipadas, como mostrar la virilidad ante la sociedad mediante conductas violentas o rígidas. Añadido a esto, Grau Rebollo (2002) habla también del estereotipo masculino de este tiempo en un subgénero humorístico del cine español, lo que se conoce

coloquialmente como las películas *de destape*. Estas producciones nacen desde una base en la que el hombre todavía representa la hegemonía sobre la mujer, mostrándose ésta como objeto sexual y de deseo para dar placer que, sin embargo, contrasta con la mujer casta y tradicional de años anteriores.

A continuación se expone el análisis de dos obras cinematográficas que representan aspectos muy distintos de la sociedad y de las relaciones. La forma en la que se presentan hombres y mujeres en cada una de ellas no son en absoluto parecidas, de forma que el escoger *Cincuenta sombras de Grey* y *Los juegos del hambre* no representan el inicio de una larga lista de películas a exponer, sino que han sido seleccionadas por dos razones. En primer lugar, porque son sagas que se han estrenado de forma cercana en el tiempo en las salas de cine y son muy conocidas entre el público adolescente y existen investigaciones en torno a ellas. El segundo y más importante motivo, para recalcar las diferencias anteriormente nombradas y poder establecer una comparativa entre ambas, viendo la evolución de los personajes masculinos y femeninos en cada una de ellas, así como el mensaje que transmiten y cómo esto puede hacer mella en las personas que las consumen. Por tanto, el objetivo no es hacer crítica de los gustos cinematográficos de los posibles lectores de esta tesis doctoral, sino usar la información disponible con finalidad informativa.

Comenzamos por *Cincuenta sombras de Grey*, adaptación de novela que combina amor romántico y elementos eróticos y sexuales explícitos, con un lenguaje sencillo y una trama fácil de entender, al parecer la combinación perfecta para el éxito de ésta. En este sentido, comenzamos con el análisis realizado por Bonomi, Altenburger y Walton (2013), quienes exponen que la obra genera una idealización del abuso emocional y la violencia de carácter sexual hacia la mujer, existiendo una combinación de amor romántico y prácticas sadomasoquistas llevadas a cabo por el protagonista masculino que ejerce un papel dominante y ella, un rol sumiso. La protagonista se caracteriza por ser una chica normal y corriente, como cualquiera de las espectadoras, que tiene éxito con un guapo y joven millonario, por lo que la identificación y la aceptación están servidas. Afirman que ésta puede ser una de las razones para que el público, especialmente el femenino, haya quedado entusiasmado con una película que está colmada de mitos del amor, en donde existen emociones negativas como los celos y la posesión y un abuso por parte del protagonista masculino. Para descubrir el resto de moti-

vos acudimos al trabajo de Montero Fernández y Hernando Gómez (2016). Hacen referencia, en primer lugar, a la forma de redacción de la novela y posterior guión de la película, afirmando que al tratarse de un lenguaje coloquial y con elevada simplicidad de contenido y diálogos, puede ser comprendido por cualquier estrato social independientemente del nivel cultural e intelectual. En segundo lugar, otra de las claves del éxito es que el contenido que se utiliza para relatar un idilio amoroso, recuerda al de los cuentos tradicionales con los que hemos convivido desde la infancia, es decir, en una versión más actual se seguiría tratando de un príncipe, con recursos, guapo y gentil. Éste, que tiene un pasado y presente muy tormentosos, se abre a un posible cambio mediado por el amor de una joven. Es la esencia del chico malo que, como ya se comentaba, atrae tanto al público femenino. Esto ha dado lugar a que muchas mujeres empaticen y deseen ser ella, ya que se sienten identificadas con sus rasgos, generando una falsa ilusión, la cual queda destruida al comparar, observando que sus expectativas quedan devastadas por la realidad. Finalmente, proponen que la aceptación de este género de películas por parte del público se explica también por la actual existencia de una conciencia social llena de estereotipos en torno al género y al amor que todavía se encuentran muy extendidos.

En ocasiones, la industria del cine da a luz películas en las que no queda representado el héroe masculino tradicional, sino que deja abierto el espacio para la aparición de perfiles más novedosos en los protagonistas y en la propia trama. Es el caso de la otra cara de la moneda, la segunda saga que se expone son *Los juegos del hambre*, también adaptación de novela. Se diferencia porque a pesar de estar destinada a adolescentes, no reinan estereotipos tradicionales y la temática no es la que suele dominar en otro tipo de productos destinados a este público, sino que gira en torno a la crítica de un sistema opresor y la manipulación de los medios de comunicación sobre los individuos. Tal y como exponen Menéndez Menéndez y Fernández Morales (2015), esta obra propone temas más relacionados con el mundo adulto y es eso, entre otros aspectos, es lo que distingue a esta saga. Entre estas cuestiones se encuentran los movimientos sociales, la guerra, la hambruna, la mala distribución de riquezas, la telebasura, entre otros; y sobre todo, apenas hace mención a las relaciones románticas durante toda la trama, tanto entre los protagonistas, como en el resto de personajes secundarios, ya que los temas imperantes son otros, como ya se ha visto. Apuntan que el personaje principal, *Katniss Everdeen*, rechaza el amor de un personaje masculino que representa la virilidad. Ni ella misma se encasilla en el modelo tradicional, ni los roles y estereotipos asociados a la mujer, es

decir, carece de interés por una construcción romántica, no cae en el mito, ni comparte el matrimonio y la formación de la familia como algo necesario, no haciéndose mención durante su duración. No solamente rompe con los moldes en relación a la visión de las relaciones sentimentales desde el punto de vista femenino, sino también a nivel de desempeño de rol. En este sentido, Bernárdez (2012) afirma que se trata de una guerrera que no se asemeja a los rasgos observados en los hombres y no responde a las características habituales que se suelen encontrar en otras de las protagonistas femeninas de este estilo. Como exponen Menéndez Menéndez y Fernández Morales (2015), la no identificación con otros modelos de personaje se debe a que su apariencia no está sexualizada y no obedece al impulso masculino, sino que la violencia la emplea por pura necesidad y para proteger a su familia, utilizando su destreza con las armas por el mismo motivo, no hay una brutalidad gratuita como se observa en otros casos. Añaden además que, contrariamente a lo que se suele observar en este tipo de películas, son ellos los que aparecen en un segundo plano apoyando al personaje central femenino, a la heroína.

Hay que tener en cuenta que las personas, desde niños, ya visualizan películas adaptadas a su edad y nivel madurativo de comprensión, de forma que existen otras tantas destinadas a un público infantil, las cuales ya fueron vistas por los adolescentes en su momento, recibiendo así el mensaje que transmitían y sumando en su construcción de la realidad. No obstante, cuando el objetivo reside en conocer los efectos que producen los medios de comunicación hay que atender a diversas variables, de forma que el contenido es influyente, pero no determinante. De este modo, Porto Pedrosa (2010) lleva a cabo un profundo estudio sobre los personajes y el contenido de películas de las dos principales productoras de largometrajes para niños, *Disney/Pixar* y *DreamWorks/PDI*, con el fin de valorar su capacidad de creación de modelos de conducta con quien identificarse e imitar. Por este motivo, Bautista Vallejo (2002) expone que los primeros años de vida son los más adecuados para la recepción de valores beneficiosos, debido a su mayor plasticidad. En este sentido, Porto Pedrosa (2010), refiere que con respecto a la temática de los valores que transmiten, los positivos son la amistad, libertad, solidaridad, entre otros, Sin embargo, donde suelen fallar la gran mayoría de este tipo de películas es en la representación de estereotipos, tanto en la representación del héroe, como en la construcción masculino/femenino. Con respecto al primer elemento, el héroe principal es encargado por un hombre o personaje masculino al que recurren para solucionar un problema y

al que se le atribuyen valores positivos, como cooperación, humildad o solidaridad, siendo tolerable cierto grado de uso de la violencia con el fin de obtener un beneficio común. Por otro lado, la visibilidad del personaje femenino heroico es mucho menor en las películas de estas productoras. En relación al segundo elemento, se repite la división por roles de género, es decir, masculinidad asociada a habilidad, inteligencia, riesgo y dominio y feminidad a bondad, aspectos estéticos y rol pasivo.

d) La música

Otro medio que juega un papel importante en el mantenimiento de las falacias relacionadas con el amor romántico es la música, ya que el lenguaje utilizado en ésta puede afectar negativamente a la construcción social y cultural del amor y la pareja. En las letras que escuchamos cada día, en lo que tarareamos a diario existen materiales de aprendizaje sobre las representaciones de hombres y mujeres, que determinan las relaciones que las personas entablan con los demás (Sisfontes Guilarte, 2011). En relación a esto, Pascual y Cabo (2010) propone que en el cancionero tradicional reside el germen en torno a las creencias implícitas sobre los papeles relacionados con el género. Afirma que si partimos de que la música que escuchamos desde la infancia ya está transmitiendo una serie de valores errados, la implantación de ideas y la creación de esquemas quedan asumidos como normativos y reales a partir de este momento, lo cual condiciona parcialmente la existencia, ya que continúan siendo reforzados por nuestro entorno. Como apunta Lamas (1994), en la música que escuchamos en la niñez ya vienen impresos muchos de estos mensajes, tanto si se trata de música infantil, como adulta, promoviendo expectativas sobre los atributos del individuo en función de su cuerpo, interiorizando esto como propio de la vida diaria sin la toma de conciencia correspondiente. De este modo, la música se entiende como un elemento promotor de acciones, sentimientos y pensamientos (DeNora, 2000), influido también por las nuevas tecnologías, ya que las generaciones actuales disfrutan de un amplio abanico de variedad musical disponible, de tal forma que esa presencia casi constante fomenta que la música forme parte de las actividades cotidianas (Semán, 2016). Añade que la música está presente en la educación sentimental desde hace décadas, no siendo únicamente una cuestión actual, lo cual ha permitido las investigaciones actuales al respecto. Como afirma Yúdice (2007), este medio socializador no se ha mantenido al margen a la hora

de trasladar mensajes que sitúan a hombres y mujeres en un desequilibrio social, aunque también es cierto que se ha usado con un objetivo reivindicativo y de lucha contra ello.

Tal y como apunta Carballo (2006), la música muestra la realidad social y la de sus componentes, la transmisión de emociones cobra sentido al transformarse en mensajes interpretados en un contexto de comunicación concreto, por lo que es un buen medio para conocer a un grupo y su entorno particular. Como apunta Semán (2016), la música queda definida por el uso que se le dé y su significado será distinto para cada persona, ya que determina y organiza las vivencias en función de dicho significado, invitando en ocasiones a la reflexión o al amor, entre otros muchos temas. Como apuntan Gómez Escarda y Pérez Redondo (2016), el objetivo de la música es que al someternos a la repetición de expresiones, temas, bases y ritmos, se genere un sentimiento de identidad entre la sociedad objeto de la canción y el público que la consume. Por tanto, para poder analizar en profundidad el mensaje que transmite la música se tiene que enmarcar en el contexto social al que representa y que le da sentido. La música está presente en nuestro entorno, aparece en anuncios de televisión, de radio, existen cientos de grupos, cantantes y estilos y, sobre todo, en la era en la que nos encontramos se puede acceder a ella muy fácilmente a través de los dispositivos tecnológicos en cualquier momento. Por tanto, teniendo en cuenta que los adolescentes son consumidores potentes de este medio, son altamente vulnerables a los mensajes que manifiesta. Por otro lado, el uso que los adolescentes dan a la música es variado, por lo que partiendo de la noción de música como elemento socializador, entre ellos se encontrará el proceso de formación de identidad y lograr la integración en la cultura juvenil. Igualmente, existen diferencias por sexo en el uso que se le da a la música. Según Fuld et al. (2009), las chicas tienden a escuchar música que refleje su estado emocional, particularmente cuando manifiestan un ánimo bajo, lo cual reforzaría el sentimiento negativo, mientras que los chicos son más propensos a utilizar la música como un estimulante, como un reforzador de su nivel de energía o para mejorar su autoconcepto.

La composición de la música de una sociedad se genera a partir de la forma en la que la entienden las personas que forman parte de ella, así las canciones reflejan en los temas que abordan, las formas de pensar y actuar ante las situaciones sociales, por lo que la meta es conmover a aquellos que forman parte de dicha sociedad (Alcalde, 2007). Tenemos que remontarnos a los orígenes para comprender que el inicio de esta forma de interpretar la música

y de plasmar mensajes en ella, tiene su inicio en algo tan universal como el lenguaje. La relación e influencia en ambos sentidos que hay entre la realidad y la lengua de una sociedad es una temática estudiada por la *etnosintaxis*. En este sentido, Wierzbicka (1979) defiende que la sintaxis que posee cada lengua determina los rasgos cognitivos de las personas que la hablan, por lo que será necesario atender a la relación establecida entre la cultura, las actitudes y el lenguaje utilizado por los hablantes. Para Enfield (2002), la cultura influye en la lengua y ésta última fomenta la primera tanto en contenido, como a nivel gramatical, así los hablantes hacen uso de su lengua para mostrar su lugar social.

En este sentido, si retrocedemos a la primera infancia, ya las canciones de cuna e infantiles sirven como elemento de aprendizaje y transmisor de información en torno a los comportamientos deseados mediante el uso del lenguaje que hacen los padres. En palabras de Lorber (2007), ellos son los primeros en desarrollar las experiencias de los niños y adolescentes, teniendo como consecuencia la aparición de sentimientos, habilidades, maneras de comportarse y relacionarse que se ubican en lo femenino o masculino. Los padres, cuidadores y la familia extensa recurren a las canciones tradicionales durante los primeros años de la vida de cada persona, lo cual favorece los vínculos y una realidad agradable. En este sentido, Pascual y Cabo (2010) realiza un análisis sobre la información ofrecida por las canciones infantiles tradicionales en España, comprendiendo así el alcance que pueden llegar a tener los mensajes que transmiten. Entre éstas encontramos: *los cinco lobitos*, *el patio de mi casa* o *al pasar la barca*, entre otras. En el listado de canciones analizadas, los roles por género quedan plasmados según la normativa social, de nuevo se repite el patrón, es decir, el hombre varonil, activo y lleva a cabo la toma de iniciativa y de las decisiones, mientras que ellas son delicadas, pasivas y con un alto grado de lo que se considera femenino. Por tanto, esta es la visión que, según el autor, mostramos a los más pequeños de forma no intencional.

Continuando con el estudio de la música, pero en la destinada a un público adolescente y adulto, destacar el trabajo realizado por De la Peña Palacios (2009) en el que se analizaron 30 canciones entre las más vendidas de tres listas oficiales españolas (*Los cuarenta principales*, *del 100 al 1* y *la lista AFIVE*). El estudio muestra que el 77% de las canciones analizadas están interpretadas por hombres, de las cuales el 60% presenta como argumento central el desamor. De casi todas las canciones se desprende que aquellas que son interpretadas por mu-

jeros, las relaciones de amor son dolorosas, sin embargo, si el autor es un hombre, el vocabulario tiene mucha más carga sexual. En general, el 86% de las canciones analizadas en este estudio giran en torno a la dualidad amor-desamor, transmitiendo que las relaciones se basan sólo en éste ámbito, fortaleciendo las creencias populares sobre este tema. Según las conclusiones del trabajo, las canciones trasladan a la sociedad la imagen de mujer como un cuerpo deseado por el hombre, es decir, volvemos a la figura erótica femenina como blanco de deseo sexual, quedando estas ideas plasmadas de forma sutil y continua en la mente de los jóvenes, pudiendo reproducir posteriormente estas premisas en sus interacciones con los otros y concretamente, en sus relaciones de pareja. Por otro lado, Gómez Escarda y Pérez Redondo (2016) en los resultados de su estudio observan que un elevado porcentaje de las canciones revisadas tienen como tema central la violencia en general, incluida la ejercida hacia las mujeres. Aquellas que transmiten mensajes en torno a la violencia hacia las mujeres pueden estar destinadas hacia la víctima, hacia quien maltrata o la sociedad a gran escala, siendo el contenido distinto en cada caso. Es decir, en el primero las letras se orientarán hacia el poder ejercido, en el segundo el mensaje será crítico y violento y en el último, se perseguirá la toma de conciencia y la implicación en la lucha contra la violencia hacia las mujeres.

En la aceptación o rechazo hacia determinados estilos de música interviene en gran medida en la forma en la que el público percibe el mensaje que la canción transmite, percepción que se asocia a la predisposición social a un determinado género musical, por lo que si el mensaje se une a un tipo de música muy distribuida o comercial llegará de forma más clara que si no lo es (Hormigos, 2012). Si el oyente tiene prejuicios contra un estilo musical, el mensaje puede pasar inadvertido. Por otro lado, la información transmitida también puede verse afectada por los valores negativos que están implantados en determinados estilos de música, por lo que a la hora de recibir la canción premia más el ritmo que la letra, siendo una escucha más simple que enmascara dichos valores (Pérez y Hormigos, 2012). En este punto, pasamos a analizar otro elemento que acompaña a la música, el videoclip, ya que las imágenes visuales refuerzan el mensaje que contiene la canción. Para ello se realizará una breve introducción teórica que enmarque aquello que se va a manifestar posteriormente.

Tal y como apunta Selva Ruiz (2012), la música es previa a la imagen del videoclip, lo que provoca un condicionamiento en la creación de éste. De esta forma, la música sería uno de

los factores que marcan el aspecto visual, ya que la primera puede existir con independencia de las imágenes, pero éstas captan el sentido de la música, por lo que de forma aislada no tendrían que representar el mismo mensaje que transmite la canción. Para Goodwin (1992), la relación entre música e imagen es necesaria, ya que el factor visual supone un apoyo para incrementar el atractivo de lo sonoro ante el espectador. Igualmente, para Williams (2003) lo visual y lo sonoro se conectan entre sí para formar un tercer elemento, la visualidad musical. Teniendo en cuenta que la música puede llegar a estimular varios sentidos, no solamente se puede analizar a nivel cognitivo, ya que una de las capacidades que tiene es la evocación de emociones, es decir, las personas asignan un significado emocional a la música que escuchan y tienen experiencias afectivas al presentarse ante ella (Bruner II, 1990). Por su parte, Wells y Hakanen (1991) concluyen que la reacción emocional no solamente se observa a raíz de las letras, sino también del sonido, ya que éste queda asociado con experiencias previas, pudiendo causar efectos sobre el estado de ánimo y emociones. Esto ocurre especialmente en el terreno de la música popular o más extendida a nivel social, ya que aunque la canción sea muy comercial tiene significado para el público. En este sentido, Pérez-Yarza (1996) señala que este tipo de música llega al receptor de manera más somática que cognitiva, al contrario que ocurre con la música clásica, lo cual explica que el videoclip intente reflejar esas sensaciones de tipo orgánico que la música provoca en los oyentes.

Continuando con el análisis como tal, comenzamos con los estudios que se han llevado a cabo en torno a estilos de música. En este sentido Pacini Hernández (1990) investiga la bachata y afirma que su temática principal ha pasado de ser el espacio amoroso íntimo, a la práctica sexual casual y la mediación del dinero. El cantante suele ser un hombre que expresa la decepción y el dolor directamente orientados hacia la mujer, por eso también se la conoce como *música del amargue*. La vulnerabilidad, engaño y enojo que desprenden las letras se deben a la consideración de la mujer como agresora, siendo los hombres sus víctimas. Por su parte, De la Peza Cásares (1996) realiza un análisis de los boleros, encontrando dos grupos, los que narraban un amor feliz y los en los que se encontraba un amor desdichado, siendo estos últimos los más representativos, un 80% de todos los analizados. El bolero gira en torno al proceso de seducción y la separación de los enamorados, siendo la culminación del amor algo efímero que siempre está amenazado. Por otro lado, Martínez Noriega (2014) hace un análisis sobre el reggaetón, una mezcla de otros estilos como rap, salsa, reggae, entre otros y que llegó

a España a principios del segundo milenio, importado por otros países de habla hispana. Afirma que se trata de música que hace referencia a lo sexual y es de corte marcadamente sexista de forma implícita y explícita, tanto en el mensaje que transmite, como en los vídeos musicales y el baile, siendo formas en las que se aprecian diferencias de género y discriminación hacia la mujer, ya que la violencia simbólica está muy presente. Explica que esta música y su contenido también es escuchado y bailado por mujeres, a pesar de la imagen que ofrece de ellas, como objeto sexual y mostrando rol sumiso, mientras que los hombres son dominantes, activos y agresivos. El hecho de que este estilo de música siga siendo escuchado por las mujeres a pesar de lo negativo de su contenido, se debe a la violencia simbólica antes mencionada, ya que como apunta Bourdieu (2000) ésta es casi invisible para aquellas personas que la padecen, debido a que se lleva a cabo por medios simbólicos de la comunicación y del sentimiento. Apunta también que la dominación masculina no es algo novedoso, sino que tiene detrás una larga historia, siendo la forma de transmisión lo único que ha cambiado. Por ejemplo, a través de la industria de la música, la cual promueve la sexualidad a través de este estilo como una forma de diversión, sin consecuencias negativas en la que la imagen de la mujer queda limitada a objeto sexual. Como bien se ha expuesto antes, la música y las imágenes relacionadas con ella están en íntima relación, de ahí a que se haga alusión al trabajo realizado por Rodríguez López (2015) en el que analiza los elementos fundamentales de los videoclips relacionados con el reggaetón y la figura de la mujer y el hombre en ellos, lo cual refuerza y muestra más claramente el mensaje lanzado a través de las letras. En los videoclips analizados se observa al cantante como elemento central rodeado de un buen número de mujeres en donde la sensualidad y la sexualidad están más que expuestas. En muchos de ellos, el tema central es la alegría, diversión, despreocupación y fiesta, así como un alto nivel de vida, lujo y prestigio. Los estereotipos que aparecen se basan precisamente en esto último, en pertenecer a la clase alta con todo lo que ello conlleva, mujeres bellas, grandes mansiones, barcos, dinero y ropa cara, así como comida y bebida a raudales. Igualmente, aparecen constantemente estereotipos relacionados con la mujer, especialmente recurrentes a la belleza y al papel que desempeñan con respecto al hombre. Se trata de chicas jóvenes, delgadas, con una piel sin imperfecciones, atractivas y con actitud sensual hacia el espectador y hacia el o los hombres que aparecen, mostrándose un modelo de belleza muy alejado de la gran mayoría de chicas. Respecto a su rol, aparecen como secundarias, como un elemento más de la multitud que compone lo que ocurre detrás del cantante que se presenta como protagonista, con el cual interactúan como si

de una figura de poder a venerar se tratase, además de llevar ropa muy provocativa o yendo casi desnudas en una actitud festiva y de despreocupación. Tras lo analizado, se concluye que no hay un tratamiento equilibrado entre ambos sexos en los videos de este género musical, ya que hay una superioridad masculina, siendo las mujeres representadas con papeles sumisos y de servicio sexual.

e) Nuevas tecnologías: Uso y abuso de las redes sociales y aplicaciones móviles

En la era digital, las plataformas digitales permiten que las personas inicien relaciones en las que no media la conquista y el romance inicial de otros tiempos. En la actualidad las redes sociales y las nuevas tecnologías forman parte de nuestro día a día y han modificado la forma en la que nos comunicamos, buscamos información o trabajo y también la manera en la que iniciamos o expresamos las relaciones románticas y el amor. Los dispositivos tecnológicos e Internet, entre otros medios, se han convertido en elementos socializadores que influyen en los comportamientos y actitudes (Levis, 2002). Muchas personas se conocen a través de un mundo virtual manifestado a través de una pantalla, estableciendo lazos que parten de aquí y que en muchas ocasiones se tornan efímeros y superfluos. Como bien expresa Bonavitta (2015), el que el amor se torne fugaz se debe a que vivimos en una sociedad de consumo y satisfacción inmediata de necesidades y en la que este elemento no es una excepción, sino una manifestación de este hecho, ya que las redes sociales nos permiten seleccionar entre los usuarios, elegir a la carta el amor en el momento y el lugar en el que lo decidimos. Ahora la unidad de espacio y tiempo está mediada por la tecnología, se trata de una nueva perspectiva en muchos aspectos de la vida, incluida las relaciones románticas (Bauman, 2005). Añade que las relaciones interpersonales actuales se caracterizan por otras dinámicas, es decir, las parejas no se construyen solamente a través de la red, pero sí que nacen como si así fuese, que se caracterizan por la no estabilidad y en las que cada vez el compromiso mutuo desciende. Para Kaufmann (2010), el mundo amoroso y sexual está experimentando un drástico cambio por el uso de las tecnologías e Internet, está aconteciendo una disociación del sexo y los sentimientos y en poner en tela de juicio los aspectos tradicionales del amor, afectando tanto al contacto real, como virtual.

En relación a esto último, Bergdall et al. (2012) afirman que las tecnologías de la comunicación están perturbando todos los aspectos de las relaciones de pareja, tales como la comunicación afectiva, el proceso de cortejo o la búsqueda de reconocimiento público, entre otros. Además observan dos consecuencias opuestas en este uso tecnológico. La primera, la ampliación en la búsqueda de pareja, incrementándose el número de posibles candidatos potenciales, ya que se facilitan los encuentros. En segundo lugar, la tendencia al control, la monitorización y la vigilancia debido al aumento de las sospechas por la información proporcionada por los dispositivos, las aplicaciones y las redes sociales. Esta supervisión se intensifica porque la tecnología moderna proporciona la posibilidad de una comunicación prácticamente continuada, lo que conlleva estar en constante alerta ante cualquier movimiento de la pareja, publicaciones, mensajes o llamadas, entre otras, lo cual expone la existencia de una manifestación rutinaria de los afectos románticos (Rodríguez Salazar y Rodríguez Morales, 2016). A esto, añaden que debido a la superación del límite entre lo privado y lo público, el amor que manifiesta una pareja también es seguido por otras personas con las que se mantiene un vínculo más o menos profundo, por lo que el amor, como todo, se vive en función de una serie de normas y parámetros sociales que indican lo que es correcto o no, pero ahora con matices tecnológicos, generando de igual forma una serie de creencias erróneas que provoquen problemas o rupturas en la pareja.

En una sociedad en la que las relaciones afectivas están cada vez más mediadas por la tecnología, también quedan constituidas por todos los medios que facilitan a una pareja interactuar, como los teléfonos móviles, hasta elegir personas con quien podrían comenzar una relación, a través de las aplicaciones (Bonavitta, 2015). La autora habla de los inicios de estos amores virtuales y revolución tecnológica en los que el *chat* permitía hablar con otras personas desde la comodidad de casa a través del ordenador, sirviendo éste para establecer lazos entre los usuarios. Prosigue explicando que más tarde, llegaron las redes sociales y las aplicaciones para dispositivos tecnológicos, que permiten el conocer e interactuar con otros para objetivos amistosos, sexuales o amorosos. Con respecto a los dispositivos que comentábamos anteriormente, destacar que son cada vez mayores en número y en sofisticación. Éstos se adaptan a escenarios sociales configurados y modifican, sustituyen o complementan el espacio en el que las personas interactúan (Winocur, 2010). Según el último estudio realizado por el Instituto Nacional de Estadística (2013) respecto al consumo de nuevas tecnologías, en España el

94,2% de la población total utiliza el teléfono móvil de forma diaria, siendo los mayores consumidores las personas entre 16 y 24 años con un 98,2%. Igualmente, esta franja de edad supera al resto de población con un 94,4%, entre los que habían utilizado Internet al menos una vez por semana en los últimos tres meses hasta la encuesta. A la vista de los datos, Winocur (2010) considera muy acertadamente que el teléfono móvil se ha transformado en un refugio para los adolescentes, en un lugar de unión imaginaria del ámbito afectivo, lo que explicaría la constante conexión y uso desmedido en ocasiones que se asocia a la necesidad de ser reconocidos por los demás. Para Moeller, Powers y Roberts (2012), los medios de comunicación y especialmente los dispositivos móviles se han transformado en parte de su identidad personal, en una extensión de ellos mismos. Como todo, este aspecto tiene su parte negativa. Para García y Moreno (2006), el teléfono móvil ha superado las funciones para las cuales fue creado transformándose, sobre todo para los adolescentes y jóvenes, en un elemento generador de dependencia y que cada vez provoca más ataduras.

En este sentido, Internet abre la puerta a un mundo de posibilidades mediante la conexión de estos dispositivos a la red, por lo que la disponibilidad de dicha conexión es el punto de inicio. En España, según los datos del Instituto Nacional de Estadística (2016), el 81,9% de los hogares dispone de conexión a Internet. Para Bernal y Angulo (2013), la población joven utiliza los medios digitales para satisfacer sus necesidades de comunicación, realizándolo de forma instantánea y con fines ociosos, además supone para ellos la edificación de su identidad social. Los participantes de este estudio, afirman que el disponer de perfiles en las redes sociales o interactuar a través de los servicios de mensajería digital se tornan imprescindibles para tener una vida social plena. Por su parte, Báez y González del Cerro (2015) añaden que los jóvenes utilizan la conexión a la red para la comunicación a través, sobre todo, de las redes sociales, ser valorado por los contactos, obtener información sobre temas que les interesan y entretenimiento, mediante juegos o reproducción de música. En función de esto, Espinar, Zych y Rodríguez-Hidalgo (2015) afirman que los avances tecnológicos que se han producido en los últimos tiempos permiten el acceso a las redes y las aplicaciones en general, ya que en el propio teléfono móvil pueden quedar instalados los programas necesarios para acceder a ellas, siendo el máximo referente a nivel de comunicación mundial.

Como se comentaba anteriormente, el acceso fácil y rápido desde un dispositivo que va con nosotros fomenta esa conexión y comunicación constante con los otros. De modo que las redes sociales se convierten en puntos de reunión donde los adolescentes pasan gran parte de su tiempo y en lugares donde pueden mostrar su amor o encontrarlo. Otras de sus funciones es la creación de perfiles en donde se muestran imágenes propias o de otros, de forma que los adolescentes perciben esto como una oportunidad para mostrar características propias y aspectos definitorios, para así encontrar aceptación e integración con respecto a los iguales (Martín Montilla, Pazos Gómez, Montilla Coronado y Romero Oliva, 2016). Tal y como apuntan Sánchez y Fernández (2010), las razones que tienen los adolescentes para el uso de las redes sociales residen, en primer lugar, en mantener el contacto con amigos independientemente del sexo y la edad, siendo el segundo motivo, tener información sobre gente con la que no se tiene un contacto habitual, lo que hace entender que las redes sociales se han convertido en plataformas para buscar y compartir cualquier información que se necesite y en el momento que se desee hacer. Estos comportamientos suponen cambios con respecto a los hábitos previos, siendo éstos posibles gracias, en parte, a que las redes son un medio sencillo, inmediato y gratuito (Urueña, Ferrari, Blanco y Valdecasa, 2011).

De esta manera, *Facebook* es una de las redes sociales más utilizadas en todo el mundo, funcionando como un reflejo social de aquello que es aceptado y lo que no. En su trabajo, Báez y González del Cerro (2015) manifiestan que los principales objetos de vigilancia son los cuerpos de mujeres jóvenes, a pesar de que otros también se exponen en la red. Todo se vuelve más complejo en un entorno en el que las chicas exhiben sus cuerpos, pero al mismo tiempo defienden sus derechos, aunque en la gran mayoría de casos desconocen las leyes que las protegen y qué historia hay detrás de ellas (Elizalde, 2015). Además, apuntan que esta red social permite a los usuarios exponer una serie de datos sobre su vida personal en el perfil creado para ello, entre la que se halla la situación sentimental. Es lo que se conoce como *tiene una relación con*, apartado que puede quedar complementado con una foto de perfil. Para Rodríguez Salazar y Rodríguez Morales (2016), este acto es un reconocimiento público ante los contactos con el fin de buscar la aprobación de los otros y, de forma sutil, mostrar la propiedad sobre la pareja, limitando las posibles amenazas y marcando el terreno sentimental propio para disuadir a posibles personas interesadas. En este estudio se ha observado que la pareja también da importancia en muchas ocasiones a que su compañero cambie dicho estado, espe-

cialmente en el caso de las chicas. Junto con el cambio de estado sentimental, las fotos con la pareja también son importantes, ya que se persigue el reconocimiento social mediante comentarios, reaccionando con emoticonos o *me gusta* en Facebook. En este sentido, Báez y González del Cerro (2015) encontraron que poner una foto junto con el cambio en la situación sentimental venía acompañado de múltiples reacciones por parte de los usuarios de la red social, abriéndose variados intercambios y comentarios. Se trata de un lugar en el que presentarse uno mismo y los que nos rodean, incluyendo los vínculos que tenemos con ellos, tal como la pareja sentimental.

Para Aspani, Sada y Shabot (2012) estas redes están tan insertas en el día a día, que muchos adolescentes y jóvenes llegan a descuidar su vida real al dejarse llevar por las reglas que regulan las redes y percibir como normativo el compartir información constantemente. Las redes, al ser consideradas un espejo de la realidad de otros, promueven que la visualización de perfiles que muestran una vida edulcorada influyan en la identidad, ya que al creer falsamente en su veracidad y establecer comparaciones con los acontecimientos personales, causan sufrimiento emocional. No obstante, la posibilidad de editar lo que se publica ofrece la opción de limitar la visualización, de controlar la parte que mostramos y la que ven otros. También es cierto que, como apuntan Echeburúa y De Corral (2010), podría darse el caso que la creación de un perfil en las redes sociales provoque la existencia de una identidad digital que le aporte más beneficios, distorsionando su realidad. En cualquier caso, en esta sociedad se aprecia claramente la necesidad desesperada de conectarse con los otros, a mostrar la vida privada en un ámbito público, siendo consecuencia de una modernidad líquida en la que nada se prolonga en el tiempo (Bauman, 2005).

A la vista de lo expuesto se puede afirmar que no resulta extraño que con el uso que hacen los adolescentes de las redes sociales e Internet, éstas también se conviertan en un lugar en el que viven las relaciones de pareja tanto las que se forman en la red, como las que se inician en la realidad y se mantienen a través del ciberespacio (Moral, 2001). El acceso tanto a amistades con las que mantienen un contacto fuera de la red, como nuevas personas que se pueden convertir en amistades o parejas, es posible gracias a las redes sociales, no limitándose a espacios reales. Como apuntan Rodríguez Salazar y Rodríguez Morales (2016), ahora se puede explorar la vida digital de alguien que hayamos conocido casualmente, reiniciar una

amistad del pasado o contactar con personas que nos parezcan atractivas como parejas potenciales. Se abre un abanico de posibilidades para encontrar el amor de forma rápida y con bajo coste, ya que basta con un simple me gusta o comentario para iniciar el contacto. Concluyen que cuando una persona revisa todo el historial de otra, tiene la meta de conocer más detalles sobre todos los aspectos de su vida, lo cual sirve como filtro para determinar si se inicia el acercamiento romántico.

Como se mencionaba, las redes sociales no solamente se utilizan para expresar el contenido de una relación ya formada y darla a conocer, sino que también sirve para la iniciación de las mismas. En esta línea, Bonavitta (2015) expresa que con el objetivo de conocer a posibles parejas, nacen otras aplicaciones que se utilizan directamente desde el teléfono móvil y que fueron creadas con el fin de facilitar los encuentros sexuales, citas o simplemente iniciar una interacción social sin un objetivo definido, tal es el caso de *Tinder*, *Kickoff*, *POF*, *Lovoo*, *Grindr* o *Wapa*, entre muchas otras, que abusan de un amor inmediato y urgente, quedando las emociones en segundo plano. En ellas los usuarios disponen de un listado de personas con datos personales que con un vistazo rápido se puede elegir qué consumir. Tal y como señala Espinoza Rojas (2015), estas plataformas y otras tantas de semejantes características, tienen como meta el ocupar el vacío que provoca la soledad en un mundo interconectado digitalmente, pero cada vez de forma menos humana. Realmente las redes han modificado los vínculos, pero es difícil que acaben con ellos, ya que el contacto es fundamental para el amor real.

Una vez que se conocen las funciones de las aplicaciones móviles y las redes sociales en lo que al terreno amoroso se refiere, es necesario ahondar en el uso y abuso que se hace de ellas, ya que podrían suponer un detonante para el comienzo de problemas en la relación romántica. La forma en la que las parejas adolescentes y de jóvenes adultos muestran violencia contra sus compañeros sentimentales no ha dejado de ocurrir, sino que ha cambiado su forma de expresión mediante la tecnología. Así, Estébanez (2012a) recalca que estas manifestaciones violentas representan las señales de alerta que indican la presencia de una relación romántica tóxica de dominio, control o incluso que desembogue en otro tipo de violencia. En este sentido, Díaz-Aguado Jalón y Carvajal Gómez (2011) encontraron que el 3,25% de los chicos afirma haber enviado mensajes a través de Internet o teléfono móvil en los que había insultos o amenazas, realizando este comportamiento el 6,55% de las chicas. En el trabajo de Montilla,

Pazos, Romero y Martín (2013), los alumnos de 4º de E.S.O y 1º de bachillerato de la muestra, reconocían que las nuevas tecnologías se habían convertido en causa de conflicto general, concretamente con la pareja. Añaden que en las redes sociales es donde especialmente se recogen conductas de este tipo que pueden convertirse en violencia de pareja. Por su parte, Martín Montilla et al. (2016) concluyen que entre los adolescentes, los principales motivos relacionados con las tecnologías que dan pie a problemas entre las parejas serían: colgar en Internet una imagen comprometedoras, mostrar datos que puedan perjudicar a la pareja actual o a la ex pareja, amenazar con mostrar información múltiple en las redes, usurpar claves de acceso y controlar las publicaciones y amistades de la pareja en las redes sociales, así como el intercambio de contraseñas, ya que el hacer esto último se interpreta como una muestra de amor. Explican que cuando se comparte la contraseña, a gran escala se puede entender bien como confianza, o como un intento de control, ya que con este acto se permite el acceso de la pareja al perfil de la red social o aplicación propia. Exponen que se puede llegar a creer en el derecho de reeditar los componentes que las forman, como borrar fotos, contactos, conversaciones o todo lo que no sea evaluado como deseable, realizándose siempre sin consulta previa a la pareja, lo que en muchos casos desemboca en un conflicto o incluso ruptura, o también en una aceptación obligada. Además, destacan un elemento preocupante de cara al mantenimiento de comportamientos negativos en relación al uso de las redes y es que en muchas ocasiones los adolescentes no perciben estos comportamientos como algo que represente señales de problemas o violencia hacia la pareja.

Las nuevas tecnologías, así como los productos que consumimos a través de ellas permiten una interconexión continua que favorece la comunicación y la información, pero que se puede transformar en una necesidad que traspase la delgada línea entre estar informado y la monitorización excesiva. En esta línea, Muise, Christofides y Desmarais (2009) confirman que Facebook se convierte en una grandísima fuente de conflictos entre las parejas en relación a la publicación con la vida privada, siendo el detonante clave en la aparición de celos y sospecha con respecto al compañero sentimental. Los problemas entre las parejas a raíz de las nuevas tecnologías se producen por su uso para la agresión directa y el control (Borrajo, Gámez-Guadix, Pereda y Calvete, 2015). Con respecto al primero, se entiende como la intencionalidad de infligir dolor a la pareja mediante insultos o difusión de datos negativos y comprometedores sobre ésta a través del uso de la tecnología (Zweig, Dank, Yahner y Lachman,

2013); mientras que el segundo, haría referencia a conductas de rastreo de la actividad de la pareja en las redes, tales como visita frecuente de su perfil social (Tokunaga, 2011). En esta línea, como defienden Rodríguez Salazar y Rodríguez Morales (2016), la oportunidad de conexión constante comentada puede hacer que los adolescentes experimenten más ansia por saber qué hace, dónde y con quién está su pareja, interpretando el proporcionar esta información como una muestra de amor, valoración y respeto, pudiendo generar exigencias y ansiedad en el caso que no se dé. A la luz de esto y en palabras de Illouz (2007), las posibilidades comunicativas que ofrecen las tecnologías están modificando el significado de la presencia física y como consecuencia, se está alterando el concepto del tiempo, del interés hacia el otro y la sensación de compañía, ya que ahora se reclama a la pareja a nivel real y virtual, dando lugar a problemas en la relación si no hay presencia en ambos espacios.

En esta misma línea, se torna importante hacer un análisis de la aplicación *WhatsApp* y el uso que los adolescentes hacen de ella en general y con respecto a la pareja romántica, ya que permite una conexión inmediata y es una fuente de información constante, así como de conflictos. Es la aplicación de mensajería instantánea por excelencia, que permite envío de todo tipo de archivos entre los contactos de la agenda telefónica y que se utiliza principalmente a través de un terminal móvil. En relación a esto, Espinar et al. (2015) encontraron que el uso de la aplicación *WhatsApp* es el más extendido entre los jóvenes encuestados y sus parejas. Como bien apuntan Martín Montilla et al. (2016), este medio de mensajería se ha convertido en todo un fenómeno social desde su aparición, provocando una mayor dependencia al dispositivo móvil y una oleada de problemas relacionales con amigos y familia y que engloban también la ruptura con la pareja. Afirman que los contactos tienen información al instante sobre los demás, siendo la última hora de conexión y el *doblo check azul* de confirmación de lectura los que más problemas acarrearán, ya que una contestación tardía, una hora de conexión poco usual y la obsesión por mantener el contacto, provocarán conflictos. La aplicación permite controlar la privacidad eliminando las dos opciones anteriores, pero tal y como exponen las autoras, para las personas es más fuerte la curiosidad por saber de los demás que mantener la propia intimidad, convirtiéndose así en un medio de control y desconfianza con respecto a la persona con la que se tiene una relación romántica.

El listado de fotos, comentarios, reacciones, horas de conexión, entre otros elementos, queda almacenado como un registro que es vulnerable a ser vigilado y controlado por otras personas, es lo que se conoce como *stalkear* o espiar. En este sentido, Rodríguez Salazar y Rodríguez Morales (2016) comprueban que los adolescentes y jóvenes tienen varios motivos para llevar a cabo esta conducta. Algunos lo realizan como modo de conocer más en profundidad a alguien y que esto sirva como medio para decidir si es compatible o no como pareja potencial, también para valorar la competencia romántica que pueden suponer otros contactos de la red social y, por supuesto, como modo de vigilancia. Explican que las redes sociales potencian la necesidad de los enamorados por ampliar el conocimiento de todo lo que rodee a la pareja, tanto actual como pasado, de ahí ese tipo de comportamientos de alerta y control que se incrementan retroalimentados por esa necesidad de saber lo que ocurre en la vida virtual y real del compañero sentimental. Además, esto último tiene como consecuencia directa los celos y la desconfianza, los cuales son a su vez, causa de la gran mayoría de conflictos entre las parejas. Estas emociones son provocadas por la interpretación distorsionada que cada uno de los miembros de la díada genera en torno a la información que se publica en las redes sociales o aplicaciones, así como hacia las reacciones de los contactos ante ésta. En este sentido, Borraro, Gámez-Guadix y Calvete (2015) analizan las creencias que fomentan la perpetuación de estos comportamientos a través de la red. En sus hallazgos, muestran cómo más del 80% de los jóvenes, tanto hombres, como mujeres habían ejercido el control sobre sus parejas, siendo un 20% los que perpetraban comportamientos de tipo agresivo. Muestran que, concretamente, las creencias distorsionadas en torno al amor, así como los mitos en relación a este tema se relacionan con el ejercicio de control en línea, utilizando estas ideas irreales como justificante de sus actos, siendo la asociación más significativa a mayor juventud de los participantes.

En definitiva, independientemente para lo que fueron creadas en su inicio, las aplicaciones y redes sociales tienen usos muy variados, dependiendo de los objetivos que cada persona persiga. Sin embargo, como apuntan Maganto y Peris (2013), a veces los usuarios cometen imprudencias con respecto a lo que expresan y a las fotos o vídeos que suben o envían a otras personas, pudiendo tener un contenido erótico o sexual explícito. Es lo que se conoce como *sexting*. Para Chalfen (2009), este concepto se entiende como el intercambio de forma voluntaria de mensajes de texto, vídeos o fotos propias o con la pareja que poseen carga provocativa o sexual explícita, utilizando como medios para ello Internet, *smartphones* o redes

sociales. Este fenómeno sería la consecuencia de la carrera tecnológica en la que la sociedad se encuentra sumergida, facilitando los medios para iniciar formas novedosas en el mundo relacional y manifestación de la sexualidad (Agustina, 2010). El concepto, según explica el estudio realizado por el Instituto Nacional de Tecnologías de la Comunicación (INTECO) (2011), se forma por la combinación de dos anglicismos. Por un lado *sex* (sexo) y *texting* (envío de mensajes de texto entre los dispositivos móviles). Sin embargo, el avance tecnológico ha provocado que el término abarque también el envío de fotografías y vídeos. La problemática acontece cuando el archivo se difunde masivamente y las personas quedan expuestas públicamente.

Por otro lado, con respecto a los estudios que se han realizado sobre a esta temática, se observa el uso tan extendido de esta práctica entre los adolescentes y jóvenes adultos. A nivel internacional, en la investigación realizada por la compañía McAfee Intel Corporation (2014), se comprueba que el 70% de los participantes entre 18 y 24 años, utilizan sus teléfonos móviles para recibir archivos con contenido sexual o provocativo. El 77% de los encuestados había realizado sexting con su pareja por la confianza que depositan en ella; mientras que 1 de cada 10 lo ha hecho con un completo desconocido. Por otro lado, en nuestro país, en un sondeo realizado por Caballero Mármol (2014) a un grupo de adolescentes de 4º de E.S.O, pone de manifiesto que entre los participantes, un 41% ha recibido fotografías de alguien conocido en alguna ocasión, siendo un 55% quien recibe la fotografía erótica del mismo contacto, mientras que en un 45% de los casos no coinciden.

Para Levine (2013), el sexting podría entenderse como una nueva forma en la que los adolescentes y jóvenes adultos exploran su sexualidad y obtienen nuevas experiencias y aprendizajes. Sin embargo, también se puede tornar en un comportamiento arriesgado y en absoluto saludable, sobre todo en aquellos casos en los que deriva en problemas relacionales a nivel de pareja, incluyendo la violencia. En este sentido, Tobin y Drouin (2013) encontraron que los jóvenes que no están de acuerdo en llevar a cabo comportamientos de sexting, presentan mayor propensión a ser víctimas de violencia en su relación de pareja. Igualmente, Morelli, Bianchi, Baiocco, Pezzuti y Chirumbolo (2016) hallan que aquellas personas que llevan a cabo prácticas de sexting en un nivel moderado o elevado, tienen mayor probabilidad de ser

tanto perpetradores, como víctimas de problemas de violencia tanto con la pareja romántica, como citas en línea.

3.4.3. Creencias irracionales y mitos del amor romántico

El ser humano es social por naturaleza, ya que a partir de las relaciones que crea con su entorno más próximo, se encaminará su desarrollo general. Los vínculos que forma con la familia, amigos y parejas mientras va creciendo, generarán una serie de patrones mentales o creencias que marcarán sus pautas de comportamiento y elección. En este sentido, a grandes rasgos Garzón (2006) define la creencia como una valoración a nivel psicológico que siempre se caracteriza por tener cierta incertidumbre, ya que se conectan dos proposiciones sin que esta unión esté totalmente comprobada. Los intercambios sociales con los demás son muy importantes, de forma que las relaciones que se establecen con cualquier persona cercana están fuertemente relacionadas con la salud y el bienestar; igualmente, estar solo o aislado conlleva peligros para la salud mental, pudiendo ser un indicador de riesgo importante en la aparición de trastornos (Martín et al., 2008). Las relaciones cargadas de comportamientos y actitudes negativas, provocan alteraciones, ya que afectan a todas las áreas de la vida de las personas. Por tanto, las interacciones con el entorno dan forma a la estructura interna de cada persona y ésta a su vez, condiciona la forma de percibir e interactuar con el medio. Se trata, pues, de una influencia bidireccional, de ahí la importancia de comprender la forma en la que repercute el contexto a nivel interno y cómo esto a su vez se manifiesta en las interacciones que las personas llevan a cabo con el mundo.

Para comprender la forma en la que las personas configuran su visión del amor y su propia imagen dentro de la relación, como apunta Garzón (2006), partimos de dos premisas. Por un lado, los individuos organizan sus experiencias según el entorno y época en la que viven, generando así afirmaciones que simplifican la realidad en la que están insertos. Por otro, tienden a compartir esas afirmaciones, debido a su pertenencia a una época y organización social concreta. Por tanto, las percepciones del mundo que les rodea estarán ampliamente extendidas. No obstante, aunque ésta sea la base a la hora de explicar la forma colectiva de ver el mundo, existen diferencias individuales. En este caso, para Alferes (1996) la organización mental de las relaciones sería el resultado de la combinación y consistencia entre afectos, cogniciones y comportamientos. De este modo, la forma de involucrarse en la relación se repre-

senta y experimenta de maneras diversas. Tal y como apunta Hinde (1997), cada persona atribuirá significados distintos a las características, expectativas y a la experiencia propia del amor. Esto se debe a que cada individuo presenta esquemas y modelos cognitivos distintos que se han ido forjando mediante múltiples determinantes (Hatfield, Rapson y Martel, 2007). En esta línea, Hatfield y Rapson (1996) sugieren que dichos determinantes dentro de los esquemas de amor abarcarían desde las primeras experiencias afectivas infantiles, los procesos madurativos propios de la adolescencia y juventud, así como la diversidad de vivencias adquiridas, tanto en las relaciones sociales en general, como las románticas en particular.

En este sentido, las representaciones son el resultado de la forma en la que las personas simbolizan una entidad y el significado que ésta tiene para sus vidas (Assis et al., 2003). Se gestarían socialmente a través de las experiencias cotidianas, las cuales ayudarían a producir dicho significado (Alves-Mazzotti, 2008). Además, para Moscovici (2004), las representaciones sociales son aceptadas por todos los miembros como un modelo de proceder a nivel social. Lo que lleva a concluir que se trata de formas impuestas de pensamiento a través del proceso socializador. Por tanto, las representaciones sociales tienen, entre otras funciones, las de servir como punto de referencia para la acción de cada persona en su medio (Pereira Espíndula y de Souza Santos, 2004); de este modo, teniendo en cuenta que las representaciones sociales que disponemos actúan como teorías implícitas que median los comportamientos y organizan pensamientos concretos sobre los objetos Sampaio et al. (2000), también se crearían pensamientos y sus correspondientes conductas en relación a la pareja, entendiendo ésta como un objeto sensible a ser socialmente representado.

En definitiva, las representaciones mentales que tengamos sobre nuestro papel en las relaciones, del concepto de amor y de lo que es y significa una pareja, van a guiar los comportamientos acorde a estos aspectos. De manera que, en este apartado se pondrá nombre, enumerarán y explicará en qué se convierten los mensajes que se han recibido durante tanto tiempo y a través de tantos canales, dando forma a las estructuras mentales románticas. Como bien apunta Caro Blanco (2008), en la adolescencia los mensajes cargados de estereotipos en relación al género y las ideas en torno a la pareja y el amor romántico, pueden dar lugar a representaciones mentales cargadas de desigualdades, falsas expectativas y toxicidad. Como apunta la autora, a través de estas creencias se puede generar una construcción del amor poco adapta-

do a la realidad, quedando más bien amoldado a lo que creemos necesitar. Hablamos de las creencias irracionales y los mitos del amor romántico. Hay que matizar que, a pesar de la existencia de las contradicciones que acompañan a estos mitos, la experiencia del amor es fundamental en el transcurso de desarrollo y socialización de los adolescentes. Se trata de un proceso que deben vivir y del cual obtener aprendizajes de cara a la calidad relacional futura, ya que en esta fase se inician nuevas y diferentes maneras de relacionarse social y afectivamente que les ayudan a dar forma a su identidad (Altable, 2000).

Lo que se considera el amor real o el amor verdadero en nuestra sociedad es lo que va a dar forma a las creencias que los adolescentes tengan sobre éste, sobre el que edificarán sus relaciones afectivas y románticas. Además, partiendo de los estereotipos de género existentes y de la falta de equilibrio en el tratamiento social de hombres y mujeres que ha quedado plasmado en apartados previos, se entiende que la forma de elaboración del ideal de amor va a ser muy distinto para ambos sexos. Esto conllevará una vivencia distinta del amor por parte de los y las adolescentes, ya que al emanar sus ideas de patrones y valores distintos a nivel cultural, sus emociones y actitudes también mostrarán diferencias (Altable, 2000). En este sentido, para Lagarde (2005), desde que son niñas, las mujeres aprender que deben amar para fusionarse con otra persona. Esta noción queda apoyada por Altable (2000), afirmando que las niñas interiorizan el cuidado y la entrega al otro al recibir el mensaje de que su lugar de pertenencia es el hogar, lo interno, que provoca una tendencia a girar en torno a una persona, en este caso la pareja y la entrega desinteresada a ésta. Por otro lado, según apunta Maltas (2003), los niños interiorizan que su lugar pertenece a lo abierto, a lo público, aquel sitio ajeno a las emociones donde pueden poner en marcha la competitividad y el poder para el cual están siendo preparados, fomentando así la separación y la independencia, contrariamente a las mujeres. El resultado será un futuro relacional asimétrico.

Pero estas ideas no solamente tienen como temática central el amor, sino que también existen otra serie de creencias generales que podemos generalizar a las relaciones de pareja. En este sentido, según Ellis (1962) las emociones, el pensamiento y las conductas del ser humano se influyen mutuamente entre ellas, volviéndose coherentes para la persona. Sostiene que la sociedad, la familia, amigos, medios de comunicación y otras instituciones, directa o indirectamente, nos instruyen para que lleguemos a creer una serie de ideas que producen al

ser humano trastornos emocionales. Se trataría de una *conceptopatología*, tal y como define Jara Vera (2011) a la creación, asunción y manejo de ideas y conceptos de forma negativa. Afirma que estas ideas sin sentido y generalmente aceptadas es lo que conocemos como creencias irracionales, que se caracterizan por ser de naturaleza absoluta (*tengo que, debería*) y con forma categórica (*todo o nada*), no admitiendo posturas intermedias y provocando además, una serie de emociones negativas que dificultan la consecución de objetivos.

En este punto se hace necesario establecer un marco teórico de referencia para poder comprender los procesos a través de los cuales se gestan este tipo de creencias distorsionadas, la fuerza de asentamiento que adquieren a nivel cognitivo y cómo ello influye en nuestra relación con los demás. Hablamos, por tanto, de dos teorías cognitivas: la Terapia Racional-Emotiva (a partir de ahora, TRE) de Ellis (1962) y la Terapia Cognitiva de Beck (1976).

Con respecto a la TRE, se basa en el supuesto general de que la mayoría de los problemas psicológicos se deben a patrones de pensamiento desadaptativos (irracionales), sintiendo y actuando las personas según los valores y creencias que poseen, los cuales son representaciones de la herencia del ideario social transmitido por familia, sociedad y las diversas instituciones, adoctrinando, en parte, la forma de pensar y, por consiguiente, de sentir y actuar en consonancia. Por tanto, esta teoría se asienta sobre el fundamento de que las perturbaciones emocionales no aparecen por las situaciones en sí, sino por la interpretación que la persona sostiene de cada acontecimiento, lo cual queda plasmado en el modelo ABC. En este modelo, A es el acontecimiento activador, un suceso real y externo. La B (belief o creencia), se refiere a la cadena de verbalizaciones que la persona usa para dar una respuesta a A, es la interpretación de la situación. Finalmente, C se establece en el modelo como la consecuencia afectivas, cognitivas o conductuales de la persona, siendo el resultado del significado que para el individuo tiene A. Por tanto, para el autor, C no es consecuencia directa de A, sino de B. Esto es, dependiendo de la creencia que se tenga sobre un hecho o la interpretación (B) que la persona haga de lo acontecido (A), experimentará diferentes consecuencias emocionales (C). Cuando el autor establece la importancia que tienen los procesos cognitivos sobre las emociones, genera dos niveles de distinción. El primero, serían pensamientos concretos, automáticos e irracionales que las personas utilizan como filtro para la interpretación de la realidad, actuando

como un diálogo interno. En el segundo nivel, estarían aquellos esquemas cognitivos de los que emanan los pensamientos anteriores.

Para Ellis y Grieger (1990), el pensamiento humano y las cogniciones que los forman van cambiando y mezclándose con las manifestaciones de tipo conductual y afectivo que cada persona presenta. Afirman que cuando un individuo siente y pone en marcha acciones, por lo general hay pensamientos rondando a estos elementos, los cuales a su vez les provocan, de nuevo, emociones y comportamientos. Esto da a entender lo que ya se comentaba al principio, es decir, la mutua influencia entre todos los elementos y la concordancia que existe entre ellos, sea positiva o negativa. Por tanto, partiendo de la idea de que la interpretación de la realidad es la que media entre ésta y las consecuencias de la situación, dentro de la pareja también existen una serie de cogniciones específicas con sus correspondientes consecuencias sobre la calidad de la relación de pareja. Este conjunto fue definido y desarrollado por Baucom y Epstein (1990) y Baucom, Epstein, Sayers y Sher (1989). En primer lugar, la atención selectiva. Refiere aquellos elementos que se perciben más y se les presta mayor atención. De este modo, las parejas que tienen problemas suelen centrar su atención en los aspectos negativos del otro y de la relación, menospreciando los positivos. En segundo lugar quedan las atribuciones. Éstas se entienden como la interpretación que hace una persona sobre las intenciones del otro en sus actos. Las parejas cuya relación es feliz, suelen achacar la conducta positiva a factores propios del compañero, mientras que la negativa es explicada mediante causas situacionales muy concretas. Así, a la pareja se le asocian más aspectos positivos que negativos, incrementándose los sentimientos hacia ésta y la relación. En el caso de las parejas infelices, estos procesos se presentarían a la inversa, conectando lo positivo a algo esporádico y lo negativo a aspectos estables internos en la relación. En tercer lugar exponen las expectativas. Quedan definidas como las creencias en torno a la relación de pareja, es decir, lo que significa, cómo hay que actuar o qué elementos la deben formar, entre otras. Van a actuar como información de referencia para que la persona pueda evaluar si es adecuada o no. De esta forma, se producirán desequilibrios y problemas en la relación cuando las expectativas y la realidad no sean coincidentes. En cuarto puesto, las asunciones. Las creencias que se poseen sobre las relaciones de pareja, provocan la atribución de una serie de rasgos a éstas, quedando determinada así la forma en la que se interactúa dentro de ella. Por último, encontramos los estándares. Es lo que concebimos sobre lo que la pareja debe tener. Se trata de procesos no voluntarios

adquiridos social y culturalmente a lo largo de la vida. Igualmente, un desequilibrio entre la realidad y el ideal de pareja, desembocará en poco nivel de satisfacción con la relación.

El otro gran elemento es la Terapia Cognitiva de Beck (1976), la cual como terapia cognitivo-conductual es muy parecida a la TRE. Su postulado de base establece que los trastornos emocionales y/o conductuales son el resultado de una alteración en el procesamiento de la información. Por tanto, hay cuatro elementos centrales en los que toma forma el núcleo de las alteraciones. El esquema, que se entiende por estructuras cognitivas que se desarrollan durante la infancia y que sirven para integrar y dar sentido a los hechos. Los pensamientos automáticos, es decir, cogniciones negativas que aparecen sin procesos previos de razonamiento, de carácter irracional, inadecuados, involuntarios y la persona los acepta como válidos. En tercer lugar, las distorsiones cognitivas, definidas como errores sistemáticos en el procesamiento de la información. Finalmente, los acontecimientos vitales estresantes que pueden activar esquemas básicos disfuncionales.

Por tanto, se aprecia que las creencias irracionales nos envuelven día a día, están presentes hasta en las más insignificantes cuestiones o acciones, siendo una parte muy importante de la idealización del amor romántico y de la construcción de parejas no saludables. Estas opiniones en torno al amor romántico, en mayor o menor medida, son compartidas por una amplia cantidad poblacional, guardando relación con la persona que se ama, la noción ideal del amor y la relación de pareja. Esto se explica, en palabras de Jara Vera (2011), por el erróneo concepto que las personas tienen acerca del amor, relacionándolo de forma directa con una emoción, el cual nos conduce a crear una imagen poco realista de la persona amada; así como a la interiorización y normalización de las conductas, actitudes y formas de pensar que socialmente son aceptadas. Por tanto, teniendo en cuenta que en la adolescencia las relaciones de apoyo más consistentes son los amigos y que de ahí nacen las primeras parejas, además de encontrarse en una fase de desarrollo altamente influenciable y que a diario son bombardeados por una gran cantidad de mensajes con alto nivel de distorsión sobre lo que son y cómo deben ser, comportarse y pensar, hacen que los vínculos amorosos, que nacen de una base mitificada, puedan perpetuarse por estas mismas creencias distorsionadas.

Desde la niñez, vivimos rodeados de relaciones de amor de distinta clase, diferenciándolas y apreciando sus características conforme avanzamos en edad. Por lo que, al llegar a la adolescencia, un alto porcentaje de personas han tenido relaciones de pareja o han sido testigos de forma cercana, teniendo de alguna forma experiencias en este campo tanto positivas, como negativas. La forma de percibir las, las ideas en torno a cómo deberían ser, los prejuicios sobre los comportamientos típicos de las mujeres y de los hombres en las relaciones, así como los deseos y las creencias personales, impregnan de subjetividad la percepción de la realidad, brotando en una serie de razonamientos alterados que se encuentran muy extendidos. Esta generalidad, se debe a la forma que tiene la cultura de transmitir la información en relación al amor, poniendo en boca de su población esa serie de ideas que quedan altamente arraigadas por los procesos de identificación y aceptación que vimos más atrás. Por tanto, los mensajes transmitidos social y culturalmente sobre las relaciones de pareja y el amor, culminan en la aparición de ideas irracionales centradas en el tema amoroso, es lo que conocemos como mitos del amor romántico.

La noción que se tiene del amor es una construcción que ayuda a explicar y justificar muchos de los comportamientos en las relaciones, ya que el ideal que se manifiesta a nivel cultural y social, proporciona a cada persona un arquetipo de conducta amorosa, que se ejecuta en función de una extensísima información sobre qué es el amor, qué significa enamorarse, aspectos prototípicos como las pruebas de amor, inicio inesperado, la media naranja o fusión con la pareja, entre otras. En palabras de De Rougemont (1978), el amor romántico está plagado de mitos que se han creado en occidente. Esta elaboración social y cultural tiene una estrategia, que según Abellán Hernández (2011) es conseguir una organización social y moral de la población inmersa en una comunidad. La postura de Ackerman (2000) refuerza esta idea, exponiendo la existencia de una serie de objetivos insertados en el amor romántico, los cuales potencian el que ciertas conductas se sigan manteniendo a nivel social, como el matrimonio, maternidad, fidelidad o adulterio. Por ejemplo, en el caso del matrimonio, Sangrador (1993) encontró que el 90% de los encuestados solamente se casarían por amor. Si partimos de esta base, tal y como propone Sanpedro (2004), en una sociedad en la que hay libertad de pensamiento y la gente puede elegir el motivo para unirse a otro, lo hacen por esa razón, porque social y culturalmente la pareja y el matrimonio, entre otros elementos, se ha asociado a la pasión. Afirma que, sin esta conexión, las personas de una sociedad en la que cada vez el laicis-

mo está más extendido, no se unirían en matrimonio para poder formar una familia, sino que verían este enlace como un acuerdo de beneficio económico o sexual, como un contrato más que como una manifestación de amor. De igual manera, expone que esta pasión ha quedado dotada de significado y lenguaje gracias a los medios externos inmersos en el proceso de socialización. Las personas no podrían reconocer el amor y sus componentes sin antes haber oído hablar de ellos. Así, el uso del lenguaje va unido a la aparición de ciertas emociones, encontrando frases muy manidas y extendidas, como *no puedo vivir sin ti, te quiero más que a mi vida* o *sin ti no soy nada*, entre una lista muy amplia. Aunando todo lo expuesto, la autora considera que el mito categoriza y ordena las creencias de las personas, sirviendo de impulsor y de explicación de sus conductas, a lo que añade que éste es distinto en función del grupo de pertenencia. Esto es, considera que los mitos que han emergido socialmente sobre la idealización del amor y las relaciones de pareja, muestra diferencias para ambos sexos. Para Esteban y Távora (2008), pertenecemos a una sociedad que fomenta la diferenciación y la jerarquización de hombres y mujeres, lo cual tiene una repercusión directa sobre la forma en la que cada persona crea su subjetividad y su comportamiento consecuente.

Esta diferencia entre hombres y mujeres nace, como ya se analizó, de los mensajes transmitidos por los medios que muestran un modelo de amor pasional, cargado de dramatismo, sufrimiento, amenaza, amores desgraciados e imposibles, todo para conseguir la exaltación emocional de los espectadores y, al mismo tiempo, la aceptación e interiorización de estos mensajes como algo normativo. A nivel mediático, hay una sobrecarga de pasión sufriente, es en los obstáculos y su superación donde se engrandece la pasión, quedando asociada una mayor felicidad al amor desgraciado que a la estabilidad, encarnada por los protagonistas. Si combinamos el amor en su manifestación dramática, junto a una serie de formas de actuar en función del género, ya está creado el mito. Es decir, tal y como apunta Sanpedro (2004), grandes personajes femeninos se muestran como representantes de búsqueda de la felicidad a través del amor romántico, el cual siempre se torna como un imposible con un trágico final, por lo que se convierten en mártires de amor. Aquí observamos la mezcla perfecta para que las mujeres, desde niñas, partan de esta noción de amor impregnado de sufrimiento, asociándolo a lo que éste debe ser y representar, por lo que, como bien apunta la autora, no es de extrañar que ellas sean más propensas a la idealización del amor, debido a que parten de una representación muy marcada.

Comienzan de este modo a fraguarse las primeras relaciones de pareja construidas sobre estos cimientos no realistas, provocando un historial de uniones románticas insanas. Toda la cultura del amor-pasión-sufrimiento y de la dualidad amor-odio se encuentra ampliamente enraizada en la creencia cultural sobre el amor ideal que tanta influencia tiene a la hora de valorar las propias vivencias y sensaciones personales. De forma que no es difícil comprender que esto afecte especialmente a los adolescentes en su proceso de conocimiento y descubrimiento de las relaciones y, que ello, les pueda llevar a aceptar como normativos ciertos comportamientos por parte de sus parejas o de ellos mismos, justificados por el sentimiento pasional. Así, una visión excesivamente romántica del amor puede contribuir a que los jóvenes permitan una relación asentada sobre cimientos poco realistas (González y Santana, 2001).

Llegados a este punto cabe preguntarse sobre la definición de mito y qué implica. Comencemos por la noción más al uso, la que ofrece el Diccionario de la Real Academia Española (2016). El mito procede del griego *μῦθος*, *mythos*, que para el tema que nos interesa, muestra dos acepciones. La primera, se entiende como una narración ubicada en otro tiempo cuyos protagonistas son deidades o héroes. La segunda, se define como una historia de carácter ficticio. Como afirman Bosch y Ferrer (2002), al fin y al cabo el mito es una creencia, pero al exponerse de forma rígida y con un importante peso emocional, se percibe como una verdad absoluta, favoreciendo así el mantenimiento de la ideología grupal, siendo resistente a su desaparición. Para Grimal (1993), los mitos serían aquellas ideas adulteradas que se filtran en la mentalidad de una sociedad y que ayudan a contar una realidad, a explicar un aspecto particular en relación a otro momento histórico, siendo aceptado por la población por su carácter universal. Por su parte, Campbell (2002) establece que el objetivo del mito es ayudar a la persona a sentirse integrada en su propio entorno, proporcionándole información añadida sobre su origen. Añadido a esto, Blumenberg (2003) apunta que los mitos forman parte de nuestra sociedad porque tienen la función de transformar algo impensable e irracional, en aceptable, siendo metáforas de nuestra existencia.

Trasladando estas nociones y centrándonos en las relaciones de pareja y el amor romántico, los mitos relacionados con ellas, en palabras de Abad y Sanz (2005), serían

entendidos como las ideas transmitidas culturalmente, que se interiorizan como verídicas y que provocan la creación de conceptos y expectativas no reales, teniendo esto como consecuencia una serie de comportamientos y formas de relacionarse poco efectivas. Por tanto, esta serie de creencias en relación al amor y la pareja dificultan o hacen que su trayectoria sea más disfuncional. Nos comportamos con respecto al compañero sentimental en función de esas ideas asumidas como ciertas y que, de no cumplirse, la relación provocará mucho sufrimiento e insatisfacción, ya que esperamos en el otro lo que es propio del prototipo ideal inculcado. Para Yela (2003), los mitos del amor serían concebidos como creencias ficticias y difícilmente asumibles en torno a lo que supuestamente es y supone el amor, compartidas en una sociedad y que van a determinar la elección de la pareja. En esta línea, Pérez Grande (2007) añade que estas creencias distorsionadas poseen efectos muy negativos en las relaciones de pareja, pudiendo incitar y mantener problemáticas muy agudas.

Por tanto, todas estas ideas emanan y se agrupan en torno a un concepto general, el mito del amor romántico, el ideal sobre lo que tiene que significar el amor. Para Peck (1997), este mito es una gran falacia, la cual nos conduce al enamoramiento, a iniciar una relación de pareja, contraer matrimonio y, sobre todo, su principal rasgo, la creencia de que todo ello será eterno. Considera, además, que quizá sea necesaria para la supervivencia de la especie humana, ya que esta noción general nos alienta a encontrar a alguien hecho a nuestra medida, alguien pensado para cada uno. Al hallar a esa persona especial, sabremos que es ella, lo que siempre hemos esperado, porque es perfecta y no tiene defectos, por lo que, desde lo más profundo de nuestro ser, desearemos que eso dure eternamente e idealizamos al ser amado. No queremos que termine porque al fin nos sentimos completos, no queremos volver a la soledad previa, esa soledad que tan mal nos hace sentir, que aumenta nuestra percepción en torno a nuestros vacíos más profundos, es importante tener pareja. Experimentando esa plenitud nos percibimos invencibles y visionamos el amor como indestructible. Se siente una fuerza y motivación descomunales que alimentan la creencia de que, a través del amor, todo se puede conseguir. De esta manera la unión es perfecta, maravillosa y eterna y, por ello, estaremos plenamente capacitados para satisfacer las necesidades y deseos del otro, partiendo en muchas ocasiones de la premisa del sacrificio como prueba de amor, aunque en estos casos, todo queda justificado, reali-

zándose de manera incondicional. Estas son solamente algunas de las ideas que lo componen, desarrollándose más adelante los mitos basados en esta concepción del amor.

De forma más concreta, Ferreira (1995) expone los rasgos más característicos de lo que supone el amor romántico. Se resumen en: entrega total a la pareja; presencia de emociones muy intensas positivas y negativas; la pareja es lo fundamental; justificar todos los actos y actitudes; pasar mucho tiempo con el compañero sentimental; cierta dependencia; postergar lo propio; mirar por el bienestar ajeno de forma prioritaria; incredulidad ante la posibilidad de volver a amar tan intensamente; pensar constantemente en la pareja, con la correspondiente disminución de productividad y funcionalidad; otorgar a la relación la máxima importancia; desesperanza ante la idea de la ruptura; idealización de la persona amada; ayuda y apoyo altruista; presentar gustos, ideas y opiniones comunes y realización de actividades conjuntas de forma constante; aceptar el sacrificio como positivo para el bienestar y equilibrio de la relación.

Estas mismas nociones fueron analizadas por Caro Blanco (2008) en población adolescente. La autora realizó una investigación sobre la visión del amor y la sensación de enamoramiento en una muestra de chicos y chicas entre 13 y 16 años. A partir de las narraciones elaboradas por los alumnos, pudo elaborar un listado de rasgos que representan el cómo experimentan los adolescentes esta vivencia, la cual guarda una gran semejanza con la expuesta anteriormente. Esto indica que ya a edades tempranas la esencia del amor es concebida con tintes románticos. Algunas de las representaciones serían las siguientes: amor como sentimiento de felicidad; idealización de la persona amada como un ser superior o fuera de lo real; sentimientos encontrados; alteraciones físicas y mentales que reducen la funcionalidad cotidiana; deleite en las cualidades del otro; relación simétrica mediante una unión eterna, complementariedad e identificación; relación asimétrica a través de la entrega total y que genera miedo e inseguridad o dolor debido al rechazo. Las conclusiones ofrecen diferencias por sexo y franjas de edad. Con respecto al sexo, las chicas muestran mayor sufrimiento e inquietud al enamorarse y se valoran menos. Por su parte, los chicos viven el amor más positivamente y con menos dolor. De igual forma, a medida que crecen, las chicas muestran peor autoestima y más dependencia, por lo que la experiencia se torna todavía más dolorosa. Finalmente, con respecto a la edad, es en el

tramo de 15 y 16 años donde hay más probabilidad de frustración y dificultades de entendimiento con la pareja al presentar ellas sentimientos de mayor ambivalencia con respecto al amor y a las relaciones. Por último, la autora hace una última mención en la que destaca la presencia, especialmente entre las chicas, de los tópicos en torno a la cara romántica del amor, concretamente el mito de la media naranja.

Continuando en esta línea y antes de adentrarnos en la enumeración y clasificación de los mitos del amor romántico, B. García (2003) presenta algunas generalidades muy extendidas sobre el papel del hombre y la mujer en la relación, siendo más que mitos, ciertos aspectos que socialmente definen a ambos sexos a nivel amoroso y relacional y que pueden interferir a la hora de seleccionar una pareja o en el mantenimiento adecuado de la relación. Algunos ejemplos serían los siguientes: las tareas del hogar es cosa de mujeres, porque ellos no sirven para eso; una pareja siempre ha de estar junta en cada lugar y compartir las amistades; cuando el hombre realiza una mala acción y tiene repercusiones emocionales en la mujer, éste debe compensarla siempre; los hombres sienten incomodidad ante situaciones demasiado íntimas; cuando se tiene pareja no te debes fijar en nadie más; los hombres deben ofrecer su chaqueta cuando hace frío y proteger a su pareja; la mujer no debe expresar demasiado interés por el hombre y dejar que él lleve la iniciativa. En definitiva, como se aprecia, socialmente se sanciona el interés sexual y afectivo femenino, por lo que el hombre adquiere un cierto poder a nivel relacional simplemente por la forma en la que se inicia ésta. Es decir, tal y como apuntan García Toca y Nader Carreta (2009), el varón, en la construcción social de lo que supone la masculinidad, siente la presión de escoger a la pareja potencial y aproximarse a ella, otorgándole esto un supuesto poder para la toma de decisiones en la relación. No obstante, en la sociedad actual comienzan a avistarse ciertos cambios que, en muchos chicos adolescentes, produce desconcierto, ya que deben amoldarse a una nueva forma de masculinidad en respuesta a cambios en la feminidad, que contrasta con lo que les ha sido enseñado. En este sentido, Rubio Castro (2009) afirma que las adolescentes empiezan a cambiar sus roles en las relaciones románticas, haciendo suyo un modelo más directo de interacción en el que toman la iniciativa con sus potenciales parejas, imitando así a personajes famosos y siguiendo lo expuesto en las revistas que suelen leer, en las que se suele hacer una apología, mezclada con temas opuestos, sobre la individualidad y la independencia femenina, como ya se expuso. No obstante, la autora afirma que nos encontramos en un perio-

do en el que lo masculino y lo femenino se hallan reconstruyéndose, definiéndose en otros términos, aunque la realidad social en nuestro país sea una combinación de lucha por el cambio que nace de una base tradicional resistente a éste.

Especialmente vinculado al párrafo anterior hay un mito que explica la visión pasiva de la mujer, todavía muy extendida, dentro de las relaciones de pareja a nivel afectivo y sexual, así como la forma de castigo al transgredir dicha imagen femenina, la cual hoy sigue apareciendo, pero de forma más elaborada. Se trata del *mito de Medusa*. Para describirlo, junto con su repercusión actual en la visión de la mujer en las relaciones, seguiremos el análisis realizado por Herrera Romero (2015). La autora explica que el nombre Medusa, de origen griego, significa guardiana o protectora. Mitológicamente hablando, era un monstruo que petrificaba a aquellas personas que osaban mirarla. El mito cuenta que su cabeza fue cortada por Perseo, usada para la lucha y entregada a Atenea, quien la llevaría en su escudo. La cabeza de este ser se concibe como elemento protector contra el mal. Hasta llegar a esta conclusión, el mito giró muchas veces, dando lugar a múltiples versiones. El que la autora explica en su discurso es aquel en el que Medusa, hija de Forcis y Ceto, es una gorgona (mezcla de monstruo femenino y diosa de protección) que destaca entre sus hermanas por su belleza y por ser mortal. Debido a sus encantos, Poseidón, prendado de ella, la sedujo en el templo de Atenea, lo cual despertó la ira de la diosa. Ante esto, la transformó en un ser de manos metálicas, grandes colmillos y ojos brillantes que convertían en piedra a todo aquel que la observara fijamente, unido todo con un cabello que actuaba de nido de serpientes. Además, la desterró. No contenta con esto, Atenea ordenó a Perseo matar a Medusa al enterarse que ésta quedó encinta tras el encuentro con Poseidón. El héroe llevó a cabo el mandato, la decapitó y posteriormente usó su cabeza como escudo, entregándosela después a Atenea para el mismo fin. La sangre que se derramó del cuello de Medusa fue guardada por los dioses, ya que de cada vena emanaba sangre distinta, o bien veneno mortal, o elixir que resucitaba a los muertos.

Explicado el mito, Herrera Romero (2015) intenta equipararlo con la distinción que hay entre los sexos en cuanto a las relaciones afectivas y sexuales, ya que esta visión actual, procede de narraciones de este tipo transmitidas generacionalmente, calando profundamente en la sociedad. El trato que se le da a Medusa, así como las actuaciones de otros personajes, no se alejan tanto de lo que actualmente ocurre en muchas ocasiones. La autora defiende que,

en primer lugar, existe una mujer que es acusada por la sociedad cuando mantiene un idilio amoroso con un hombre comprometido, iniciándose este castigo psicológico con otra mujer movida por los celos. La pena social consiste en denigrarla por su acto, es señalada y juzgada, cosa que en pocos casos le sucede al hombre, incluido en el mito. En segundo lugar, el tratamiento del embarazo extramatrimonial también es un asunto a observar. En el mito, Medusa es castigada por ello, lo cual sigue ocurriendo. Por un lado, en determinadas sociedades la mujer es asesinada por tener relaciones fuera del matrimonio; mientras que en otras, como la nuestra, siguen siendo en parte discriminadas y acusadas por su acto, así como la criatura que viene en camino, ocurriendo en muchas ocasiones rechazos hacia ambos por no disponer de una figura masculina que los proteja y reconozca. Al haber sido despreciada por el hombre, también lo es por parte de la sociedad.

Prosigue con que, en otras ocasiones, las limitaciones sociales que en este sentido tiene la mujer, la oprime hasta el punto de no poder decidir muchas veces sobre su propio cuerpo. En ciertas circunstancias, son obligadas a abortar, mientras que otras son ellas mismas las que toman la decisión por el golpe que le puede suponer afrontar las consecuencias, como ausencia de apoyo familiar, de una pareja o a nivel económico y social, siendo además culpada por el suceso. Esto se relaciona también con el destierro de Medusa, ya que hay mujeres en esta situación que son repudiadas por su entorno. Tal y como expone la autora, muchas son acusadas de la responsabilidad ante la anticoncepción o, incluso, como una forma de mantener al hombre a su lado en la relación, lo cual puede ser utilizado por éste como excusa para abandonarlas. Finalmente, expone la dualidad de la visión femenina con respecto a su libertad afectiva y sexual. Existe una ambivalencia en el que la mujer que seduce es definida con rasgos negativos o catalogada con un sinnúmero de adjetivos descalificativos; mientras que la sumisa, cándida y dócil es vista como apta para formar una familia, siendo la anterior utilizada únicamente para la diversión. Por tanto, la percepción de la mujer en este terreno está altamente intoxicada, propagando una expectativa distorsionada sobre lo que se espera de ella en el terreno de las relaciones románticas.

Previo a enumerar los mitos más extendidos en torno al amor romántico, hacemos un breve repaso a una serie de mitos considerados como permanentes que se presentan de forma más global, tienen un amplio bagaje histórico y están ampliamente extendidos. De

estos se desprenden gran cantidad de ideas que disponemos actualmente sobre la pareja, el sexo y el rol a desempeñar por hombre y mujer a nivel relacional (Díaz Morfa, 2003):

- Mito de la guerra: El hombre es quien domina, el que conquista, es la representación de la fuerza física y emocional, ocultando los sentimientos a los demás y a sí mismo, por lo que manifestará el dolor a través del cuerpo. En contraposición, la mujer no mostrará su propia fuerza, sino sus debilidades, usándolas como armas en una guerra por conseguir el amor verdadero.
- Mito del amor puro: Permite contrarrestar el poder bélico, el amor sin guerra deseable e ideal, convirtiéndose la mujer en su emblema. De este modo nace la pureza femenina, la bondad, inocencia y ausente de agresividad y sexo, así como el amor de madre incapaz de sentir odio.
- Mito de la culpa: Desde la perspectiva religiosa, ya nacemos con el pecado original en nuestro ser, el cual queda muy unido a la sexualidad, a lo pecaminoso, por lo que la espontaneidad en este terreno queda vetada. Dios hecho carne es hijo de una virgen, manifestación de la pureza sexual y de la no agresividad. Por tanto, el amor puro e ideal no es sexual, ni agresivo, provocando sentimiento de culpa cuando se manifiesta lo contrario. A nivel de pareja, impide una relación completa, ya que dificulta la aceptación de los aspectos humanos individuales, alterando así la experiencia de placer.
- Miedo a la soledad: Muy unido a la posesión y permanencia, ya que en pareja queda plasmado en aquellos que permanecen unidos por miedo a quedarse solos, no asomando ya ningún atisbo de pasión e intimidad. Este miedo a la soledad les hace aferrarse al otro como una pertenencia muy valiosa. En general, en nuestra cultura es la mujer la posesión del hombre.

Otra clasificación importante que explica el funcionamiento posterior en pareja son los mitos familiares, los cuales han sido clasificados y definidos por Pillari (1986) como una serie de creencias que se encuentran fuertemente arraigadas en la familia y que

son compartidas por sus miembros en función del papel y la posición jerárquica que tengan dentro de ésta, trasladándose de forma posterior a las relaciones románticas que se inicien. Estos mitos serían los siguientes:

- Mito de la armonía: Dentro de la familia no existen los problemas, obviándose el afrontamiento y la resolución de los mismos a través de la disociación o la somatización. De cara a la relación de pareja, no habrá una buena gestión de los conflictos y las diferencias.
- Mito de la cabeza de turco: Un miembro de la familia es el origen de todos los problemas ocurridos en ésta, sobre el cual se vuelcan todas las frustraciones personales. El rol que juega esta persona es la de nexo familiar. A nivel de pareja seguirá siendo quien mantenga la unión entre ambos a través de sus conflictos individuales.
- Mito del catastrofismo: Son las medidas o precauciones que utiliza la familia para evitar consecuencias trágicas ante eventos negativos, aceptando ciertas restricciones. En la pareja se manifiesta a través de la imposibilidad de vivir sin ciertos sufrimientos, por lo que cuando todo va bien, temen la aparición inminente de un acontecimiento que les suponga malestar, llevando a cabo sus propias restricciones para prevenir resultados peores.
- Mito de la pseudomutualidad o pseudoreciprocidad: En las buenas familias nunca hay desacuerdo. Al no haber conflicto, no se permiten los desacuerdos o la independencia en el desarrollo, ni la identidad individual. Generalmente, sus miembros se muestran distantes emocionalmente, pero deben mantener la imagen de familia unida. Los hijos tienen una enorme dificultad para desvincularse de su hogar, manteniendo con la pareja un estado de calma e idealización en el que no hay diferencias de opinión, ya que no saben cómo afrontarlas.
- Mito de la sobregeneralización: Consiste en otorgar a cada miembro de la familia un rol concreto, rígido y esperable en cualquier situación e independientemente de

la conducta manifestada. A la pareja se traslada el rol adquirido en la familia y se actúa con ella partiendo de lo que supuestamente se espera de este papel.

- Mito de la unidad: Las familia debe permanecer unida ante todo y así superará sus problemas, siendo poco digna de confianza la gente ajena al núcleo familiar. Por tanto, mostrarán desconfianza y temor ante la posibilidad de daño de cualquier posible pareja potencial.
- Mito de salvación y redención: La persona desea que alguien fuera de la familia la salve de la situación que presenta. El individuo en cuestión puede ser alguien desconocido o un nuevo miembro de la familia, como el bebé que nace para mantener unido al matrimonio.

Pasamos ya a presentar un listado de mitos del amor romántico y de la pareja. Se trata de una compilación de los datos aportados por diversos autores con la finalidad de abarcar el máximo posible de información al respecto, así como las repercusiones que tienen sobre la calidad relacional (Abad y Sanz, 2005; Díaz Morfa, 2003; Gaja, 1995; Vázquez Carreira, 2015; Yela, 2003).

- Mito de la media naranja: Creencia sobre la existencia de otro ser hecho a medida, predestinado y perfecto para cada cual en todos los sentidos. Este mito concluye que existe la otra mitad de una persona que mediante su presencia y amor es capaz de complementarla totalmente. Proviene del mito del andrógino que se narra en *El Banquete* de Platón (1982). Esta idea manifiesta la función reparadora y analgésica del amor que presenta la otra parte que a cada persona le falta. El mito narra la decisión de los dioses de separar a los seres andróginos en dos mitades definidas. Al quedar la naturaleza humana dividida en dos, las personas esperarían a lo largo de su vida para encontrar a su otra mitad y fusionarse con ella para sentirse completos, pudiendo volver a su forma originaria natural. Si se encontraban, cabía la posibilidad de llegar a morir de hambre y sed en el intento de unión, no queriendo separarse en ningún momento. Por tanto, se muestra el amor como algo recíproco y básico en el hombre, un amor que une a dos personas en una sola con el fin de sanar lo que el humano era. Este mito se pre-

senta como una tentativa de recuperación de la naturaleza y necesidad de fusión del ser humano. Para Chaumier (2006), esta creencia conlleva una disección de la persona, ya que fuera de la pareja cada miembro únicamente se concibe y es percibido como la mitad de su valor, sintiendo dicha y realización cuando se encuentra unido a otro. Por tanto, asume que externo a esta fusión, el desarrollo a nivel social y personal de ambos sexos estaría incompleto. En definitiva, esta creencia provoca una serie de expectativas poco realistas en torno a la pareja y la relación, ya que si ambos miembros representan una unidad en la que cada parte completa a la otra, todo lo que se haga, piense, opine, sienta o desee, debe coincidir, perdiendo la propia esencia individual y pudiendo desembocar en numerosos problemas relacionales. De igual forma, su aceptación puede incrementar el nivel de exigencia con respecto a la pareja, incrementándose la decepción al comparar con la situación real; o bien, aumentar la tolerancia hacia determinados actos y actitudes de la otra persona partiendo de la premisa de la idealización de ésta.

- Mito de la pareja o emparejamiento: El tener pareja forma parte de la naturaleza humana, siendo un hecho extendido a nivel cultural y temporal, estableciendo un rango de edad para ello. Por este motivo, existe una enorme presión social ante las personas que deciden no emparejarse o permanecen solteras a una cierta edad, pudiendo esto provocar conflictos internos.
- Mito del matrimonio (o convivencia): El amor es el único motivo aceptable para contraer matrimonio o convivir. La estabilidad de la pareja dependería del eje amor romántico y pasional.
- Mito de la equivalencia: Entender como sinónimos los conceptos de pasión y amor. Cuando se desvanece el primero, ya no se ama, siendo motivo de ruptura. Confundir enamoramiento, con amor. Para Peck (1997), ésta sería la creencia más extendida, que enamorarse equivale a amar. Para el autor, existen dos elementos que explican esta diferenciación. El primero, el enamoramiento tendría el componente de la atracción sexual, lo cual permite entender que en las relaciones entre padres e hijos no exista este tipo de motivación, aunque sí amor. El segundo, es lo pasajera que resulta la pasión.

La ausencia de enamoramiento no implica la no existencia de amor por esa persona de la cual nos enamoramos en su momento. Por tanto, aceptar el mito supone no reconocer las transformaciones que se van produciendo.

- Mito de la pasión eterna o perdurabilidad: La pasión de las primeras fases de la relación debe durar siempre. Esta idea dificulta que la pareja pueda disfrutar de los beneficios de cada etapa de la relación, provocando frustración y decepción, aumentando la creencia entorno a que el amor se ha desvanecido.
- Mito de la omnipotencia: Refiere el poder del amor para resolver cualquier problema, el cual siempre debe ser superado gracias al amor. Éste es resistente y persistente, todo lo puede. Los contratiempos se superan por sí solos al existir amor verdadero en la pareja. Esto puede llevar a un no afrontamiento de las vicisitudes, incrementándose su magnitud ante la no resolución.
- Mito de los celos: Creencia en torno a que los celos son una muestra inequívoca de amor y su ausencia, la falta de éste. Puede ser usado como modo de justificar formas de actuar injustas, represivas, egoístas o violentas. Para Ferrer Pérez, Bosch Fiol, Navarro Guzmán y Ferreiro Basurto (2010), los celos son una muestra de control de los comportamientos y las relaciones sociales de la pareja, disfrazado como una manifestación amorosa.
- Mito de la fidelidad: Los deseos eróticos, románticos y pasionales están orientados hacia una sola persona. Se muestra la fidelidad como exclusividad sexual y manifestación de amor verdadero.
- Mito de la exclusividad: Amor como interés exclusivo por la pareja. Si uno de los miembros se fija en otra persona, no existe el amor. No se puede estar enamorado de dos personas al mismo tiempo. Las creencias propias chocarían con las reglas sociales sobre la monogamia, provocando emociones negativas en la persona en cuestión.

- Mito del libre albedrío: El sentimiento de amor está exento de influencias ajenas a la propia voluntad, tales como elementos culturales, sociales o biológicos.
- Mito de la unión total: La pareja debe permanecer unida y hacer todo de forma conjunta, con independencia de las preferencias personales.
- Mito del amor incondicional: Nuestra pareja debe amarnos como deseamos que lo haga, no como esa persona ofrezca, además siempre de una forma incondicional y completa.
- Mito de la adivinación: El compañero sentimental debe saber a cada momento lo que el otro miembro desea, ya que si es pedido pierde su valor. Se le exige a la pareja, por tanto, ciertas dotes clarividentes para con nuestros deseos y anhelos.
- Mito de la confianza absoluta: Con independencia del hecho que acontezca, se ha de confiar siempre en la pareja y en sus actos.
- Mito de la transformación: Se requiere cambiar diversas características de una pareja con el fin de mejorarla.
- Mito de la pareja como realizadora de sueños: La relación o la pareja cumple todas nuestras necesidades y objetivos.
- Mito de la atracción de los opuestos: Las personas que presentan muchas diferencias sienten atracción entre ellas.
- Mito de pareja infeliz antes que rota: Relacionado con el miedo a la soledad. Es mejor estar acompañado que no tener a nadie, aunque me haga infeliz.
- Mito sobre la unión de la pareja a través del nacimiento de un hijo: Los hijos favorecen y consolidan una relación. Si ésta está devastada, solamente la empeora, ya que

exige adaptaciones que quizá la pareja no pueda asumir, perjudicando el bienestar de los padres y del bebé.

Según apuntan Bosh Fiol et al. (2007), los mitos de fidelidad, exclusividad y emparejamiento nacen de la tradición cristiana con el fin de establecer una nueva manera de relacionarse a nivel afectivo y sexual, lejana a la establecida en época y culturas anteriores. Este nuevo modelo consistiría en amar y mantener relaciones sexuales únicamente con la pareja, siempre dentro de una díada heterosexual. Por otro lado, aclaran que los mitos de omnipotencia y equivalencia proceden del amor cortés y sus principales características, reforzado por el Romanticismo. Las autoras explican que la vinculación entre el amor romántico, el sexo y el matrimonio surge a finales del siglo XIX, creándose de esta forma una unión entre dos elementos contrapuestos que pueden desembocar en problemas en la relación de pareja, como son el matrimonio y la pasión, un elemento en intención duradero, junto con otro pasajero.

Sumado a esto, el mito de los celos es otro de los más ligados al amor romántico, ya que la presencia de éstos se considera como condición para la existencia del verdadero amor. Antes de pasar a comentar las matizaciones sobre el mito, se presentan unas breves nociones teóricas que ayudan a su comprensión. En esta línea, los celos serían la emoción resultante al comparar los rasgos del rival con los propios, constatando que es superior y percibiéndolo como una amenaza para la integridad de la relación (Dijkstra y Buunk, 2002). Además, en palabras de Elphinston, Feeney y Noller (2011) los celos románticos engloban una abundante variedad de pensamientos, conductas y emociones que desembocan en problemas en la relación de pareja, tales como ansiedad, malestar e insatisfacción. Como establecen Retana Franco y Sánchez Aragón (2008), los celos pueden ser una construcción social, apareciendo solamente en aquellas culturas y sociedades en las que se aboga por la posesión y la exclusividad en las relaciones. Dentro de las parejas románticas, según manifiestan Canto, García Leiva y Gómez Jacinto (2005), existirían dos tipos de celos: los emocionales, en el que la amenaza nace de la posibilidad de enamoramiento de un tercero y los celos sexuales, centrados en la probabilidad de tener, haber tenido o desear tener relaciones sexuales con otra u otras personas.

Por tanto, Barrón y Martínez-Íñigo (2001) afirman que para comprender la conexión existente entre el amor romántico y los celos, habría que acudir a ciertas creencias, entre las

que se encontrarían el concepto de sexo como sinónimo de amor, la exclusividad de amar a una única persona, o también la idea en torno a la existencia de otra persona predestinada para nosotros. Afirman que, partiendo de esta premisa, la conexión es sencilla. Es decir, el manifestar este tipo de creencias provocaría que la intención de tener o la realización misma del sexo fuera de la pareja, son sinónimo de amor hacia la tercera persona y, consecuentemente, ya no nos amaría a nosotros, apareciendo así los celos. Por último, Ferrer Pérez et al. (2010) midieron la aceptación del mito de los celos en una muestra española a partir de la mayoría de edad, obteniendo que un 20% de los participantes estaba de acuerdo con esta creencia. Concretamente, la aceptación es mayor entre los hombres, quienes no tienen estudios o éstos son primarios, aquellos que no han tenido pareja con quien han convivido y los que no la presentaban en el momento del estudio.

Complementario a la información anterior sobre los mitos del amor romántico, también se incluye en esta clasificación un listado de mitos específicos sobre la sexualidad, que igualmente pueden provocar problemas en las relaciones afectivas románticas mediante del componente sexual de las mismas (Díaz Morfa, 2003):

- Toda relación sexual debe acabar en penetración.
- La sexualidad solamente está destinada a ciertos grupos de edad, no es para los viejos.
- La masturbación cuando se tiene pareja no es aceptable. En soledad es algo que se debe evitar, es sucia y perjudicial.
- No se debe hablar sobre sexualidad, ya que es algo natural.
- Cualquier hombre debe saber satisfacer a su pareja sexual.
- Si dos personas se aman realmente, han de saberse dar placer.
- Siempre debe haber coito en las relaciones sexuales.

- El hombre siempre ha de llevar la iniciativa, si lo hace una mujer no es buena o no es de fiar.

- Los hombres siempre están listos para el sexo.

- Si se tienen fantasías sexuales durante el acto sexual, es una manifestación de problemas en la pareja.

- Las personas enfermas no desean tener relaciones sexuales.

- Necesidad de presentar deseo para iniciar una relación sexual y para que ésta sea satisfactoria.

Los mitos del amor romántico alimentan una visión desigual de las relaciones de pareja, ideas distorsionadas, expectativas irreales y unas normas no escritas sobre el amor difícilmente asumibles. El objetivo es mostrar el origen, de lo que podría suponer para los adolescentes, el iniciar relaciones románticas partiendo de esta serie de ideas preconcebidas. Como expone Estébanez (2012b), el ideal de amor romántico se hace notar a cualquier edad. Actualmente, la noción tradicional de pareja ha desaparecido, es decir, las prácticas que llevan a cabo los adolescentes con respecto a sus relaciones combinan mayor o menor intimidad y compromiso que dan lugar a uniones distintas en ocasiones. A pesar de ello, la autora afirma que aunque ciertos contenidos o modos de proceder en la formación de la pareja hayan cambiado con respecto a décadas previas, el inicio de las relaciones, del tipo que sean, sigue estando impregnado por el concepto de amor eterno. Los adolescentes están comenzando sus primeras relaciones amorosas, probando y experimentando, explorando emociones novedosas, distintas opciones, tratando de reconocer qué comportamientos son considerados dentro de la normativa social. Serán los mensajes transmitidos por los medios y por el entorno más cercano, la información de referencia para valorar la normalidad de los comportamientos y actitudes en el amor. Sin embargo, sin un conocimiento adecuado y acudiendo a estos mensajes para satisfacer su curiosidad emergente, podrán recibir ideas como que el amor todo lo puede, que no hay nada imposible o que el amor te hace sufrir, que si tiene celos es porque te quiere o que todos los chicos/as son iguales (Duque, 2006). De este modo, Estébanez (2012b) concluye

que a pesar de las nuevas formas de relación existente, éstas se siguen sustentando sobre ideales tradicionales románticos, suponiendo esto un choque y su consecuente malestar al llevar a la espalda un amplio historial de fracasos amorosos, en el que se combina una noción de amor eterno con una relación con fecha de caducidad. La autora propone que este ideal romántico se manifiesta de forma diferente según el sexo. Para los adolescentes, se muestra como el ensalzamiento de la pareja perfecta, basada en la disponibilidad y fidelidad en todos los sentidos. En las adolescentes, por su parte, este ideal se siente sobre la renuncia a la individualidad como medio para obtener el amor, movido por el miedo a la soledad, el cual es infligido socialmente, en especial a las mujeres. Su valoración personal se basa en muchas ocasiones en disponer o no de una pareja con todo lo que ello conlleva, como el matrimonio y formar una familia.

Continuando con los mitos y la adolescencia, mencionamos la combinación del mito de la media naranja en la figura del príncipe azul, grabado ya a fuego en las tiernas mentes de las niñas, junto con el mantenimiento de los viejos patrones a pesar de los nuevos conceptos de pareja y relación. Al hilo de esto, Díez Etxezarreta (2009) apunta que el perfil principesco de los cuentos tradicionales sigue estando presente, siendo el príncipe azul la encarnación de esa combinación entre tradición y cambio. Esto es, el simbolismo asociado a esta figura sigue existiendo en los deseos y expectativas, en este caso, de las adolescentes y jóvenes, al igual que lo están los rasgos de un amor idealizado, tal y como se comentaba más arriba. El príncipe actual puede ser cualquier chico, la vestimenta quizá no es lo más significativo, pero sus complementos sí, los cuales son muy valorados por las adolescentes. Es decir, la autora explica que la moto o el coche, representan el caballo o el carruaje y una buena casa, el castillo. Así que se trata de una figura y un mito que sigue persistiendo, pero se adapta a la sociedad y el tiempo actuales. La idea que hay que matizar, es la creencia en la existencia que ese chico ideal sigue suelto y queda a la espera de ser encontrado; es la representación de que la media naranja, aquella que complementa a otra mitad y que llena un vacío, está en algún lugar. Generalmente, esta figura va asociada a otro tópico femenino, la chica bondadosa, pura, joven, buena e ingenua que espera ser salvada por su príncipe (Álvarez Hernández, González de Garay Domínguez y Frutos Esteban, 2015).

Por otro lado, para seleccionar una pareja y mantener una relación en base a este conjunto de creencias, primeramente deben ser interiorizadas y entroncadas en la mente social colectiva. Por ello, como broche final, se hace mención a trabajos realizados en España sobre la aceptación de los mitos del amor romántico, los cuales aportan datos variados en cuanto a sexo y edad. Por una parte, Barrón, Martínez-Íñigo, de Paul y Yela (1999) encuentran a nivel general, que en las mujeres hay una mayor presencia de creencias amorosas distorsionadas adicionales, excepto en el mito de equivalencia y pasión eterna; así como la vinculación entre amor, sexo y matrimonio. Por otro lado, Marroquí y Cervera (2014) muestran que las creencias en el amor en edades tempranas están muy extendidas y son ampliamente aceptadas. Concluyen que, de su muestra, el 30% asumía como cierto el mito de la existencia de una pareja perfecta para cada cual y un 70% manifestaba la creencia en torno a la omnipotencia del amor.

En su estudio, Maya Frades y Guardo Vázquez (2013) analizan la aceptación de varios mitos del amor romántico en adolescentes entre 13 y 17 años de dos centros educativos españoles. Concluyen que en los dos centros está presente la aceptación del mito de la compatibilidad de violencia y amor, teniendo en uno el 23% en chicas y 37% en los chicos y, en el otro, más del 50% en las chicas y 46% en las respuestas afirmativas a este mito por parte de los varones. Finalmente, con respecto al mito de la media naranja, es asumido como real en un 22% en uno de los centros y un 42% en otro, tanto en mujeres, como hombres. Según las autoras, estos resultados dispares entre las dos medidas se puede deber a la diferencia de edad entre ambos extremos de la muestra. En esta misma línea, en el trabajo de Ferrer, Bosch y Navarro (2010), los individuos entre 18 y 34 años se muestran indiferentes ante el mito del matrimonio, pero aceptan el de la pasión eterna. De modo, en ambas investigaciones se observa que la situación social de cada individuo guiará las creencias que deben ir manifestando acorde a sus necesidades. Como ya se sabe, la sociedad es la que marca las pautas a seguir. No obstante, esto pone de manifiesto la necesidad de trabajar los elementos del amor desde edades tempranas, especialmente en una población que se embarca en relaciones de pareja sin información, ni experiencia previas.

Finalmente, en relación al género, Rodríguez-Castro, Lameiras, Carrera y Vallejo-Medina (2013b) concluyen que en su muestra de adolescentes de E.S.O y bachillerato, en ge-

neral las chicas presentan una percepción más ideal del amor en comparación con ellos, siendo este dato otro más que se suma para reforzar esta afirmación, la cual se ha visto varias veces a lo largo del presente apartado. Al analizar los mitos de forma independiente, ellas manifiestan un mayor acuerdo con respecto al mito de la pasión eterna y omnipotencia; mientras que los chicos se muestran más a favor del mito de los celos y de la vinculación amor-maltrato. De la misma manera, Rodríguez-Castro et al. (2013a) encontraron la conexión existente entre la presencia del mito del amor maltratador y el amor lúdico en los chicos, pero no en las chicas. Explican que aquellos adolescentes que se identifican con un amor sin compromiso y carente de afectividad, son los que consideran que los actos violentos son representaciones de amor. Finalmente, Barrón et al. (1999) apuntan hacia una aceptación muy elevada con respecto a los mitos románticos. De manera más específica, el mito del matrimonio fue aceptado por un 85% de la muestra, el de la pareja por un 95%, omnipotencia un 75%, pasión eterna por un 65%, equivalencia en un 45%, exclusividad por un 55% y media naranja un 50%.

Por su parte, en el extenso trabajo de Bosch Fiol et al. (2007) en el que se entrevistó a una muestra ingente de hombres y mujeres a partir de los 15 años, se encontró que la mayoría de miembros de ambos sexos mantenían los mitos de matrimonio, celos, compatibilidad entre amor y maltrato, media naranja, pasión eterna, emparejamiento y omnipotencia. Concretamente, las mujeres muestran niveles más altos en los cuatro últimos mitos; mientras que en el caso de ellos, ocurre con los tres primeros. Finalmente, Ferrer et al. (2010), también obtuvieron porcentajes generales elevados de aceptación de determinados mitos, tales como el de omnipotencia (73%), pasión eterna (72%), matrimonio (71%) y media naranja (53%), así como un rechazo al mito del emparejamiento (68%). En la diferenciación por sexo, a nivel muestral los hombres están menos de acuerdo con el mito de la omnipotencia y la media naranja y aceptan más el del emparejamiento. Por su parte, las mujeres muestran indiferencia hacia el mito de la media naranja, desacuerdo con el emparejamiento y aceptación del mito de la omnipotencia.

La extensión de los mitos del amor romántico y su grado de aceptación se deben, como ya se ha comentado, a la influencia de diversos elementos socializadores, entre los que se encuentra el cine. A pesar que ya se dedicó un apartado a los medios de comunicación, se ha considerado oportuno incluir aquí un ligero guiño al estudio realizado por Álvarez Hernández

et al. (2015), en el que analizan en profundidad las películas más vistas en España entre 2009 y 2014 y cuyo público era mayoritariamente adolescente. Debido al tema que nos compete ahora, nos centraremos en analizar brevemente los mitos del amor romántico que aparecen en los largometrajes trabajados en esta investigación. Los autores afirman que el mito de la media naranja está presente en el 26% de los personajes analizados, representado por tres mujeres y dos hombres, que hablan de amor verdadero o amor para toda la vida. En los diálogos hacen referencia al alma gemela, apareciendo constantemente el mensaje que la persona que complementa a otra, la única a la que se amará, realmente aparece una única vez a lo largo de la existencia. Remarcan además, la noción de exclusividad eterna, es decir, solamente una persona y para siempre.

Por otro lado, los autores matizan que los personajes masculinos que reproducen este mito manifiestan roles pasivos en las películas, los cuales están relacionados socialmente con la mujer. Ellas siguen siendo las que se enamoran, las que sufren y lloran por amor, reproduciendo así la creencia que asocia el amor al sufrimiento, la pasión como sinónimo de dolor. Para Sanpedro (2004), en las películas se muestran modos de amar cargados de sufrimiento, sacrificios personales y pruebas de amor. El problema reside, según la autora, en que estos amores traspasan la pantalla y en ocasiones se plasman en la vida real. Es decir, en las películas analizadas más de la mitad de las protagonistas femeninas tienen por objetivo el iniciar una relación romántica con un hombre, mientras que las metas de ellos son de tipo personal y profesional, todas relacionadas con el triunfo individual (Álvarez Hernández et al., 2015). Esta afirmación coincide con esa materialización en la vida real y lo expuesto por Altable (1998), por el que muchas mujeres utilizan el amor como soporte vertebral de la felicidad de sus vidas, mientras que ellos invierten más tiempo en ser reconocidos socialmente, teniendo así los mismos objetivos manifestados en las narraciones audiovisuales.

En definitiva, el inicio de las relaciones mediadas por los mitos del amor romántico provoca una serie de expectativas y deseos irreales que son difícilmente asumibles por los miembros de la pareja. Esto da lugar a un desvanecimiento de la idealización previa con la que se partía al comienzo del idilio, tornándose con el paso del tiempo en una fuente de preocupación e insatisfacción con la relación, manifestándose a través de determinados comportamientos y actitudes. Según establece Kayser (1993), este descontento y desilusión se muestra

a través de disminución del apoyo, problemas en la toma de decisiones, evitación de la interacción o la realización de actividades conjuntas, lo que a su vez dificultará el mantenimiento en el tiempo de la misma.

4. CONCLUSIONES

Hay una vastísima cantidad de información sobre el amor, el cual es expuesto desde diversas perspectivas, ramas de investigación y autores, lo cual nos hace entender que se trata de un concepto complejo que realmente no queda sujeto a una única definición que se ajuste minuciosamente, sino que en función de la visión que adoptemos, obtendremos datos diferentes, pero que guardan relación realmente. Cuando se une toda esa información, podemos comprender algo más sobre este fenómeno complejo. Dicha complejidad reside principalmente en los diversos factores que guardan relación con él, a lo que se añade la vivencia subjetiva de cada individuo. El amor no se reduce a un asunto que compete a dos personas, sino que queda marcado y representado por la historia personal, las etapas del desarrollo, la familia, la sociedad y la cultura. De ahí a aportar un grano de arena al estudio de esta temática, poniendo el acento en el amor y la formación de parejas en la adolescencia. Se trata de una etapa de adquisición de nuevas experiencias en la que se este sentimiento se vive de una forma muy intensa, pero que también se caracteriza por una gran vulnerabilidad, debido a la falta de experiencia y al proceso de construcción en el que se encuentran las personas al entrar en esta etapa. Esa edificación experimentada por los adolescentes consiste en una serie de cambios físicos, cognitivos, sociales y emocionales que orientarán el asentamiento de su identidad.

En definitiva, las transformaciones en esta etapa existen y acontecen velozmente, provocando contradicciones en el proceso de búsqueda del equilibrio personal y con la sociedad a la que desea incorporarse. Los adolescentes deben asumir e interiorizar modificaciones a nivel familiar, con los amigos, relaciones de competición con los iguales y un incremento de la necesidad de aceptación y pertenencia al grupo, así como un creciente interés romántico o sentimental por otras personas. Por ello, son una materia maleable y receptiva que está muy abierta a los influjos de su entorno y de los modelos sociales presentes en él, con los cuales establecen relaciones de influencia. Sin duda, una de las relaciones que más va a marcar al adolescente y que supone el objetivo principal de análisis de la presente tesis doctoral, son las uniones románticas, las relaciones de pareja, ya que el establecimiento de vínculos amorosos con otra persona es la expresión del más puro concepto de apego infantil y conlleva una gran carga de implicaciones emocionales.

Por tanto, partiendo de la base que la adolescencia es una etapa de experimentación de las relaciones de pareja, se trata de un periodo decisivo para llevar a cabo una correcta educa-

ción de ideas y valores afectivos con el fin de prevenir el inicio de relaciones de pareja no saludables que puedan provocar consecuencias perjudiciales. Las relaciones de noviazgo adolescente suponen un aprendizaje añadido de los modos de relación que se desarrollarán a lo largo de la vida, de ahí la importancia del trabajo destinado a esta población, pudiendo aportarles herramientas e información adecuada, ya que se han criado en un entorno cargado de ideas erróneas en torno al amor. Todas estas creencias, conductas y actitudes en torno al amor y la pareja vienen impuestas a través de elementos socializadores muy variados, desde la red social más próxima, que incluiría a familiares, amigos, compañeros o conocidos, hasta factores mucho más amplios y muy potentes en influencia, como son los medios de comunicación de masas transmisores de ideas, en muchos casos erróneas y adulteradas, que promocionan una visión del amor y las relaciones románticas poco real, influenciando en un público fácilmente sugestionable como es el adolescente. Por este motivo, ha sido fundamental revisar, enumerar y desarrollar los factores implicados en la elección de los compañeros sentimentales, ya que aunque esto siga sin asegurar el éxito del vínculo amoroso, de este modo se puede incrementar la probabilidad de una relación de pareja y una convivencia placentera y sana. Se ha hecho necesario, entonces, ahondar en aquellos elementos que explican las elecciones de pareja realizadas, la atracción hacia ciertas personas y no otras o aquellas circunstancias que de forma inevitable acaban en la ruptura de la relación amorosa, entre otras de gran importancia.

No obstante, no hay que olvidar que la revisión de la información que se ha aportado a lo largo de esta tesis doctoral, busca el beneficio de los adolescentes y aunque no sea un objetivo concreto de la misma, se ha expuesto en un intento indirecto de incitar a abrir un camino más minucioso hacia futuras vías de investigación o planes de intervención integral en torno a las relaciones amorosas en la adolescencia, trabajando, en la medida de lo posible, estos aspectos y aportando formación tanto a los padres, como profesores y los propios adolescentes, por supuesto. Por tanto, ese repaso a los factores de influencia se ha llevado a cabo desde el punto de vista filosófico, antropológico, histórico, así como desde cuestiones biológicas, psicológicas y sociales.

Como antesala a conocer aquellos factores que giran en torno a la formación de pareja en la adolescencia, se ha incluido una contextualización que nos permite tener una base sólida sobre el concepto de amor y la pareja en su visión general. Sin ella no se podría compren-

der mucha de la información actual sobre este tema, por ejemplo, sobre cómo se comportan las personas enamoradas o qué esperan de una relación y de sus miembros en función de su género, por nombrar algunas, las cuales distan mucho de otras épocas y culturas, pero que son el resultado de ese bagaje. Para ello, comenzamos con un repaso de su evolución histórica hasta el presente. Se ha visto que estas ideas presentes sobre el amor, concretamente el amor romántico, tienen en gran parte que ver con los mitos procedentes de grandes civilizaciones como la griega o romana, en las que se narraban historias para explicar la vida, lo ocurrido en el día a día y dar así sentido a la existencia. También se han visto influidas por la transformación del concepto a través de las principales corrientes y sus rasgos definitorios, los cuales salpicaban también al tema amoroso y de pareja, como el Renacimiento, la Ilustración y el Romanticismo, lo que ha hecho comprender que el amor y la pareja tienen una potentísima influencia histórica, social y cultural para su construcción. Como resultado de este cambio permanente, el amor y las parejas se siguen reinventando a día de hoy, concebidas por la libertad de elección de la pareja, más igualdad de género en derechos y responsabilidades, mayor importancia otorgada a la intimidad, así como ruptura entre la conexión entre matrimonio, sexo y procreación.

El conocer el origen de los conceptos ha ayudado a su posterior definición, la cual vuelve a hacer referencia a la dificultad mencionada con respecto a su delimitación, ya que hay casi tantas nociones de amor y pareja, como personas que han intentado definirlos. Esto, junto a la subjetividad de la vivencia del amor, podría explicar que las personas actúen en consecuencia en función de sus creencias y se puedan producir problemas de pareja. La presentación de amor que se ha hecho es tanto general, como específica romántica, por dos motivos. El primero, la información consultada es muy diversa y abarca una amplia gama de matizaciones y el segundo, porque el amor es igualmente importante de la forma en la que se muestre, lo cual ayuda a establecer un marco de referencia para su posterior especificación. De ahí a que las teorías relativas al amor que se han expuesto se centran en otras temáticas para no repetir información innecesaria.

Añadido a esto, lo que complementa a las definiciones de amor es la información procedente de las clasificaciones sobre los tipos y componentes del amor. Se han apreciado visiones dicotómicas del mismo, lo cual recuerda a esa oposición entre el amor racional de la Ilus-

tracción y el amor instintivo e imparable del Romanticismo, siendo la diversidad de definiciones anteriormente comentada una prueba de la transmisión de información y su supervivencia a lo largo del tiempo. Lo que se ha recogido de estas visiones se resume en una parte egoísta, represora, obsesiva y basada en las carencias, con una base fisiológica potente, frente a otra de amor hacia uno mismo y los demás para el crecimiento y satisfacción personal y ajeno, un amor basado en la libertad y reciprocidad. Mostrarían bases distintas, una enfermiza y otra saludable, una basada en la autorrealización y otra en el cubrir lagunas y necesidades. Existe una línea de coincidencia en las clasificaciones y es que el tipo romántico se caracteriza por centrar en la persona toda la atención y dedicación, así como una entrega absoluta y una idealización de la misma. Dentro de estas categorías, destacar la teoría triangular del amor de Sternberg (2000) y la teoría de los colores del amor de Lee (1973, 1976). Se han considerado elementos de base al ser muy numerosas las investigaciones que se han realizado tomándolas como referencia, desde aspectos culturales a elementos familiares como el apego o estilos educativos, que se han combinado entre ellas y con las nociones desprendidas de estas teorías para aportar más información sobre el amor y las parejas. Se ha observado cómo los distintos componentes del amor o tipos de amor que muestran estas teorías, engloban los elementos que forman las definiciones previas. La relación de estos tipos de amor con datos de diferencias de género y entre culturas, vuelve a mostrar que el amor y la formación de pareja es una edificación de tipo social.

Con respecto a las definiciones de pareja y los tipos existentes, se ha observado principalmente la contraposición existente entre las nociones previas y las actuales, produciéndose un choque que a nivel social quizá cueste entender, debido a las características que las forman, al distanciarse mucho de la idea tradicional de pareja. Especialmente ocurre esto con las parejas LAT o Living Apart Together y especialmente con las relaciones parasociales, entre las cuales no hay investigaciones concluyentes sobre su formación. Sería adecuado ampliar los trabajos con respecto a esta situación, ya que este tipo de uniones pueden llegar a convertirse en representativas de una parte de la población en una vida cada vez más digitalizada. Además, los rasgos que debe poseer una pareja a nivel afectivo y sexual para ser elegida son muy variados y van cambiando en función del tipo de relación, la edad y la cultura, pero existen unos básicos que se han mostrado constantes entre distintas etapas vitales y sociedades, aunque siempre con matices, por supuesto. Éstos atienden, sobre todo, a aspectos evolutivos que

posteriormente han mediado en la construcción de estereotipos y roles de género. Éstos serían: el hombre como proveedor, aquel que resuelve los problemas, realiza la toma de decisiones y que presenta un buen estatus social y económico, es decir, que aporte estabilidad; en la mujer, la capacidad de cuidado, los aspectos emocionales y que sea joven y físicamente atractiva. Dentro de este apartado, se han mostrado también las distintas etapas por las que pasa una relación de pareja, pudiendo apreciar así su evolución y los componentes propios de cada fase. Se ha observado que su desconocimiento se plasma en ideas poco realistas sobre la duración del amor y la equivalencia de ciertos componentes que lo forman, siendo una de las causas que provoca malestar y sufrimiento en pareja.

Pero además de los rasgos principales que cada persona busca en otra para emparejarse con ella, existen diversas teorías que pretenden explicar cómo nos unimos a los demás, pudiendo desembocar en una relación de pareja, tomando como base una perspectiva psicosocial para explicar este fenómeno. El objetivo ha sido ofrecer una visión global, hacer una agrupación de las principales teorías más representativas en los textos consultados, no hacer una recopilación completa de éstas, debido a su extensión y a que ya ha habido autores que han realizado esta tarea. De manera que el haber obviado cierta información, no tiene como causa el otorgar menor importancia a la misma. Por tanto, se parte de un concepto base, la afiliación, que engloba a otro fenómeno, como es la atracción. Concretamente, con respecto ésta, matizar que incluye realmente la explicación del comienzo de los diversos tipos de relación existentes, incluida la de corte amoroso. Se ha usado para relacionar entre sí otras nociones, ya que el amor apasionado se entiende como un modo de atracción interpersonal, siendo ésta última una palabra que se usa con frecuencia para referir diversas ideas de amor. Los factores que explican cómo puede llegar a aparecer la atracción, guardan relación con los rasgos que una persona considera deseables en otra, englobando aspectos sociales y biológicos, tales como el atractivo físico u otras características socialmente deseables, como rasgos de personalidad, siendo el grado de similitud de actitudes el mayor predictor de atracción. A esto se le suman modelos explicativos que entienden la atracción como satisfacción de necesidades, aportación de información positiva, la superación de retos o la necesidad de complementariedad, todo ello como punto de inicio para desembocar en una unión romántica.

Las relaciones de pareja, al igual que cualquier otro tipo de interacción, se desarrollan en un contexto social y cultural específico, lo cual ha sido tenido en cuenta como criterio de evaluación del individuo, la pareja y su forma de proceder. Por tanto, en función de las características, valores y normas que definan a una sociedad y cultura específicas, la noción y la manifestación de amor y pareja se irán amoldando a éstas y a las necesidades derivadas de las mismas, tales como creencias en torno al compromiso, objetivos futuros, formas de interacción, expectativas en torno a la pareja o el papel del hombre y la mujer en la sociedad y en la relación, aprobándose así un tipo de relaciones y no otras en base a estos criterios. Concretamente, aquellas de corte colectivista que tienen muy presentes las diferencias de estatus social y en las que las normas familiares y los deberes normativos son muy valorados por sus miembros, darán muy poca valía al amor romántico tanto para elegir pareja, como para contraer matrimonio, valorando más un tipo más práctico, ocurriendo lo contrario en las individualistas, cuyos rasgos son opuestos. O también, que la cultura y aspectos sociales medien en los elementos evolutivos a la hora de elegir pareja, por ejemplo en aquellas sociedades en el que la igualdad esté más extendida, se utilizarán menos criterios de género. Sin embargo y a pesar de los matices, la experiencia amorosa está presente en todas las culturas estudiadas, existiendo cuatro elementos básicos comunes en todas ellas a la hora de entender el amor, pudiendo variar en contenido y significado: el ser amado, los sentimientos del amor, las ideas que se le atribuyen y la relación entre amante y amado.

El segundo gran punto de la contextualización general ha servido para encuadrar el otro elemento sobre el que versa este trabajo, la adolescencia. La característica principal de esta fase vital es el cambio progresivo en todas las áreas del desarrollo, el cual persigue el asentamiento de la identidad, la imposición de la autonomía, la búsqueda de la independencia y, sobre todo, se define por un creciente interés por la actividad afectiva y sexual con los otros. La importancia de haberlos enumerado y desarrollado reside, por un lado, en que son las bases de las cuales emergen los hombres y mujeres adultos y, por otro, que conocer las características de estas transformaciones nos ayuda a comprender cómo entienden el amor, a la pareja, las relaciones y su forma de actuar y razonar en este terreno. Aclarar que todos los cambios producidos, así como las características que los forman, son compartidos por la inmensa mayoría de adolescentes dentro de su desarrollo normativo, pero siempre hay que tener en cuenta que es algo orientativo y no un código rígido, ya que pueden haber variaciones e incluso producir-

se retrocesos en función de otras variables biológicas, intelectuales, sociales o emocionales. Por tanto, desde esta visión se ha concebido la relación romántica como el conjunto final a la que contribuyen aspectos propios del individuo, la familia y la sociedad en general, lo que, a su vez, justifica la explicación de los factores de formación de pareja desde el ámbito interno y ambiental.

Realmente, con el análisis de cada uno de estos cambios se ha podido constatar la conexión que hay entre ellos. Es decir, la transformación cognitiva proporciona al adolescente un pensamiento más elaborado que ayuda a la mejor comprensión del mundo y de sí mismo, lo cual es favorecido por la maduración progresiva de una serie de estructuras y áreas cerebrales que, al mismo tiempo, influyen en los cambios corporales a través de la acción hormonal. Ésta última ayudará, a su vez, al desarrollo de la sexualidad mediante la aparición del deseo sexual y el interés por la actividad romántica hacia los iguales, los cuales son muy importantes para las relaciones románticas al servir como referencia y punto de información, entre otros beneficios, así como representación del lugar donde se inician las primeras parejas. Finalmente, todo conjugado va a ayudar al proceso de formación y consolidación de identidad e individualidad del adolescente.

En general, la adolescencia es vivida como una etapa de desconcierto, en mayor o menor medida, y sobre todo, de descubrimiento, siendo el momento clave para las relaciones amorosas, ya que una buena parte de las transformaciones están orientadas hacia ello y las experiencias de pareja serán, a su vez, elementos de aprendizaje para el adolescente, influyendo, por tanto, de forma bidireccional en la dirección de los cambios vividos. Por ejemplo, la integración y formación de la identidad guarda relación con la elección de pareja, ya que el proceso de selección del adolescente le sirve de ayuda y soporte para el autoconocimiento y la comprensión del sexo opuesto, consolidando así la identidad y los intereses de carácter romántico. Pero también puede ocurrir que si la relación se torna tormentosa y es una fuente de estrés, se produzcan alteraciones en la direccionalidad del desarrollo en este sentido. Es decir, la relación entablada con alguien cercano podría provocar que la persona se aproxime a su yo ideal, o se aleje, ya que las interacciones con los otros cambian nuestra propia percepción y ésta influye en las relaciones. Este proceso es muy intenso entre las que son muy íntimas, como la amistad y la pareja.

Por otro lado, sobre la construcción y vivencia personal del amor por parte del adolescente, va a impactar el ámbito biológico, la parte evolutiva, cerebral, neuronal y química implicada en este proceso. Esta visión nos ha permitido conocer los procesos que experimenta una persona enamorada, tanto al inicio de la relación, como a través del tiempo, así como los sustratos que ayudan a explicar las diferencias existentes entre hombres y mujeres, lo cual aporta información complementaria a la comprensión de las diferencias por género anteriormente explicadas. Estos conocimientos sobre el amor tienen su origen en las teorías evolutivas y socio-biológicas enfocadas a este tema, en las que ha visualizado el amor como la consecuencia de estrategias de tipo adaptativo que se han ido instaurando en el ser humano gracias a la selección natural y que se hallan centradas en la atracción sexual y en la unión para la protección y cuidado de la prole.

La forma que presentan actualmente, como por ejemplo los aspectos más valorados en una pareja, son el resultado de que, al haber ayudado a la perpetuación de la especie, se han transmitido generacionalmente. Lo que ocurre es que en el ser humano esas estrategias se han vuelto más elaboradas y sutiles. En este sentido, el crecimiento del deseo y el interés por los otros que experimentan los adolescentes es el rasgo evolutivo de esa tendencia innata a continuar la vida. Solamente que en el ser humano se conoce como amor romántico y que se sustenta sobre química y estructuras cerebrales, iniciándose con la primera de una serie de fases, denominada enamoramiento. Cada una de estas etapas del amor se asociará con un conjunto de neurotransmisores y de actividad encefálica, siendo la variable tiempo, la que marcará las diferencias. Esto va a permitir adaptar los sentimientos y la relación hasta culminar con la fase de apego profundo, ya que de lo contrario, se produciría un desgaste opuesto a lo que busca el amor, que es la vida. Y aunque las necesidades sociales y económicas distan mucho de las existentes hace miles de años y se presenten ciertas matizaciones debido a estos cambios, hemos de quedarnos con la idea que esos patrones cerebrales de cortejo permanecen y permiten explicar muchos de los procesos de formación de pareja actuales.

Además, como sabemos, la díada biología-ambiente es bidireccional, por lo que las experiencias vividas, son hechos con carga cultural que van a determinar, en parte, cuándo, dónde, cómo y a quién amamos y quizá, después de encontrar a esa persona, sea cuando los

elementos neuroquímicos establezcan el modo en el que nos sentimos cuando amamos. Por tanto, desde el terreno contextual se puede afirmar que el proceso socializador es el punto del que nace cualquier interacción con los otros. En este sentido, hay que tener en cuenta que la familia es la principal transmisora de cultura y la primera en enseñar a los niños las formas de construir relaciones de pareja, seguida por el resto de factores sociales, que contribuirán a la socialización del individuo. En otras palabras, la combinación de variables de tipo familiar, contexto social y habilidades personales aumentarán o disminuirán las oportunidades para entablar relaciones íntimas. Tendrán mucho que ver en el modo en el que se vive la experiencia romántica, bien como una fuente de frustración y problemas o como una experiencia placentera, llena de afecto y satisfacción, intentando eliminar viejas creencias y mitos que dificultan la plenitud afectiva y sexual. Nuestro entorno en su totalidad, el estilo de crianza, la dinámica de pareja entre los progenitores, las relaciones entre padres e hijos y los medios de comunicación, ejerce el influjo sutil necesario para marcar el camino del enamoramiento, los roles de género, la elección de pareja y creencias en torno al amor. En definitiva, darán forma a lo que sentimos y cómo vemos el amor en su totalidad.

Con respecto a los vínculos familiares, entre otras funciones, se ha apreciado que sirven como referente para el resto de relaciones que se establecen con los otros. Por tanto, cuanto mayor seguridad, calidez, apoyo y equilibrio perciba el adolescente por parte de las figuras del entorno, especialmente de la familia, mejor será el concepto que elabore de sí mismo y de las uniones con los demás, siendo esta influencia bidireccional. En caso contrario, tenderá a desarrollar expectativas intoxicadas y poco realistas. No obstante, se ha de matizar que nada de esto es definitivo, ni determinante, sino que el ser humano se mueve en una horquilla muy amplia de influencias que se conjugan para orientar, que no imponer, una direccionalidad. Por tanto, tener en cuenta a todas ellas es fundamental. El que una persona muestre un apego seguro o haya sido criado con un estilo parental democrático, no indica que esté libre de llevar a cabo dinámicas de pareja disfuncionales, simplemente estos aspectos, como otros tantos, aumentan la probabilidad de que esto no ocurra. Por lo que no se puede entender la influencia de cada factor por separado, sino como un conjunto.

Continuando con la familia, las uniones que en ella se generan, especialmente con los progenitores o cuidadores, son el origen de lo que parte todo, de un fenómeno natural y uni-

versal conocido como apego. Este vínculo es el que satisface la necesidad de seguridad emocional y estima y ayuda a generar modelos mentales sobre uno mismo, o la autoestima futura y expectativas sobre lo accesibles y disponibles que están los demás en relaciones significativas cargadas de intimidad. Por tanto, la existencia de un apego seguro facilita la exploración del mundo social y la creación posterior de vínculos cargados de afecto e intimidad. Si combinamos estas dos variables, se obtienen diversas tipologías de apego, mostradas hasta la edad adulta y que tienen su origen en las vinculaciones afectivas infantiles. Esto se traduce en que alguien con un buen concepto de sí mismo tiende a pensar que será aceptado por los demás, por lo que relacionarse con los otros se entiende que resultará más sencillo; mientras que otra persona con una imagen propia negativa suele creer que los otros van a responder también negativamente ante ella, de ahí el temor y dificultad que puede llegar a experimentar a la hora de entablar nuevas relaciones sociales, manifestando ansiedad ante un posible rechazo.

Por tanto, aunque el apego puede cambiar por las experiencias personales con el ambiente, hay una cierta estabilidad temporal, de forma que el tipo apego establecido con los padres se trasladará a otras relaciones, incluida la de pareja. En general, el apego seguro, tanto en adolescentes, como adultos, es del que se obtienen más beneficios en diversos ámbitos, ya que se trata de personas que viven sus relaciones a gran escala y las románticas en particular, con emociones positivas y confianza, sin ansiedad, ni miedo al abandono, perciben al entorno y a su pareja como disponibles y respetuosos, centrándose en los aspectos positivos de los mismos. La diferencia más característica de las relaciones de pareja en la adolescencia es que conforme maduran sus miembros, en la fase tardía adolescente, el sexo y el amor no son tan centrales como en los primeros años, sino que ahora se caracterizan en mayor medida por el cuidado, la intimidad y la protección, aumentando el éxito de la pareja y la satisfacción de la misma.

Partiendo del estudio del apego, se han podido comprender los estilos de educación dentro del microsistema familiar, a través de los cuales se van a aprender las normas y valores sobre las que se apoyan el manejo y resolución de los conflictos, habilidades sociales y de tipo adaptativo y la regulación emocional. Las conductas y actitudes con respecto a los hijos se sustentan sobre el tipo de apego establecido en el hogar y además incluyen las prácticas parentales, entre las que se encuentran el apoyo y el control. Los rasgos propios de la adolescencia

obligarán a los padres a una renegociación y reajuste de los límites, la individualidad y las normas, al demandarse más autonomía por parte de los hijos. Estas dos variables, apoyo emocional y control combinadas, dan lugar a cuatro estilos educativos parentales, pero que en dosis ajustadas describen el estilo educativo democrático, que combina el afecto con el hecho de favorecer la individualidad mediante normas y límites claros y explicados desde el razonamiento, todo esto a través de conductas que estimulen la autonomía cognitiva y la iniciativa propia. Esta crianza es defendida como el modo educativo preferente para conseguir mejores resultados, tanto en culturas colectivistas, como individualistas. Esta conclusión se sustenta sobre las consecuencias provocadas en el desarrollo de los hijos, como alta autoestima, buena salud mental y rendimiento académico y escasos problemas de conducta, siempre teniendo en cuenta las matizaciones explicadas anteriormente. Además, se ha observado que estos estilos influyen en el concepto de amor y pareja en los adolescentes mediante las creencias de autoeficacia o lo habilidoso que se es para manejar una relación, así como las expectativas románticas o las representaciones de apoyo y cuidado mutuo. Por ello, si los padres son afectuosos con los hijos y promueven su autonomía, éstos aprenden que puede existir una combinación entre independencia y vinculación, tendiendo a generar expectativas saludables sobre las relaciones de pareja y con una mayor probabilidad de trasladarlas a las mismas.

Dentro de la dinámica familiar, también se pueden dar situaciones de maltrato entre sus miembros, entre los que se encontraría el ejercido hacia los hijos y que es de donde parte el análisis en relación a la futura formación de pareja. Tomando como referencia esta idea, nos hemos centrado en explicar cómo influye tanto la visualización de maltrato, como el sufrimiento de éste en el desarrollo de los niños y adolescentes a nivel individual y cómo esto posteriormente podría afectar a la elección y mantenimiento de una pareja, sin adentrarnos en las manifestaciones, ni en los efectos de la violencia en la pareja en sí misma. Dentro de las múltiples consecuencias que se han podido encontrar sobre esta temática, destaca la consistencia de la misma en lo que se entiende como la transmisión intergeneracional del maltrato, la cual puede llegar a afectar al resto de relaciones, incluidas las de pareja. Esta transmisión puede predecir comportamientos agresivos en la adolescencia y edad adulta, pero siempre interpretándolo como un factor de riesgo, no algo determinante, ya que aparte de tener en cuenta a los factores de protección, las consecuencias de los conflictos realmente pueden llegar a tener efectos negativos si se producen en un medio familiar cargado de hostilidad y carencia de

afecto. Si ocurre este último caso, el ser víctima de maltrato durante la infancia disminuye la capacidad para iniciar relaciones de pareja satisfactorias y saludables en la etapa adolescente y edad adulta, ya que la persona se enfrenta a aspectos limitantes, guardando también relación con estilos educativos punitivos y apego de tipo inseguro. Por tanto, partiendo de esta situación, a lo que se le suma la solidificación de las relaciones adolescentes en la edad adulta, que la historia del conflicto suele iniciarse en los primeros noviazgos y se incrementa con la edad, junto con la situación de mayor vulnerabilidad y tendencia a interpretar erróneamente cierta información relacionada con el amor y la pareja durante la adolescencia, se justifica una educación formal y no formal más responsable y profunda por parte de los adultos en este terreno.

Añadido a esto, la violencia en el hogar puede ser motivo de ruptura y separación de la pareja formada por los progenitores, lo cual también dejará su huella en el resto de miembros de la familia, especialmente los hijos, aunque dependerá en gran medida de lo traumático del proceso. Esto queda influido, en gran parte, por el nivel de conflicto parental durante el mismo, así como factores de tipo positivo personal del niño y adolescente, los cuales deben ser promovidos en última instancia por los progenitores. El proporcionar a los hijos sentimientos de seguridad emocional y física en torno a las relaciones familiares y la posibilidad de resolución de los conflictos, actúan como factores de protección en los adolescentes, es decir, el mantener un estilo de apego seguro, un estilo educativo democrático, con independencia de la viabilidad de la relación de pareja parental, serían los elementos que jugarían un papel clave para una buena gestión del divorcio por parte de los hijos y la adecuada actitud de éstos ante el nuevo panorama familiar.

Por tanto, el nivel de conflicto tendría la capacidad de alterar o mantener el apego con la pareja, el preexistente con los hijos y los vínculos de éstos con los otros, así como la calidad de las relaciones horizontales y verticales, presentes y futuras. En este sentido se han encontrado dos vías explicativas, las cuales quedan mediadas por el otro elemento importante en las investigaciones, la actitud de los hijos. La primera sería aquella en la que éstos perciben el divorcio como una reducción de la tensión provocada y un elemento positivo de aprendizaje, mientras que en otros hay un mayor riesgo de reproducir más adelante el patrón de separación mediante la transmisión intergeneracional del divorcio. Se ha podido constatar entre los adolescentes de padres divorciados, una tendencia a mostrar queja sobre cómo este hecho ha po-

dido llegar a influir sobre la visión de la pareja y el amor, produciendo un efecto sobre el inicio y calidad de sus relaciones románticas. No obstante, este tipo de estudios han sido muy criticados a nivel metodológico. Por tanto, en este terreno no se puede considerar algo como totalmente definitivo, ya que de nuevo tendríamos que tener presentes factores de tipo personal y ambiental que pueden intervenir en el proceso, suavizando sus efectos, siendo la variable mediadora por excelencia la propia experiencia de pareja. Ésta reduciría el impacto del divorcio y la influencia de la familia de origen al permitir al individuo observar su propia capacidad en el desenvolvimiento en la relación. Esto podría disminuir el peso de las creencias sobre el amor, el matrimonio y la separación de los progenitores, pudiendo llegar a experimentar expectativas más optimistas en torno al futuro de su vínculo amoroso.

Unidos a la influencia familiar, han quedado expuestos los medios de comunicación, el otro gran elemento socializador a través del cual se consolidan y expanden los estereotipos y roles de género, los cuales han sido transmitidos desde la infancia por nuestro entorno más próximo. La comprensión de las dinámicas de la pareja quedaría incompleta si no se analizan las condiciones que gobiernan el contexto donde el adolescente crece y cómo éstas llevan a cabo su influencia, la cual es muy poderosa. En este punto hay que matizar que la información que se ha aportado en referencia a este tema, ha sido utilizada con fines de adquisición de conocimientos en un intento por reflejar la realidad actual y pasada en los medios. No se ha pretendido en ningún momento adoptar una postura que se posicione a favor o en contra de la imagen de hombres o mujeres, ni tampoco que las ideas plasmadas representen un atentado contra los medios y su consumo. También se ha destacado el no determinismo del efecto de los medios, confiando en los factores protectores con respecto a los adolescentes, tales como rasgos personales, estilos educativos parentales o red de apoyo social de calidad. Prosiguiendo con el influjo contextual, ha quedado expuesto que la sociedad es el gran elemento que permite y prohíbe de forma diferencial, que marca lo que en la cultura occidental deben ser un hombre y una mujer y las formas en las que tienen que relacionarse a nivel general y en pareja. Estos mandatos generalmente representan una posición de desventaja para la mujer, en donde los estereotipos de género suelen suponer una ventaja para los hombres, pero un prejuicio para ellas. Estas creencias erróneas sobre los sexos instauran ideas, en muchas ocasiones, poco adaptadas a la realidad, marcando la forma en la que se vive, salpicando a todos los ámbitos de desenvolvimiento de los individuos, no siendo el amor y la pareja una excepción. Se gene-

rarán arquetipos bastante rígidos sobre el hombre y la mujer cuyo origen se remonta a la niñez, donde empieza su construcción.

Si bien esto sirve en la adolescencia para la consolidación de la identidad, identificación y pertenencia al grupo y comprensión coherente de la realidad, también hará que se actúe en base a una serie de creencias interiorizadas como normativas, pero que en realidad marcan la forma en la que amamos y nos relacionamos, en ocasiones, negativamente. Ya se anunció que los valores evolutivos asociados a hombres y mujeres, eran aquellos que, por lo general, se buscaban en una pareja y que eso se había traducido en estereotipos y roles de género. Efectivamente, basándose en esos rasgos, a nivel social lo que define a un hombre es el poder, el ser resolutivo, la posesión, protección, confianza, intelecto o estabilidad emocional; mientras que el constructo femenino conlleva preocupación por la apariencia física, frivolidad, el ser cuidadora y responsable del bienestar ajeno, teniendo para ello que presentar elementos tales como altruismo, dulzura, sumisión, priorizar las necesidades de los demás y propensión hacia el amor. Por tanto, aunque las diferencias de género se estén diluyendo cada vez más por no ser el hombre el único que sustenta a la familia, ni la mujer la que solamente se queda a cargo del cuidado de la misma, son rasgos que se asocian a cada uno simplemente por su sexo biológico, siendo elementos muy poderosos.

Toda la información de la que disponen los adolescentes en su imaginario, es un producto con una importante carga cultural, en el que se incluyen también ideas sobre el amor romántico. Esta información es procesada cognitivamente por los receptores, incluyendo información en torno a un arquetipo específico que, si ya es influyente en la edad adulta, es mucho más susceptible de ser imitado por los niños y adolescentes. Especialmente entre éstos últimos, el choque entre una serie de ideas preconcebidas y la realidad, puede provocar problemas emocionales y sociales al sentir que no aspiran al prototipo establecido o que la otra persona no encaja en el molde mental que se han creado. Las historias de amor son transmitidas por la televisión, literatura, cine y música, mayoritariamente de un modo altamente edulcorado y transformado, quedando cada vez más separadas del mundo real en muchos aspectos y mostrando elementos del amor y de los personajes con una gran carga emocional negativa y estereotipada. Esto unido a la baja capacidad crítica del adolescente por su inexperiencia y la iden-

tificación que persigue el proceso socializador, genera el caldo de cultivo perfecto para un mayor impacto.

Además, las nuevas tecnologías, las redes sociales, las aplicaciones móviles y los dispositivos electrónicos, añadido al uso de los otros medios, también se utilizan como vías para iniciar o manifestar las relaciones de pareja, especialmente entre los adolescentes. Sin embargo, el poco aprendizaje que pueden llegar a recibir sobre su buen uso, afecta a la forma en la que gestionan los conflictos de pareja, siendo éstas a su vez, fuente de problemas en la relación. Esta consecuencia acontece debido a la necesidad imperante de estar conectado constantemente, lo que desemboca en una mayor monitorización de la pareja, interpretando la devolución de información como prueba de amor, creándose así una serie de obligaciones y rutinas en el compañero sentimental.

En general, en los medios de comunicación ha quedado plasmada una constante en cuanto a la forma en la que muestran el amor, las parejas y a hombres y mujeres. Con respecto al amor y las parejas, el sufrimiento y el dolor están servidos, se utiliza la dualidad amor-desamor como reclamo para aumentar el consumo. La cuestión es que esa transmisión de ideas no cae en saco roto, especialmente en el caso de los adolescentes, los cuales pueden generar una idea distorsionada de lo que creen que supone amar, afectando así a sus relaciones. La segunda constante, es la visión de género, la cual no tiende a favorecer a la mujer, como ya se apuntó. La noción de mujer como objeto pasivo, sufridor, amoroso, emotivo, objeto de deseo y sexual, preocupada por su imagen porque debe gustar, la que salva al hombre de sus fantasmas en nombre del amor, la que no debe disfrutar ni manifestar libremente su sexualidad, la que debe unir emoción y placer y a la que se le presiona para tener pareja y descendencia como elemento esencial para su feminidad, entre otras cosas. Esto provoca que la mujer, en general, tenga una concepción de sí misma y del amor mucho más adulterada que ellos, percibiendo en menor medida una relación problemática. Los adolescentes varones suelen manifestar mayor claridad sobre los elementos positivos que les ha de aportar una relación de pareja y tienen menor confusión con sus sentimientos. Esto es fruto de la construcción social del amor, las relaciones de pareja y el modelo de hombre y mujer llevada a cabo de manera diferenciada y expuesta como tal, en función de si los destinatarios son hombres o mujeres. El resultado de este proceso provoca una vivencia del amor también diferente y una asimetría relacional.

Como culminación del proceso de socialización en torno al amor y las relaciones de pareja, se desarrollaron una serie de creencias que encaminan nuestra conducta y actitud amorosa, las cuales se encuentran muy extendidas y forman parte de nuestro día a día: son los mitos del amor romántico. Se instituyen como verdades absolutas compartidas, con alta carga emocional, siendo difíciles de eliminar porque han sido interiorizadas como verdaderas en el ideario conjunto. Las ideas en torno a este tipo de amor son una creación occidental que se ha visto favorecida por sus propias características, lo cual queda reforzado por el hecho de que en otras culturas se valoran más otros estilos amorosos en función de las necesidades y características de las mismas. Por ello, estos mensajes definen lo que en la cultura occidental se entiende por amor real o amor verdadero, lo que provoca que el individuo se amolde a lo que cree necesitar y sobre esto se construirán las relaciones románticas.

Estos patrones de pensamiento, herencia de un ideario social, determinan en parte la vida, la limitan, al igual que los estereotipos y roles de género. Las creencias que se poseen sobre las relaciones de pareja, provocan la atribución de una serie de rasgos a éstas, quedando en cierta medida determinada la forma en la que se interactúa dentro de ella. Este hecho puede tener como consecuencia una serie de alteraciones emocionales e insatisfacción con la relación, al producirse la confrontación con la realidad. Por tanto, teniendo en cuenta que los adolescentes son devoradores de unos medios que les bombardean con información excesivamente distorsionada en muchas ocasiones, puede dar lugar a que sus vínculos románticos nazcan de una base mitificada y se perpetúen por estas mismas creencias.

Ante lo que se acaba de mostrar, se entiende que la revisión exhaustiva de información proporciona una cantidad de datos muy amplia que, engarzados adecuadamente, permite una mayor comprensión del tema de estudio, en este caso el amor y la formación de pareja en la adolescencia. El conseguir toda esa información implica una consulta profunda desde las bases del conocimiento en este terreno, generando un resultado final global que permite satisfacer el otro objetivo del trabajo, que es la exposición de los factores mencionados. Sin embargo, la propia indagación presenta una serie de límites, siendo el primero de ellos el no poder abarcar absolutamente todo lo escrito en torno al tema expuesto, debido a su extensión, a la disponibilidad de ciertos materiales por su exclusividad y/o antigüedad y a limitaciones tem-

porales y geográficas, así como barreras de tipo lingüístico. Además de esto, hay una serie de restricciones impuestas por la propia naturaleza de este tipo de investigación y es que, aunque permite plasmar la complejidad del fenómeno de estudio, favorece que el investigador vuelque ciertas nociones subjetivas en las conclusiones, por lo que a pesar de basarse en datos concluyentes, puede quedar sometido al propio juicio de cualquier otro que valore su trabajo. Finalmente, al acotar la población objeto de estudio, los datos recogidos no son generalizables a toda la población, pero sí transferibles.

Teniendo en cuenta los objetivos de esta tesis doctoral, hemos considerado que los factores expuestos y su desarrollo conducen a una comprensión del fenómeno de amor y pareja durante la fase adolescente. En este sentido, atendiendo a la contextualización histórica y conceptual, se hace necesaria al permitir profundizar en los orígenes de una noción que ha ido evolucionando de forma asombrosa durante miles de años y que ha permitido crear el bagaje que a día de hoy nos da la oportunidad de comprender la razón por la cual las personas tiendan a unirse a otras, los beneficios que nos aportan los grupos, la construcción social en torno al amor y la pareja o el motivo de tener una serie de ideas en relación a estos fenómenos y no otras. El conocer esta información, aporta datos altamente enriquecedores para adoptar una visión más completa y asentada sobre unas bases específicas que explican el origen de lo que actualmente concebimos como amor y relación de pareja.

No obstante, hay que destacar un par de cuestiones al respecto. En primer lugar, hagamos hincapié en la información histórica. Teniendo en cuenta que el amor, aunque sea en sus formas más primitivas, ha estado siempre presente de alguna forma en la evolución del ser humano, hace que resulte una tarea ardua el reunir textos en referencia a estas cuestiones, pero se torna imprescindible para poder comprender el amor y la pareja a día de hoy. Por otro lado, con respecto a la recopilación conceptual, es altamente interesante ver cómo va cambiando la noción con el paso de los siglos, incluso dentro de la misma época, influenciada por diversas variables, como cambios sociales o corrientes de pensamiento, lo cual nos da a entender que, efectivamente, los conceptos que abordamos tienen una carga ambiental muy elevada. La diversidad de definiciones y elementos que componen el amor nos ha llevado una vez más a concluir la complejidad de estos fenómenos. Encontrar una definición que unifique todos los aspectos del amor resulta altamente dificultoso, ya que la visión de cada autor, corriente o in-

investigación, limita los elementos que incorpora. Por este motivo, se ha requerido el aportar una visión global del amor y la pareja, en un intento de que el lector incluya distintas perspectivas a la idea, tanto de amor en general, como de amor romántico y de pareja.

Por otro lado y precisamente por considerar que el amor y la pareja son construcciones sociales y culturales, dentro de esta contextualización hemos querido destacar también las diferencias encontradas al respecto en este terreno. Las aportaciones socio-biológicas resultan altamente explicativas, ya que intentan ampliar los conocimientos e integrar los dos elementos que ejercen su influjo en el amor y la pareja, como son los factores ambientales y biológicos. Permiten informar, desde una base evolucionista, sobre cómo estas necesidades en un principio innatas, se transforman y adaptan a las características de una cultura, de forma que nos ha permitido apreciar la influencia clara que existe entre ambos campos de estudio. En este sentido, hemos apreciado que las aportaciones puramente biológicas que se han plasmado representan una perspectiva igual de importante que otras, por dos motivos. En primer lugar, ayudan a una comprensión no adulterada de los procesos fisiológicos acontecidos durante el enamoramiento y las fases posteriores. Es decir, este conocimiento, aunque le pueda llegar a quitar ese halo especial que rodea al amor, tal y como lo tiende a concebir gran parte de la población, permite también eliminar ciertos mitos en torno a este tema, como la equiparación de amor y pasión, por ejemplo. De modo que si se instruye a las personas en estas cuestiones facilitaría, no solamente una ampliación de información, sino también el reconocer en qué fase se encuentra su relación, qué implica y qué vendrá posteriormente, pudiendo actuar en consecuencia y solucionar los problemas que puedan ir surgiendo en cada una de ellas. Esto podría ayudar a no crear falsas ilusiones sobre lo que debe ser el amor, lo que debe implicar o cuánto debe durar, es decir, contribuiría a la eliminación de la asociación entre algo prolongado, como el apego que se crea con la pareja y otra más efímera, como es la pasión, lo cual permitirá vivir cada fase de forma más objetiva y saludable, atendiendo a unas expectativas más realistas. El segundo motivo se centra en que, aunque herencia y entorno lleguen a influenciarse, hay asuntos que solamente la biología puede explicar, al igual que sucede con los aspectos sociales y culturales, siendo es a partir de ahí cuando se puede comenzar a buscar el punto en el que ambos se unen. Por tanto, las perspectivas teóricas que intentan fusionar dos ámbitos de estudio, aparentemente tan distintos, persiguen una visión integradora, la cual es más enriquecedora y permite una mayor comprensión del fenómeno. Esto no implica que las teorías de

corte psicológico o social, que intentan mostrar cómo las personas tienden a unirse mediante procesos como la atracción, sean menos válidas, al contrario, sino que ofrecen unas nociones básicas incrustadas en las anteriores, pero el ámbito de estudio es en parte más limitado.

En otro orden de cosas, con respecto al otro punto de contextualización, como son los rasgos del desarrollo adolescente, se ha observado que la información encontrada permite elaborar una red interconectada que desemboca en el amor en la adolescencia. Esto es, todos los cambios que experimentan las personas en esta etapa, conducen a conocer los rasgos que definen las relaciones sociales y de pareja y cuáles son las funciones que presentan, creando así una base para el futuro adulto. Sin embargo, aunque los datos disponibles son muy amplios dentro de todos los ámbitos del desarrollo que han sido tenidos en cuenta, los estudios futuros deberían ahondar de forma más específica en la asociación directa entre autoestima y relaciones de pareja, ya que no se han encontrado tantos resultados en comparación a otras asociaciones temáticas. La necesidad de esto se observa en que la autoestima es una de las dos vías presentes en el apego y si éste es el vínculo que da forma, al menos en parte, a las relaciones románticas, su importancia habla por sí sola. La interconexión encontrada entre la parte afectiva y sexual del desarrollo adolescente, nos ha llevado a concluir la necesidad de una educación integral en este terreno y que sea considerada una materia igual de importante a cualquier otra en cualquier curriculum académico. Recordamos que aunque no es objetivo fundamental, ni secundario de esta tesis doctoral, debido a la apertura investigadora que pueda abrir ésta, hace que sean necesarias de mención las aportaciones posteriores que pueden desembocar del presente trabajo. En esta línea, si la escuela es un elemento socializador y formador, hay que nutrir al ser humano en crecimiento en todos los aspectos del mismo, no solamente a nivel intelectual, sino también social y emocional. No se pretende un decantamiento de la balanza hacia la enseñanza de aspectos no académicos, como puede ser el amor, las relaciones de pareja, habilidades sociales o inteligencia emocional, sino hacia la consecución de un equilibrio entre éstas y las asignaturas tradicionales.

Esta sugerencia integradora puede ampliarse todavía más. Esto es, partiendo del análisis contextual que hemos realizado, se ha observado la importancia de ciertos elementos que podrían formar parte de esa educación hacia los adolescentes, pero también hacia los progenitores. En este sentido partimos de dos grandes bloques, la familia y los medios. Con respecto

al primero, hemos observado la enorme cantidad de trabajos existentes relacionados con el apego y su vinculación con otras nociones, como los estilos parentales educativos, las relaciones de pareja, la red social adolescente o el autoconcepto, entre otras. Su amplitud se explica por la importancia de este fenómeno, el cual supone una base muy rica a partir de la cual poder comprender qué rasgos son definitorios de la pareja en la adolescencia y años posteriores y cómo las personas se comportan en función de ello.

La parte afectiva resulta enormemente importante, al igual que ocurre en los estilos de educación de los padres, es decir, las investigaciones encontradas sugieren que, aunque el control, normas y límites establecidos, así como el fomento de autonomía en combinación con el apoyo emocional, generan enormes beneficios en los hijos, ésta última variable por sí misma es fundamental en un buen ajuste general. Es decir, tiende a ser la piedra angular de todo lo demás. En ocasiones, en los proyectos educativos o en escuelas de padres se tiende a centrar más la atención en trabajar la conducta y los límites y normas, probablemente por limitación de tiempo o por ser las necesidades más demandadas por los progenitores con respecto a sus hijos adolescentes. Esto es importantísimo a lo largo del desarrollo, pero el formar a los padres en la parte afectiva para con sus hijos y en su relación de pareja propia, tiene el mismo peso, ya que todo queda engarzado, favoreciendo, de nuevo, una formación integral. Lo cual nos lleva a proponer la necesidad de dar instrucciones a los padres sobre la resolución de conflictos personales y de pareja, así como la comunicación con los hijos con respecto a estos temas, dotándoles de herramientas y habilidades encaminadas a ello. Esto se basa en la evidencia que hemos encontrado en torno a que la calidad relacional de los progenitores, tanto estando unidos, como en procesos de divorcio, unido a las actitudes que tienen los hijos en torno a estos temas en función de lo observado y aprendido en casa, se tornan en elementos con alto peso en la formación de sus relaciones sociales en general y de pareja en particular. Por tanto, los padres son el origen de las formas de pensar, actuar y sentir de los hijos, determinando en parte estas cuestiones; por ello una formación adecuada, tanto a progenitores, como a adolescentes, sobre todas estas temáticas y en función de sus necesidades, les permitirá unas formas de relación basadas en un conocimiento bien asentado que les puede beneficiar.

Como apunte y en relación a los estilos educativos, sería interesante que las futuras investigaciones ahondaran en los aspectos positivos que pueden otorgar otros modos distintos al

democrático, ya que no se ha encontrado demasiada información al respecto, centrándose en mayor medida en lo negativo que aportan. El disponer de datos en este sentido, quizá podría ayudar a la creación de trabajos más específicos y detallados, adaptados a las necesidades personales. Aunque el estilo democrático supone un equilibrio y es el más adecuado en la práctica, la realidad es que en cada individuo hay una tendencia a un estilo concreto, por lo que no podemos focalizar la atención únicamente en este modelo educativo. Hay que tener en cuenta que en ocasiones es difícil llevar a cabo este modo de proceder de forma constante, ya que hay otra serie de variables que influyen en éste, como el que el padre, madre o ambos, estén pasando por una mala temporada a nivel personal, tengan problemas económicos o a nivel de pareja, por poner algún ejemplo, lo cual aumenta el estrés y éste dificulta la crianza. Además, partiendo que en muchas ocasiones ellos mismos proceden de un hogar con un estilo no democrático, no es algo que tengan que llevar interiorizado. De este modo, pensamos que se quitaría presión a la práctica educativa parental al proporcionar a los padres alternativas objetivas, las cuales sigan favoreciendo una apropiada educación cuando se vean incapaces de aplicar unos límites y normas claros, o prestar un apoyo emocional adecuado.

En relación al segundo bloque mencionado, que comprende los medios de comunicación y las nuevas tecnologías, han sido incluidos en este análisis, principalmente, por dos razones. La primera, es que el mundo que nos envuelve está cada vez más mediatizado y digitalizado. La segunda, que los adolescentes son grandes consumidores en este terreno. Ambos son grandes transmisores de información y reforzadores de una ideología del amor y la pareja que nace en la familia y en el contexto social más inmediato del adolescente. Aunque la mayoría de trabajos encontrados se centran en el análisis de los efectos nocivos que pueden tener estos medios, no hay que olvidar que la parte educativa y socializadora beneficiosa que poseen es fundamental para un desarrollo completo y adecuado. Sin embargo, los datos obtenidos guían de alguna manera la explicación del amor y la pareja adolescente hacia una construcción con una base negativa. Indudablemente, la información más extendida gira en torno a la televisión y todos sus contenidos, pudiendo obtener conocimientos muy amplios en relación a los temas mencionados, así como la visión del hombre y la mujer en la sociedad y a nivel relacional, lo cual ayuda a generar un arquetipo concreto, pero no siempre adecuado. Si bien es cierto que este campo de estudio es importante, ya que la televisión, así como la literatura y el cine, se consumen ampliamente, se han echado en falta más trabajos en torno a la música como

transmisora de ideas románticas, lo cual resulta en cierta medida impactante debido a la importancia que ésta tiene para la sociedad en general y para la adolescencia en particular. La música, antes que otros medios, ha sido la encargada de expandir información sobre temáticas diversas, ayudando a la población a comprender su realidad. De este modo, se recalca la importancia de profundizar en este terreno en especial, ya que se trata de un medio que nos acompaña desde la cuna y con el que vivimos a diario, el cual nos inunda con mensajes que no siempre generan un modelo saludable de relación y de hombre y mujer.

En general, hemos observado una constante en los medios de comunicación y es la transmisión de creencias erróneas sobre hombres y mujeres, así como del proceso de amor y la pareja, es decir, una serie de mitos en torno al amor romántico que dan forma a la manera en la que los adolescentes conciben éste, afectando a las formas de operar dentro de la relación al basarse ésta en una percepción distorsionada de la realidad. Por ello, invitamos a incluir en los proyectos futuros, aspectos que ayuden a la formación crítica de actitudes sociales y culturales en torno a la literatura, el cine, los programas y series de televisión, publicidad y música. Sería interesante que la iniciativa partiera desde las propias creencias irracionales, desmontándolas y proporcionando una visión más objetiva que despierte la visión crítica de los adolescentes. También hemos querido destacar que en trabajos con esta población, las nuevas tecnologías deben ser tanto el medio de creación, como el contenido de los mismos, es decir, hablar del buen uso de nuevas tecnologías, utilizándolas. El que se hayan encontrado datos sobre el tiempo dedicado a éstas y el abuso que los adolescentes hacen de estos medios en general y en el tema amoroso en particular, hace saltar la alarma sobre la necesidad de un aumento en la toma de conciencia por parte de éstos sobre las consecuencias de este hecho y, teniendo en cuenta que vivimos en una era altamente tecnológica, es una idea más que adecuada aprovechar los nuevos avances disponibles para llevar a cabo este aprendizaje, fomentando la implicación e identificación de los adolescentes e incrementando la probabilidad de asimilación de los conocimientos al presentarlos de una forma familiar para ellos.

Por tanto, el disponer de una amplia y profunda red de información teórica ayuda a asentar las bases de investigaciones y proyectos en relación a este tema, pudiendo así corregir errores de anteriores trabajos y profundizar en aquellos puntos en los que previamente se haya producido un análisis superficial. Este último hecho permite abrir vías futuras de análisis,

asentándose sobre las necesidades expuestas en torno a los adolescentes y al establecimiento de relaciones de pareja saludables. Es difícil concebir una formación global sin tener en cuenta aspectos del día a día de esta población, tanto a nivel personal, como contextual, tales como el tipo de relación que mantienen con sus padres o amigos, la razón de que se les acelere el corazón cuando ven a la persona que les gusta o que el abuso de aplicaciones móviles pueden acarrearles problemas diversos, especialmente discusiones con la pareja e insatisfacción con la relación. Además, teniendo en cuenta que los seres humanos necesitamos entablar vínculos cercanos, la pareja supone uno de los más importantes en el camino hacia la edad adulta, sirviendo de apoyo, compañía, fuente de información y aprendizaje. Por tanto, las bases sobre las que se asienta deben ser adecuadas, saludables y libres de creencias erróneas. El conseguir esto supone un trabajo muy amplio, ya que la creación de planes de formación basados en la evidencia científica, deberían extenderse a las personas que forman el entorno cercano de los adolescentes, con el fin de aumentar la toma de conciencia sobre estas necesidades. Sin embargo, ante la imposibilidad de cambiar a la sociedad y la cultura en su máxima extensión, sí se debe perseguir el motivar un pensamiento y percepción crítica sobre la información amorosa y relacional romántica en la medida de lo posible, aportando las herramientas necesarias para la detección y transformación de aquellas características no beneficiosas. Esto aumentaría la objetividad de la población, cambiando patrones mentales preestablecidos y transmitiendo esto a las siguientes generaciones mediante representaciones modélicas adecuadas en las dinámicas de pareja.

El que una pareja comience su andanza desde una base sólida, sana y bien asentada es complejo, ya que son muchos los factores que han influido o que siguen haciéndolo. Precisamente el que las personas busquen compartir la felicidad con otros, el que desde tiempos remotos el ser humano haya indagado sobre este fenómeno o que se invierta tanto esfuerzo en su comprensión, nos aporta una idea de la importancia de hacer crecer un amor maduro con unas buenas raíces. Teniendo en cuenta que esta construcción nos une a otra persona de forma especial, más allá de las relaciones que entablamos con cualquier otro, que nos hace sentir sensaciones únicas y que nos proporciona una cantidad de beneficios incalculables, haciéndonos crecer y aprender. Debe partir de una línea de salida lo más clara, despejada y adecuada posible. Si el punto de partida está correctamente asentado, el amor supone una de las mayores experiencias que puede experimentar el ser humano, implica una motivación con una elevadí-

sima carga de empuje y nos permite estar ligados a otros a un nivel muy profundo. La dificultad que pueden llegar a tener los investigadores en el estudio del amor y la pareja, aparte de suponer un tema con un amplio abanico de variables a tener en cuenta, es que es difícil cuantificar una sensación subjetiva y que, en muchos casos, ni los propios amantes pueden describir, ya que en ciertos momentos resulta embriagador, sin existir palabras que alcancen a poder definir lo que se está experimentando. El amor hacia los otros está presente en nuestra vida desde que nacemos, es algo que nos impulsa, una vivencia que nos puede ayudar a fomentar la autorrealización. Estamos movidos por el amor. Éste profundo fenómeno también nos ayuda a conectar con el entorno más allá de la pareja y del amor presente en nuestro día a día. Nos permite un mayor conocimiento personal, un sentimiento de pertenencia al mundo que se percibe con claridad y que nos hace sentir más en consonancia con nosotros mismos, que traspasa las fronteras del egoísmo y de pertenencia. Un amor bien asentado, saludable y maduro nos hace formar parte de un todo en el que podemos experimentar la vivencia de estar plenamente integrados, en el que la conexión con uno mismo, permite la unión con los otros.

5. REFERENCIAS

- Abad, O. y Sanz, R. (2005). Conflictos de pareja: Consideraciones sobre los mitos influyentes. *Revista Sexpol*, nº 62, 14-16.
- Abellán Hernández, M. (2011). ¿Deseando amar? Una aproximación a la diferencia de género en el cómic de temática amorosa. *Prisma Social. Revista de Ciencias Sociales*, nº 7, 120-144. Recuperado de <http://www.isdfundacion.org/publicaciones/revista/>
- Abelson, R. P. (1981). Psychological status of the script concept. *American Psychologist*, 36(7), 715-729. doi: 10.1037/0003-066X.36.7.715
- Ablow, J. C., Measelle, J. R., Cowan, P. A. y Cowan, C. P. (2009). Linking marital conflict and children's adjustment: The role of young children's perceptions. *Journal of Family Psychology*, 23(4), 485-499. doi: 10.1037/a0015894
- Ackerman, D. (2000). *Una historia natural del amor*. Madrid, España: Anagrama.
- Adam, A. y Sizemore, B. (2013). Parasocial romance: A social exchange perspective. *Interpersona*, 7(1), 12-25. doi: 10.5964/ijpr.v7i1.106
- Agnew, R. (1992). Foundation for a general strain theory of crime and delinquency. *Criminology*, 30(1), 47-88. doi: 10.1111/j.1745-9125.1992.tb01093.x
- Aguilar, P. (2004). *¿Somos las mujeres de cine?: Prácticas de análisis fílmico*. Recuperado de <http://institutoasturianodelamujer.com/iam/>
- Aguilar Carrasco, P. (2010). El análisis audiovisual: Un puente entre los valores pensados y los valores sentidos. *Tabanque. Revista Pedagógica*, nº 23, 69-82. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=1396>
- Agustina, J. R. (2010). ¿Menores infractores o víctimas de pornografía infantil? Respuestas legales e hipótesis criminológicas ante el sexting. *Revista Electrónica de Ciencia Penal y Criminología*, nº 12-11, 1-44. Recuperado de <http://criminet.ugr.es/recpc/>
- Ainsworth, M. D. (1989). Attachment beyond infancy. *American Psychologist*, 44(4), 709-716. doi: 10.1037/0003-066X.44.4.709
- Ainsworth, M. D., Blehar, M. C., Waters, E. y Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Ainsworth, M. D. y Witting, B. A. (1969). Attachment and exploratory behavior of one-year-olds in a strange situation. En B. M. Foss (Ed.), *Determinants of infant behaviour, IV* (pp. 111-136). London, UK: Methuen.

- Ajzen, I. (1977). Information processing approaches to interpersonal attraction. En S. Duck (Ed.), *Theory and practice in interpersonal attraction* (pp. 51-77). London, UK: Academic Press.
- Alberoni, F. (1996). *Te amo*. Barcelona, España: Gedisa.
- Alcalde, J. (2007). *Música y comunicación*. Madrid, España: Fragua.
- Alcántara, M. V., López-Soler, C., Castro, M. y López, J. J. (2013). Alteraciones psicológicas en menores expuestos a violencia de género: Prevalencia y diferencias de género y edad. *Anales de Psicología*, 29(3), 741-747. doi: 10.6018/analesps.29.3.171481
- Alferes, V. R. (1996). Atracção interpessoal, sexualidade e relações íntimas. En J. Vala y M. B. Monteiro (Eds.), *Psicologia social* (pp. 125-158). Lisboa, Portugal: Fundação Calouste Gulbenkian.
- Alicke, M. D., Smith, R. H. y Klotz, M. L. (1986). Judgments of physical attractiveness: The role of faces and bodies. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 12(4), 381-389. doi: 10.1177/0146167286124001
- Allen, J. P. (2008). The attachment system in adolescence. En J. Cassidy y P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 419-435). New York, NY: Guilford.
- Allen, J. P. y Hauser, S. T. (1996). Autonomy and relatedness in adolescent-family interactions as predictors of young adults' states of mind regarding attachment. *Development and Psychopathology*, 8(4), 793-809. doi: 10.1017/S0954579400007434
- Allen, J. P. y Land, D. (1999). Attachment in adolescence. En J. Cassidy y P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 319-335). New York, NY: The Guilford Press.
- Allen, J. P. y Manning, N. (2007). From safety to affect regulation: Attachment from the vantage point of adolescence. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 117, 23-39. doi: 10.1002/cd.192
- Allen, J. P., McElhaney, K. B., Kuperminc, G. P. y Jodl, K. M. (2004). Stability and change in attachment security across adolescence. *Child Development*, 75(6), 1792-1805. doi: 10.1111/j.1467-8624.2004.00817.x
- Allison, P. D. y Furstenberg, F. F. (1989). How marital dissolution affects children: Variations by age and sex. *Developmental Psychology*, 25(4), 540-549. doi: 10.1037/0012-1649.25.4.540

- Alonso, J. y Román, J. (2005). Prácticas educativas familiares y autoestima. *Psicothema*, 17(1), 76-82. Recuperado de <http://www.psicothema.com/>
- Altable, C. (1998). *Penélope o las trampas del amor*. Valencia, España: Nau Llibres.
- Altable, C. (2000). *Educación sentimental y erótica para adolescentes*. Madrid, España: Miño y Dávila Editores.
- Altman, I. y Taylor, D. A. (1973). *Social penetration: The development of interpersonal relationships*. New York, NY: Holt Rinehart & Winston.
- Aluja, A., Del Barrio, V. y García, L. F. (2007). Personality, social values, and marital satisfaction as predictors of parents' rearing styles. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 7(3), 725-737. Recuperado de <http://www.aepc.es/ijchp/busca.php?coid=Espa%F1ol>
- Álvarez Hernández, C., González de Garay Domínguez, B. y Frutos Esteban, F. J. (2015). Representación de género. Las películas españolas contemporáneas de adolescentes (2009-2014). *Revista Latina de Comunicación Social*, nº 70, 934-960. doi: 10.4185/RLCS-2015-1079
- Alvariñas, M. y González, M. (2004). Relación entre la práctica físico-deportiva extraescolar y el autoconcepto físico en la adolescencia. *Revista de Educación Física: Renovar la teoría y la práctica*, nº 94, 5-8.
- Alves-Mazzotti, A. J. (2008). Representações sociais: Aspectos teóricos e aplicações à educação. *Revista Múltiplas Leituras*, 1(1), 18-43.
- Amato, P. R. (1996). Explaining the intergenerational transmission of divorce. *Journal of Marriage and Family*, 58(3), 628-640. doi: 10.2307/353723
- Amato, P. R. (2000). The consequences of divorce for adults and children. An update. *Journal of Marriage and Family*, 62(4), 1269-1287. doi: 10.1111/j.1741-3737.2000.01269.x
- Amato, P. R. (2001). Children of divorce in the 1990's: An update of the Amato and Keith (1991) meta-analysis. *Journal of Family Psychology*, 15(3), 355-370. doi: 10.1037/0893-3200.15.3.355
- Amato, P. R. y Booth, A. (1991). Consequences of parental divorce and marital unhappiness for adult well-being. *Social Forces*, 69(3), 895-914. doi: 10.1093/sf/69.3.895
- Amato, P. R. y Keith, B. (1991). Parental divorce and the well-being of children: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 110(1), 26-46. doi: 10.1037/0033-2909.110.1.26

- Amato, P. R. y Rezac, S. J. (1994). Contact with nonresident parents, interparental conflict, and children's behavior. *Journal of Family Issues*, 15(2), 191-207. doi: 10.1177/0192513X94015002003
- Amato, P. R., Spencer Loomis, L. y Booth, A. (1995). Parental divorce, marital conflict and offspring well-being during early adulthood. *Social Forces*, 73(3), 895-915. doi: 10.1093/sf/73.3.895
- Amelio, A. y Martínez. M. (2005). *Para vivir um grande amor*. São Paulo, Brasil: Gente.
- Anda, R. F., Felitti, V. J., Bremner, J. D., Walker, J. D., Whitfield, C., Perry, B. D., ... Giles, W. H. (2006). The enduring effects of abuse and related adverse experiences in childhood. A convergence of evidence from neurobiology and epidemiology. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*, 256(3), 174-186. doi: 10.1007/s00406-005-0624-4
- Andersen, H. C. (1964). *Pulgarcita*. Colección *Fabulandia*. Buenos Aires, Argentina: Codex.
- Andersen, B. L. y Cyranowski, J. M. (1994). Women's sexual self-schema. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(6), 1079-1100. doi: 10.1037/0022-3514.67.6.1079
- Andersen, B. L., Cyranowski, J. M. y Espindle, D. (1999). Men's sexual self-schema. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(4), 645-661. doi: 10.1037/0022-3514.76.4.645
- Anderson, N. H. (1968). Likableness ratings of 555 personality-trait words. *Journal of Personality and Social Psychology*, 9(3), 272-279. doi: 10.1037/h0025907
- Anderson, S. A. y Sabatelli, R. M. (2002). *Family interaction: A multigenerational developmental perspective*. Boston, MA: Allyn & Bacon.
- Andolfi, M. (1997). *Terapia familiar: Un enfoque interaccional*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Angulo Martínez, C., Conde Forero, I. C., Huertas Bonilla, E. y Ruiz Garzón, M. Y. (2016). Percepciones, acciones y claves del amor sólido en parejas de las diversas etapas de la adultez. *Revista Psicoespacios*, 10(16), 154-173. Recuperado de <http://revistas.iue.edu.co/index.php/psicoespacios/index>
- Anónimo (1996). *Kamasutra (aforismos sobre el amor) y Ananga Ranga (el teatro del amor)*. Barcelona, España: Tribuna.
- Antón-San Martín, J. M., Seguí-Durán, D., Antón-Torre, L. y Barrera-Palacios, A. (2016). Relación entre estilos parentales, intensidad patológica y tipo de sintomatología en una muestra clínica adolescente. *Anales de Psicología*, 32(2), 417-423. doi:10.6018/analesps.32.2.203871

- Archer, D. (1985). Social deviance. En G. Lindzey y E. Aronson (Eds.), *Handbook of social psychology* (pp. 413-483). New York, NY: Random House.
- Archer, J. (1996). Sex differences in social behavior. Are the social role and evolutionary explanations compatible? *American Psychologist*, *51*(9), 907-917. doi: 10.1037/0003-066X.51.9.909
- Archer, J. (2000). Sex differences in aggression between heterosexual partners: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, *126*(5), 651-680. doi: 10.1037//0033-2909.126.5.651
- Arcipreste de Hita (1995). *Libro de buen amor*. Madrid, España: Castalia.
- Armenta Hurtarte, C., Sánchez Aragón, R. y Díaz-Loving, R. (2014). Efectos de la cultura sobre las estrategias de mantenimiento y satisfacción marital. *Acta de Investigación Psicológica*, *4*(2), 1572-1584. Recuperado de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_serial&pid=2007-4832&nrm=iso
- Aronson, E. y Cope, V. (1968). My enemy's enemy is my friend. *Journal of Personality and Social Psychology*, *8*(1), 8-12.
- Arranz, E. (2000). Sibling relationships: An educational resource and a way of evaluating the quality of family relationships. *Early Child Development and Care*, *164*(1), 13-28. doi: 10.1080/0300443001640102
- Arranz Freijo, E. (2004). *Familia y desarrollo psicológico*. Madrid, España: Pearson-Prentice Hall.
- Arvelo, L. (2003). Función paterna, pautas de crianza y desarrollo psicológico en adolescentes: Implicaciones psicoeducativas. *Acción Pedagógica*, *12*(1), 20-30. Recuperado de <http://www.saber.ula.ve/handle/123456789/4113>
- Asch, A. S. (1956). Studies of independence and conformity: A minority of one against a unanimous majority. *Psychological Monographs: General and Applied*, *70*(9), 1-70. doi: 10.1037/h0093718
- Aspani, S., Sada, M. y Shabot, R. (2012). Facebook y vida cotidiana. *Alternativas en Psicología*, nº 27, 107-114. Recuperado de <http://www.alternativas.me/>
- Assis, S. G., Avanci, J. Q., Silva, C. M. F. P., Malaquias, J. V., Santos, N. C. y Oliveira, R. V. C. (2003). A representação social do ser adolescente: Um passo decisivo na promoção da saúde. *Ciência e Saúde Coletiva*, *8*(3), 669-680. Recuperado de http://www.cienciaesaudecoletiva.com.br/index_interno.php

- Athenstaedt, U., Heinzle, C. y Lerchbaumer, G. (2008). Gender subgroup self-categorization and gender role self-concept. *Sex Roles*, 58(3-4), 266-278.
- Averill, J. R. (1985). The social construction of emotion: With especial reference to love. En K. J. Gergen y K. E. Davis (Eds.), *The social construction of the person* (pp. 89-109). New York, NY: Springer Verlag.
- Aveyard, H. (2010). *Doing literatura review in health and social care: A practical guide* (2nd. ed.). Maidenhead, UK: Open University Press.
- Ayuntamiento de Irun. (2011). *Relaciones de pareja en adolescentes y jóvenes. Prevención de la violencia de género*. Recuperado de <http://www.irun.org/mujer>
- Azadi, M. y Tehrani, M. (2010). Emotional intelligence and attachment styles. *Iranian Journal of Psychology*, 7(25), 49-56.
- Báez, J. y González del Cerro, C. (2015). “En una relación con...”. Los y las jóvenes y los nuevos escenarios escolares. *Socio Debate. Revista de Ciencias Sociales*, nº 2, 168-200.
- Bailey, J. M., Gaulin, S., Agyei, Y. y Gladue, B. A. (1994). Effects of gender and sexual orientation on evolutionarily relevant aspects of human mating psychology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(6), 1081-1093. doi: 10.1037/0022-3514.66.6.1081
- Bailey, M. K., Zauszniewski, J. A., Heinzer, M. M. y Hemstrom-Krainess, A. M. (2007). Patterns of depressive symptoms in children. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 20(2), 86-95. doi: 10.1111/j.1744-6171.2007.00090.x
- Baird, A. A. y Fugelsang, J. A. (2004). The emergence of consequential thought: Evidence from neuroscience. *Philosophical Transactions of the Royal Society of London, Series B: Biological Sciences*, 359(1451), 1797-1804. doi: 10.1098/rstb.2004.1549
- Bandura, A. (1973). *Aggression: A social learning analysis*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Bandura, A. (1990). Mechanisms of moral disengagement. En W. Reich (Ed.), *Origins of terrorism: Psychologies, ideologies, theologies states of mind* (pp. 161-191). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Annual Review of Psychology*, 52, 1-26. doi: 10.1146/annurev.psych.52.1.1
- Banse, R. (2004). Adult attachment and marital satisfaction: Evidence for dyadic configuration effects. *Journal of Social and Personal Relationships*, 21, 273-282. doi: 10.1177/0265407504041388

- Barber, N. (1998). Sex differences in disposition toward kin, security of adult attachment and sociosexuality as a function of parental divorce. *Evolution and Human Behavior*, 19(2), 125-132. doi: 10.1016/S1090-5138(98)00004-X
- Baron, R. A. y Byrne, D. (1991). *Social Psychology: Understanding human interaction* (6th. ed.). Boston, MA: Allyn & Bacon.
- Baron, R. A. y Byrne, D. (2005). *Psicología social* (10a. ed.). Madrid, España: Pearson Prentice Hall.
- Baron, R. A., Rea, M. S. y Daniels, S. G. (1992). Effects of indoor lighting (illuminance and spectral distribution) on the performance of cognitive tasks and interpersonal behaviors: The potential mediating role of positive affect. *Motivation and Emotion*, 16(1), 1-33. Recuperado de <http://link.springer.com/journal/11031>
- Barragán Medero, F. (1991). *La educación sexual. Guía teórica y práctica* (2a. ed.). Madrid, España: Paidós.
- Barrera, F. y Vargas, E. (2005). Relaciones familiares y cogniciones románticas en la adolescencia: El papel mediador de la autoeficacia romántica. *Revista de Estudios Sociales*, 21, 27-35. Recuperado de <https://revestudsoc.uniandes.edu.co/index.php/es/>
- Barrón, A. y Martínez-Íñigo, D. (2001). *Los celos: Una perspectiva psicológica y social*. Málaga, España: Aljibe.
- Barrón, A., Martínez-Íñigo, D., de Paul, P. y Yela, C. (1999). Romantic beliefs and myths in Spain. *The Spanish Journal of Psychology*, 2(1), 64-73. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=2024>
- Bartels, A. y Zeki, S. (2000). The neural basis of romantic love. *NeuroReport*, 11(17), 3829-3834. Recuperado de <http://journals.lww.com/neuroreport/Pages/default.aspx>
- Bartels, A. y Zeki, S. (2004). The neural correlates of maternal and romantic love. *NeuroImage*, 21, 1155-1166. doi: 10.1016/j.neuroimage.2003.11.003
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7(2), 147-178. doi: 10.1177/0265407590072001
- Bartholomew, K. y Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226-244. doi: 10.1037/0022-3514.61.2.226

- Bartle-Haring S., Glade, A. C. y Vira, R. (2005). Initial levels of differentiation and reduction in psychological symptoms for clients in marriage and family therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 31(1), 121-131. doi: 10.1111/j.1752-0606.2005.tb01548.x
- Barudy, J. y Dantagnan, M. (2006). *Los buenos tratos a la infancia. Parentalidad, apego y resiliencia*. Barcelona, España: Gedisa.
- Bas, E. y Pérez de Guzmán, M. V. (2010). Desafíos de la familia actual ante la escuela y las tecnologías de la información y comunicación. *Educatio Siglo XXI*, 28(1), 41-68. Recuperado de <http://revistas.um.es/educatio>
- Bastais, K., Ponnet, K. y Mortelmans, D. (2014). Do divorced fathers matter? The impact of parenting styles of divorced fathers on the well-being of the child. *Journal of Divorce & Remarriage*, 55(5), 363-390. doi: 10.1080/10502556.2014.920682
- Baucom, D. H. y Epstein, N. (1990). *Cognitive-behavioral marital therapy*. New York, NY: Brunner/Mazel.
- Baucom, D. H., Epstein, N., Sayers, S. y Sher, T. G. (1989). The role of cognitions in marital relationships: Definitional, methodological, and conceptual issues. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57(1), 31-38. doi: 10.1037/0022-006X.57.1.31
- Bauman, Z. (2005). *Amor líquido. Acerca de la fragilidad de los vínculos humanos*. Barcelona, España: Fondo de Cultura Económica de España.
- Baumeister, R. F. y Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497-529. doi: 10.1037/0033-2909.117.3.497
- Baumrind, D. (1968). Authoritarian vs. authoritative parental control. *Adolescence*, 3(11), 255-272.
- Baumrind, D. (1971). Current patterns of parental authority. *Developmental Psychology Monographs*, 4, 1-103. doi: 10.1037/h0030372
- Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *The Journal of Early Adolescence*, 11(19), 56-95. doi: 10.1177/02724316911111004
- Bautista Vallejo, J. M. (2002). Claves psico-didácticas para educar en valores desde la educación infantil. *Padres y Maestros*, nº 266, 14-17. Recuperado de <http://revistas.upcomillas.es/index.php/padresymaestros>

- Bayebach, M., Landaarroitajáuregui, J. R. y Pérez Opi, E. (1998). Parejas exitosas. *Anuario de Sexología*, nº 4, 29-54. Recuperado de <https://sexologiaenredessociales.wordpress.com/anuario-sexologia-aeps/>
- Beall, A. E. y Sternberg, R. J. (1995). The social construction of love. *Journal of Social and Personal Relationships*, 12(3), 417-438. doi: 10.1177/0265407595123006
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York, NY: International Universities Press.
- Beck, U. y Beck-Gernsheim, E. (1998). *El normal caos del amor*. Barcelona, España: El Roure Ediciones.
- Beckerman, S. y Valentine, P. (2002). Introduction: The concept of partible paternity among native South Americans. In S. Beckerman y P. Valentine (Eds.), *Cultures of multiple fathers: The theory and practice of partible paternity in Lowland South America* (pp. 1-13). Gainesville, FL: University Press of Florida.
- Belsky, J. (1999a). Modern evolutionary theory and patterns of attachment. En J. Cassidy y P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 141-161). New York, NY: Guilford Press.
- Belsky, J. (1999b). International and contextual determinants of attachment security. En J. Cassidy y P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research and clinical applications* (pp. 249-264). New York, NY: Guilford Press.
- Belsky, J. y Fearon, R. M. (2002). Early attachment security, subsequent maternal sensitivity, and later child development: Does continuity in development depend upon continuity of caregiving? *Attachment and Human Development*, 4(3), 361-387. doi: 10.1080/14616730210167267
- Berganza, M. R. y Del Hoyo, M. (2006). La mujer y el hombre en la publicidad televisiva: Imágenes y estereotipos. *Zer*, 11(21), 161-175. Recuperado de <http://www.ehu.eus/zer/es>
- Bergdall, A. R., Kraft, J. M., Andes, K., Carter, M., Hatfield-Timajchy, K. y Hock-Long, L. (2012). Love and hooking up in the new millennium: Communication technology and relationships among urban African American and Puerto Rican young adults. *Journal of Sex Research*, 49(6), 570-582. doi: 10.1080/00224499.2011.604748
- Berger, P. L. y Luckmann, T. (1966). *The social construction of reality: A treatise in the sociology of knowledge*. Garden City, NY: Anchor Books.

- Bernal, I. C. (2013). Juntos aunque separados. Parejas LAT en la ciudad de Medellín. *Revista de la Facultad de Trabajo Social*, 29(29), 173-194. Recuperado de <https://revistas.upb.edu.co/index.php/trabajosocial>
- Bernal, C. y Angulo, F. (2013). Interacciones de los jóvenes andaluces en las redes sociales. *Comunicar. Revista Científica de Comunicación y Educación*, 20(40), 25-30. doi: 10.3916/C40-2013-02-02
- Bernárdez, A. (2012). Modelos de mujeres fálicas del postfeminismo mediático: Una aproximación a Millenium, Avatar y Los juegos del hambre. *Anàlisi. Quaderns de Comunicació i Cultura*, nº 47, 91-112. Recuperado de <http://www.analisi.cat/index.php/analisi>
- Berndt, T. J. (1992). Friendship and friends' influence in adolescence. *Current Directions in Psychological Science*, 1(5), 156-159. Recuperado de <http://journals.sagepub.com/loi/cdp>
- Berndt, T. J. (1996). Transition in friendships and friends' influence. En J. A. Graber, J. Book-Gunn y A. C. Petersen (Eds.), *Transition through adolescence: Interpersonal domains and contexts* (pp. 57-84). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Bernier, A., Larose, S. y Whipple, N. (2005). Leaving home for college: A potentially stressful event for adolescents with preoccupied attachment patterns. *Attachment and Human Development*, 7(2), 171-185. doi: 10.1080/14616730500147565
- Berry, D. S. y Hansen, J. S. (1996). Positive affect, negative affect, and social interaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(4), 796-809. doi: 10.1037/0022-3514.71.4.796
- Berscheid, E. (1983). Emotion. En H. H. Kelley (Comp.), *Close Relationships* (pp. 110-168). New York, NY: Freeman.
- Berscheid, E. y Hatfield, E. (1969). *Interpersonal attraction*. New York, NY: Addison-Wesley.
- Berscheid, E. y Reis, H. T. (1998). Attraction and close relationships. En D. T. Gilbert, S. T. Fiske y G. Lindzey (Eds.), *The handbook of social psychology* (pp. 193-281). New York, NY: McGraw Hill.
- Berscheid, E. y Walster, E. H. (1982). *Atracción interpersonal*. Bogotá, Colombia: Fondo Educativo Interamericano.
- Besharat, M. A. (2003). Relation of attachment style with marital conflict. *Psychological Reports*, 92(3), 1135-1140. doi: 10.2466/pr0.2003.92.3c.1135

- Bjorklund, D. y Hernández Blasi, C. (2012). *Child and adolescent development: An integrated approach*. Canada: Cengage Learning.
- Black, B. y Logan, A. (1995). Links between communication patterns in mother-child, father-child and child-peer interactions and children's social status. *Child Development*, 66(1), 255-271. doi: 10.1111/j.1467-8624.1995.tb00869.x
- Blandón Hincapié, A. I. y López Serna, L. M. (2016). Comprensiones sobre pareja en la actualidad: Jóvenes en busca de estabilidad. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 14(1), 505-517. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=11939>
- Blau, P. (1964). *Exchange and power in social life*. New York, NY: Wiley.
- Bleske-Rechek, A. y Buss, M. (2006). Sexual strategies pursued and mate attraction tactics deployed. *Personality and Individual Differences*, 40(6), 1299-1311. doi:10.1016/j.paid.2005.11.014
- Block, J. y Robins, R. W. (1993). A longitudinal study of consistency and change in self-esteem from early adolescence to early adulthood. *Child Development*, 64(3), 909-923. doi: 10.1111/j.1467-8624.1993.tb02951.x
- Blom, T. y van Dijk, L. (2007). The role of attachment in couple relationships described as social systems. *Journal of Family Therapy*, 29(1), 69-87. doi: 10.1111/j.1467-6427.2007.00370.x
- Blumenberg, H. (2003). *Trabajo sobre el mito*. Barcelona, España: Paidós Ibérica.
- Bohórquez López, C. y Rodríguez Cárdenas, D. E. (2014). Percepción de amistad en adolescentes: El papel de las redes sociales. *Revista Colombiana de Psicología*, 23(2), 325-338. doi: 10.15446/rcp.v23n2.37359.
- Boles, S. A. (1999). A model of parental representations, second individuation and psychological adjustment in late adolescence. *Journal of Clinical Psychology*, 55(4), 497-512. doi: 10.1002/(SICI)1097-4679(199904)55:4<497::AID-JCLP12>3.0.CO;2-I
- Bolger, K. E., Patterson, C. J. y Kupersmidt, J. B. (1998). Peer relationships and self-esteem among children who have been maltreated. *Child Development*, 69(4), 1171-1197. doi: 10.1111/j.1467-8624.1998.tb06166.x
- Bolwig, N. (1963). Bringing up a young monkey. *Behaviour*, 21(3/4), 300-330. Recuperado de <http://www.jstor.org/journal/behaviour>

- Bonavitta, P. (2015). El amor en los tiempos de Tinder. *Cultura y Representaciones Sociales*, 10(19), 197-210. Recuperado de <http://www.journals.unam.mx/index.php/crs/>
- Bonomi, A. E., Altenburger, L. E. y Walton, N. L. (2013). "Double crap!" Abuse and harmed identity in Fifty Shades of Grey. *Journal of Women's Health*, 22(9), 733-744. doi: 10.1089/jwh.2013.4344
- Bornstein, R. F. y D'Agostino, P. R. (1992). Stimulus recognition and the mere exposure effect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(4), 545-552. doi: 10.1037/0022-3514.63.4.545
- Borrajo, E., Gámez-Guadix, M. y Calvete, E. (2015). Justifications beliefs of violence, myths about love and cyber dating abuse. *Psicothema*, 27(4), 327-333. doi: 10.7334/psicothema2015.59
- Borrajo, E., Gámez-Guadix M., Pereda, N. y Calvete, E. (2015). The development and validation of the cyber dating abuse questionnaire among young couples. *Computers in Human Behavior*, 48, 358-365. doi: 10.1016/j.chb.2015.01.063
- Bosch, E. y Ferrer, V. A. (2002). *La voz de las invisibles: Las víctimas de un mal amor que mata*. Madrid, España: Cátedra.
- Bosch Fiol, E. y Ferrer Pérez, V. A. (2013). Nuevo modelo explicativo para la violencia contra las mujeres en la pareja: El modelo piramidal y el proceso de filtraje. *Asparkia*, nº 24, 54-67. Recuperado de <http://www.e-revistas.uji.es/index.php/asparkia>
- Bosch Fiol, E., Ferrer Pérez, V. A., García Buades, M. E., Ramis Palmer, C., Mas Tous, M. C., Navarro Guzmán, C. y Torrens Espinosa, G. (2007). *Del mito del amor romántico a la violencia contra las mujeres en la pareja*. Recuperado de <http://centreantigona.uab.cat/izquierda/amor%20romantico%20Esperanza%20Bosch.pdf>
- Bosma, H. A. y Kunnen, E. S. (2001). Determinants and mechanisms in ego identity development: A review and synthesis. *Developmental Review*, 21, 39-66. doi: 10.1006/drev.2000.0514
- Boswell, J. (1997). *La vida del doctor Samuel Johnson*. Madrid, España: Espasa-Calpe.
- Botella, L. (2005). Reconstrucción relacional y narrativas en psicoterapia: Bases neurobiológicas. *Monografías de Psiquiatría*, 17(3), 27-33.
- Botía-Morillas, C. (2013). Cómo diseñar una investigación para el análisis de las relaciones de género: Aportaciones metodológicas. *Papers*, 98(3), 443-470. doi: 10.5565/rev/papers/v98n3.511

- Bourdieu, P. (1984). *Questions de sociologie*. Paris, France: Les Éditions de Minuit.
- Bourdieu, P. (2000). *La dominación masculina*. Barcelona, España: Anagrama.
- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. New York, NY: Jason Aronson.
- Bowen, M. (1979). *De la familia al individuo. La diferenciación del sí mismo en el sistema familiar*. Barcelona, España: Paidós.
- Bowen, M. (1989). *La terapia familiar en la práctica clínica*. Bilbao, España: Descleé de Brouwer.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss* (Vol. 1). *Attachment*. London, UK: Hogarth Press.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss* (Vol. 2). *Separation*. New York, NY: Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *La pérdida afectiva*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Bowlby, J. (1993). *El vínculo afectivo*. Barcelona, España: Paidós Ibérica.
- Boyes, M. y Allen, S. (1993). Styles of parent-child interaction and moral reasoning in adolescence. *Merrill-Palmer Quarterly*, 39(4), 550-570.
- Brehm, J. W. (1966). *A theory of psychological reactance*. New York, NY: Academic.
- Brehm, S. S. (1985). *Intimate relationships*. New York, NY: Random House.
- Brenlla, M. E., Brizzio, A. y Carreras, A. (2004). Actitudes hacia el amor y el apego. *Psicodebate. Psicología, Cultura y Sociedad*, 4, 7-23. doi: 10.18682/pd.v4i0.491
- Brennan, K. A. y Bosson, J. K. (1998). Attachment-style differences in attitudes toward and reactions to feedback from romantic partners: An exploration of the relational bases of self-esteem. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24(7), 699-714. Recuperado de <http://journals.sagepub.com/home/psp>
- Brennan, K. A. y Shaver, P. R. (1995). Dimensions of adult attachment, affect regulation, and romantic relationship functioning. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21(3), 267-283. doi: 10.1177/0146167295213008
- Brioso, A., Contreras, A., Corral, A., Delgado, B., Díaz, M. C., Giménez, M., ... Sánchez-Queija, I. (2009). *Psicología del Desarrollo (Vol. 2). Desde la infancia a la vejez*. Madrid, España: McGraw-Hill.
- Brioso Díez, A., Daudén Olavide, C., Giménez Dasí, M., Lacasa Díaz, P., Luzón Encabo, J. M. y Méndez Zaballos, L. (2012). *Psicología del desarrollo y de la educación (Vol. 1)*. Madrid, España: UNED. Recuperado de www.uned.es/publicaciones
- Brizendine, L. (2008). *El cerebro femenino*. Barcelona, España: RBA Libros.

- Bronfenbrenner, U. (1987). *La ecología del desarrollo humano*. Barcelona, España: Ediciones Paidós.
- Bronfenbrenner, U. (1990). Discovering what families do. En D. Blankenhorn, S. Bayme y J. Bethke (Eds.), *Rebuilding the nest: A new commitment to the American family* (pp. 27-38). Milwaukee, WI: Family Service America.
- Brown, B. B. (1999). "You're going out with who?" Peer group influences on adolescent romantic relationships. En W. Furman, B. B. Brown y C. Feiring (Eds.), *The development of romantic relationships in adolescence* (pp. 291- 329). New York, NY: Cambridge University Press.
- Brown, B. B. (2004). Adolescent's relationships with peers. En R. M. Lerner y L. Steinberg (Eds.), *Handbook of adolescent psychology* (pp. 363-394). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
- Brown, B. B., Feiring, C. y Furman, W. (1999). Missing the love boat: Why researchers have shied away from adolescent romance. En W. Furman, B. B. Brown y C. Feiring (Eds.), *The development of romantic relationships in adolescence* (pp. 1-16). New York, NY: Cambridge University Press.
- Brown, B. B. y Klute, C. (2003). Friendships, cliques and crowds. En G. R. Adams y M. D. Berzonsky (Eds.), *Blackwell handbook of adolescence* (pp. 330-348). Malden, MA: Blackwell Publishing.
- Browne, K. y Herbert, M. (1997). Preventing family violence. Chichester, UK: John Wiley & Sons.
- Bruner II, G. C. (1990). Music, mood, and marketing. *Journal of Marketing*, 54(4), 94-104. doi: 10.2307/1251762
- Bux, F. y Seiffge-Krenke, I. (2010). Romantic relationships in intra-ethnic and inter-ethnic adolescent couples in Germany: The role of attachment to parents, self-esteem, and conflict resolution skills. *International Journal of Behavioral Development*, 34(2), 128-135. doi: 10.1177/0165025409360294
- Buendía, V. y Mira, E. (1993). Estrés, desarrollo y adaptación. En V. Buendía (Coord.), *Estrés y psicopatología* (pp. 41-57). Madrid, España: Pirámide.
- Buhrmester, D. (1996). Need fulfillment, interpersonal competence and the developmental contexts of early adolescent friendships. En W. M. Bukowsky, A. Newcomb y W. Hartup

- (Eds.), *The company they keep: Friendship and childhood and adolescence* (pp. 158-185). New York, NY: Cambridge University Press.
- Bukowski, W. M., Sippola, L. y Brender, W. (1993). Where does sexuality come from? Normative sexuality from a developmental perspective. En H. E. Barbaree, W. L. Marshall y S. M. Hudson (Eds.), *The juvenile sex offender* (pp. 84-103). New York, NY: Guilford Press.
- Bukowski, W. M., Sippola, L. y Hoza, B. (1999). Same and other: Interdependency between participation in same and other sex friendships. *Journal of Youth & Adolescence*, 28(4), 439-459. doi: 10.1023/A:1021664923911
- Burbank, V. K. (1995). Passion as politics: Romantic love in an Australian aborigin community. En W. Jankowiak (Ed.), *Romantic passion. A universal experience?* (pp. 187-195). New York, NY: Columbia University Press.
- Burgoyne, C. B. y Hames, R. (2002). Views of marriage and divorce: An in-depth study of young adults from intact and divorced families. *Journal of Divorce & Remarriage*, 37(1), 75-100. doi: 10.1300/J087v37n01_05
- Burunat, E. (2007). Amor, inicio y fin en el cerebro. *Revista de Investigación de Psicología y Logopedia para Alumnos*, nº 1, 1-40. Recuperado de <http://www.psicologia.ull.es/archivos/revista/>
- Bush, J. E. y Ehrenberg, M. F. (2003). Young persons' perspectives on the influence of family transitions on sibling relationships: A qualitative exploration. *Journal of Divorce & Remarriage*, 39(3-4), 1-35. doi: 10.1300/J087v39n03_01
- Bustos, D. (1985). *Nuevos rumbos en psicoterapia psicodramática. Individual, pareja y comunidad*. Buenos Aires, Argentina: Momento.
- Buss, D. M. (1985). Human mate selection. *American Scientist*, 73(1), 47-51. Recuperado de <http://www.jstor.org/journal/amerscie>
- Buss, D. M. (1989). Sex differences in human mate preferences: Evolutionary hypotheses tested in 37 cultures. *Behavioral and Brain Sciences*, 12(1), 1-14. doi: 10.1017/S0140525X00023992
- Buss, D. M. (1994). *The evolution of desire*. New York, NY: Harper Collins Publishers.
- Buss, D. M., Abbott, M., Angleitner, A., Asherian, A., Biaggio, A., Blanco Villaseñor, A., ... Yang, K. S. (1990). International preferences in selecting mates: A study of 37 cultures. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 21(1), 5-47. doi: 10.1177/0022022190211001

- Buss, D. M. y Barnes, M. (1986). Preferences in human mate selection. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(3), 559-570. doi: 10.1037/0022-3514.50.3.559
- Buss, D. M. y Schmitt, D. P. (1993). Sexual strategies theory: An evolutionary perspective on human mating. *Psychological Review*, 100(2), 204-232. doi: 10.1037/0033-295X.100.2.204
- Buss, D. M. y Shackelford, T. K. (2008). Attractive women want it all: Good genes, economic investment, parenting proclivities, and emotional commitment. *Evolutionary Psychology*, 6, 134-146. Recuperado de <http://journals.sagepub.com/home/evp>
- Buss, D. M., Shackelford, T. K., Kirkpatrick, L. A. y Larsen, R. J. (2001). A half century of mate preferences: The cultural evolution of values. *Journal of Marriage and Family*, 63(2), 491-503. doi: 10.1111/j.1741-3737.2001.00491.x
- Byrne, D. (1970). *The attraction paradigm*. New York, NY: Academic Press.
- Byrne, D. y Buehler, J. A. (1995). A note on the influence of propinquity upon acquaintanceships. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 51(1), 147-148.
- Byrne, D. y Clore, G. L. (1970). A reinforcement model of evaluative responses. *Personality: An International Journal*, 1(2), 103-128.
- Byrne, D y Nelson, D. (1965). Attraction as a linear function of proportion of positive reinforcements. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1(6), 659-663. doi: 10.1037/h0022073
- Caballero Mármol, C. (2014). *La afectación del "sexting" y el "grooming" en los jóvenes del municipio de Inca (Mallorca)*. Recuperado de <http://portal.incaciutat.com/wp-content/uploads/La-afectaci%C3%B3n-del-sexting-y-el-grooming-en-los-j%C3%B3venes-de-Inca.pdf>
- Cabrera, V., Guevara, I. y Barrera, F. (2006). Relaciones maritales, relaciones paternas y su influencia en el ajuste psicológico de los hijos. *Acta Colombiana de Psicología*, 9(2), 115-126. Recuperado de http://editorial.ucatolica.edu.co/ojsucatolica/revistas_ucatolica/index.php/acta-colombiana-psicologia/
- Cáceres, J. (1986). *Reaprender a vivir en pareja*. Barcelona, España: Plaza & Janés.
- Cáceres, J. (2000). Manifestaciones sexuales en la adolescencia. En F. J. Labrador (Dir.), *Enciclopedia de la sexualidad* (pp. 181-184). Madrid, España: Espasa.

- Cáceres, M. D. (2007). Telerrealidad y aprendizaje social. *Icono*, 14(9), 1-21. doi: 10.7195/ri14.v5i1.375
- Cacioppo, J. T., Gardner, W. L. y Berntson, G. G. (1999). The affect system has parallel and integrative processing components: Form follows function. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(5), 839-855. doi: 10.1037/0022-3514.76.5.839
- Calatayud Arenes, M. P. (2009). *Las relaciones de amor a lo largo del ciclo vital: Cambios generacionales* (Tesis Doctoral). Recuperado de <http://www.tesisenred.net/>
- Calatayud Arenes, M. P. y Serra Desfilis, E. (2009). *Las relaciones de amor en los adolescentes de hoy*. Barcelona, España: Ediciones Octaedro.
- Caldevilla, D. (2010). Las redes sociales. Tipología, uso y consumo de las redes sociales 2.0 en la sociedad digital actual. *Documentación de las Ciencias de la Información*, 33, 45-68. Recuperado de <http://revistas.ucm.es/index.php/DCIN/>
- Cameron, C. (1977). Sex-role attitudes. En S. Oskamp (Ed.), *Attitudes and opinions* (pp. 339-359). Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Campbell, A. (1980). *The quality of American life*. New York, NY: Russel Sage Foundation.
- Campbell, J. (2002). *Los mitos en el tiempo*. Barcelona, España: Emecé.
- Campos Ramírez, D. y Martin Trautner, H. (2004). El hombre y la mujer ideal según adolescentes en Costa Rica y Alemania. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 36(3), 471-482. Recuperado de <http://www.redalyc.org/revista.oa?id=805>
- Canto, J. M., García Leiva, P. y Gómez Jacinto, L. (2005). Amor, relaciones y celos. En J. Romay Martínez y R. García Mira (Eds.), *Psicología social y problemas sociales (Vol. I). Epistemología, procesos grupales y procesos psicosociales básicos* (pp. 163-167). Madrid, España: Biblioteca Nueva.
- Cantón Duarte, J., Cortés Arboleda, M. R. y Justicia Díaz, M. D. (2000). *Conflictos matrimoniales, divorcio y desarrollo de los hijos*. Madrid, España: Pirámide.
- Capaldi, D. M., Kim, H. K. y Shortt, J. W. (2004). Women's involvement in aggression in young adult romantic relationships: A developmental systems model. En M. Putalvez y K. L. Bierman (Eds.), *Aggression, antisocial behavior, and violence among girls: A developmental perspective* (pp. 223-241). New York, NY: Guilford Press.
- Capdevila, A., Tortajada, I. y Araña, N. (2011). Los roles de género, las relaciones de amor y de sexo en las series de ficción. El caso de Sin tetas no hay paraíso. *Quaderns del CAC*,

- 14(36), 67-74. Recuperado de <https://www.cac.cat/web/recerca/quaderns/index.jsp?MjQ%3D&Mg%3D%3D&>
- Capponi, R. (2004). *El amor después del amor*. Buenos Aires, Argentina: Grijalbo.
- Carballo, P. (2006). Música y violencia simbólica. *Revista de la Facultad de Trabajo Social UPB*, 22(22), 28-43. Recuperado de <https://revistas.upb.edu.co/index.php/trabajosocial/index>
- Cardenal, V. (1999). *El autoconocimiento y la autoestima en el desarrollo de la madurez personal*. Málaga, España: Aljibe.
- Caricote Agreda, E. A. (2008). Influencia de los padres en la educación sexual de los adolescentes. *Educere*, 12(40), 79-87. Recuperado de <http://www.redalyc.org/revista.oa?id=356>
- Carnelley, K. B., Pietromonaco, P. R. y Jaffe, K. (1994). Depression, working models of others, and relationship functioning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(1), 127-140. doi: 10.1037/0022-3514.66.1.127
- Caro Blanco, C. (2008). Un amor a tu medida. Estereotipos y violencia en las relaciones amorosas. *Revista de Estudios de Juventud*, nº 83, 213-229. Recuperado de <http://www.injuve.es/conocenos/ediciones-injuve>
- Carreño Meléndez, J., Henales Almaraz, M. C. y Sánchez Bravo, C. (2011). El amor desde un enfoque psicológico. *Perinatología y Reproducción Humana*, 25(2), 99-108. Recuperado de <http://www.elsevier.es/es-revista-perinatologia-reproduccion-humana-144>
- Carretero Dios, H., De los Santos Roig, M., Mesa Mesa, A., Poveda Vera, J. y Buela Casal, G. (2000). Análisis de la teoría triárquica del amor de Sternberg según la técnica del desplegamiento. *Suma Psicológica*, 7(2), 259-274. Recuperado de <http://www.elsevier.es/es-revista-suma-psicologica-207>
- Carter, C. S. (1998). Neuroendocrine perspectives on social attachment and love. *Psychoneuroendocrinology*, 23(8), 779-818. doi: 10.1016/S0306-4530(98)00055-9
- Carter, C. S. (2003). Developmental consequences of oxytocin. *Physiology & Behavior*, 79(3), 383-397. doi: 10.1016/S0031-9384(03)00151-3
- Cartwright, C. (2006). You want to know how it affected me? Young adults' perceptions of the impact of parental divorce. *Journal of Divorce & Remarriage*, 44(3-4), 125-143. doi: 10.1300/J087v44n03_08

- Carver, K., Joyner, K. y Udry, R. J. (2003). National estimates of adolescent romantic relationships. En P. Florsheim (Ed.), *Adolescent romantic relationships and sexual behavior: Theory, research, and practical implications* (pp. 23-56). Mahwah, NJ: LEA.
- Casas, J. J. y Ceñal, M. J. (2005). Desarrollo del adolescente. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Pediatría Integral*, 9(1), 20-24.
- Casco, F. J. (2003). *Ideas y representaciones sociales de la adolescencia* (Tesis Doctoral). Recuperado de <http://www.tesisenred.net/>
- Cash, T. F. y Duncan, N. C. (1984). Physical attractiveness stereotyping among black American college students. *Journal of Social Psychology*, 122(1), 71-77. Recuperado de <http://www.tandfonline.com/loi/vsoc20>
- Cassepp-Borges, V. y Leôni Martins Teodoro, M. (2009). Versión reducida de la escala triangular del amor: Características del sentimiento en Brasil. *Interamerican Journal of Psychology*, 43(1), 30-38. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=12854>
- Cassidy, J., Kirsh, S. J., Scolton, K. L. y Parke, R. D. (1996). Attachment and representations of peer relationships. *Developmental Psychology*, 32(5), 892-904. doi: 10.1037/0012-1649.32.5.892
- Castell, I. P., Frías, M., Corral, V. y Sotomayor, M. (2000). Apoyo familiar, castigo corporal y sus repercusiones conductuales en niños. *Revista Mexicana de Psicología*, 17(1), 37-45.
- Centers, R. (1975). *Sexual attraction and love: An instrumental theory*. Springfield, IL: Charles C. Thomas.
- Centro Reina Sofía. (2005). *Violencia entre compañeros en la escuela*. Recuperado de http://www.fapaes.net/pdf/informe_escuela.pdf
- Chalfen, R. (2009). "It's only a picture": Sexting, "smutty" snapshots, and felony charges. *Visual Studies*, 24(3), 258-268. doi: 10.1080/14725860903309203
- Chambers, R. A., Taylor, J. R. y Potenza, M. N. (2003). Developmental neurocircuitry of motivation in adolescence: A critical period of addiction vulnerability. *American Journal of Psychiatry*, 160(6), 1041-1052. doi: 10.1176/appi.ajp.160.6.1041
- Chapin, J. R. (2000). Adolescent sex and mass media: A developmental approach. *Adolescence*, 35(140), 799-811.
- Chaplin, W. F., Phillips, J. B., Brown, J. D., Clanton, N. R. y Stein, J. L. (2000). Handshaking, gender, personality, and first impressions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(1), 110-117. doi: 10.1037/0022-3514.79.1.110

- Chaumier, S. (2006). *El nuevo arte de amar*. Madrid, España: Alianza Editorial.
- Cherney, I. D. y London, K. (2006). Gender-linked differences in the toys, television shows, computer games, and outdoor activities of 5-to 13-year-old children. *Sex Roles*, 54(9-10), 717-722. doi: 10.1007/s11199-006-9037-8
- Chow, C. M. y Ruhl, H. (2014). Friendship and romantic stressors and depression in emerging adulthood: Mediating and moderating roles of attachment representations. *Journal of Adult Development*, 21(106), 106-115. doi:10.1007/s10804-014-9184-z
- Chow, C. M., Ruhl, H. y Buhrmester, D. (2015). Romantic relationships and psychological distress among adolescents: Moderating role of friendship closeness. *International Journal of Social Psychiatry*, 61(7), 711-720. doi: 10.1177/0020764015585329
- Christensen, T. H. (2009). "Connected presence" in distributed family life. *New Media & Society*, 11(3), 433-451. doi: 10.1177/1461444808101620
- Chumlea, W. C. (1982). Physical growth in adolescence. En B. B. Wolman (Ed.), G. Stricker, S. J. Ellman, P. Keith-Spiegel y D. S. Palermo, *Handbook of developmental psychology* (pp. 471-485). Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Clark, K. E. y Ladd, G. W. (2000). Connectedness and autonomy support in parent-child relationships: Links to children's socioemotional orientation and peer relationships. *Developmental Psychology*, 36, 485-498. doi: 10.1037/0012-1649.36.4.485
- Clemente, M. y Vidal, M. A. (1996). *Violencia y televisión*. Madrid, España: Noesis.
- Coates, D. L. (1999). The cultured and culturing aspects of romantic experience in adolescence. En W. Furman, B. B. Brown y C. Feiring (Eds), *The development of romantic relationships in adolescence* (pp. 330-363). New York, NY: Cambridge University Press.
- Cohen, J. (2003). Parasocial breakups: Measuring individual differences in responses to the dissolution of parasocial relationships. *Mass Communication & Society*, 6(2), 191-202. doi: 10.1207/S15327825MCS0602_5
- Cohen, O. y Finzi-Dottan, R. (2005). Parent-child relationships during the divorce process: From attachment theory and intergenerational perspective. *Contemporary Family Therapy*, 27(1), 81-99. doi: 10.1007/s10591-004-1972-3
- Cohn, L. D. (1991). Sex differences in the course of personality development: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 109(2), 252-266. doi: 10.1037/0033-2909.109.2.252
- Colectivo Harimaguada. (2007). *Sexpresan. Programa para la educación afectivo-sexual*. Recuperado de <http://www.harimaguada.org/>

- Colectivo Harimaguada. (2014). *Folletos divulgativos sobre sexualidad*. Recuperado de <http://www.harimaguada.org/>
- Collins, M. E. (1991). Body figure perceptions and preferences among preadolescent children. *International Journal of Eating Disorders*, *10*(2), 199-208. doi: 10.1002/1098-108X(199103)10:2<199::AID-EAT2260100209>3.0.CO;2-D
- Collins, W. A. (2003). More than myth: The developmental significance of romantic relationships during adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, *13*(1), 1-24. doi: 10.1111/1532-7795.1301001
- Collins, W. A. y Laursen, B. (2004). Parent-adolescent relationships and influences. En R. M. Lerner y L. Steinberg (Eds.), *Handbook of adolescent psychology (2nd. ed.)* (pp. 331-361). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
- Collins, W. A. y Repinski, D. J. (1994). Relationships during adolescence: Continuity and change in interpersonal perspective. En R. Montemayor, G. R. Adams, y T. P. Gullotta (Eds.), *Personal relationships during adolescence* (pp. 7-36). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Collins, W. A. y Steinberg, L. (2006). Adolescent development in interpersonal context. En W. Damon y R. Lerner (Series Eds.) y N. Eisenberg (Vol. Ed.), *Handbook of child psychology (Vol. 3). Social, emotional, and personality development*. (pp. 1003-1067). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
- Collins, W. A., Welsh, D. P. y Furman, W. (2009). Adolescent romantic relationships. *Annual Review of Psychology*, *60*, 631-652. doi: 10.1146/annurev.psych.60.110707.163459.
- Condon, J. W. y Crano, W. D. (1988). Inferred evaluation and the relation between attitude similarity and interpersonal attraction. *Journal of Personality and Social Psychology*, *54*, 789-797.
- Connel, B., Hayes, D. y Carlson, M. (2015). Relation between parental divorce and adjustment in college students. *Journal of Divorce & Remarriage*, *56*(4), 336-345. doi: 10.1080/10502556.2015.1025756
- Connolly, J., Craig, W., Goldberg, A. y Pepler, D. (2004). Mixed-gender groups, dating, and romantic relationships in early adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, *14*(2), 185-207. doi: 10.1111/j.1532-7795.2004.01402003.x
- Connolly, J. y Goldberg, A. (1999). Romantic relationships in adolescence: The role of friends and peers in their emergence and development. En W. Furman, B. Brown y C. Feiring

- (Eds.), *The development of romantic relationships in adolescence* (pp. 266-290). New York, NY: Cambridge University Press.
- Connolly, J. y McIsaac, C. (2008). Adolescent romantic relationships: Beginnings, endings, and psychosocial challenges. *International Society for the Study of Behavioural Development Newsletter*, 53, 1-5.
- Consejo General del Poder Judicial. (2015a). *Estadística de víctimas de violencia doméstica con órdenes de protección o medidas cautelares*. Recuperado de <http://www.poderjudicial.es/cgpj/es/Temas/Estadistica-Judicial/Estadistica-por-temas/Datos-penales--civiles-y-laborales/Violencia-domestica-y-Violencia-de-genero/Violencia-Domestica-y-Violencia-de-Genero--explotacion-estadistica-del-Registro-Central-para-la-Proteccion-de-las-Victimas-de-la-Violencia-Domestica/>
- Consejo General del Poder Judicial. (2015b). *Estadística de nulidades, separaciones y divorcios*. Recuperado de <http://www.poderjudicial.es/cgpj/es/Temas/Estadistica-Judicial/Estadistica-por-temas/Datos-penales--civiles-y-laborales/Civil-y-laboral/Estadistica-de-nulidades--separacion-y-divorcios/>
- Coohy, C. (1996). Child maltreatment: Testing the social isolation hypothesis. *Child Abuse and Neglect*, 20(3), 241-254. doi: 10.1016/S0145-2134(95)00143-3
- Cooke, B. M. (2006). Steroid-dependent plasticity in the medial amygdala. *Neuroscience*, 138(3), 997-1005. doi: 10.1016/j.neuroscience.2005.06.018
- Cooney, T. M. (1994). Young adults' relations with parents: The influence of recent parental divorce. *Journal of Marriage and Family*, 56(1), 45-56. doi: 10.2307/352700
- Cooper, M. L., Albino, A. W., Orcutt, H. K. y Williams, N. (2004). Attachment styles and intrapersonal adjustment: A longitudinal study from adolescence into young adulthood. En S. W. Rholes y J. A. Simpson (Eds.), *Adult Attachment: Theory, research, and clinical implications* (pp. 438-466). New York, NY: Guilford Press.
- Cooper, C. R. y Cooper, R. G. (1992). Links between adolescents' relationships with their parents and peers: Models, evidence, and mechanisms. En R. D. Parke y G. W. Ladd (Eds.), *Family-peer relationships. Modes of linkage* (pp. 135-158). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Coria, C. (2001). *El amor no es como nos contaron... Ni como lo inventamos*. Buenos Aires, Argentina: Paidós Ibérica.

- Coria-Ávila, G., Pfaus, J., Miquel, M., Pacheco, P. y Manzo, J. (2008). Preferencias condicionadas por sexo y drogas: Comparación de las bases neurales. *Revista Neurología*, 46(4), 213-218. Recuperado de <http://www.neurologia.com/>
- Corsi, J. (1994). *Violencia familiar. Una mirada interdisciplinaria sobre un grave problema social*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Craig, J. A., Koestner, R. y Zuroff, D. C. (1994). Implicit and self-attributed intimacy motivation. *Journal of Social and Personal Relationships*, 11(4), 491-507. doi: 10.1177/0265407594114001
- Crandall, C. S. (1994). Prejudice against fat people: Ideology and self-interest. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(5), 882-894. doi: 10.1037/0022-3514.66.5.882
- Crawford, M. (1995). *Talking difference: On gender and language*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Critelli, J. W., Myers, E. J. y Loos, V. E. (1986). The components of love: Romantic attraction and sex rol orientation. *Journal of Personality*, 54(2), 354-370. doi: 10.1111/j.1467-6494.1986.tb00399.x
- Crowell, J. A., Treboux, D. y Brockmeyer, S. (2009). Parental divorce and adult children's attachment representations and marital status. *Attachment & Human Development*, 11(1), 87-101. doi: 10.1080/14616730802500867
- Cruz, M. S. y Maganto, C. (2002). Índice de masa corporal, preocupación por la delgadez y satisfacción corporal en adolescentes. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 55(3), 455-474. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=2008>
- Cuervo Martínez, A. (2010). Pautas de crianza y desarrollo socioafectivo en la infancia. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 6(1), 111-121. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=6867>
- Cui, M., Fincham, F. D. y Durtschi, J. A. (2010). The effect of parental divorce on young adults' romantic relationship dissolution: What makes a difference? *Personal Relationships*, 18(3), 410-426. doi: 10.1111/j.1475-6811.2010.01306.x
- Cummings, E. M., Goeke-Morey, M. C. y Graham, M. A. (2002). Interparental relations as a dimension of parenting. En J. G. Borkowski, S. L. Ramey y M. Bristol-Power (Eds.), *Parenting and the child's world: Influences on academic, intellectual and socioemotional development* (pp. 251-264). Mahwah, NJ: LEA Publishers.

- Cunningham, M. R. (1986). Measuring the physical in physical attractiveness: Quasi-experiments on the sociobiology of female facial beauty. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(5), 925-935. doi: 10.1037/0022-3514.50.5.925
- Cunningham, M. R., Roberts, A. R., Barbee, A. P., Druen, P. B. y Wu, C. H. (1995). Their ideas of beauty are, on the whole, the same as ours: Consistency and variability in the cross-cultural perception of female physical attractiveness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(2), 261-279. doi: 10.1037/0022-3514.68.2.261
- Cyranowski, J. M. y Andersen, B. L. (2000). Evidence of self-schematic cognitive processing in women with differing sexual self-views. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19(4), 519-543. doi: 10.1521/jscp.2000.19.4.519
- Cyrułnik, B. (2003). *El murmullo de los fantasmas: Volver a la vida después de un trauma*, Barcelona, España: Gedisa.
- Da Silva Gonçalves, V. H. (2014). *Comportamiento amoroso de pareja. Mitos y paradojas románticas: Un estudio comparativo entre Brasil y España* (Tesis Doctoral). Recuperado de <http://www.tesisenred.net/>
- Dallos, R. (1996). *Sistemas de creencias familiares: Terapia y cambio*. Barcelona, España: Paidós.
- Damasio, A. (1994). *El error de Descartes. La emoción, la razón y el cerebro humano*. Barcelona, España: Crítica.
- Darchis, E. y Decherf, G. (2008). *La séparation. J'en parle avec mon enfant*. Paris, France: Nathan.
- Darling, N. y Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, 113(3), 487-496. doi: 10.1037/0033-2909.113.3.487
- Darwin, C. (1997). *El origen de las especies*. Madrid, España: Alba.
- Davis, D. A. y Schaefer-Davis, S. (1995). Possessed by love: Gender and romance in Morocco. En W. Jankowiak (Ed.), *Romantic passion. A universal experience?* (pp. 219-238). New York, NY: Columbia University Press.
- Davis, D., Shaver, P. R. y Vernon, M. L. (2003). Physical, emotional and behavioral reactions to breaking up: The roles of gender, age, emotional involvement and attachment style. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(7), 871-884. doi:10.1177/0146167203029007006

- Deaux, K. y Martin, D. (2003). Interpersonal networks and social categories: Specifying levels of context in identity processes. *Social Psychology Quarterly*, 66(2), 101-117. doi: 10.2307/1519842
- De Bruin, J. (2001). Dutch television soap opera, ethnicity and girls' interpretation. *International Communication Gazette*, 63(1), 41-56. doi: 10.1177/0016549201063001004
- De Corral, P. (2000). Violencia contra la mujer. *Debats*, nº 70-71, 94-102.
- Dekovic, M y Janssens, J. (1992). Parents' child-rearing style and child's sociometric status. *Developmental Psychology*, 28(5), 925-932. doi: 10.1037/0012-1649.28.5.925
- Dekovic, M. y Meeus, W. (1997). Peer relations in adolescence: Effects of parenting and adolescents' self concept. *Journal of Adolescence*, 20(2), 163-176. Recuperado de <http://www.sciencedirect.com/science/journal/01401971>
- De la Peña Palacios, E. (2009). *¿Reproduce sexismo?* Recuperado de <http://www.slideshare.net/DiversidadyCoeducacion/reproduce-sexismo>
- De la Peza Cásares, M. C. (1996). El sacrificio del amor es el olvido. Una aproximación del amor desdichado desde la perspectiva de El Bolero. *Revista Tramas. Subjetividad y procesos sociales*, nº 9, 25-44. Recuperado de http://tramas.xoc.uam.mx/tabla_contenido.php
- Del Barrio, V. (1998). Educación y nuevos tipos de familia. *Psicología Educativa*, 4(1), 23-47. Recuperado de http://pse.elsevier.es/es/#.WJw_dG_hDIU
- Del Barrio, V. (2002). *Emociones infantiles. Evolución, evaluación y prevención*. Madrid, España: Ediciones Pirámide.
- Delgado Gallego, I., Oliva Delgado, A. y Sánchez-Queija, I. (2011). Apego a los iguales durante la adolescencia y la adultez emergente. *Anales de Psicología*, 27(1), 155-163. Recuperado de <http://revistas.um.es/analesps>
- Del Giudice, M. (2011). Sex differences in romantic attachment: A meta-analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37(2), 193-214. doi: 10.1177/0146167210392789
- Del Giudice, M. y Belsky, J. (2010). Sex differences in attachment emerge in middle childhood: An evolutionary hypothesis. *Child Development Perspectives*, 4(2), 97-105. doi: 10.1111/j.1750-8606.2010.00125.x
- Del Río, J., Sádaba, C. y Bringué, X. (2010). Menores y redes ¿sociales?: De la amistad al cyberbullying. *Revista de Estudios de Juventud*, nº 88, 115-129. Recuperado de <http://www.injuve.es/conocenos/ediciones-injuve>

- De Miguel, A. y Fumero, A. (2011, Julio). *Preferences in mate selection in Spain*. Paper presented at the International Society for Study of Individual Differences (ISSID), London, UK. Resumen recuperado de <http://psicologia.ull.es/admiguel/congresos.htm>
- DeNora, T. (2000). *Music in everyday life*. New York, NY: Cambridge University Press.
- DePaulo, B. M. y Bell, K. L. (1996). Truth and investment: Lies are told to those who care. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(4), 703-716. doi: 10.1037/0022-3514.71.4.703
- De Rougemont, D. (1978). *El amor y occidente*. Barcelona, España: Kairós.
- Desaive, J. P. (1992). Las ambigüedades del discurso literario. En G. Duby y M. Perrot (Dir.), *Historia de las mujeres en occidente. Del Renacimiento a la Edad Moderna* (pp. 277-310). Madrid, España: Taurus.
- Di Domenico, R. (2006). Familias separadas y apego. *Segunda Época*, 25(2), 5-19.
- Diamond, L. M. y Hicks, A. M. (2004). Psychobiological perspectives on attachment: Implications for health over the lifespan. En S. W. Rholes y J. A. Simpson (Eds.), *Adult attachment: Theory, research, and clinical implications* (pp. 240-263). New York, NY: Guilford Press.
- Díaz-Aguado, M. J. y Falcón, L. (2006). Los medios de comunicación como herramienta para la prevención. El programa Prevenir en Madrid. *Psicología Educativa*, 12(2), 85-105.
- Díaz-Aguado Jalón, M. J. y Carvajal Gómez, M. I. (2011). *Igualdad y prevención de la violencia de género en la adolescencia*. Recuperado de http://www.msssi.gob.es/en/ssi/violenciaGenero/publicaciones/colecciones/PDFS_COLECCION/libro8_adolescencia.pdf
- Díaz Gandasegui, V. (2011). Mitos y realidades de las redes sociales. *Prisma Social*, nº 6, 174-128. Recuperado de <http://www.isdfundacion.org/publicaciones/revista/>
- Díaz-Loving, R. (2011). Current mesoamerican couples: Cultural heritage; families in transition; sustainable relationships. *Acta de Investigación Psicológica*, 1(2), 330-351. Recuperado de <http://www.psicologia.unam.mx/acta-de-investigacion-psicologica/>
- Díaz-Loving, R. y Sánchez Aragón, A. R. (1998). Inventario de premisas histórico-socioculturales de la pareja mexicana. En R. Díaz-Loving y J. Valdez Medina (Eds.), *La psicología social en México* (pp. 129-136). México: AMEPSO.
- Díaz Morfa, J. (2003). *Prevención de los conflictos de la pareja*. Bilbao, España: Desclée de Brouwer.

- Diccionario de la Real Academia Española. (2016). *Definición del concepto amor*. Recuperado de <http://dle.rae.es/?id=2PGmly>
- Diccionario de sinónimos, antónimos, parónimos. Uso de la lengua española. (2008). *Sinónimos y antónimos del concepto amor*. Recuperado de http://www.cubaeduca.cu/medias/pruebingrespanol/pingreso2/res/dicc_lenguaespa.pdf
- Díez Etxezarreta, J. (2009). Maldito príncipe azul. *Emakunde*, nº 75, 16-17. Recuperado de <http://www.emakunde.euskadi.eus/u72-revist87/es>
- Dijkstra, P. y Buunk, B. P. (2002). Sex differences in jealousy-evoking effect of rival characteristics. *European Journal of Social Psychology*, 32(6), 829-852. doi: 10.1002/ejsp.125
- Dion, K. K. y Dion, K. L. (1985). Personality, gender and the phenomenology of romantic love. En P. Shaver (Ed.), *Self, situation and social behavior: Review of personality and social psychology* (pp. 209-238). Beverly Hills, CA: Sage.
- Dion, K. K. y Dion, K. L. (1988). Romantic love: Individual and cultural perspectives. En R. S. Sternberg y M. L. Barnes (Eds.), *The psychology of love* (pp. 264-289). New Haven, CT: Yale University Press.
- Dion, K. K. y Dion, K. L. (1991). Psychological individualism and romantic love. *Journal of Social Behavior and Personality*, 6(1), 17-33.
- Dion, K. K. y Dion, K. L. (2005). Culture and relationships: The downside of self-contained individualism. En R. M. Sorrentino, D. Cohen, J. M. Olson y M. P. Zanna (Eds.), *Culture and social behavior: The Ontario symposium* (pp. 77-94). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Dion, K. K. y Dion, K. L. (2006). Individualism, collectivism, and the psychology of love. En R. J. Sternberg y K. Weis (Eds.), *The new psychology of love* (pp. 298-312). New Haven, CT: Yale University Press.
- Dion, K. K., Pak, A. W. P. y Dion, K. I. (1990). Stereotyping physical attractiveness: A sociocultural perspective. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 21(2), 158-179. Recuperado de <http://jcc.sagepub.com/>
- Dixon, L., Browne, K. y Hamilton-Giachritsis, C. (2009). Patterns of risk and protective factors in the intergenerational cycle of maltreatment. *Journal of Family Violence*, 24(2), 111-122. doi: 10.1007/s10896-008-9215-2
- Donatelle, R. J., Davis, L.G., Munroe, A. J. y Munroe, A. (2001) *Health: The basics*. Toronto, Ontario: Pearson Education Canada.
- Douglas, J. D. y Atwell, F. C. (1988). *Love, intimacy and sex*. Newbury Park, CA: Sage.

- Dovidio, J. F., Gaertner, S. L. y Kawakami, K. (2003). Intergroup contact: The past, present, and the future. *Group Processes & Intergroup Relations*, 6(1), 5-21. doi: 10.1177/1368430203006001009
- Drigotas, S. M., Rusbult, C. E., Wieselquist, J. y Whitton, S. W. (1999). Close partner as sculptor of the idea self: Behavioral affirmation and the Michelangelo phenomenon. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(2), 293-323. doi: 10.1037/0022-3514.77.2.293
- Driscoll, R., Davis, K. E. y Lipetz, M. E. (1972). Parental interference and romantic love: The Romeo and Juliet effect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 24(1), 1-10. doi: 10.1037/h0033373
- Dubois, D. L., Bull, C. A., Sherman, M. D. y Roberts, M. (1998). Self-esteem and adjustment in early adolescence: A social-contextual perspective. *Journal of Youth and Adolescence*, 27(5), 557-584. doi: 10.1023/A:1022831006887
- Duby, G. (1990). *El amor en la Edad Media y otros ensayos*. Madrid, España: Alianza.
- Dunn, J. (1992). Siblings and development. *Current Directions in Psychological Science*, 1, 6-9. Recuperado de <http://journals.sagepub.com/home/cdp>
- Dunn, J. y Davies, L. (2001). Sibling relationships and interparental conflict. En J. H. Grych y F. D. Fincham (Eds.), *Interparental conflict and child development* (pp. 273-290). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Duque, E. (2006). *Apreniendo para el amor o para la violencia: Las relaciones en las discotecas*. Barcelona, España: El Roure.
- Dutton, D. G. y Aron, A. P. (1974). Some evidence for heightened sexual attraction under conditions of high anxiety. *Journal of Personality and Social Psychology*, 30(4), 510-517. doi: 10.1037/h0037031
- Eagly, A. H. (1987). *Sex differences in social behavior: A social role interpretation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Eagly, A. H. y Steffen, V. J. (1984). Gender stereotypes stem from the distribution of women and men into social roles. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46(4), 735-754. doi: 10.1037/0022-3514.46.4.735
- Eagly, A. H. y Wood, W. (1999). The origins of sex differences in human behavior: Evolved dispositions versus social roles. *American Psychologist*, 54(6), 408-423. doi: 10.1037/0003-066X.54.6.408

- Echeburúa, E. (1993). *Trastornos de ansiedad en la infancia*. Madrid, España: Pirámide.
- Echeburúa, E. (1999). *¿Adicciones... sin drogas? Las nuevas adicciones: Juego, sexo, comida, compras, trabajo, Internet*. Bilbao, España: Desclée de Brouwer.
- Echeburúa, E. y De Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: Un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 91-96. Recuperado de <http://www.adicciones.es/index.php/adicciones>
- Eisenberg, N., Zhou, Q., Losoya, S. H., Fabes, R. A., Shepard, S. A., Murphy, B. C., ... Cumberland, A. (2003). The relations of parenting, effortful control, and ego control to children's emotional expressivity. *Child Development*, 74(3), 875-895. doi: 10.1111/1467-8624.00573
- Elias, A. N. y Wilson, A. F. (1995). Serum hormonal concentrations following transcendental meditation. Potential role of gamma aminobutyric acid. *Medical Hypotheses*, 44(4), 287-291. doi: 10.1016/0306-9877(95)90181-7
- Elizalde, S. (2015). *Tiempo de chicas. Identidad, cultura y poder*. Buenos Aires, Argentina: Grupo Editor Universitario.
- Elkind, D. (1967). Egocentrism in adolescence. *Child Development*, 38(4), 1025-1034. doi: 10.2307/1127100
- Ellis, A. (1962). *Razón y emoción en psicoterapia*. Bilbao, España: Desclée de Brouwer.
- Ellis, A. y Grieger, R. (1990). *Manual de terapia racional-emotiva* (Vol. 2). Bilbao, España: Desclée de Brouwer.
- Elphinston, R. A., Feeney, J. A. y Noller, P. (2011). Measuring romantic jealousy: Validation of the multidimensional jealousy scale in Australian samples. *Australian Journal of Psychology*, 63(4), 243-251. doi: 10.1111/j.1742-9536.2011.00026.x
- Elzo, J. (2000) *El silencio de los adolescentes. Lo que no cuentan a sus padres*. Madrid, España: Temas de Hoy.
- Elzo, J. (2005). Chicos y chicas: Tan similares y tan distintos. *Educació Social: Revista d'Intervenció Socioeducativa*, nº 29, 39-61. Recuperado de <http://www.raco.cat/index.php/EducacioSocial>
- Emery, R. E. (1982). Interparental conflict and the children of discord and divorce. *Psychological Bulletin*, 92(2), 310-330. doi: 10.1037/0033-2909.92.2.310
- Emery, R. E. (1999). *Marriage, divorce, and children's adjustment*. Thousand Oaks, CA: Sage.

- Enfield, N. J. (2002). *Ethnosyntax: Explorations in grammar and culture*. Oxford, UK: Oxford University Press.
- Engels, R., Finkenauer, C., Meeus, W. y Dekovic, M. (2001). Parental attachment and adolescents' emotional adjustment: The associations with social skills and relational competence. *Journal of Counseling Psychology*, 48(4), 428-439. doi: 10.1037/0022-0167.48.4.428
- Ensign, J., Scherman, A. y Clark, J. (1998). The relationship of family structure and conflict to levels of intimacy and parental attachment in college students. *Adolescence*, 33(131), 575-582.
- Erikson, E. (1980). *Identidad: Juventud y crisis*. Madrid, España: Taurus.
- Ernst, M., Pine, D. S. y Hardin, M. (2006). Triadic model of the neurobiology of motivated behavior in adolescence. *Psychological Medicine*, 36(3), 299-312. doi: 10.1017/S0033291705005891
- Escartí, A., Musitu, G. y Gracia, E. (1988). Estereotipos sexuales y roles sociales. En J. Fernández Sánchez (Coord.), *Nuevas perspectivas en el desarrollo del sexo y el género* (pp. 205-225). Madrid, España: Pirámide.
- Esch, T., Fricchione, G. L. y Stefano, G. B. (2003). The therapeutic use of the relaxation response in stress-related diseases. *Medical Science Monitor*, 9(2), 23-34.
- Esch, T. y Stefano, G. B. (2004). The neurobiology of pleasure, reward processes, addiction and their health implications. *Neuroendocrinology Letters*, 25(4), 235-251. Recuperado de <http://www.nel.edu/home.htm>
- Esch, T. y Stefano, G. B. (2005a). The neurobiology of love. *Neuroendocrinology Letters*, 26(3), 175-192. Recuperado de <http://www.nel.edu/home.htm>
- Esch, T. y Stefano, G. B. (2005b). Love promotes health. *Neuroendocrinology Letters*, 26(3), 264-267. Recuperado de <http://www.nel.edu/home.htm>
- Eshel, N., Nelson, E. E., Blair, R. J., Pine, D. S. y Ernst, M. (2007). Neural substrates of choice selection in adults and adolescents: Development of the ventrolateral prefrontal and anterior cingulate cortices. *Neuropsychologia*, 45(6), 1270-1279. doi: 10.1016/j.neuropsychologia.2006.10.004
- Espinar, E. y González, M. (2009). Jóvenes en las redes sociales virtuales. Un análisis exploratorio de las diferencias de género. *Feminismos*, nº 14, 87-106. Recuperado de <https://ieg.ua.es/es/publicaciones/revista-feminismo-s/revista-feminismo-s.html>

- Espinar, E., Zych, I. y Rodríguez-Hidalgo, A. J. (2015). Ciberconducta y dependencia emocional en parejas jóvenes. *Psychology, Society & Education*, 7(1), 41-55. Recuperado de <http://www.psye.org/>
- Espinar Fellmann, I. (2009). Las rupturas familiares en la salud mental de los y las adolescentes. *Revistas de Estudios de Juventud*, nº 84, 27-45. Recuperado de <http://www.injuve.es/conocenos/ediciones-injuve>
- Espinoza Rojas, J. (2015). Reconfigurando el amor: Mediación tecnológica y relaciones afectivas. *Question. Revista Especializada en Periodismo y Comunicación*, 1(45), 86-96. Recuperado de <http://perio.unlp.edu.ar/ojs/index.php/question/index>
- Esteban, M. L. (2008). El amor romántico dentro y fuera de occidente: Determinismos, paradojas y visiones alternativas. En L. Suárez Navaz, E. Martín Díaz y R. A. Hernández Castillo (Coords.), *Feminismos en la antropología. Nuevas propuestas críticas* (pp. 157-172). País Vasco, España: Ankulegi.
- Esteban, M. L. y Távora, A. (2008). El amor romántico y la subordinación social de las mujeres: Revisiones y propuestas. *Anuario de Psicología*, 39(1), 59-73. Recuperado de <http://www.ub.edu/psicologia/castellano/anuario-de-psicologia>
- Estébanez, I. (2010). Te Quiero... (sólo para mí): Relaciones adolescentes de control. *Tabanque Revista Pedagógica*, nº 23, 45-68. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=1396>
- Estébanez, I. (2012a, Septiembre). *Del amor al control a golpe de click: La violencia de género en las redes sociales*. Comunicación presentada en IV Jornada de sensibilización sobre violencia de género, Cabildo de Lanzarote, España. Texto completo recuperado de <http://minoviomecontrola.com/ianire-estebanez/Ponencia.Del-amor-al-control-a-golpe-de-click.-La-violencia-de-genero-en-las-redes-sociales.Ianire-Estebanez.pdf>
- Estébanez, I. (2012b, Marzo). *Te quiero, pero no más que a mi vida. La construcción de nuevos modelos de amor*. Comunicación presentada en la X Jornadas da Muller "A igualdade: Un traballo en equipo", Santiago de Compostela, España. Texto completo recuperado de <http://www.educarenigualdad.org/document>
- Estrada, N. y Montero, L. (2011). Cómo formamos parejas en el siglo XXI. *Contenido*, nº 572, 90-107.

- Estrella, R. N. (2007). Análisis psicosocial sobre las historias de amor. *Revista Puertorriqueña de Psicología*, 18, 62-76. Recuperado de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_serial&pid=1946-2026&lng=es
- Etchezahar, E. (2014). La construcción social del género desde la perspectiva de la teoría de la identidad social. *Ciencia, Docencia y Tecnología*, 25(49), 128-142. Recuperado de <http://www.pcient.uner.edu.ar/index.php/cdyt/index>
- Evans, D. (1999). *Introducing evolutionary psychology*. Cambridge, UK: Icon books.
- Evans, D. (2001). *Introducing evolution*. Cambridge, UK: Icon books.
- Expósito, F., Moya, M. C. y Glick, P. (1998). Sexismo ambivalente: Medición y correlatos. *Revista de Psicología Social*, 13(2), 159-169. doi: 10.1174/021347498760350641
- Ezpeleta, J. (2005). *Factores de riesgo de la psicopatología del desarrollo*, Barcelona, España: Masson.
- Fabricius, W. V. y Luecken, L. J. (2007). Postdivorce living arrangements, parent conflict, and long-term physical health correlates for children of divorce. *Journal of Family Psychology*, 21(2), 195-205. doi: 10.1037/0893-3200.21.2.195
- Fagundes, C. P. (2012). Getting over you: Contributions of attachment theory for postbreakup emotional adjustment. *Personal Relationships*, 19(1), 37-50. doi:10.1111/j.1475-6811.2010.01336.x
- Fairchild, L. y Erwin, W. M. (1977). Physical punishment by parents as a model of aggressive behavior in children. *The Journal of Genetic Psychology*, 130(2), 279-284. doi: 10.1080/00221325.1977.10533260
- Falcón Díaz-Aguado, L. (2009). ¿Cómo tengo que ser para que me quieras? La construcción del enamoramiento en los relatos cinematográficos: Propuesta de un modelo de alfabetización audiovisual para la prevención de la violencia de género. *Revista de Estudios de Juventud*, nº 86, 65-81. Recuperado de <http://www.injuve.es/conocenos/ediciones-injuve>
- Fauber, R., Forehand, R., Thomas, A. y Wierson, M. (1990). A mediational model of the impact of marital conflict on adolescent adjustment in intact and divorced families: The role of disrupted. *Child Development*, 61(4), 1112-1123. doi: 10.1111/j.1467-8624.1990.tb02845.x
- Feeney, J. A. (1999). Adult romantic attachment and couple relationships. En J. Cassidy y P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 355-377). New York, NY: Guilford Press.

- Feeney, J. A. (2002). Attachment, marital interaction, and relationship satisfaction: A diary study. *Personal Relationships*, 9, 39-55. doi: 10.1111/1475-6811.00003
- Feeney, B. C. y Collins, N. L. (2001). Predictors of caregiving in adult intimate relationships: An attachment theoretical perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80(6), 972-994. doi: 10.1037//0022-3514.80.6.972
- Feeney, J. A. y Noller, P. (1996). *Adult attachment*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Feeney, J. A., Noller, P. y Patty, J. (1993). Adolescents' interactions with the opposite sex: Influence of attachment style and gender. *Journal of Adolescence*, 16(2), 169-186. doi: 10.1006/jado.1993.1015
- Fehlberg, B., Smyth, B., Maclean, M. y Roberts, C. (2011). Legislating for shared time parenting after separation: A research review. *International Journal of Law, Policy and the Family*, 25(3), 318-337. doi: 10.1093/lawfam/ebr015
- Fehr, B. (1993). How do I love thee? Let me consult my prototype. En Duck, S. W. (Ed.), *Individuals in relationships (understanding relationships processes 1)* (pp. 87-120). Newbury Park, CA: Sage.
- Feingold, A. (1988). Matching for attractiveness in romantic partners and same sex-friends: A meta-analysis and theoretical critiques. *Psychological Bulletin*, 104(2), 226-235. doi: 10.1037/0033-2909.104.2.226
- Feldman, S. S., Fisher, L. y Seitel, L. (1997). The effect of parents' marital satisfaction on young adults' adaptation: A longitudinal study. *Journal of Research on Adolescence*, 7(1), 55-80. doi: 10.1207/s15327795jra0701_4
- Fernández, J. (1997). *Género y sociedad*. Madrid, España: Pirámide.
- Fernández, J., Quiroga, M. A., Escorial, S. y Privado, J. (2014). Explicit and implicit assessment of gender roles. *Psicothema*, 26(2), 244-251. doi: 10.7334/psicothema2013.219
- Fernández del Valle, J. y Bravo, A. (2000). Estructura y dimensiones de apoyo en la red social de los adolescentes. *Anuario de Psicología*, 31(2), 87-105. Recuperado de <http://www.ub.edu/psicologia/castellano/anuario-de-psicologia>
- Fernández del Valle, J., Bravo Arteaga, A., García Ruiz, M. y Uría Urraza, M. (2003). *Estudio sobre el comportamiento y las actitudes sexuales en la juventud asturiana*. Oviedo, España: Departamento de Psicología. Universidad de Oviedo.
- Fernández-Fuertes, A. A., Orgaz, B., Fuertes, A. y Carcedo, R. (2011). La evaluación del apego romántico en adolescentes españoles: Validación de la versión reducida del experiences

- in close relationships-revised (ECR-R). *Anales de Psicología*, 27(3), 827-833. Recuperado de <http://revistas.um.es/analep>
- Fernández Villanueva, C. (1998). El arte de amar: Un análisis sociológico. *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, nº 84, 125-146. Recuperado de <http://www.reis.cis.es/REIS/html/index.html>
- Fernández-Villanueva, C., Revilla-Castro, J. C., Domínguez-Bilbao, R., Gimeno-Jiménez, L. y Almagro, A. (2009). Gender differences in the representation of violence on Spanish television: Should women be more violent? *Sex Roles*, 61, 85-100. doi: 10.1007/s11199-009-9613-9
- Ferreira, G. (1995). *Hombres violentos, mujeres maltratadas* (2a. ed.). Buenos Aires, Argentina: Sudamericana.
- Ferrer, V. A., Bosch, E. y Navarro, C. (2010). Los mitos del amor romántico en España. *Boletín de Psicología*, nº 99, 7-31. Recuperado de <http://www.uv.es/seoane/boletin/boletin.html>
- Ferrer Pérez, V. A., Bosch Fiol, E., Navarro Guzmán, C. y Ferreiro Basurto, V. (2010). El mito romántico de los celos y su aceptación en la sociedad española actual. *Apuntes de Psicología*, 28(3), 391-402. Recuperado de <http://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista>
- Ferrer Pérez, V., Bosch Fiol, E., Navarro Guzmán, C., Ramis Palmer, M. C. y García Buades, E. (2008). El concepto de amor en España. *Psicothema*, 20(4), 589-595. Recuperado de <http://www.psicothema.com>
- Festinger, L. (1957). *A theory of cognitive dissonance*. Evanston, IL: Row, Peterson.
- Festinger, L., Schachter, S. y Back, K. (1950). Social pressures in informal groups: A study of human factors in housing. New York, NY: Harper & Row.
- Figueras-Maz, M., Tortajada, I. y Araña, N. (2014). La erótica del “malote”. Lecturas adolescentes de las series televisivas: Atracción, deseo y relaciones sexuales y afectivas. *Revista de Estudios de Juventud*, nº 106, 49-61. Recuperado de <http://www.injuve.es/conocenos/ediciones-injuve>
- Fincham, F. D. y Hall, J. H. (2005). Parenting and the marital relationship. En T. Luster y L. Okagaki (Eds.), *Parenting: An ecological perspective* (pp. 205-233). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Fisher, H. (1994). *Anatomía del amor. Historia natural de la monogamia, el adulterio y el divorcio*. Barcelona, España: Editorial Anagrama.

- Fisher, H. (1998). Lust, attraction, and attachment in mammalian reproduction. *Human Nature*, 9, 23-52. doi: 10.1007/s12110-998-1010-5.
- Fisher, H. (2004). *Por qué amamos. Naturaleza y química del amor romántico*. Madrid, España: Taurus.
- Fisher, H., Aron, A. y Brown, L. L. (2006). Romantic love: A mammalian brain system for mate choice. *Philosophical Transactions of the Royal Society B. Biological Sciences*, 361(1476), 2173-2186. doi: 10.1098/rstb.2006.1938
- Fisher, H., Aron, A., Mashek, D., Li, H. y Brown, L. L. (2002). Defining the brain systems of lust, romantic attraction, and attachment. *Archives of Sexual Behavior*, 31(5), 413-419. doi: 10.1023/A:1019888024255
- Fisher, J. D. y Byrne, D. (1975). Too close for comfort: Sex differences in response to invasions of personal space. *Journal of Personality and Social Psychology*, 32(1), 15-21. doi: 10.1037/h0076837
- Fiske, S. T., Cuddy, A. J. C., Glick, P. y Xu, J. (2002). A model of (often mixed) stereotype content: Competence and warmth respectively follow from perceived status and competition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 878-902. doi: 10.1037//0022-3514.82.6.878
- Fletcher, A. C., Steinberg, L. y Williams-Wheeler, M. (2004). Parental influences on adolescent problem behaviour: Revisiting Stattin and Kerr. *Child Development*, 75(3), 781-796. doi: 10.1111/j.1467-8624.2004.00706.x
- Flores, G. (2008). La formula química de cupido. *Revista Digital Universitaria*, 9(11), 1-7. Recuperado de <http://www.revista.unam.mx/vol.9/num11/art90/int90.htm>
- Floyd, K. (1996). Brotherly love I: The experience of closeness in the fraternal dyad. *Personal Relationships*, 3, 369-385. doi: 10.1111/j.1475-6811.1996.tb00122.x
- Folkman, S. (2008). The case for positive emotions in the stress process. *Anxiety, Stress and Coping: An International Journal*, 21(1), 3-14. doi: 10.1080/10615800701740457
- Folkman, S. y Moskowitz, J. T. (2004). Coping: Pitfalls and promise. *Annual Review of Psychology*, 55(1), 745-774. doi: 10.1146/annurev.psych.55.090902.141456
- Fonagy, P. (1999). Psychoanalytic theory from the viewpoint of attachment theory and research. En J. Cassidy y P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 595-625). New York, NY: Guilford Press.

- Foshee, V. A., Bauman, K. E. y Linder, G. F. (1999). Family violence and the perpetration of adolescent dating violence: Examining social learning and social control processes. *Journal of Marriage and the Family*, 61(2), 331-342. doi: 10.2307/353752
- Fossa Arcila, P. (2013). Vicisitudes de la vida amorosa: Cuando el odio subyace al amor. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 18(2), 225-247. Recuperado de <https://www.cneip.org/?page=rev>
- Fox, S. (1980). Situational determinants in affiliation. *European Journal of Social Psychology*, 10, 303-307. doi: 10.1002/ejsp.2420100308
- Fraley, R. C. y Davis, K. E. (1997). Attachment formation and transfer in young adults' close friendships and romantic relationships. *Personal Relationships*, 4(2), 131-144. doi: 10.1111/j.1475-6811.1997.tb00135.x
- Fraley, R. C. y Shaver, P. R. (1998). Airport separations: A naturalistic study of adult attachment dynamics in separating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(5), 1198-1212. doi: 10.1037/0022-3514.75.5.1198
- Fraley, R. C. y Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology*, 4(2), 132-154. doi: 10.1037//1089-2680.4.2.132
- Francke, D. y Ojeda, P. (2013). Historiografía e historia de mujeres: Estrategias para su inclusión en los procesos de enseñanza-aprendizaje en la educación media chilena. *Estudios Pedagógicos*, 39(1), 361-375. Recuperado de http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_serial&pid=0718-0705&lng=es&nrm=iso
- Frank, H. (2007). Young adults' relationship with parents and siblings: The role of marital status, conflict and post-divorce predictors. *Journal of Divorce & Remarriage*, 46(3-4), 105-124. doi: 10.1300/J087v46n03_07
- Freeman, N. K. (2007). Preschoolers' perceptions of gender appropriate toys and their parents' beliefs about genderized behaviors: Miscommunication, mixed messages, or hidden truths? *Early Childhood Education Journal*, 34(5), 357-366. doi: 10.1007/s10643-006-0123-x
- Freud, S. (1957). Certain neurotic mechanisms in jealousy, paranoia, and homosexuality. En J. D. Sutherland (Ed.) e I. Riviere (Trans.), *Collected Papers*, 2 (pp. 232-243). London, UK: Hogarth Press.

- Friedl, E. (1975). *Women and men. An anthropologist's view*. New York, NY: Holt, Rinehart & Winston.
- Frijda, N. H. (1986). *The emotions*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Fromm, E. (2000). *El arte de amar: Una investigación sobre la naturaleza del amor*. Barcelona, España: Paidós Ibérica.
- Frost, P. (2008). Sexual selection and human geographical variation, special issue: Proceedings of the 2nd Annual Meeting of the Northeastern Evolutionary Psychology Society. *Journal of Social, Evolutionary, and Cultural Psychology*, 2, 169-191. doi: 10.1037/h0099346.
- Frost, P. (2011). Hue and luminosity of human skin: A visual cue for gender recognition and other mental tasks. *Human Ethology Bulletin*, 26(2), 25-34. Recuperado de <http://ishe.org/human-ethology-bulletin/>
- Fuertes, A., Carpintero, E., Martínez, J. L., Soriano, S. y Hernández, A. (1997). Factores predictores de la autoestima con los iguales y de la intimidad relacional en la adolescencia. *Revista de Psicología Social*, 12(1), 113-127. doi: 10.1174/021347497320892063
- Fuertes, A., Martínez, J. L. y Hernández, A. (2001). Relaciones de amistad y competencia en las relaciones con los iguales en la adolescencia. *Revista de Psicología General y Aplicada: Revista de la Federación Española de Asociaciones de Psicología*, 54(3), 531-546. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=2008>
- Fuld, G. L., Mulligan, D. A., Altmann, T., Brown, A., Christakis, D., Clarke-Pearson, K., ... Steiner, G. L. (2009). Policy statement. Impact of music, music lyrics, and music videos on children and youth. *Pediatrics*, 124(5), 1488-1494. doi: 10.1542/peds.2009-2145
- Furman, W. y Shomaker, L. B. (2008). Patterns of interaction in adolescent romantic relationships: Distinct features and links to other close relationships. *Journal of Adolescence*, 31(6), 771-788. doi: 10.1016/j.adolescence.2007.10.007
- Furman, W. y Simon, V. A. (1999). Cognitive representations of adolescent romantic relationships. En W. Furman, B. B. Brown y C. Feiring (Eds.), *The development of romantic relationships in adolescence* (pp. 75-98). New York, NY: Cambridge University Press.
- Furman, W. y Wehner, E. A. (1994). Romantic views: Toward a theory of adolescent romantic relationships. En R. Montemayor, G. R. Adams y T. P. Gullotta (Eds.), *Personal relationships during adolescence* (pp. 168-195). Thousand Oaks, CA: Sage.

- Furman, W. y Winkles, J. K. (2010). Predicting romantic involvement, relationship cognitions, and relationship qualities from physical appearance, perceived norms, and relational styles regarding friends and parents. *Journal of Adolescence*, 33(6), 827-836. doi: 10.1016/j.adolescence.2010.07.004
- Furnham, A. y Paltzer, S. (2010). The portrayal of men and women in television advertisements: An updated review of 30 studies published since 2000. *Scandinavian Journal of Psychology*, 51(3), 216-236. doi: 10.1111/j.1467-9450.2009.00772.x
- Gaja, R. (1995). *El síndrome del amor. De la pasión a la estabilidad satisfactoria*. Barcelona, España: Planeta.
- Galician, M. L. y Merskin, D. L. (2007). *Critical thinking about sex, love, and romance in the mass media: Media literacy applications*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Galton, F. (1952). *Hereditary genius: An inquiry into its laws and consequences*. New York, NY: Horizon.
- Galván, A., Hare, T. A., Parra, C. E., Penn, J., Voss, H., Glover, G. y Casey, B. J. (2006). Earlier development of the accumbens relative to the orbitofrontal cortex might underlie risk-taking behavior in adolescents. *The Journal of Neuroscience*, 26(25), 6885-6892. doi: 10.1523/JNEUROSCI.1062-06.2006
- Gambarte Paz, P. S. (2012). Violencia infantil intrafamiliar. Un estudio de casos acerca de las características que asume el habitus de niños en situación de maltrato infantil intrafamiliar desde el trabajo social. *Margen*, nº 65, 1-50. Recuperado de <http://www.margen.org/>
- Gangestad, S. W. (1993). Sexual selection and physical attractiveness: Implications for mating dynamics. *Human Nature*, 4(3), 205-235. doi: 10.1007/BF02692200
- Gangestad, S. W. y Buss, D. M. (1993). Pathogen prevalence and human mate preferences. *Ethology and Sociobiology*, 14(2), 89-96. doi: 10.1016/0162-3095(93)90009-7
- Ganong, L. H., Coleman, M., Feistman, R., Jamison, T. y Stafford Markham, M. (2012). Communication technology and postdivorce coparenting. *Family Relations*, 61(3), 397-409. doi: 10.1111/j.1741-3729.2012.00706.x
- Garaigordobil, M. y Aliri, J. (2011). Conexión intergeneracional del sexismo: Influencia de variables familiares. *Psicothema*, 23(3), 382-387. Recuperado de <http://www.psicothema.com>

- Garaigordobil, M., Aliri, J. y Martínez Valderrey, V. (2013). Justificación de la violencia durante la adolescencia: Diferencias en función de variables sociodemográficas. *European Journal of Education and Psychology*, 6(2), 83-93. doi: 10.1989/ejep.v6i2.105
- Garaigordobil, M., Pérez, J. I. y Mozaz, M. (2008). Self-concept, self-esteem, and psychopathological symptoms. *Psicothema*, 20(1), 114-123. Recuperado de <http://www.psicothema.com/>
- Garbarino, J. y Gilliam, G. (1980). *Understanding abusive families*. Lexington, MA: Lexington Press.
- García, B. (2003). *La pareja: Algo más que amar y ser amado*. Madrid, España: Hobby Club.
- García, E. (2003). Neuropsicología y género. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 23(86), 7-19. Recuperado de <http://www.revistaaen.es/index.php/aen/article/view/15836/15695>
- García, C. T., Cabral, B., Alarcón, J. y Monsalve, N. (2003). Recensión: Sexismo en el aula de preescolar. *Otras Miradas*, 3(2), 127-129. Recuperado de <http://www.redalyc.org/revista.oa?id=183>
- García, R. y López, E. (2006). Congruencia del rol de género y liderazgo: El papel de las atribuciones causales sobre el éxito y el fracaso. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 38(2), 245-257. Recuperado de <http://www.redalyc.org/revista.oa?id=805>
- García, N. y Martínez, L. (2008). La recepción de la imagen de las mujeres en los medios: Una aproximación cualitativa. *Comunicación y Sociedad*, nº 10, 111-128. Recuperado de <http://www.revistascientificas.udg.mx/index.php/comsoc>
- García, N. y Martínez, L. (2009). La representación positiva de la mujer en los medios de comunicación. *Comunicar*, 16(32), 209-214. doi: 10.3916/c32-2009-03-002
- García, J. A. y Moreno, I. (2006). *Guía multimedia. Pantallas sanas*. Recuperado de <http://www.aragon.es/>
- García, F. y Musitu, G. (1999). *Manual AF-5. Autoconcepto forma 5*. Madrid, España: TEA Ediciones.
- García, M. M., Shaw, D. S., Winslow, E. B. y Yaggi, K. E. (2000). Destructive sibling conflict and the development of conduct problems in young boys. *Developmental Psychology*, 36(1), 44-53. doi: 10.1037//0012-1649.36.1.44

- García Linares, M. C., Pelegrina, S. y Lendínez, J. (2002). Los estilos educativos de los padres y la competencia psicosocial de los adolescentes. *Anuario de Psicología*, 33(1), 79-95. Recuperado de <http://www.ub.edu/psicologia/castellano/anuario-de-psicologia>
- García-Moya, I., Rivera, F., Moren, C. y López, A. (2013). Calidad de la relación entre los progenitores y sentido de coherencia en sus hijos adolescentes. El efecto de mediación de la satisfacción familiar. *Anales de Psicología*, 29(2), 482-490. doi: 10.6018/analesps.29.2.138861
- García-Muñoz, N. y Fedele, M. (2011). Retrato de los adolescentes en la ficción televisiva. Un estudio de caso. *Ámbitos*, nº 20, 71-86. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=2493>
- García-Ruiz, R., Aguaded Gómez, J. I. y Rodríguez Vázquez, A. I. (2014). Propuesta de alfabetización mediática ante los estereotipos de género en los medios de comunicación. *Revista Prisma Social*, nº 13, 576-609. Recuperado de <http://revistaprismasocial.es/>
- García Toca, I. y Nader Carreta, F. (2009). Estereotipos masculinos en la relación de pareja. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 14(1), 37-45. Recuperado de <http://www.redalyc.org/revista.oa?id=292>
- Gardner, R. M. y Tockerman, Y. R. (1994). A computer-TV methodology for investigating the influence of somatotype on perceived personality traits. *Journal of Social Behavior and Personality*, 9(3), 555-563.
- Garrido Rojas, L., Guzmán-González, M. y Rivera Ottenberg, D. (2016). Romantic attachment and adjustment to divorce and separation in a Chilean adult sample. *Journal of Divorce & Remarriage*, 57(8), 573-585. doi: 10.1080/10502556.2016.1233852
- Garza, R., Heredia, R. R. y Cieslicka, A. B. (2016). Male and female perception of physical attractiveness: An eye movement study. *Evolutionary Psychology*, 1-16. doi: 10.1177/1474704916631614
- Garzón, A. (2006). Evolución de las creencias sociales en España. *Boletín de Psicología*, nº 86, 53-84. Recuperado de <http://www.uv.es/seoane/boletin/boletin.html>
- Gately, D. W. y Schwebel, A. I. (1993). Favorable outcomes in children after parental divorce. *Journal of Divorce and Remarriage*, 18(3-4), 57-78. doi: 10.1300/J087v18n03_04
- Gayman, M. D., Cislo, A. M., Goidel, A. R. y Ueno, K. (2014). SES and race-ethnic differences in the stress-buffering effects of coping resources among young adults. *Ethnicity & Health*, 19(2), 198-216. doi: 10.1080/13557858.2013.828827

- Gentile, B., Grabe, S., Dolan-Pascoe, B., Twenge, J. M., Wells, B. E. y Maitino, A. (2009). Gender differences in domain-specific self-esteem: A meta-analysis. *Review of General Psychology*, 13(1), 34-45. doi: 10.1037/a0013689
- Gerbino, M., Caprara, M. G. y Caprara, G. V. (2006). Estabilidad y predicción de la agresión física desde la infancia hasta la adolescencia: Un estudio con múltiples informantes. *Acción Psicológica*, 4(2), 169-182. Recuperado de <http://revistas.uned.es/index.php/accionpsicologica>
- Gerbner, G., Gross, L. M., Morgan, M., Signorielli, N. y Shanahan, J. (2002). Growing up with television: Cultivation processes. En J. Bryant y D. Zillmann, *Media effects. Advances in theory and research* (pp. 43-68). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Gianini Belotti, E. (2001). Pistolas para el niño, muñecas para la niña. La influencia de los condicionamientos sociales en la formación del rol femenino en los primeros años de vida. *Educere*, nº 13, 87-92. Recuperado de <http://www.human.ula.ve/adocente/educere/>
- Giddens, A. (1992). *The transformation of intimacy: Sexuality, love and eroticism in modern societies*. Stanford, CA: Stanford University Press.
- Giedd, J. N., Blumenthal, J., Jeffries, N. O., Castellanos, F. X., Liu, H., Zijdenbos, A., ... Rapoport, J. L. (1999). Brain development during childhood and adolescence: A longitudinal MRI study. *Nature Neuroscience*, 2(10), 861-863. doi: 10.1038/13158
- Gil Calvo, E. (2000). *Medias miradas: Un análisis cultural de la imagen femenina*. Barcelona, España: Anagrama.
- Giles, D. C. (2002). Parasocial interaction: A review of the literature and a model for future research. *Media Psychology*, 4(3), 279-305. doi: 10.1207/S1532785XMEP0403_04
- Giménez de la Peña, A., Cantó, J. M., Fernández, P. y Barrett, M. (2003). Stereotype development in Andalusian children. *The Spanish Journal of Psychology*, 6(1), 28-34. doi: 10.1017/S1138741600005187
- Girón, S., Rodríguez, R. y Sánchez, D. (2003). Trastornos de comportamiento en los adolescentes. Observaciones desde una perspectiva sistémica-relacional. *Psiquis*, 24(1), 5-14.
- Gives, D. y Perper, T. (1985). *Love signals*. Philadelphia, PA: Random House Value.
- Glick, I. R., Berman, E. M., Clarkin, J. F. y Rait, D. S. (2001). *Terapia conyugal y familiar* (4a. ed.). Madrid, España: Grupo Aula Médica.

- Glick, P. y Fiske, S. T. (1996). The ambivalent sexism inventory: Differentiating hostile and benevolent sexism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(3), 491-512. doi: 10.1037/0022-3514.70.3.491
- Glick, P. y Fiske, S. T. (1999). The ambivalence toward men inventory: Differentiating hostile and benevolent beliefs about men. *Psychology of Women Quarterly*, 23(3), 519-536. doi: 10.1111/j.1471-6402.1999.tb00379.x
- Goffman, E. (1977). The arrangement between the sexes. *Theory and Society*, 4(3), 301-331. Recuperado de <http://www.jstor.org/journal/theorysociety>
- Gold, J. A., Ryckman, R. M. y Mosley, N. R. (1984). Romantic mood induction and attraction to a dissimilar other: Is love blind? *Personality and Social Psychology Bulletin*, 10(3), 358-368. doi: 10.1177/0146167284103003
- Gómez, E. y Jaén, P. (2011). Transmisión intergeneracional del maltrato y aislamiento social. *Boletín de Psicología*, nº 102, 43-54. Recuperado de <http://www.uv.es/seoane/boletin/boletin.html>
- Gómez Escarda, M. y Pérez Redondo, R. J. (2016). La violencia contra las mujeres en la música: Una aproximación metodológica. *Methaodos. Revista de Ciencias Sociales*, 4(1), 189-196. doi: 10.17502/m.rcs.v4i1.115
- Gómez Reyes, I., Castro Luna, J. y Ruz Rodríguez, F. J. (2002). Discordia entre esposos y alteraciones psicopatológicas en sus hijos. *Apuntes de Psicología*, 20(2), 9-16.
- Gómez Zapiain, J. (2000). Educación afectivo sexual. *Anuario de Sexología*, nº 6, 41-56. Recuperado de <http://www.aeps.es/publicaciones/anuarios-aeps/>
- Gómez Zapiain, J. (2005a). Aproximación a los comportamientos sexuales y de riesgo en la adolescencia. En A. S. Rathus, J. S. Nevid y L. Fichner-Rathus (Eds.), *Sexualidad humana* (pp. 289-292). Madrid, España: Pearson-Prentice Hall.
- Gómez Zapiain, J. (2005b). Apego y comportamiento sexual en la adolescencia, en relación con la disposición a asumir riesgos asociados a la experiencia erótica. *Infancia y Aprendizaje*, 28(3), 293-308. doi: 10.1174/0210370054740250
- Gómez Zapiain, J., Ortiz, M. J. y Eceiza, A. (2016). Disposición al riesgo en la actividad sexual de adolescentes: El rol de los modelos internos de apego, de las relaciones de apego con padres e iguales y de las dificultades de regulación emocional. *Anales de Psicología*, 32(3), 899-906. doi: 10.6018/analesps.32.3.221691

- Gómez Zapiain, J., Ortiz, M. J. y Gómez Lope, J. (2011). Experiencia sexual, estilos de apego y tipos de cuidados en las relaciones de pareja. *Anales de Psicología*, 27(2), 447-456. Recuperado de <http://revistas.um.es/analesps/>
- Gonzalez, J., Cortés, Y. y Padilla, M. (1996). *La imagen paterna y salud mental en el mexicano*. Mexico: Instituto de Investigación en Psicología Clínica y Social.
- González, R. y Santana, J. D. (2001). *Violencia en parejas jóvenes. Análisis y prevención*. Madrid, España: Pirámide.
- González, M. M. y Triana, B. (1998). Divorcio, monoparentalidad y nuevos emparejamientos. En M. J. Rodrigo y J. Palacios (Comps.), *Familia y Desarrollo Humano* (pp. 373-397). Madrid, España: Alianza.
- González Colín, B., Valdez Medina, J. L., González Arratia López Fuentes, N. I. y González Escobar, S. (2014). Estrategias de conservación de la pareja: Un análisis por sexo. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 17(1), 1-21. Recuperado de <http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/>
- González Pienda, J. A., Núñez, C., González Pumariega, S. y García, M. (1997). Autoconcepto, autoestima y aprendizaje escolar. *Psicothema*, 9(2), 271-289. Recuperado de <http://www.psicothema.com>
- González Reigosa, F. y Kaminsky, H. (1989). Greek homosexuality, greek narcissism, greek culture: The invention of Apollo. *Psychohistory Review*, 17(2), 149-181.
- Gonçalves, R. A. (2003). El papel de la familia en la explicación del comportamiento antisocial en la infancia y adolescencia. En R. Arce y F. Fariña (Eds.), *Avances en torno al comportamiento antisocial, evaluación y tratamiento* (pp. 141-163). Madrid, España: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales.
- Goode, W. J. (1959). The theoretical importance of love. *American Sociological Review*, 24(1), 38-47. Recuperado de <https://www.jstor.org/journal/amersocirevi>
- Goodwin, A. (1992). *Dancing in the distraction factory: Music television and popular culture*. Minneapolis, MN: University of Minnesota Press.
- Gordo, A. (2006). *Jóvenes y cultura messenger. Tecnología de la información y la comunicación en la sociedad interactiva*. Madrid, España: Fundación de ayuda contra la drogadicción. Recuperado de <http://www.injuve.es/observatorio/infotecnologia/jovenesyculturaMessenger>

- Gordon, R. A. (1996). Impact of ingratiation in judgments and evaluations: A meta-analytic investigation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(1), 54-70. doi: 10.1037/0022-3514.71.1.54
- Gorrese, A. y Ruggieri, R. (2012). Peer attachment: A meta-analytic review of gender and age differences and associations with parent attachment. *Journal of Youth and Adolescence*, 41(5), 650-672. doi: 10.1007/s10964-012-9759-6
- Gracia, E. (2003). Social visibility and tolerance to family violence. *Psychology in Spain*, 7(1), 39-45. Recuperado de <http://www.psychologyinspain.com/>
- Gracia, E., Herrero, J. y Musitu, G. (1995). *El apoyo social*. Barcelona, España: PPU.
- Gracia, E., Lila, M. y Musitu, G. (2005). Rechazo parental y ajuste psicológico y social en los hijos. *Salud Mental*, 28(2), 73-81. Recuperado de http://www.revistasaludmental.mx/index.php/salud_mental
- Gracia, E. y Musitu, G. (1994). Tipología del maltrato infantil: Una conceptualización empírica. *Revista de Psicología Social Aplicada*, 4(1), 53-72.
- Gracia, E. y Musitu, G. (2000). *Psicología social de la familia*. Barcelona, España: Paidós Ibérica.
- Graham-Bermann, S. A., Gruber, G., Howell, K. H. y Girz, L. (2009). Factors discriminating among profiles of resilience and psychopathology in children exposed to intimate partner violence (IPV). *Child Abuse & Neglect*, 33(9), 648-660. doi: 10.1016/j.chiabu.2009.01.002
- Grammer, K. y Thornhill, R. (1994). Human (homo sapiens) facial attractiveness and sexual selection: The role of symmetry and averageness. *Journal of Comparative Psychology*, 108(3), 233-242. doi: 10.1037/0735-7036.108.3.233
- Granic, I., Dishion, T. J. y Hollenstein, T. (2003). The family ecology of adolescence: A dynamic systems perspective on normative development. En G. R. Adams y M. D. Berzonsky (Eds.), *Blackwell handbook of adolescence* (pp. 60-91). Oxford, UK: Blackwell Publishing Ltd.
- Grau Rebollo, J. (2002). *La familia en la pantalla: Percepción social y representación audiovisual de etnomodelos procreativos en el cine y la televisión en España*. Oviedo, España: Septem.
- Gray, M. R. y Steinberg, L. (1999). Adolescent romance and the parent-child relationship: A contextual perspective. En W. Furman, B. B. Brown y C. Feiring (Eds.). *The development*

- of romantic relationships in adolescence* (pp. 235-262). New York, NY: Cambridge University Press.
- Green, A. H. (1998). Factors contributing to the generational transmission of child maltreatment. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 37(12), 1334-1336. doi: 10.1097/00004583-199812000-00018
- Greenwood, D. N. y Long, C. R. (2011). Attachment, belongingness needs, and relationship status predict imagined intimacy with media figures. *Communication Research*, 38(2), 278-297. doi: 10.1177/0093650210362687
- Gregory, A. y Milner, S. (2009). Editorial: work-life balance: A matter of choice? *Gender, Work and Organization*, 16(1), 1-13. doi: 10.1111/j.1468-0432.2008.00429.x
- Griffit, W. y Veitch, R. (1971). Hot and crowded: Influence of population density and temperature on interpersonal affective behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 17(1), 92-98. doi: 10.1037/h0030458
- Grimal, P. (1993). *Diccionario de mitología griega y romana*. Barcelona, España: Paidós.
- Grossmann, K., Grossmann, K. E. y Kindler, H. (2005). Early care and the roots of attachment and partnership representations in the Bielefeld and Regensburg longitudinal studies. En K. E. Grossmann, K. Grossmann y E. Waters (Eds.), *Attachment from infancy to adulthood: The major longitudinal studies* (pp. 98-136). New York NY: Guilford Press.
- Grossmann, E., Grossmann, K. y Zimmermann, P. (1999). A wider view of attachment and exploration: Stability and change during the years of immaturity. En J. Cassidy y P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research and clinical applications* (pp. 760-786). New York, NY: Guilford Press.
- Grotevant, H. D. (1987). Toward a process model of identity formation. *Journal of Adolescent Research*, 2(3), 203-222. doi: 10.1177/074355488723003
- Grotevant, H. D. y Cooper, C. R. (1998). Individuality and connectedness in adolescent development: Review prospects for research on identity, relationships, and context. En E. Skoe y A. L. Von der Lippe (Eds.), *Personality development in adolescence: A cross national and life span perspective* (pp. 3-37). London, UK: Routledge.
- Grusec, J. E., Goodnow, J. J. y Kuczynski, L. (2000) New directions in analyses of parenting contributions to children's acquisition of values. *Child Development*, 71(1), 205-211. doi: 10.1111/1467-8624.00135

- Grych, J. H. y Cardoza-Fernandes, S. (2001). Understanding the impact of interparental conflict on children: The role of social cognitive processes. En J. H. Grych y F. D. Fincham (Eds.), *Interparental conflict and child development: Theory, research and application* (pp. 157-187). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Grych, J. H. y Fincham, F. D. (1990). Marital conflict and children's adjustment: A cognitive-contextual framework. *Psychological Bulletin*, *108*(2), 267-290. doi: 10.1037/0033-2909.108.2.267
- Grych, J. H. y Fincham, F. D. (2001). *Interparental conflict and child development. Theory, research and application*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Guirao Goris, S. J. A. (2015). Utilidad y tipos de revisión de literatura. *Ene. Revista de Enfermería*, *9*(2). Recuperado de <http://ene.enfermeria.org/ojs>
- Guttentag, M. y Secord, P. F. (1983). *Too many women? The sex ratio question*. Beverly Hills, CA: Sage.
- Guzmán, M. y Contreras, P. (2012). Estilos de apego en relaciones de pareja y su asociación con la satisfacción marital. *Psykhé*, *21*(1), 69-82. Recuperado de <http://www.oei.es/historico/cl19.htm>
- Ha, T., Overbeek, G., de Greef, M., Scholte, R. H. J. y Engels, R. C. M. E. (2010). The importance of relationships with parents and best friends for adolescents' romantic relationship quality: Differences between indigenous and ethnic Dutch adolescents. *International Journal of Behavioral Development*, *34*(2), 121-127. doi: 10.1177/0165025409360293.
- Haaz, D. H., Kneavel, M. y Browning, S. W. (2014). The father-daughter relationships and intimacy in the marriages of daughters of divorce. *Journal of Divorce & Remarriage*, *55*(2), 164-177. doi: 10.1080/10502556.2013.871962
- Hagmann, M. (1999). More questions about the provider's role. *Science*, *283*(5403), 777. doi: 10.1126/science.283.5403.777
- Hall, G. S. (1904). *Adolescence: Its psychology and its relations to physiology, anthropology, sociology, sex, crime, religion, and education* (Vol. 2). New York, NY: D. Appleton & Company.
- Hare, T. A., Tottenham, N., Davidson, M. C., Glover, G. H. y Casey, B. J. (2005). Contributions of amygdala and striatal activity in emotion regulation. *Biological Psychiatry*, *57*(6), 624-632. doi: 10.1016/j.biopsych.2004.12.038

- Harmon-Jones, E. y Allen, J. J. B. (2001). The role of affect in the mere exposure effect: Evidence from psychophysiological and individual differences approaches. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(7), 889-898. doi: 10.1177/0146167201277011
- Harold, G. T. y Conger, R. D. (1997). Marital conflict and adolescent distress: The role of adolescent awareness. *Child Development*, 68(2), 333-350. doi: 10.1111/j.1467-8624.1997.tb01943
- Harrison, A. A. y Saeed, L. (1977). Let's make a deal: An analysis of revelations and stipulations in lonely hearts advertisements. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35, 257-264. doi: 10.1037/0022-3514.35.4.257
- Harter, S. (1998). The development of self-representations. En W. Damon (Series Ed.) y N. Eisenberg (Vol. Ed.), *Handbook of educational psychology, Vol. 3. Social, emotional, and personality development* (5th Ed.) (pp. 553-617). New York, NY: Wiley.
- Hartman, L. R., Magalhães, L. y Mandich, A. (2011). What does parental divorce or marital separation mean for adolescents? A scoping review of North American literature. *Journal of Divorce & Remarriage*, 52(7), 490-518. doi: 10.1080/10502556.2011.609432
- Haselton, M. G. y Buss, D. M. (2000). Error management theory: A new perspective on biases in cross sex mind reading. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(1), 81-91. doi: 10.1037/10022-3514.78.1.81
- Hatfield, E. (1988). Passionate and companionate love. En R. J. Sternberg y M. L. Barnes (Eds.), *The psychology of love* (pp. 191-217). New Haven, CT: Yale University Press.
- Hatfield, E. y Rapson, R. L. (1987). Passionate love/sexual desire: Can the same paradigm explain both? *Archives of Sexual Behavior*, 16(3), 259-278. doi: 10.1007/BF01541613
- Hatfield, E. y Rapson, R. (1996). *Love and sex: Cross-cultural perspectives*. Needham Heights, MA: Allyn & Bacon.
- Hatfield, E., Rapson, R. L. y Martel, L. D. (2007). Passionate love and sexual desire. En S. Kitayama y D. Cohen (Eds.), *Handbook of cultural psychology* (pp. 760-779). New York, NY: Guilford Press.
- Hatfield, E. y Sprecher, S. (1986). *Mirror, mirror...The importance of looks in everyday life*. Albany, NY: Suny Press.
- Hatfield, E. y Walster, G. W. (1978). *A new look at love*. Lanham, MD: University Press of America.
- Hayes, C. (1951). *The ape in our house*. New York, NY: Harper.

- Hazan, C., Campa, M. y Gur-Yaish, N. (2006). Attachment across the lifespan. En A. Kruglanski y J. Forgas (Series Eds.) y P. Noller y J. Feeney (Vol. Eds.), *Frontiers in Social Psychology* (Vol. 1). *Close relationships: Functions, forms and processes* (pp. 189-209). Hove, UK: Psychology Press.
- Hazan, C. y Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524. doi: 10.1037/0022-3514.52.3.511
- Hazan, C. y Zeifman, D. (1994). Sex and the psychological tether. En K. Bartholomew y D. Perlman (Eds.), *Advances in personal relationships*, (Vol. 5). *Attachment processes in adulthood* (pp. 151-177). London, UK: Jessica Kingsley Publishers.
- Hazan, C. y Zeifman D. (1999). Pair bonds as attachments. Evaluating the evidence. En J. Cassidy y P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 336-354). New York, NY: Guilford Press.
- Heider, F. (1958). *The psychology of interpersonal relations*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Hendrick, S. (2004). *Understanding close relationships*. Boston, MA: Pearson Education.
- Hendrick, C. y Hendrick, S. (1986). A theory and method of love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(2), 392-402. doi: 10.1037/0022-3514.50.2.392
- Hendrick, S. S. y Hendrick, C. (1993). Lovers as friends. *Journal of Social and Personal Relationships*, 10(3), 459-466. doi: 10.1177/0265407593103011
- Hendrick, C., Hendrick, S. S. y Dicke, A. (1998). The love attitudes scale: Short form. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15(2), 147-159. doi: 10.1177/0265407598152001
- Hendrix, H. (1992). *Keeping the love you find*. New York, NY: Pocket Books.
- Henriques-Mueller, M. E. y Yunes, J. (1993). Adolescencia: Equivocaciones y esperanzas. En E. Gómez Gómez (Ed.), *Género, mujer y salud en las Américas* (pp. 46-67). Washington, D. C., USA: OPS.
- Henry, J., Sloane, M. y Black-Pond, C. (2007). Neurobiology and neurodevelopmental impact of childhood traumatic stress and prenatal alcohol exposure. *Language, Speech and Hearing Services in Schools*, 38(2), 99-108. doi: 10.1044/0161-1461(2007/010)

- Hernández Corrochano, E. y Plaza, J. (2005). El nuevo príncipe azul. Representación de la masculinidad en las revistas femeninas para adolescentes. *Revista Educación, Salud y Trabajo*, nº 5, 201-214.
- Herrera, M., Pacheco, M., Palomar, J. y Zavala, D. (2010). La adicción a Facebook relacionada con la baja autoestima, la depresión y la falta de habilidades sociales. *Psicología Iberoamericana*, 18(1), 6-18. Recuperado de <http://www.redalyc.org/revista.oa?id=1339>
- Herrera Romero, M. A. (2015). El mito de Medusa: Historia de una seducción. *Alternativas en Psicología*, nº especial de género, 121-126. Recuperado de <http://www.alternativas.me/>
- Hesse, E. (1996). Discourse, memory and the adult attachment interview: A note with emphasis on the emerging cannot classify category. *Infant Mental Health Journal*, 17(1), 4-11. doi: 10.1002/(SICI)1097-0355(199621)17:13.0.CO;2-S
- Hetherington, E. M. y Stanley-Hagan, M. (1999). The adjustment of children with divorced parents: A risk and resiliency perspective. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 40(1), 129-140. doi: 10.1111/1469-7610.00427
- Hill, C. A. (1987). Affiliation motivation: People who need people... but in different ways. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(5), 1008-1018. doi: 10.1037/0022-3514.52.5.1008
- Hill, C. T., Rubin, Z. y Peplau, L. A. (1976). Breakups before marriage: The end of 103 affairs. *Journal of Social Issues*, 32(1), 147-168. doi: 10.1111/j.1540-4560.1976.tb02485.x
- Hinde, R. A. (1990). Etología y psicología Social. En M. Hewstone, W. Stroebe, J. P. Codol y G. M. Stephenson (Eds.), *Introducción a la psicología social. Una perspectiva europea* (pp. 21-35). Barcelona, España: Ariel.
- Hinde, R. A. (1997). *Relationships: A dialectical perspective*. Hove, UK: Psychology Press.
- Hodges, W. F. y Bloom, B. L. (1984). Parent's report of children's adjustment of marital separation: A longitudinal study. *Journal of Divorce*, 8(1), 33-50. doi: 10.1300/J279v08n01_03
- Hodges, E. V., Finnegan, R. A. y Perry, D. G. (1999). Skewed autonomy-relatedness in preadolescents' conceptions of their relationships with mother, father, and best friend. *Developmental Psychology*, 35(3), 737-748. doi: 10.1037/0012-1649.35.3.737
- Hodgins, H. S., Koestner, R. y Duncan, N. (1996). On the compatibility of autonomy and relatedness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22(3), 227-237. doi: 10.1177/0146167296223001

- Hofstede, G. (1998). *Masculinity and femininity: A taboo dimension of national cultures*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Holland, A. S., Fraley, R. C. y Roisman, G. I. (2012). Attachment styles in dating couples: Predicting relationship functioning over time. *Personal Relationships, 19*, 234-246. doi: 10.1111/j.1475-6811.2011.01350.x.
- Hoof, M. y Thunissen, E. (1980). *Kinderen en massamedia: Een exploratief onderzoek naar de functies van het boek vergeleken met die van andere massamedia voor kinderen*. Amsterdam, The Netherlands: University of Amsterdam.
- Hormigos, J. (2012). La sociología de la música. Teorías clásicas y puntos de partida en la definición de la disciplina. *Barataria. Revista Castellano-Manchega de Ciencias Sociales*, nº 14, 75-84. doi: 10.20932/barataria.v0i14.102
- Horton, D. y Wohl, R. R. (1956). Mass communication and parasocial interaction: Observations on intimacy at a distance. *Psychiatry, 19*(3), 215-229.
- Hotaling, G. T. y Sugarman, D. B. (1986). An analysis of risk markers in husband to wife violence: The current state of knowledge. *Violence and Victims, 1*(2), 101-124.
- House, J. S., Landis, K. R. y Umberson, D. (1988). Social relationships and health. *Science, 241*(4865), 540-545. doi: 10.1126/science.3399889
- Hudson, J. W. y Henze, L. F. (1969). Campus values in mate selection: A replication. *Journal of Marriage and Family, 31*(4), 772-775. doi: 10.2307/349321
- Humbert, J. (1984). *Mitología griega y romana*. Barcelona, España: Gustavo Gili.
- Hurtig, M. C. y Pichevin, M. F. (1985). La variable sexe en psychologie: Donné ou construct? *Cahiers de Psychologie Cognitive, 5*(2), 187-228.
- Hurre, T., Junkkari, H. y Aro, H. (2006). Long-term psychosocial effects of parental divorce: A follow-up study from adolescence to adulthood. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience, 256*(4), 256-263. doi: 10.1007/s00406-006-0641-y
- Huxley, R. (1999). *Love and limits: Achieving a balance in parenting*. San Diego, CA: Singular Publishing Group.
- Ibroseva, E. (2007). Caught between east and west? Portrayals of gender in Bulgarian television advertisements. *Sex Roles, 57*(5-6), 409-418. doi: 10.1007/s11199-007-9261-x
- Iglesias, J. L. (2013). Desarrollo del adolescente: Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Pediatría Integral, 17*(2), 88-93. Recuperado de <https://www.pediatriaintegral.es/>

- Ihinger-Tallman, M., Pasley, K. y Buehler, C. (1993). Developing a middle-range theory of father involvement postdivorce. *Journal of Family Issues*, 14(4), 550-571. doi: 10.1177/019251393014004005
- Illouz, E. (2007). *Intimidaciones congeladas. Las emociones en el capitalismo*. Buenos Aires, Argentina: Katz.
- Illouz, E. (2012). *Por qué duele el amor. Una explicación sociológica*. Madrid, España: Katz.
- Imbert, G. (1982). *Elena Francis, un consultorio para la transición: Contribución al estudio de los simulacros de masas*. Barcelona, España: Península.
- Imbert, G. (1990). *Los discursos del cambio: Imágenes e imaginarios sociales en la España de la Transición (1976-1982)*. Madrid, España: Akal/Comunicación.
- Inglés, C. J., Delgado, B., Bautista, R., Torregrosa, M. S., Espada, J. P., García Fernández, J. M., ... García López, L. J. (2007). Factores psicosociales relacionados con el consumo de alcohol y tabaco en adolescentes españoles. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 7(2), 403-420. Recuperado de <http://www.aepc.es/ijchp/busca.php?coid=Espa%F101>
- Inglés, C. J., Hidalgo, M. D. y Méndez, F. X. (2005). Interpersonal difficulties in adolescence: A new self-report measure. *European Journal of Psychological Assessment*, 21(1), 11-22. doi: 10.1027//1015-5759.21.1.11
- Inglés, C. J., Méndez, F. X. e Hidalgo, M. D. (2001). Dificultades interpersonales en la adolescencia: ¿Factor de riesgo de fobia social? *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 6(2), 91-104. Recuperado de <http://www.aepcp.net/rppc.php?id=67>
- Inhelder, B. y Piaget, J. (1955). *De la lógica del niño a la lógica del adolescente*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Insel, T. R. (1997). A neurobiological basis of social attachment. *The American Journal of Psychiatry*, 154(6), 726-735. doi: 10.1176/ajp.154.6.726
- Instituto de la Juventud. (2010). *Jóvenes y diversidad sexual. Sondeo de opinión*. Recuperado de <http://www.injuve.es/observatorio/salud-y-sexualidad>
- Instituto Nacional de Estadística. (2013). *Equipamiento y uso de TIC en los hogares*. Recuperado de <http://www.ine.es/>
- Instituto Nacional de Estadística. (2016). *Equipamiento y uso de tecnologías de información y comunicación en los hogares*. Recuperado de <http://www.ine.es/>

- Instituto Nacional de Tecnologías de la Comunicación (INTECO) (2011). *Guía sobre adolescencia y sexting: Qué es y cómo prevenirlo*. Recuperado de <http://www.sexting.es/guia-sobre-adolescentes-y-sexting/>
- Iraurgi, I., Martínez-Pampliega, A., Sanz, M., Cosgaya, L., Galíndez, E. y Muñoz, A. (2008). Escala de conflicto interparental desde la perspectiva de los hijos (CPIC): Estudio de validación de una versión abreviada de 36 ítems. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 1(25), 9-34. Recuperado de <http://www.redalyc.org/revista.oa?id=4596>
- Izquierdo, M. J. y Ariño Villarroya, A. (2013). La socialización de género. En C. Díaz y S. Dema (Coords.), *Sociología y género* (pp. 87-126). Madrid, España: Tecnos.
- Jaffe, P., Wolfe, D., Wilson, S. y Zak, L. (1986). Similarities in behavioral and social maladjustment among child victims and witnesses to family violence. *American Journal of Orthopsychiatry*, 56(1), 142-146. doi: 10.1111/j.1939-0025.1986.tb01551.x
- Jankowiak, W. R. y Fischer, E. F. (1992). A cross-cultural perspective on romantic love. *Ethnology*, 31(2), 149-155. doi: 10.2307/3773618
- Jara Vera, P. (2011). *Adicción al pensamiento*. Badajoz, España: Editorial Abecedario.
- Jarnecke, A. M. y South, S. C. (2013). Attachment orientations as mediators in the intergenerational transmission of marital satisfaction. *Journal of Family Psychology*, 27(4), 550-559. doi: 10.1037/a0033340
- Jarvis, P. A. y Creasey G. L. (1991). Parental stress, coping, attachment in families with an 18-month-old infant. *Infant Behavior and Development*, 14(4), 383-395.
- Jenkins, S. M., Buboltz Jr, W. C., Schwartz, J. P. y Johnson, P. (2005). Differentiation of self and psychosocial development. *Contemporary Family Therapy*, 27(2), 251-261. doi: 10.1007/s10591-005-4042-6
- Jiménez Burillo, F. (1981). *Atracción social y amor romántico*. Madrid, España: UNED.
- Johnson, M. P. y Leslie, L. (1982). Couple involvement and network structure: A test of the dyadic withdrawal hypothesis. *Social Psychology Quarterly*, 45(1), 34-43. Recuperado de <https://www.jstor.org/journal/socipsycquar>
- Jonason, P. K., García, J. R., Webster, G. D., Li, N. P. y Fisher, H. E. (2015). Relationship dealbreakers: Traits people avoid in potential mates. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 41(12), 1697-1711. doi: 10.1177/0146167215609064

- Joyner, K. y Udry, J. R. (2000). You don't bring me anything but down: Adolescent romance and depression. *Journal of Health and Social Behavior*, 41(4), 369-391. doi: 10.2307/2676292
- Jurg, W. (1985). *La pareja humana: Relación y conflicto*. Madrid, España: Morata.
- Kahn, R. L. y Antonucci, T. C. (1980). Convoys over the life course: Attachment, roles and social support. En P. Baltes y O. Brim (Eds.), *Life span development and behavior* (Vol. 3) (pp. 254-283). Boston, MA: Lexington.
- Kalmijn, M. y Monden, C. W. S. (2006). Are the negative effects of divorce on well-being dependent on marital quality? *Journal of Marriage and Family*, 68(5), 1197-1213. doi: 10.1111/j.1741-3737.2006.00323.x
- Kaltiala-Heino, R., Kosunen, E. y Rimpela, M. (2003). Pubertal timing, sexual behaviour and self-reported depression in middle adolescence. *Journal of Adolescence*, 26(5), 531-545. doi: 10.1016/S0140-1971(03)00053-8
- Kaplan, M. F. (1981). State dispositions in social judgment. *Bulletin of the Psychonomic Society*, 18(1), 27-29. doi: 10.3758/BF03333560
- Kaplan, H. S. (1982). *Trastornos del deseo sexual*. Barcelona, España: Grijalbo.
- Karandashev, V. (2015). A cultural perspective on romantic love. *Online Readings in Psychology and Culture*, 5(4), 1-21. doi: 10.9707/2307-0919.1135
- Karandashev, V. y Fata, B. (2014). Change in physical attraction in early romantic relationships. *Interpersona*, 8(2), 257-267, doi: 10.5964/ijpr.v8i2.167
- Katainen, S., Räikkönen, K. y Keltikangas-Järvinen, L. (1999). Adolescent temperament, perceived social support, and depressive tendencies as predictors of depressive tendencies in young adulthood. *European Journal of Personality*, 13(3), 183-207. doi: 10.1002/(SICI)1099-0984(199905/06)13:3<183::AID-PER327>3.0.CO;2-Z
- Kaufmann, J. C. (2010). *Sex@mour*. Paris, France: Armand Colin.
- Kayser, K. (1993). *When love dies: The process of marital disaffection*. New York, NY: Guilford Press.
- Kelley, H. H. y Thibaut, J. W. (1978). *Interpersonal relations: A theory of interdependence*. New York, NY: Wiley-Interscience.
- Kellogg, W. N. y Kellogg, L. (1933). *The ape and the child: A study of environmental influence upon early behavior*. New York, NY: McGraw-Hill.

- Keltner D. (2003). Expression and the course of life: Studies of emotion, personality, and psychopathology from a social-functional perspective. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1000, 222-243. doi: 10.1196/annals.1280.011
- Kemper, T. (2006). Power and status and the power-status theory of emotions. En J. E. Stest y J. H. Turner (Eds.), *Handbook of the sociology of emotions* (pp. 87-112). New York, NY: Springer.
- Kenrick, D. T. (1994). Evolutionary social psychology: From sexual selection to social cognition. *Advances in Experimental Social Psychology*, 26, 75-121. doi: 10.1016/S0065-2601(08)60152-5
- Kenrick, D. T. y Keefe, R. C. (1992). Age preferences in mates reflect sex differences in human reproductive strategies. *Behavioral and Brain Sciences*, 15(1), 75-133. doi: 10.1017/S0140525X00067595
- Kenrick, D. T., Montello, D. R., Gutierrez, S. E. y Trost, M. R. (1993). Effects of physical attractiveness on affect and perceptual judgments: When social comparison overrides social reinforcement. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 19(2), 195-199. doi: 10.1177/0146167293192008
- Kenrick, D. T., Neuberg, S. L., Zierk, K. L. y Krones, J. M. (1994). Evolution and social cognition: Contrast effects as a function of sex, dominance, and physical attractiveness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20(2), 210-217. doi: 10.1177/0146167294202008
- Kenrick, D. T., Sadalla, E. K., Groth, G. y Trost, M. R. (1990). Evolution, traits, and stages of human courtship: Qualifying the parental investment model. *Journal of Personality*, 58(1), 97-116. doi: 10.1111/j.1467-6494.1990.tb00909.x
- Kerckhoff, A. C. y Davis, K. E. (1962). Value consensus and need complementarity in mate selection. *American Sociological Review*, 27(3), 295-303. doi: 10.2307/2089791
- Kerr, M. y Stattin, H. (2000). What parents know, how they know it, and several forms of adolescent adjustment: Further support for a reinterpretation of monitoring. *Developmental Psychology*, 36(3), 366-380. doi: 10.1037/0012-1649.36.3.366
- Kerr, M., Stattin, H., Biesecker, G. y Ferrer-Wreder, L. (2003). Relationships with parents and peers in adolescence. En R. Lerner, M. A. Easterbrooks y J. Mistry (Eds.), *Handbook of psychology* (Vol. 6). *Developmental psychology* (pp. 395-419). New York, NY: Wiley.
- Kimmel, D. C. y Weiner, I. B. (1998). *La adolescencia: Una transición del desarrollo*. Barcelona, España: Ariel.

- Kinsfogel, K. M. y Grych, J. H. (2004). Interparental conflict and adolescent dating relationships: Integrating cognitive, emotional, and peer influences. *Journal of Family Psychology*, 18(3), 505-515. doi: 10.1037/0893-3200.18.3.505
- Kirkpatrick, L. A. y Davis, K. E. (1994). Attachment style, gender, and relationship stability: A longitudinal analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(3), 502-512. doi: 10.1037/0022-3514.66.3.502
- Klagsbrun, F. (1992). *Mixed feelings: Love, hate, rivalry, and reconciliation among brothers and sisters*. New York, NY: Bantam.
- Klein, M. y Riviere, J. (1982). *Amor, odio y reparación*. Barcelona, España: Paidós.
- Kleinke, C. L. y Dean, G. O. (1990). Evaluation of men and women receiving positive and negative responses with various acquaintance strategies. *Journal of Social Behavior and Personality*, 5, 369-377.
- Knox, S. S. y Uvnäs-Moberg K. (1998). Social isolation and cardiovascular disease: An atherosclerotic pathway? *Psychoneuroendocrinology*, 23(8), 877-890. doi: 10.1016/S0306-4530(98)00061-4
- Kolb, B., Gorny, G., Li, Y., Samaha, A. N. y Robinson, T. E. (2003). Amphetamine or cocaine limits the ability of later experience to promote structural plasticity in the neocortex and nucleus accumbens. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 100(18), 10523-10528. Recuperado de <http://www.pnas.org/content/100/18/10523.full.pdf+html?sid=3b77e80b-f733-4cc8-a8b4-4ad4cae5441d>
- Komisaruk, B. R. y Whipple, B. (1998). Love as sensory stimulation: Physiological consequences of its deprivation and expression. *Psychoneuroendocrinology*, 23(8), 927-944. doi: 10.1016/S0306-4530(98)00062-6
- Kouros, C. D., Cummings, E. M. y Davies, P. T. (2010). Early trajectories of interparental conflict and externalizing problems as predictors of social competence in preadolescence. *Development and Psychopathology*, 22(3), 527-537. doi: 10.1017/S0954579410000258
- Krevans, J. y Gibbs, J. C. (1996). Parents' use of inductive discipline: Relations to children's empathy and prosocial behavior. *Child Development*, 67(6), 3263-3277. doi: 10.1111/j.1467-8624.1996.tb01913.x

- Krueger, J. y Clement, R. W. (1994). The truly false consensus effect: An ineradicable and egocentric bias in social perception. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(4), 596-610. doi: 10.1037/0022-3514.67.4.596
- Kulik, J. A., Mahler, H. I. y Moore, P. J. (1996). Social comparison and affiliation under threat: Effects on recovery from major surgery. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(5), 967-979. doi: 10.1037/0022-3514.71.5.967
- Kunce, L. J. y Shaver, P. R. (1994). An attachment-theoretical approach to caregiving in romantic relationships. En K. Bartholomew y D. Perlman (Eds.), *Advances in personal relationships* (Vol. 5). *Attachment processes in adulthood* (pp. 205-237). London, UK: Jessica Kingsley Publishers.
- Kurdek, L. A. (1989). Relationship quality in gay and lesbian cohabiting couples: A 1-year-follow-up study. *Journal of Social and Personal Relationships*, 6(1), 39-59. doi: 10.1177/026540758900600103
- Kurdek, L. A. y Schmitt, J. P. (1986). Relationship quality of partners in heterosexual married, heterosexual cohabiting, and gay and lesbian relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(4), 711-720. doi: 10.1037/0022-3514.51.4.711
- Kuttler, A. F., La Greca, A. M. y Prinstein, M. J. (1999). Friendship qualities and social-emotional functioning of adolescents with close, cross sex friendships. *Journal of Research on Adolescence*, 9(3), 339-366.
- Laborda, J. (1999). *Diccionario de sinónimos y antónimos*. Barcelona, España: Océano.
- Labrador, F. J. (2000). *Enciclopedia de la sexualidad*. Madrid, España: Espasa.
- Lachance-Grzela, M. y Bouchard, G. (2016). The effects of parental divorce in single and romantically involved emerging adults. *Journal of Divorce & Remarriage*, 57(7), 504-516. doi: 10.1080/10502556.2016.1233788
- Lafuente, M. J. (1989). Hacia una conceptualización del apego. *Revista de Psicología de la Educación*, nº 2, 45-55.
- Lafuente, M. J. (1992). Los padres como figuras de apego a lo largo del ciclo vital. *Revista de Psicología de la Educación*, nº 10, 81-98.
- Lafuente, M. J. (2000). Patrones de apego, pautas de interacción familiar y funcionamiento cognitivo (de la década de los 70 a la década de los 90). *Revista de Psicología General y Aplicada: Revista de la Federación Española de Asociaciones de Psicología*, 53(1), 165-190. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=2008>

- Lagarde, M. (2005). *Para mis socias de la vida*. Madrid, España: Horas y Horas.
- Lamas, M. (1994). Cuerpo: Diferencia sexual y género. *Debate Feminista*, 10, 3-31. Recuperado de <https://www.jstor.org/journal/debatefeminista>
- Lambert South, A. (2013). Perceptions of romantic relationships in adult children of divorce. *Journal of Divorce and Remarriage*, 54(2), 126-141. doi: 10.1080/10502556.2012.755032
- Lameiras, M. y Rodríguez, Y. (2002). Evaluación del sexismo moderno en adolescentes. *Revista de Psicología Social*, 17(2), 119-127. doi: 10.1174/021347402320007555
- Lamela, D., Figueiredo, B. y Bastos, A. (2013). Perfis de vinculação, aliança parental, e ajustamento familiar: Diferenças no ajustamento psicológico em pais recém-divorciados. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 26(1), 19-28. doi: 10.1590/S0102-79722013000100003
- Lampert, A. (1997). *The evolution of love*. Westport, CT: Praeger.
- Lang, N. y Pett, M. (1992). Parental divorce: The adult child's experience. *Family Perspective*, 26, 121-146.
- Langhorne, M. C. y Secord, P. F. (1955). Variations in marital needs with age, sex, marital status, and regional composition. *Journal of Social Psychology*, 41(1), 19-37. Recuperado de <http://www.tandfonline.com/toc/vsoc20/current>
- Lannegrand-Willems, L. y Bosma, H. A. (2006). Identity development-in-context: The school as an important context for identity development. *Identity: An International Journal of Theory and Research*, 6(1), 85-113. doi: 10.1207/s1532706xid601_6
- Lara, J. M. (1996). Adolescencia: Cambios físicos y cognitivos. *Ensayos: Revista de la Facultad de Educación de Albacete*, nº 11, 121-128. Recuperado de https://previa.uclm.es/ab/educacion/ensayos/numeros_publicados.asp
- Larkin, J. C. y Pines, H. A. (1982). No fat persons need apply. *Sociology of Work and Occupations*, 6, 321-327.
- Larose, S. y Bernier, A. (2001). Social support processes: Mediators of attachment state of mind and adjustment in late adolescence. *Attachment and Human Development*, 3(1), 96-120. doi: 10.1080/14616730010024762
- Laursen, B. y Jensen-Campbell, L. A. (1999). The nature and functions of social exchange in adolescent romantic relationships. En W. Furman, B. B. Brown y C. Feiring (Eds.), *The development of romantic relationships in adolescence* (pp. 50-74). New York, NY: Cambridge University Press.

- Lauzen, M. M., Dozier, D. M. y Horan, N. (2008). Constructing gender stereotypes through social roles in prime-time television. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 52(2), 200-214. doi: 10.1080/08838150801991971
- Lawick-Goodall, J. (1968). The behaviour of free-living chimpanzees in the Gombe Stream Reserve. *Animal Behaviour Monograph*, 1(3), 161-311. doi: 10.1016/S0066-1856(68)80003-2
- Leary M. R., Cottrell, C. A. y Phillips, M. (2001). Deconfounding the effects of dominance and social acceptance on self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(5), 898-909. doi: 10.1037/0022-3514.81.5.898
- Lee, J. A. (1973). *The colors of love: An exploration of the ways of loving*. Toronto, Canada: New Press.
- Lee, J. A. (1976). *The colors of love*. New Press: Notario
- Lemaire, J. G. (1986). *La pareja humana: Su vida, su muerte, su estructura*. México: FCE.
- León Carrión, J., García Orza, J. y Pérez Santamaría, F. J. (2004). Development of the inhibitory component of the executive functions in children and adolescents. *International Journal of Neuroscience*, 114(10), 1291-1311. doi: 10.1080/00207450490476066
- Lerer, S. (2009). *La magia de los cuentos infantiles. De las fábulas de Esopo a las aventuras de Harry Potter*. Barcelona, España: Ares y Mares.
- Levay, S. (1993). *The sexual brain*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Levendosky, A. A., Okun, A. y Parker, J. G. (1995). Depression and maltreatment as predictors of social competence and social problem-solving skills in school-age children. *Child Abuse and Neglect*, 19(10), 1183-1195. doi: 10.1016/0145-2134(95)00086-N
- Levine, D. (2013). Sexting: A terrifying health risk...or the new normal for young adults? *Journal of Adolescent Health*, 52(3), 257-258. doi: 10.1016/j.jadohealth.2013.01.003
- Levine, R. Sato, S. Hashimoto, T. y Verma, J. (1995). Love and marriage in eleven cultures. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 26(5), 554-571. doi: 10.1177/0022022195265007
- Levinger, G. (1996). ¿Comprometerse en una relación?: El papel del deber, la atracción y las barreras. *Psicología Contemporánea*, 3(1), 30-39.
- Levinger, G., Senn, D. J. y Jorgensen, B. W. (1970). Progress toward permanence in courtship: A test of the Kerckhoff-Davis hypotheses. *Sociometry*, 33(4), 427-443. Recuperado de <https://www.jstor.org/journal/sociometry>

- Levis, D. S. (2002). Videojuegos: Cambios y permanencias. *Comunicación y Pedagogía*, nº 184, 65-69. Recuperado de www.diegolevis.com.ar/secciones/Articulos/Comunicacion_Pedagogia2002_v6.4.pdf
- Levy, M. B. y Davis K. E. (1988). Love styles and attachment styles compared: Their relations to each other and to various relationships characteristics. *Journal of Social and Personal Relationships*, 5(4), 439-471. doi: 10.1177/0265407588054004
- Lewis, R. A. (1972). A developmental framework for the analysis of premarital dyadic formation. *Family Process*, 11, 17-48. doi: 10.1111/j.1545-5300.1972.00017.x
- Lewis, C. C. (1981). The effects of parental firm control: A reinterpretation of findings. *Psychological Bulletin*, 90(3), 547-563. doi: 10.1037/0033-2909.90.3.547
- Lewis, H. L. (2003). Differences in ego identity among college students across age, ethnicity, and gender. *Identity: An International Journal of Theory and Research*, 3(2), 159-189. doi: 10.1207/s1532706xid030205
- Li, N. P., Yong, J. C., Tov, W., Sng, O., Fletcher, G. J. O., Valentine, K. A., . . . Balliet, D. (2013). Mate preferences do predict attraction and choices in the early stages of mate selection. *Journal of Personality and Social Psychology*, 105(5), 757-776. doi: 10.1037/a0033777
- Lila, M., Musitu, G. y Buelga, S. (2000). Adolescentes colombianos y españoles: Diferencias, similitudes y relaciones entre la socialización familiar, la autoestima y los valores. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 32(2), 301-319. Recuperado de <http://www.redalyc.org/revista.oa?id=805>
- Lila, M., Van Aken, M., Musitu, G. y Buelga, S. (2006). Families and adolescents. En S. Jackson y L. Goossens (Eds.), *Handbook of adolescent development* (pp. 154-174). New York, NY: Psychology Press.
- Linares, J. L. (2010). Paseo por el amor y el odio: La conyugalidad desde una perspectiva evolutiva. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 19(1), 75-81. Recuperado de <http://www.clinicapsicologica.org.ar/index.php>
- Livingston, K. R. (1980). Love as a process of reducing uncertainty: Cognitive theory. En K. S. Pope (Ed.), *On love and loving* (pp. 133-151). San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Llopis, D. y Llopis, R. (2003). Estilos educativos parentales y relaciones sociales en adolescentes. *Familia*, nº 27, 53-70. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=580>

- Llopis Goig, R. y Llopis Goig, D. (2004). Bienestar familiar y relaciones de amistad. Un estudio con adolescentes en el contexto escolar. *Estudios sobre Educación*, 6, 59-75. Recuperado de <http://dadun.unav.edu/handle/10171/7790>
- Loeber, R. y Stouthamer-Loeber, M. (1998). Development of juvenile aggression and violence. Some common misconceptions and controversies. *American Psychologist*, 53(2), 242-259. doi: 10.1037/0003-066X.53.2.242
- Lohmüller, T. (2011). El espectáculo de la identidad masculina y la mirada gay: Algunas observaciones acerca de Querelle de Fassbinder. En F. Zurian (Ed.), *Imágenes del Eros: Género, sexualidad, estética y cultura audiovisual* (pp. 260-276). Madrid, España: Ocho y Medio.
- López Sánchez, F. (1993a). *Desarrollo emocional y social*. Madrid, España: Ministerio de Educación y Ciencia.
- López Sánchez, F. (1993b). El apego a lo largo del ciclo vital. En M. J. Ortiz y S. Yarnoz (Eds.), *Teoría del apego y relaciones afectivas* (pp. 11-62). Bilbao, España: Universidad del País Vasco.
- López Sánchez, F. (1995). *Necesidades de la infancia y protección infantil. Fundamentación teórica, clasificación y criterios educativos* (Vol. 1). Madrid, España: Ministerio de Asuntos Sociales.
- López Sánchez, F. (2003). Apego y relaciones amorosas. *Informació Psicológica*, nº 82, 36-48. Recuperado de <http://www.informaciopsicologica.info/>
- López Sánchez, F. (2004). Necesidades infantiles y protección infantil. *Servicios Sociales a Fondo*, nº 11, 28-29. Recuperado de http://www.ccmaresme.cat/ARXIU/2010/BENESTAR/INFANCIA/PROTOCOL/felix_lopez_articulo_afondo.pdf
- López Sánchez, F. (2005). *Educación sexual*. Madrid, España: Biblioteca Nueva.
- López Sánchez, F. (2009). Las fronteras de la sexología. *Anuario de Sexología*, nº 11, 131-137. Recuperado de <http://www.aeps.es/publicaciones/anuarios-aeps/>
- Lopez, F. G., Gover, M. R., Leskela, J., Sauer, E. M., Schirmer, L. y Wyssmann, J. (1997). Attachment styles, shame, guilt, and collaborative problem-solving orientations. *Personal Relationships*, 4(2), 187-199. doi: 10.1111/j.1475-6811.1997.tb00138.x

- López Sánchez, F. y Ortiz, M. J. (1999). El desarrollo del apego durante la infancia. En F. López, I. Etxebarria, M. J. Fuentes y M. J. Ortiz (Coords.), *Desarrollo afectivo y social* (pp. 41-65). Madrid, España: Pirámide.
- Lorber, J. (2007). "Night to his day": *The social construction of gender*. En P. S. Rothenberg (Ed.), *Race, class and gender in the United States* (pp. 54-65). New York, NY: Worth Publishers.
- Lorber, M. F. y O'Leary, K. D. (2004). Predictors of the persistence of male aggression in early marriage. *Journal of Family Violence*, 19(6), 329-338. doi: 10.1007/s10896-004-0678-5
- Lott, A. J. y Lott, B. E. (1961). Group cohesiveness, communication level, and conformity. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 62(2), 408-412. doi: 10.1037/h0041109
- Lott, A. J. y Lott, B. E. (1974). The role of reward in the formation of positive interpersonal attitudes. En T. L. Huston (Ed.), *Foundations on interpersonal attraction* (pp. 171-189). New York, NY: Academic Press.
- Loucks Greenwood, J. (2014). Adult sibling relationships in the context of a mid-to late-life parental divorce. *Journal of Divorce & Remarriage*, 55(5), 391-407. doi: 10.1080/10502556.2014.920686
- Luengas, H. T. y Velandia-Morales, A. (2012). Nivel de sexismo en consumidores y su valoración sexista de la publicidad. *Suma Psicológica*, 19(2), 75-88. Recuperado de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_serial&pid=0121-4381&lng=es
- Lydon, J. E., Jamieson, D. W. y Zanna, M. P. (1988). Interpersonal similarity and the social and intellectual dimensions of first impression. *Social Cognition*, 6, 269-286.
- Lynn Martin, C. y Fabes, R. A. (2001). The stability and consequences of young children's same-sex peer interactions. *Developmental Psychology*, 37(3), 431-446. doi: 10.1037//0012-1649.37.3.431
- Mabres Boix, M. (2014). El divorcio de los padres y su repercusión en los hijos. *Cuadernos de Psiquiatría y Psicoterapia del Niño y del Adolescente*, nº 57, 27-33. Recuperado de <http://www.seypna.com/>
- Maccoby, E. E. y Martin, J. A. (1983). Socialization in the context of the family: Parent-child interaction. En P. H. Mussen (Series Ed.) y E. M. Hetherington (Vol. Ed.), *Handbook of child psychology* (Vol 4). *Socialization, personality and social development* (pp. 1-101). New York, NY: John Wiley & Sons.

- Madey, S. F. y Jilek, L. (2012). Attachment style and dissolution of romantic relationships: Breaking up is hard to do, or is it? *Individual Differences Research*, 10(4), 202-210.
- Madueño, C. (2004). *Sexo para adolescentes*. Madrid, España: LIBSA.
- Maganto, C. y Peris, M. (2013). La corporalidad de los adolescentes en las redes sociales. *Cuadernos de Psiquiatría y Psicoterapia del Niño y del Adolescente*, nº 55, 53-62. Recuperado de <http://www.seypna.com/>
- Main, M. y Hesse, E. (1990). Parent's unresolved traumatic experiences are related to infant disorganized attachment status: Is frightened and/or frightening parental behavior the linking mechanism? En M. T. Greenberg, D. Cicchetti y E. M. Cummings (Eds.), *Attachment in the preschool years. Theory, research, and intervention* (pp. 161-182). Chicago, IL: University of Chicago Press.
- Main, M. y Solomon, J. (1990). Procedures for identifying infants as disorganized/disoriented during Ainsworth Strange Situation. En M. Greenberg, D. Cicchetti y M. Cummings (Eds.), *Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention* (pp. 121-160). Chicago, IL: University of Chicago Press.
- Maltas, G. (2003). El lastre del adultismo. En O. Guash y O. Viñuales (Coords.), *Sexualidades. Diversidad y control social* (pp. 191-213). Barcelona, España: Bellaterra.
- Marazziti, D., Akiskal, H. S., Rossi, A. y Cassano, G. B. (1999). Alteration of the platelet serotonin transporter in romantic love. *Psychological Medicine*, 29(3), 741-745.
- Marazziti, D. y Baroni, S. (2012). Romantic Love. The mystery of its biological roots. *Clinical Neuropsychiatry*, 9(1), 14-19. Recuperado de <http://www.clinicalneuropsychiatry.org/risultatiRicerca.php?PHPSESSID=f5c41705919ad336202b0574450a2f9c#>
- Marazziti, D. y Canale, D. (2004). Hormonal changes when falling in love. *Psychoneuroendocrinology*, 29(7), 931-936. doi: 10.1016/j.psyneuen.2003.08.006
- Marazziti, D. y Cassano, G. B. (2003). The neurobiology of attraction. *Journal of Endocrinological Investigation*, 26(3 Suppl.), 58-60.
- Marcia, J. E. (1980). Identity in adolescence. En J. Adelson (Ed.), *Handbook of adolescent psychology* (pp. 159-187). New York, NY: Wiley.
- Marcia, J. E. (1993). The status of the statuses: Research review. En J. E. Marcia, A. S. Waterman, D. R. Matteson, S. L. Archer y J. L. Orlofski, *Ego identity: A handbook for psycho-social research* (pp. 22-41). New York, NY: Springer-Verlag.

- Marroquí, M. y Cervera, P. (2014). Interiorización de los falsos mitos del amor romántico en jóvenes. *Reidocrea*, 3, 142-146. Recuperado de <http://www.ugr.es/~reidocrea/>
- Marston, P. J., Hecht, M. L., Manke, M. L., McDaniel, S. y Reeder, H. (1998). The subjective experience of intimacy, passion, and commitment in heterosexual loving relationships. *Personal Relationships*, 5(1), 15-30. doi: 10.1111/j.1475-6811.1998.tb00157.x
- Marston, P. J., Hecht, M. L. y Robers, T. (1987). The true love ways: The subjective experience and communication of romantic love. *Journal of Social and Personal Relationships*, 4(4), 387-407. doi: 10.1177/0265407587044001
- Martín, L. M., Leal, I., Córcoles, D., Bellsolá, M., Coletas, J. y Bulbena, A. (2008). La conducta de aislamiento social: Un indicador de alto riesgo en salud mental. *Psiquiatría*, 12(2), 1-5.
- Martín, M. y Velarde, O. (1996). *Informe juventud en España*. Madrid, España: Instituto de la Juventud.
- Martín Montilla, A., Pazos Gómez, M., Montilla Coronado, M. V. C. y Romero Oliva, C. (2016). Una modalidad actual de violencia de género en parejas de jóvenes: Las redes sociales. *Educación XXI*, 19(2), 405-429, doi: 10.5944/educXX1.13934
- Martínez, J. L. (1997). Desarrollo personal, ambiente familiar y relaciones de pareja en la adolescencia. *Revista de Psicología Social*, 12(1), 59-78. doi: 10.1174/021347497320892036
- Martínez, J. L. (1998). Identidad e intimidad en la adolescencia: ¿Procesos secuenciales o concomitantes? *Estudios de Psicología*, 19(59), 45-53. doi: 10.1174/02109399860400711
- Martínez, J. L. y Fuertes, A. (1999a). Factores personales, familiares y relacionales implicados en la estabilidad de relaciones de pareja adolescentes. *Infancia y Aprendizaje*, 22(88), 85-105. doi: 10.1174/021037099760246635
- Martínez, J. L. y Fuertes, A. (1999b). Importancia del clima familiar y la experiencia de pareja en las relaciones de amistad adolescentes. *Revista de Psicología Social*, 14(2-3), 235-250. Recuperado de <http://www.tandfonline.com/loi/rrps20>
- Martínez, I., Navarro, R. y Yubero, S. (2009). Estereotipos de género entre los adolescentes españoles: Imagen prototípica de hombres y mujeres e imagen de uno mismo. *Información Psicológica*, nº 95, 77-86. Recuperado de <http://www.informaciopsicologica.info/>
- Martínez Álvarez, J. L., Fuertes Martín, A., Orgaz Baz, B., Vicario Molina, I. y González Ortega, E. (2014). Vínculos afectivos en la infancia y calidad en las relaciones de pareja de

- jóvenes adultos: El efecto mediador del apego actual. *Anales de Psicología*, 30(1), 211-220. doi: 10.6018/analesps.30.1.135051
- Martínez Benlloch, I., Barberá, E. y Pastor, R. (1988). Medida de la masculinidad, feminidad, y androginia psicológica. En J. Fernández Sánchez (Coord.), *Nuevas perspectivas sobre el sexo y el género* (pp. 125-143). Madrid, España: Pirámide.
- Martínez González, A., Inglés Saura, C., Piqueras Rodríguez, J. A. y Oblitas Guadalupe, L. A. (2010). Papel de la conducta prosocial y de las relaciones sociales en el bienestar psíquico y físico del adolescente. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 28(1), 74-84. doi: 10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.1338
- Martínez Noriega, D. A. (2014). Música, imagen y sexualidad: El reggaetón y las asimetrías de género. *El Cotidiano*, nº 186, 63-67. Recuperado de <http://www.elcotidianoenlinea.com.mx/>
- Mash, E. J. y Wolfe, D. A. (2005). *Abnormal child psychology*. Pacific Groves, CA: Wadsworth.
- Maslow, A. H. (1991). *Motivación y personalidad*. Madrid, España: Díaz de Santos.
- Maté, C. y Acarín, N. (2011). Encuesta sobre la elección de pareja a estudiantes de la Universitat Pompeu Fabra, Barcelona (20 a 27 años). *Summa Psicológica UST*, 8(1), 37-46. Recuperado de <http://summapsicologica.cl/index.php/summa>
- Mathijssen, J., Koot, H., Verhulst, F., De Bruyn, E. y Oud, J. (1998). The relationship between mutual family relations and child psychopathology. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 39(4), 477-487. doi: 10.1111/1469-7610.00344
- Matud, M. P., Marrero, R. J., Carballeira, M., Pérez, M., Correa, M. L., Aguilera, B. y Sánchez, T. (2003). Transmisión intergeneracional de la violencia doméstica. *Psicología Conductual*, 11(1), 25-40.
- Maturana, H. (1995). *La realidad: ¿Objetiva o construida? I. Fundamentos biológicos de la realidad*. Barcelona, España: Anthropos.
- Maureira Cid, F. (2008). Las bases de la condición humana. *Revista Electrónica de Psicología*, 11(4), 97-111. Recuperado de <http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/>
- Maureira Cid, F. (2011). Los cuatro componentes de la relación de pareja. *Revista Electrónica de Psicología de Iztacala*, 14(1), 321-331. Recuperado de <http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/>

- May, J. L. y Hamilton, P. A. (1980). Effects of musically evoked affect on women's interpersonal attraction and perceptual judgments of physical attractiveness of men. *Motivation and Emotion*, 4(3), 217-228. doi: 10.1007/BF00995420
- Maya Frades, V. y Guardo Vázquez, L. (2013, Julio). *Estereotipos y mitos en las relaciones entre adolescentes*. Comunicación presentada en XI Congreso Español de Sociología, Federación Española de Sociología y Universidad Complutense de Madrid, Madrid, España. Texto completo recuperado de <http://www.fes-sociologia.com/sociologia-del-genero/congress-workgroups/12/>
- Mayseless, O. (1996). Attachment patterns and their outcomes. *Human Development*, 39(4), 206-223. doi: 10.1159/000278448
- McAfee Intel Corporation. (2014). *Seventy percent of 18 - 24 year olds receive sexually suggestive content, and nearly half share passwords*. Recuperado de <http://www.mcafee.com/us/about/news/2014/q1/20140204-01.aspx>
- McCormick, C. B. y Kennedy, J. H. (1994) Parent child attachment working models and self-esteem in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 23(1), 1-18. doi: 10.1007/BF01537139
- McElhaney, K. B., Allen, J. P., Stephenson, J. C. y Hare, A. L. (2009). Attachment and autonomy during adolescence. En R. Lerner y L. Steinberg (Eds.), *Handbook of adolescent psychology* (Vol. 1) (3rd. ed.) (pp. 358-403). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
- McGaugh, J. L. (2004). The amygdala modulates the consolidation of memories of emotionally arousing experiences. *Annual Review of Neuroscience*, 27, 1-28. doi: 10.1146/annurev.neuro.27.070203.144157
- McGinnis, R. (1958). Campus values in mate selection. *Social Forces*, 36(4), 368-373. doi: 10.2307/2573978
- McGuinness, T. M. (2006). Marriage, divorce, and children. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services*, 44(2), 17-20.
- McGuire, S., McHale, S. M. y Updegraff, K. A. (1996). Children's perceptions of the sibling relationship in middle childhood: Connections within and between family relationships. *Personal Relationships*, 3(3), 229-239. doi: 10.1111/j.1475-6811.1996.tb00114.x
- McIntosh, J. (2003). Enduring conflict in parental separation: Pathways of impact on child development. *Journal of Family Studies*, 9(1), 63-80. doi: 10.5172/jfs.9.1.63

- McNulty, S. E. y Swann Jr., W. B. (1994). Identity negotiation in roommate relationships: The self as architect and consequence of social reality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(6), 1012-1023. doi: 10.1037/0022-3514.67.6.1012
- McRobbie, A. (2009). *The aftermath of feminism: Gender, culture and social change*. London, UK: Sage Publications.
- Mead, M. (1928). *Coming of age in Samoa*. New York, NY: Morrow.
- Mead, M. (1990). *Cultura y compromiso*. Barcelona, España: Gedisa.
- Medrano, C. (2005). ¿Se puede favorecer el aprendizaje de valores a través de las narraciones televisivas? *Revista de Educación*, nº 338, 245-270. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=1159>
- Medrano Samaniego, C. (2006). El poder educativo de la televisión. *Revista de Psicodidáctica*, 11(1), 93-107. Recuperado de <http://www.redalyc.org/revista.oa?id=175>
- Meeus, W. (1996). Toward a psychosocial analysis of adolescent identity: An evaluation of the epigenetic theory (Erikson) and the identity status model (Marcia). En K. Hurrelmann y S. F. Hamilton (Eds.), *Social problems and social contexts in adolescence* (pp. 83-104). New York, NY: De Gruyter.
- Meeus, W., Iedema, J., Helsén, M. y Vollebergh, W. (1999). Patterns of adolescent identity development: Review of literature and longitudinal analysis. *Developmental Review*, 19(4), 419-461. doi: 10.1006/drev.1999.0483
- Meeus, W., Oosterwegel, A. y Vollebergh, W. (2002). Parental and peer attachment and identity development in adolescence. *Journal of Adolescence*, 25(1), 93-106. doi: 10.1006/jado.2001.0451
- Melero, R. y Cantero, M. J. (2008). Los estilos afectivos en la población española: Un cuestionario de evaluación del apego adulto. *Clínica y Salud*, 19(1), 83-100. Recuperado de <http://clysa.elsevier.es/es/archivo/>
- Melero Cavero, R. (2008). *La relación de pareja. Apego, dinámicas de interacción y actitudes amorosas: Consecuencias sobre la calidad de la relación* (Tesis Doctoral). Recuperado de <http://www.tesisenred.net/>
- Melody, P., Wells, M. A. y Miller, J. K. (2003). *Facing love addiction: Giving yourself the power to change the way you love*. New York, NY: Harper Collins Publishers.
- Méndiz Noguero, A. (2005). La juventud en la publicidad. *Revista de Estudios de Juventud*, nº 68, 104-115. Recuperado de <http://www.injuve.es/conocenos/ediciones-injuve>

- Menéndez Menéndez, I. (2005). *Entre Penélope y Mesalina. El discurso de las revistas para adolescentes*. Oviedo, España: Coleutivu Milenta Muyeres.
- Menéndez Menéndez, M. I. y Fernández Morales, M. (2015). (Re)definición de los roles de género en la cultura popular. El caso de The Hunger Games. *Papers*, 100(2), 195-210. doi: 10.5565/rev/papers.2096
- Meras Lliebre, A. (2003). Prevención de la violencia de género en adolescentes. *Revista de Estudios de Juventud*, nº 62, 143-150. Recuperado de <http://www.injuve.es/conocenos/ediciones-injuve>
- Mesa, M. S. (1983). Analyse de la variabilité de la pigmentation de la peau durant la croissance. *Bulletins et Mémoires de la Société d'Anthropologie de Paris*, 10(1), 49-60. Recuperado de <https://bmsap.revues.org/>
- Mestre, M. V., Frías, D., Samper, P. y Nácher, M. J. (2003). Estilos de crianza y variables personales como factores de riesgo de la conducta agresiva. *Revista Mexicana de Psicología*, 20(2), 189-199.
- Mestre, M. V., Samper, P. y Frías, D. (2002). Procesos cognitivos y emocionales predictores de la conducta prosocial y agresiva: La empatía como factor modulador. *Psicothema*, 14(2), 227-232. Recuperado de <http://www.psicothema.com>
- Mikulincer, M. (1995). Attachment style and the mental representation of the self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(6), 1203-1215. doi: 10.1037/0022-3514.69.6.1203
- Mikulincer, M. y Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. New York, NY: Guilford Press.
- Mikulincer, M., Shaver, P. R., Gillath, O. y Nitzberg, R. A. (2005). Attachment, caregiving, and altruism: Boosting attachment security increases compassion and helping. *Journal of Personality and Social Psychology*, 89(5), 817-839. doi: 10.1037/0022-3514.89.5.817
- Mikulincer, M., Shaver, P. R. y Pereg, D. (2003). Attachment theory and affect regulation: The dynamics, development, and cognitive consequences of attachment-related strategies. *Motivation and Emotion*, 27(2), 77-102. doi: 10.1023/A:1024515519160
- Miles, N. J. y Servaty-Seib, H. L. (2010). Parental marital status and young adult offspring's attitudes about marriage and divorce. *Journal of Divorce & Remarriage*, 51(4), 209-220. doi: 10.1080/10502551003597865
- Milestone, K. y Meyer, A. (2012). *Gender and popular culture*. Cambridge, UK: Polity Press.

- Milevsky, A. (2004). Perceived parental marital satisfaction and divorce: Effects on sibling relations in emerging adults. *Journal of Divorce & Remarriage*, 41(1-2), 115-128. doi: 10.1300/J087v41n01_07
- Miller, G. F. (1998). How mate choice shaped human nature: A review of sexual selection and human evolution. En C. Crawford y D. Krebs (Eds.), *Handbook of evolutionary psychology: Ideas, issues, and applications* (pp. 87-129). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Miller, A. (2009). Face concerns and facework strategies in maintaining postdivorce coparenting and dating relationships. *Southern Communication Journal*, 74(2), 157-173. doi: 10.1080/10417940802516842
- Miller, T. (2010). Life stress and transitions in the life span. En T. Miller (Ed.), *Handbook of stressful transitions across the lifespan* (pp. 3-17). New York, NY: Springer.
- Miller, B. y Benson, B. (1999). Romantic and sexual relationship development during adolescence. En W. Furman, B. Brown y C. Feiring (Eds.), *The development of romantic relationships in adolescence* (pp. 99-124). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Miller, A. L., Notaro, P. C. y Zimmerman, M. A. (2002). Stability and change in internal working models of friendship: Associations with multiple domains of urban adolescent functioning. *Journal of Social and Personal Relationships*, 19(2), 233-259. doi: 10.1177/0265407502192004
- Millett, K. (1995). *Política sexual*. Madrid, España: Cátedra.
- Milner, J. S. (1990). Características familiares del perpetrador en los casos de maltrato físico y abuso sexual infantil. *Infancia y Sociedad*, nº 2, 5-15.
- Milner, L. M. y Higgs, B. (2004). Gender sex-role portrayals in international television advertising over time: The Australasian experience. *Journal of Current Issues and Research in Advertising*, 26(2), 81-95. doi: 10.1080/10641734.2004.10505166
- Milner, J. S., Robertson, K. R. y Rogers, D. L. (1990). Childhood history of abuse and adult child abuse potential. *Journal of Family Violence*, 5(1), 15-34. doi: 10.1007/BF00979136
- Moeller, S., Powers, E. y Roberts, J. (2012). “El mundo desconectado” y “24 horas sin medios”: Alfabetización mediática para la conciencia crítica de los jóvenes. *Comunicar*, 20(39), 45-52. doi: 10.3916/C39-2012-02-04

- Moffitt, T. E. y Caspi, A. (2001). Childhood predictors differentiate life-course persistent and adolescence-limited antisocial pathways among males and females. *Development and Psychopathology*, 13(2), 355-375. doi: 10.1017/S0954579401002097
- Moghaddam, F. M. (1998). *Social psychology: Exploring universals across cultures*. New York, NY: W. H. Freeman & Company.
- Mohr, J., Cook-Lyon, R. y Kolchakian, M. R. (2010). Love imagined: Working models of future romantic attachment in emerging adults. *Personal Relationships*, 17(3), 457-473. doi: 10.1111/j.1475-6811.2010.01281.x
- Moix, T. (2007). *Historia social del cómic*. Barcelona, España: Bruguera.
- Momenzade, F., Mazaheri, M. y Heydari, M. (2005). The relationship of irrational thoughts and attachment pattern with marital compatibility. *Journal of Family Research*, 1, 369-378.
- Money, J. (1955). Hermaphroditism, gender and precocity in hyperadrenocorticism: Psychological findings. *Bulletin of the John Hopkins Hospital*, 96(6), 253-264.
- Money, J. (1986). *Lovemaps: Clinical concepts of sexual/erotic health and pathology and gender transposition in childhood, adolescence and maturity*. New York, NY: Irvington Publishers.
- Money, J. y Ehrhardt, A. (1982). *Desarrollo de la sexualidad humana. Diferenciación y dimorfismo en la identidad de género*. Madrid, España: Morata.
- Montañés, M., Bartolomé, R., Montañés, J. y Parra, M. (2008). Influencia del contexto familiar en las conductas adolescentes. *Ensayos*, nº 23, 391-408. Recuperado de <http://www.uclm.es/ab/educacion/ensayos/index1.asp>
- Montero Fernández, D. y Hernando Gómez, A. (2016). Del príncipe azul al exitoso millonario: Cincuenta sobras de Grey. *Revista Estudios Feministas*, 24(1), 331-350. doi: 10.1590/1805-9584-2016v24n1p331
- Montero Gómez, E. (2006). Adolescencia y violencia. *Revista de Estudios de Juventud*, nº 73, 109-116. Recuperado de <http://www.educarenigualdad.org/>
- Montilla, M. V. C., Pazos, M., Romero, C. y Martín, A. (2013). Visión de los adolescentes sobre la violencia de género en pareja de jóvenes. ¿Un factor negativo las redes sociales? En J. J. Gázquez, M. C. Pérez y M. M. Molero (Comps.), *La convivencia escolar: Un acercamiento multidisciplinar* (pp. 437-444). Almería, España: Asunivep.

- Montoya, R. M. y Horton, R. S. (2004). On the importance of cognitive evaluation as a determinant of interpersonal attraction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86(5), 696-712. doi: 10.1037/0022-3514.86.5.696
- Montoya Velilla, L., Ocampo Mejía, L. N., Rodríguez Bustamante, A. y Giraldo Hurtado, C. M. (2016). Tú en tu casa, yo en la mía: parejas LAT. *Revista Poiésis*, nº 30, 177-182. Recuperado de <http://www.funlam.edu.co/revistas/index.php/poiesis/index>
- Montt, M. y Ulloa, F. (1996). Autoestima y salud mental en los adolescentes. *Salud Mental*, 19(3), 30-35. Recuperado de http://www.revistasaludmental.mx/index.php/salud_mental
- Moore, S. y Boldero, J. (1991). Psychosocial development and friendship functions in adolescence. *Sex Roles*, 25(9), 521-536. doi: 10.1007/BF00290061
- Moos, R. H. y Moos, B. S. (1976). A typology of family social environments. *Family Process*, 15(4), 357-371. doi: 10.1111/j.1545-5300.1976.00357.x
- Moral, F. (2001). Aspectos psicosociales de la comunicación y de las relaciones personales en Internet. *Anuario de Psicología*, 32(2), 13-30. Recuperado de <http://www.ub.edu/psicologia/castellano/anuario-de-psicologia>
- Moraleda, M. (1992). *Psicología del desarrollo. Infancia, adolescencia, madurez y senectud*. Barcelona, España: Editorial Boixareu Universitaria.
- Morales, J. F., Huici, C. (Coords)., Moya, M., Gaviria, E., López-Sáz, M. y Nouvilas, E. (1999). *Psicología social*. Madrid, España: McGraw Hill Interamericana.
- Moreira, V., Sánchez, A. y Mirón, L. (2010). El grupo de amigos en la adolescencia. Relación entre afecto, conflicto y conducta desviada. *Boletín de Psicología*, nº 100, 7-21. Recuperado de <http://www.uv.es/seoane/boletin/boletin.html>
- Morelli, M., Bianchi, D., Baiocco, R., Pezzuti, L. y Chirumbolo, A. (2016). Sexting, psychological distress and dating violence among adolescents and young adults. *Psicothema*, 28(2), 137-142. doi: 10.7334/psicothema2015.193
- Morgado Camacho, B. y González Rodríguez, M. M. (2012). Divorcio y ajuste psicológico infantil. Primeras respuestas a algunas preguntas repetidas. *Apuntes de Psicología*, 30(1-3), 351-360. Recuperado de <http://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista>
- Morin, E. (2002). *El paradigma perdido*. Barcelona, España: Kairós.
- Morris, D. (2002). *Masculino y femenino: Claves de la sexualidad*. México: Debolsillo

- Morrison, S. C., Fife, S. T. y Hertlein, K. M. (2017). Mechanisms behind prolonged effects of parental divorce: A phenomenological study. *Journal of Divorce & Remarriage*, 58(1), 44-63. doi: 10.1080/10502556.2016.1262652
- Mortimer, J. T. y Larson, R. (2002). *The changing adolescent experience. Societal trends and the transition to adulthood*. New York, NY: Cambridge University Press.
- Moscovici, S. (2004). *Representações sociais: Investigações em psicologia social*. Petrópolis, Brasil: Vozes.
- Moseley, R. (2001). The teen series. En G. Creeber (Ed.), *The television genre book* (pp. 41-43). London, UK: BFI.
- Mounts, N. S. y Steinberg, L. (1995). An ecological analysis of peer influence on adolescent grade point average and drug use. *Developmental Psychology*, 31(6), 915-922. doi: 10.1037/0012-1649.31.6.915
- Moya, M. (1985). Identidad, roles y estereotipos de género. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 40(3), 457-472.
- Moya, M. (1990). Favoritismo endogrupal y discriminación exogrupal en la percepción de las características sexo-esterotipadas. En G. Musitu Ochoa (Ed.), *Procesos psicosociales básicos* (pp. 221-227). Barcelona, España: PPU.
- Moya, M. (1993). Categorías de género: Consecuencias cognitivas sobre la identidad. *Revista de Psicología Social*, 8(2), 171-187. doi: 10.1080/02134748.1993.10821678
- Moya, M. (1999). Atracción y relaciones interpersonales. En J. F. Morales y C. Huici (Coords.), *Psicología social* (pp. 137-154). Madrid, España: McGraw Hill.
- Moya, M. (2003). El análisis psicosocial del género. En J. F. Morales y C. Huici (Eds.), *Estudios de psicología social* (pp. 175-222). Madrid, España: UNED.
- Muela, A., Balluerka, N., Torres Gómez, B. y Gorostiaga, A. (2016). Apego romántico en adolescentes maltratados en su niñez. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 16(1), 61-72. Recuperado de <http://www.ijpsy.com/>
- Mueller, N. y Silverman, N. (1989). Peer relations in maltreated children. En D. Cicchetti y V. Carlson (Eds.), *Child maltreatment: Theory and research on the causes and consequences of child abuse and neglect* (pp. 529-578). New York, NY: Cambridge University Press.
- Muise, A., Christofides, E. y Desmarais, S. (2009). More information than you ever wanted: Does Facebook brings out the green-eyed monster of jealousy? *Cyberpsychology & Behavior*, 12(4), 441-444. doi: 10.1089=cpb.2008.0263

- Mulder, C. H. y van der Meer, M. J. (2009). Geographical distances and support from family members. *Population, Space and Place*, 15(4), 381-399. doi: 10.1002/psp.557
- Mullender, A. (2000). *La violencia doméstica: Una nueva visión de un viejo problema*. Barcelona, España: Paidós.
- Mulsow, G. (2008). Desarrollo emocional: Impacto en el desarrollo humano. *Educação*, 31(1), 61-65.
- Mulvey, L. (1975). Visual pleasure and narrative cinema. *Screen*, 16(3), 6-18. doi: 10.1093/screen/16.3.6
- Muñoz-Rivas, M. J., Graña, J. L., O'Leary, K. D. y González, M. P. (2007). Aggression in adolescent dating relationships: Prevalence, justification, and health consequences. *Journal of Adolescent Health*, 40(4), 298-304. doi: 10.1016/j.jadohealth.2006.11.137
- Murstein, B. I. (1970). Stimulus. Value. Role: A theory of marital choice. *Journal of Marriage and Family*, 32(3), 465-481. doi: 10.2307/350113
- Murstein, B. I. (1974). *Love, sex, and marriage through the ages*. New York, NY: Springer.
- Musitu, G. (2000). Socialización familiar y valores en el adolescente: Un análisis intercultural. *Anuario de Psicología*, 31(2), 15-32. Recuperado de <http://www.ub.edu/psicologia/castellano/anuario-de-psicologia>
- Musitu, G., Buelga, S., Lila, M. y Cava, M. J. (2001). *Familia y adolescencia: Análisis de un modelo de intervención psicosocial*. Madrid, España: Síntesis.
- Musitu, G. y Cava, M. J. (2001). *La familia y la educación*. Barcelona, España: Octaedro.
- Musitu, G. y Cava, M. J. (2003). El rol del apoyo social en el ajuste de los adolescentes. *Intervención Psicológica*, 12(2), 179-192. Recuperado de <https://www.uv.es/lisis/>
- Musitu, G., Martínez, B. y Murgui, S. (2006). Conflicto marital, apoyo parental y ajuste escolar en adolescentes. *Anuario de Psicología*, 37(3), 247-258. Recuperado de <http://www.ub.edu/psicologia/castellano/anuario-de-psicologia>
- Musitu, G. y Molpeceres, M. A. (1992). Estilos de socialización, familismo y valores. *Influencia y Sociedad*, nº 16, 67-102. Recuperado de <https://www.uv.es/lisis/>
- Musitu, G., Román, J. M. y Gutiérrez, M. (1996). *Educación familiar y socialización de los hijos*. Barcelona, España: Idea Books.
- Nadal, K. L. (2012). Mahal: Expressing love in Filipino and Filipino American families. En M. A. Paludi (Ed.), *The psychology of love* (Vol. 3) (pp. 23-25). Santa Barbara, CA: Praeger.

- Nardone, G., Giannotti, E. y Rocchi, R. (2003). *Modelos de familia. Conocer y resolver los problemas entre padres e hijos*. Barcelona, España: Herder.
- Negriff, S. y Susman, E. J. (2011). Pubertal timing, depression, and externalizing problems: A framework, review, and examination of gender differences. *Journal of Research on Adolescence*, 21(3), 717-746. doi: 10.1111/j.1532-7795.2010.00708.x
- Neighbors, B. D., Forehand, R. y Bau, J. J. (1997). Interparental conflict and relations with parents as predictors of young adult functioning. *Development and Psychopathology*, 9(1), 169-187.
- Nelson, E., Leibenluft, E., McClure, E. y Pine, D. (2005). The social re-orientation of adolescence: A neuroscience perspective on the process and its relation to psychopathology. *Psychological Medicine*, 35(2), 163-174. doi: 10.1017/S0033291704003915
- Newcomb, T. M. (1961). *The acquaintance process*. New York, NY: Holt, Rinehart and Winston.
- Noller, P. (1994). Relationships with parents in adolescence: Process and outcome. En R. Montemayor, G. R. Adams y T. P. Gullotta (Eds.), *Personal relationships during adolescence: Advances in adolescent development* (Vol. 6) (pp. 37-77). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Novo, M., Arce, R. y Rodríguez, M. J. (2003). Separación conyugal: Consecuencias y reacciones postdivorcio de los hijos. *Revista Galego-Portuguesa de Psicoloxía e Educación*, 10(8), 197-204. Recuperado de <http://ruc.udc.es/dspace/handle/2183/6562>
- O'Beirne, H. A. (1999). Individual, peer and family predictors of adolescent sexual experiences: A longitudinal study. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering*, 59(7-B), 3706.
- Observatorio Infancia. (2006). *Maltrato infantil: Detección, notificación y registro de casos*. Recuperado de <http://www.observatoriodelainfancia.msssi.gob.es/documentos/HojasDeteccion.pdf>
- Ochoa, D., Parra, M. y García, C. T. (2006). Los cuentos infantiles: Niñas sumisas que esperan un príncipe y niños aventureros, malvados y violentos. *Revista Venezolana de Estudios de la Mujer*, 11(27), 119-152. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=13675>
- Ochsner, K. N. (2004). Current directions in social cognitive neuroscience. *Current Opinion in Neurobiology*, 14(2), 254-258. doi: 10.1016/j.conb.2004.03.011

- Ojeda García, A., Torres González, T. y Moreira Mayo, M. (2010). ¿Amor y compromiso en la pareja?: De la teoría a la práctica. *RIDEP*, 2(30), 125-142. Recuperado de http://www.aidep.org/03_ridep/2_antteriores.html
- O'Keefe, M. (1998). Factors mediating the link between witnessing interparental violence and dating violence. *Journal of Family Violence*, 13(1), 39-57. doi: 10.1023/A:1022860700118
- Oliva, A. (2006). Relaciones familiares y desarrollo adolescente. *Anuario de Psicología*, 37(3), 209-224. Recuperado de <http://www.ub.edu/psicologia/castellano/anuario-de-psicologia>
- Oliva, A. y Palacios, J. (1998). Familia y escuela: Padres y profesores. En M. J. Rodrigo y J. Palacios (Eds.), *Familia y desarrollo humano* (pp. 333-349). Madrid, España: Alianza.
- Oliva, A., Parra, A. y Arranz, E. (2008). Estilos relacionales parentales y ajuste del adolescente. *Infancia y Aprendizaje*, 31(1), 93-106.
- Oliva, A., Parra, A., Sánchez, L. y López F. (2007). Estilos educativos materno y paterno: Evaluación y relación con el ajuste adolescente. *Anales de Psicología*, 23(1), 49-56. Recuperado de <http://www.um.es/analesps/>
- Oliva, A., Serra, L. y Vallejo, R. (1993). *Sexualidad y anticoncepción entre jóvenes andaluces*. Sevilla, España: Servicio Andaluz de Salud, Consejería de Salud.
- Oliva, A., Serra, L. y Vallejo, R. (1997). Patrones de comportamiento sexual y contraceptivo durante la adolescencia. *Infancia y Aprendizaje*, 20(77), 19-34. doi: 10.1174/021037097761403235
- Oliva Delgado, A. (2004). Estado actual de la teoría del apego. *Revista de Psiquiatría y Psicología del Niño y del Adolescente*, nº 1, 65-81. Recuperado de <http://www.psiquiatriainfantil.org/>
- Oliva Delgado, A. (2007). Desarrollo cerebral y asunción de riesgos durante la adolescencia. *Apuntes de Psicología*, 25(3), 239-254. Recuperado de <http://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista>
- Oliva Delgado, A. (2011). Apego en la adolescencia. *Acción Psicológica*, 8(2), 55-65. Recuperado de <http://revistas.uned.es/index.php/accionpsicologica>
- Oliva Delgado, A., Parra Jiménez, A. y Sánchez-Queija, I. (2002). Relaciones con padres e iguales como predictoras del ajuste emocional y conductual durante la adolescencia. *Apuntes de Psicología*, 20(2), 3-16.

- Oliver, J. E. (1993). Intergenerational transmission of child abuse: Rates, research, and clinical implications. *American Journal of Psychiatry*, 150(9), 1315-1324. doi: 10.1176/ajp.150.9.1315
- Oliver, M. B. y Hyde, J. S. (1993). Gender differences in sexuality: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 114(1), 29-51. doi: 10.1037/0033-2909.114.1.29
- Omori, Y. y Miyata, Y. (2001). Estimates of impressions based on frequency of blinking. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 29(2), 159-168. doi: 10.2224/sbp.2001.29.2.159
- Orbuch, T. L., Thornton, A. y Cancio, J. (2000). The impact of marital quality, divorce, and remarriage on the relationships between parents and their children. *Marriage & Family Review*, 29(4), 221-246. doi: 10.1300/J002v29n04_01
- Orgilés, M., Espada, J. P. y Méndez, X. (2008). Trastorno de ansiedad por separación en hijos de padres divorciados. *Psicothema*, 20(3), 383-388. Recuperado de <http://www.psicothema.com/>
- Ortega y Gasset, J. (2009). *Estudios sobre el amor* (10a. ed.). Madrid, España: EDAF.
- Ortega-Rivera, J., Sánchez, V. y Ortega, R. (2010). Violencia sexual y cortejo juvenil. En R. Ortega (Ed.), *Agresividad injustificada, bullying y violencia escolar* (pp. 211-232). Madrid, España: Alianza.
- Ortigue, S., Bianchi-Demicheli, F., Patel, N., Frum, C. y Lewis, J. W. (2010). Neuroimaging of love: fMRI meta-analysis evidence toward new perspectives in sexual medicine. *Journal of Sexual Medicine*, 7(11), 3541-3552. doi: 10.1111/j.1743-6109.2010.01999.x
- Ovidio (1997). *Amores, arte de amar*. Madrid, España: Planeta DeAgostini.
- Owens, D. J. y Straus, M. A. (1975). The social structure of violence in childhood and approval of violence as an adult. *Aggressive Behavior*, 1(3), 193-211. doi: 10.1002/1098-2337(1975)1:3<193::AID-AB2480010302>3.0.CO;2-K
- Pacini Hernández, D. (1990). Cantando la cama vacía: Love, sexuality and gender relationships in Dominican bachata. *Popular Music*, 9(3), 351-367. doi: 10.1017/S026114300000413X
- Padilla Gámez, N. y Díaz-Loving, R. (2013). Premisas familiares y socioculturales del emparejamiento. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 18(2), 249-262. Recuperado por <https://www.cneip.org/?page=rev>

- Páez, X. (2006). *Neurobiología del amor y sustrato biológico de la monogamia*. Seminarios de postgrado multidisciplinarios de biología celular. Manuscrito no publicado, Universidad de los Andes, Venezuela.
- Páez, D., Fernández, I., Ubillos, S. y Zubieta, E. (Coords.). (2004). *Psicología social, cultura y educación*. Madrid, España: Pearson Prentice Hall.
- Páez, D., Zubieta, E. y Mayordomo, S. (2004). Identidad, autoconcepto, autoestima, autoeficacia y locus de control. En D. Páez, I. Fernández, S. Ubillos y E. Zubieta (Coords.), *Psicología social, cultura y educación* (pp. 125-193). Madrid, España: Pearson Prentice Hall.
- Palacios, J., Hidalgo, M. V. y Moreno, M. C. (1998). Familia y vida cotidiana. En M. J. Rodrigo y J. Palacios (Coords.), *Familia y desarrollo humano* (pp. 71-89). Madrid, España: Alianza.
- Palacios, J., Marchesi, A. y Coll, C. (2004). *Desarrollo psicológico y educación* (2a. ed.). Madrid, España: Alianza.
- Palacios, J. y Oliva, A. (1999). La adolescencia y su significado evolutivo. En J. Palacios, A. Marchesi y C. Coll (Eds.), *Desarrollo psicológico y educación 1. Psicología evolutiva* (pp. 433-451). Madrid, España: Alianza.
- Pallarés Domínguez, D. V. (2011). La neurociencia aplicada al estudio del género: ¿Una nueva perspectiva? *Fòrum de Recerca*, nº 16, 17-36. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=21260>
- Pallarés Piquer, M. (2014). Medios de comunicación: ¿Espacio para el ocio o agentes de socialización en la adolescencia? *Pedagogía Social. Revista Interuniversitaria*, nº 23, 231-252. doi: 10.7179/PSRI_2014.23.10
- Panke, L. y Amado, A. (2012). Las imágenes de las mujeres políticas en la era del Politelement y la postelevisión. *Cuestiones de género: De la Igualdad y la Diferencia*, nº 7, 63-77. doi: 10.18002/cg.v0i7.903
- Papalia, D. E. y Olds, S. W. (1997). *Desarrollo humano*. Madrid, España: McGraw-Hill.
- Parks, M., Stan, C. y Eggert, L. (1983). Romantic involvement and social network involvement. *Social Psychology Quarterly*, 46(2), 116-131.
- Parra, A. y Oliva, A. (2006). Un análisis longitudinal sobre las dimensiones relevantes del estilo parental durante la adolescencia. *Infancia y Aprendizaje*, 29(4), 453-470. Recuperado de <http://www.tandfonline.com/loi/riya20>

- Pascual y Cabo, D. (2010). Construcción social de género en el cancionero infantil español. *Ensayos. Revista de la Facultad de Educación de Albacete*, nº 25, 141-155. Recuperado de <http://www.uclm.es/ab/educacion/ensayos/index1.asp>
- Pastor, G. (1988). *Sociología de la familia. Enfoque institucional y grupal*. Salamanca, España: Sígueme.
- Patterson, S. J., Sochting, I. y Marcia, J. (1992). The inner space and beyond: Women and identity. En G. R. Adams, T. P. Gullotta y R. Montemayor (Eds.), *Adolescent identity formation* (pp. 9-24). Newbury Park, CA: Sage.
- Paus, T., Zijdenbos, A., Worsley, K., Collins, D. L., Blumenthal, J., Giedd, J. N., ... Evans, A. C. (1999). Structural maturation of neural pathways in children and adolescents: In vivo study. *Science*, 283, 1908-1911. doi: 10.1126/science.283.5409.1908
- Peck, M. S. (1997). *La nueva psicología del amor*. Barcelona, España: Emecé.
- Peele, S. y Brodsky, A. (1976). *Love and addiction*. New York, NY: New American Library.
- Pelegrina, S., García, M. C. y Casanova, P. F. (2002). Los estilos educativos de los padres y la competencia académica de los adolescentes. *Infancia y Aprendizaje*, 25, 147-168.
- Penagos, A., Rodríguez, M., Carrillo, S. y Castro, J. (2006). Apego, relaciones románticas y autoconcepto en adolescentes bogotanos. *Universitas Psychologica*, 5(1), 22-36. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=3742>
- Peper, J. S., Koolschijn, P. y Crone, E. A. (2013) Development of risk taking: Contributions from adolescent testosterone and the orbito-frontal cortex. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 25(12), 2141-2150. doi: 10.1162/jocn_a_00445
- Perales, A. y Pérez Chica, A. (2008) Aprender la identidad: ¿Qué menores ven los menores en TV? *Comunicar. Revista Científica de Comunicación y Educación*, 16(31), 299-304. doi: 10.3916/c31-2008-03-010
- Pereira Espíndula, D. H. y de Souza Santos, M. F. (2004). Representações sobre a adolescência a partir da ótica dos educadores sociais de adolescentes em conflito com a lei. *Psicologia em Estudo*, 9(3), 357-367. Recuperado de http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_serial&pid=1413-7372&lng=en&nrm=iso
- Pérez, R. J. y Hormigos, J. (2012). Poesía visual y música como referentes comunicativos en el discurso contemporáneo. *RIPS. Revista de Investigaciones Políticas y Sociológicas*, 11(1), 63-79. Recuperado de <http://www.usc.es/revistas/index.php/rips/>

- Pérez Grande, M. D. (2007). La violencia de género. Prevención educativa. *Papeles Salmantinos de Educación*, nº 8, 73-94. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=7812>
- Pérez Opi, E. (2009). Convivencia post-ruptura y sinergia interparental. *Anuario de Sexología*, nº 11, 11-17. Recuperado de <http://www.aeps.es/publicaciones/anuarios-aeps/>
- Pérez-Ugena, A., Martínez Pastor, C. E. y Salas Martínez, A. (2011). Los estereotipos de género en la publicidad de los juguetes. *Ámbitos*, nº 20, 217-235. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=2493>
- Pérez-Yarza, M. (1996). *Videoclip e imágenes del descrédito. Black Hole Sun, de Sound-garden*. Valencia, España: Episteme.
- Perlini, A. H. y Hansen, S. D. (2001). Moderatin effects of need for cognition on attractiveness stereotyping. *Social Behavior and Personality*, 29, 313-322. Recuperado de <https://www.sbp-journal.com/index.php/sbp>
- Peterson, M. J. (1989). *Family, love, and work in lives of Victorian gentlewomen*. Indiana, IN: University Press.
- Pettit, G. S., Bates, J. E. y Dodge, K. A. (1997). Supportive parenting, ecological context, and children's adjustment: A seven-year longitudinal study. *Child Development*, 68(5), 908-923. doi: 10.1111/j.1467-8624.1997.tb01970.x
- Piaget, J. (1971). *El criterio moral en el niño*. Barcelona, España: Fontanella.
- Pillari, V. (1986). *Pathways to family myths*. New York, NY: Brunner/Mazel.
- Pindado, J. (2010). Socialización juvenil y medios de comunicación: Algunas cuestiones clave. *Educación y Futuro: Revista de Investigación Aplicada y Experiencias Educativas*, nº 22, 71-86. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=7667>
- Pines, A. M. (2001). The role of gender and culture in romantic attraction. *European Psychologist*, 6, 96-102. doi: 10.1027//1016-9040.6.2.96
- Pines, A. M. (2005). *Falling in love: Why we choose the lovers we choose* (2nd. ed.). New York, NY: Routledge.
- Pino, M. J. y Herruzo, J. (2000). Consecuencias de los malos tratos sobre el desarrollo psicológico. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 32(2), 253-275.
- Pinquart, M., Feußner, C. y Ahnert, L. (2013). Meta-analytic evidence for stability in attachments from infancy to early adulthood. *Attachment and Human Development*, 15(2), 189-218. doi: 10.1080/14616734.2013.746257

- Platek, S. M. y Singh, D. (2010). Optimal waist-to-hip ratios in women activate neural reward centers in men. *PLoS ONE*, 5(2), 1-5. doi: 10.1371/journal.pone.0009042
- Platón. (1982). *El Banquete*. Barcelona, España: Icaria.
- Plaza, J. F. (2005). *Modelos de varón y mujer en las revistas femeninas para adolescentes. La representación de los famosos*. Madrid, España: Fundamentos.
- Plaza, J. F. (2007). El discurso del éxito en las revistas para adolescentes. *Revistas de Estudios de Juventud*, nº 78, 91-105. Recuperado de <http://www.injuve.es/conocenos/ediciones-injuve>
- Plaza, J. F. (2009). La globalización de la identidad de género en las revistas para las adolescentes. *Zer*, 14(26), 129-144. Recuperado de <http://www.ehu.es/zer/>
- Ponce Sakuray, C. A. (2014). Relaciones amorosas en descendientes japoneses. *Ajayu*, 12(2), 207-226. Recuperado de <http://www.ucb.edu.bo/publicaciones/ajayu/publicaciones.html>
- Ponizovsky, A. M. y Drannikov, A. (2013). Contribution of attachment insecurity to health-related quality of life in depressed patients. *World Journal of Psychiatry*, 3(2), 41-49. doi: 10.5498/wjp.v3.i2.41
- Pons-Salvador, G., Cerezo, M. y Bernabé, G. (2005). Cambio y estabilidad en los factores que afectan negativamente a la parentalidad. *Psicothema*, 17(1), 31-36. Recuperado de <http://www.psicothema.com>
- Pons-Salvador, G. y Del Barrio, V. (1995). El efecto del divorcio sobre la ansiedad de los hijos. *Psicothema*, 7(3), 489-497. Recuperado de <http://www.psicothema.com/>
- Poortman, A. R. y Voorpostel, M. B. J. (2009). Parental divorce and sibling relationships: A research note. *Journal of Family Issues*, 30(1), 74-91. doi: 10.1177/0192513X08322782
- Porto Pedrosa, L. (2010). Socialización de la infancia en películas de Disney/Pixar y DreamWorks/PDI. *Prisma Social. Revista de Ciencias Sociales*, nº 4, 1-20. Recuperado de <http://www.isdfundacion.org/publicaciones/revista/>
- Powell, M. (1975). *La Psicología de la adolescencia*. Madrid, España: Fondo de Cultura Económica.
- Pridham, K., Denney, N., Pascoe, J., Chiu, Y. y Creasey, D. (1995). Mother's solutions to childrearing problems: Conditions and processes. *Journal of Marriage and Family*, 57(3), 785-799. doi: 10.2307/353932

- Prino, C. T. y Peyrot, M. (1994). The effect of child physical abuse and neglect on aggressive, withdrawn, and prosocial behavior. *Child Abuse and Neglect*, 18(10), 871-884. doi: 10.1016/0145-2134(94)90066-3
- Pruett, M. K., Williams, T. Y., Insabella, G. y Little, T. D. (2003). Family and legal indicators of child adjustment to divorce among families with young children. *Journal of Family Psychology*, 17(2), 169-180. doi: 10.1037/0893-3200.17.2.169
- Puget, J. y Berenstein, I. (1989). *Psicoanálisis de la pareja matrimonial*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Ramírez, M. (2002). Prácticas de crianza de riesgo y problemas de conducta en los hijos. *Apuntes de Psicología*, 20(2), 273-282.
- Ramírez, M. (2007). Los padres y los hijos: Variables de riesgo. *Educación y Educadores*, 10(1), 27-37. Recuperado de <http://educacionyeducadores.unisabana.edu.co/index.php/eye>
- Ramírez Domínguez, J. A. (1975). *El "comic" femenino en España. Arte sub y anulación*. Madrid, España: Cuadernos para el diálogo.
- Raznahan, A., Lee, Y., Stidd, R., Long, R., Greenstein, D., Clasen, L., ... Giedd, J. N. (2010). Longitudinally mapping the influence of sex and androgen signaling on the dynamics of human cortical maturation in adolescence. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 107(39), 16988-16993. doi: 10.1073/pnas.1006025107
- Rebhun, L. A. (1995). The language of love in northeast Brazil. En W. Jankowiak (Ed.), *Romantic passion. A universal experience?* (pp. 239-261). New York, NY: Columbia University Press.
- Reik, T. (1944). *A psychologist looks at love*. New York, NY: Farrar & Rinehart.
- Reis, H. T., Nezlek, J. y Wheeler, L. (1980). Physical attractiveness in social interaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38(4), 604-617. doi: 10.1037/0022-3514.38.4.604
- Retana Franco, B. E. y Sánchez Aragón, R. (2005). Construcción y validación de una escala para medir adicción al amor en adolescentes. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 10(1), 127-141. Recuperado de <http://www.redalyc.org/revista.oa?id=292>
- Retana Franco, B. E. y 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. Recuperado de <http://www.redalyc.org/revista.oa?id=1339>

- Rice, P. (2001). *Adolescencia, desarrollo, relaciones y cultura*. Madrid, España: Prentice Hall.
- Richaud de Minzi, M. C. (2005). Estilos parentales y estrategias de afrontamiento en niños. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 37(1), 47-58. Recuperado de <http://www.redalyc.org/revista.oa?id=805>
- Richmond, M. K. y Stocker, C. M. (2008). Longitudinal associations between parents' hostility and siblings' externalizing behavior in the context of marital discord. *Journal of Family Psychology*, 22(2), 231-240. doi: 10.1037/0893-3200.22.2.231
- Riggio, H. R. (2001). Relations between parental divorce and the quality of adult sibling relationships. *Journal of Divorce & Remarriage*, 36(1-2), 67-82. doi: 10.1300/J087v36n01_04
- Riggio, H. R. (2004). Parental marital conflict and divorce, parent-child relationships, social support, and relationship anxiety in young adulthood. *Personal Relationships*, 11(1), 99-114. doi: 10.1111/j.1475-6811.2004.00073.x
- Riso, W. (2003). *Ama y no sufras*. Barcelona, España: Norma.
- Robins, R. W. y Trzesniewski, K. H. (2005). Self-esteem development across the lifespan. *Current Directions in Psychological Science*, 14(3), 158-162. doi: 10.1111/j.0963-7214.2005.00353.x
- Rodin, M. J. (1987). Who is memorable to whom: A study of cognitive disregard. *Social Cognition*, 5(2), 144-165. doi: 10.1521/soco.1987.5.2.144
- Rodrigo, M. J., Máiquez, M. L., García, M., Mendoza, R., Rubio, A., Martínez, A. y Martín, J. C. (2004). Relaciones padres-hijos y estilos de vida en la adolescencia. *Psicothema*, 16(2), 203-210. Recuperado de <http://www.psicothema.com/>
- Rodríguez, G. y De Miguel, A. (2014). Selección de parejas según la perspectiva evolucionista. *Revista Argentina de Psicología*, 53, 83-105. Recuperado de <http://www.apbarap.com.ar/>
- Rodríguez, F. J. y Ovejero, A. (2005). *La convivencia sin violencia. Recursos para educar*. Sevilla, España: Eduforma.
- Rodríguez-Brioso Pérez, M. M. (2004). Las relaciones de pareja en la juventud española: Entre la tradición y las preferencias individuales. *Revista de Estudios de Juventud*, nº 67, 71-84. Recuperado de <http://www.injuve.es/observatorio/economia-consumo-y-estilos-de-vida>

- Rodríguez Castro, Y., Lameiras, M., Carrera, M. V. y Vallejo-Medina, P. (2013a). Validación de la escala de actitudes hacia el amor en una muestra de adolescentes. *Estudios de Psicología*, 34(2), 209-219. Recuperado de <http://www.fia.es/revistas/estudiosdepsicologia/home>
- Rodríguez-Castro, Y., Lameiras, M., Carrera, M. V. y Vallejo-Medina, P. (2013b). La fiabilidad y validez de la escala de mitos hacia el amor: Las creencias de los y las adolescentes. *Revista de Psicología Social*, 28(2), 157-168. doi: 10.1174/021347413806196708
- Rodríguez López, J. (2015). La difusión de los estereotipos de género a través de las TIC: La mujer en el vídeo musical. *Ámbitos*, nº 29, 33-36. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=2493>
- Rodríguez Salazar, T. y Pérez Daniel, R. (2007). Representaciones sociales del amor en jóvenes urbanos. En R. Luna y A. Scribano, *Contigo aprendí. Estudios sociales sobre las emociones*, (pp. 173-217). Recuperado de <https://taniars.wordpress.com/capitulos-de-libro/>
- Rodríguez Salazar, T. y Rodríguez Morales, Z. (2016). El amor y las nuevas tecnologías: Experiencias de comunicación y conflicto. *Comunicación y Sociedad*, nº 25, 15-41. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/ejemplar/427775>
- Rogers, C. (1976). *El matrimonio y sus alternativas*. Barcelona, España: Kairós.
- Romeo, R. D., Richardson, H. N. y Sisk, C. L. (2002). Puberty and the maturation of the male brain and sexual behavior: Recasting a behavioral potential. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 26(3), 381-391. Recuperado de <http://www.sciencedirect.com/science/journal/01497634>
- Romig, C. y Bakken, L. (1992). Intimacy development in middle adolescence: Its relationship to gender and family cohesion and adaptability. *Journal of Youth and Adolescence*, 21(3), 325-338. doi: 10.1007/BF01537021.
- Rootalu, K. y Kasearu, K. (2016). Adolescents' attitudes toward divorce: Does parental influence matter in a changing society? *Journal of Divorce & Remarriage*, 57(3), 195-211. doi: 10.1080/10502556.2016.1150147
- Rosenbaum, M. E. (1986). The repulsion hypothesis: On the non development of relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1156-1166. doi: 10.1037/0022-3514.51.6.1156
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.

- Rosenblum, L. A. y Kaufman, I. C. (1968). Variations in infant development and response to maternal loss in monkeys. *American Journal of Orthopsychiatry*, 38(3), 418-426. doi: 10.1111/j.1939-0025.1968.tb00576.x
- Roth, K. E., Harkins, D. A. y Eng, L. A. (2014). Parental conflict during divorce as an indicator of adjustment and future relationships: A retrospective sibling study. *Journal of Divorce & Remarriage*, 55(2), 117-138. doi: 10.1080/10502556.2013.871951
- Rovetto, F. y Simelio, N. (2012). Diferencias de género en los medios de comunicación. Análisis de la invisibilización del trabajo de las mujeres en la prensa española. *Enfoques. Revista de la Universidad Adventista del Plata*, 24(1), 31-52. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=7976>
- Rowe, S. L., Zimmer-Gembeck, M. J. y Hood, M. (2016). Community, family, and individual factors associated with adolescent's vulnerability, daily stress, and well-being following family separation. *Journal of Divorce & Marriage*, 57(2), 87-111. doi: 10.1080/10502556.2015.1127875
- Roxana, G. (2008). *El fenómeno de la violencia intrafamiliar*. Buenos Aires, Argentina: Novedades Psicología.
- Royo-Vela, M., Aldas-Manzano, J., Küster, I. y Vila, N. (2008). Adaptation of marketing activities to cultural and social context: Gender role portrayals and sexism in Spain commercials. *Sex Roles*, 58(5-6), 379-390. doi: 10.1007/s11199-007-9341-y
- Rubia, F. J. (2007). *El sexo del cerebro*. Madrid, España: Temas de Hoy.
- Rubio Castro, A. (2009). Los chicos héroes y las chicas malas. *Revista de Estudios de Juventud*, nº 86, 49-63. Recuperado de <http://www.injuve.es/conocenos/ediciones-injuve>
- Rubio Gil, A., Martín Pérez, A. M., Mesa Olea, M. J. y Mesa Olea, M. B. (2008). *Influencia de las revistas juveniles en la sexualidad de las y los adolescentes*. Recuperado de http://www.aulaviolenciadegeneroenlocal.es/consejoscolares/archivos/Influencias_de_las_revistas_juveniles_en_la_sexualidad_de_las_y_los_adolescentes.pdf
- Rubin, Z. (1970). Measurement of romantic love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 16(2), 265-273. Recuperado de <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.452.3207&rep=rep1&type=pdf>
- Rubin, L. B. (1985). *Just friends*. New York, NY: Harper & Row.

- Rubin, A. M., Perse, E. M. y Powell, R. A. (1985). Loneliness, parasocial interaction, and local television news viewing. *Human Communication Research*, 12(2), 155-180. doi: 10.1111/j.1468-2958.1985.tb00071.x
- Rudman, L. A. y Glick, P. (2008). *The social psychology of gender. How power and intimacy shape gender relations*. New York, NY: Guilford Press.
- Rueter, M. A. y Conger, R. D. (1998). Reciprocal influences between parenting and adolescent problem-solving behavior. *Developmental Psychology*, 34(6), 1470-1482. doi: 10.1037/0012-1649.34.6.1470
- Rutter, M. (1989). Pathways from childhood to adult life. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 30(1), 23-51. doi: 10.1111/j.1469-7610.1989.tb00768.x
- Rutter, M. (1994). Family discord and conduct disorder: Cause, consequence or correlate? *Journal of Family Psychology*, 8(2), 170-186. Recuperado de <http://verbalabusejournals.com/wp-content/uploads/2009/07/family-discord-and-conduct-disorder.pdf>
- Ruvolo, A. P., Fabin, L. A. y Ruvolo, C. M. (2001). Relationship experiences and change in attachment characteristics of young adults: The role of relationship breakups and conflict avoidance. *Personal Relationships*, 8(3), 265-281. doi: 10.1111/j.1475-6811.2001.tb00040.x
- Saiedi, N. (1993). *The birth of social theory: Social thought in the enlightenment and romanticism*. Maryland, MD: University Press of America.
- Sampaio, D., Oliveira, A., Vinagre, M. G., Gouveia-Pereira, M., Santos, N. y Ordaz, O. (2000). Representações sociais sobre o suicídio de estudantes do ensino secundário. *Análise Psicológica*, 18(2), 139-155. Recuperado de <http://publicacoes.ispa.pt/index.php/ap>
- Sampson, E. (1993). *Celebrating the other: A dialogical account of human nature*. Hertfordshire, UK: Harvester Wheatsheaf.
- Sánchez, A. y Fernández, M. P. (2010). *Hábitos de los adolescentes en el uso de las redes sociales. Estudio comparativo entre Comunidades Autónomas. Informe generación 2.0*. Recuperado de <http://estaticos.elmundo.es/documentos/2010/07/06/Generacion20.pdf>
- Sánchez Aragón, R. (2007). Significado psicológico del amor pasional: Lo claro y lo oscuro. *Interamerican Journal of Psychology*, 41(3), 391-402. Recuperado de <http://www.redalyc.org/revista.oa?id=284>

- Sánchez Escárcega, J. (1994). ¿...Hasta que la muerte nos separe...? (Factores de conflicto en las parejas de los siglos XX y XXI). *Psicología Iberoamericana*, 2(3), 90-104.
- Sánchez Jiménez, V., Ortega Rivera, F. J., Ortega Ruiz, R. y Viejo Almanzor, C. (2008). Las relaciones sentimentales en la adolescencia: Satisfacción, conflictos y violencia. *Escritos de Psicología*, 2(1), 97-109. Recuperado de <http://www.escritosdepsicologia.es/index.php>
- Sánchez-Labela Martín, I. (2014). Intoxicación en la animación televisiva. Personajes masculinos y femeninos que perpetúan roles. *Ámbitos*, nº 26, 211-220. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=2493>
- Sánchez Pardo, L., Megías Quirós, I. y Rodríguez San Julián, E. (2004). *Jóvenes y publicidad. Valores en la comunicación publicitaria para jóvenes*. Recuperado de <http://www.fad.es/sites/default/files/jovenesypublicidad.pdf>
- Sánchez-Queija, I. y Oliva, A. (2003). Vínculos de apego con los padres y relaciones con los iguales durante la adolescencia. *Revista de Psicología Social*, 18(1), 71-86. Recuperado de <http://www.fia.es/revistas/revistadepsicologiasocial/home>
- Sandoval, M. (2006). Los efectos de la televisión sobre el comportamiento de las audiencias jóvenes desde la perspectiva de la convergencia de las prácticas culturales. *Universitas Psychologica*, 5(2), 205-222. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=3742>
- Sangrador, J. L. (1993). Consideraciones psicosociales sobre el amor romántico. *Psicothema*, 5(Supl. 1), 181-196. Recuperado de <http://www.psycothema.com>
- Sanmartín, J. (2008). *Violencia contra niños*. Barcelona, España: Ariel.
- Sanmartín, J. (2009). *La violencia y sus claves*. Barcelona, España: Ariel.
- Sanmartín Esplugues, J., Serrano Sarmiento, A., García Esteve, Y., Rodríguez Martín, A., Martínez Sánchez, P., Blundell, H. e Iborra Marmolejo, I. (2011). *Informe del Centro Reina Sofía sobre el maltrato infantil en la familia en España*. Recuperado de <http://www.observatoriodelainfancia.msssi.gob.es>
- Sanpedro, P. (2004). El mito del amor y sus consecuencias en los vínculos de pareja. *Página Abierta*, nº 150, 1-6. Recuperado de <http://www.pensamientocritico.org/pilsan0704.htm>
- Santana, E., Rom, J., Fondevila, J. F. y Mir, P. (2015). El sexismo y los estereotipos en la publicidad y en el cine. Análisis comparativo. *Opción*, 31(1), 657-670. Recuperado de <http://www.redalyc.org/revista.oa?id=310>

- Sarnoff, I. y Zimbardo, P. G. (1961). Anxiety, fear, and social isolation. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 62(2), 356-363. doi: 10.1037/h0046506
- Savin-Williams, R. C. y Rodríguez, R. G. (1993). A developmental, clinical perspective on lesbian, gay male, and bisexual youths. En T. P. Gullotta, G. R. Adams y R. Montemayor (Eds.), *Adolescent sexuality. Advances in adolescent development* (Vol. 5) (pp. 77-101). Newbury Park, CA: Sage.
- Scarano, M. (2005). *Las huellas de Edipo en la elección de pareja*. Caracas, Venezuela: Asociación Venezolana de Psicoanálisis.
- Scarr, S. (1992). Developmental theories for the 1990's: Development and individual differences. *Child Development*, 63(1), 1-19. doi: 10.1111/j.1467-8624.1992.tb03591.x
- Schachter, S. (1959). *The psychology of affiliation*. Stanford, CA: Stanford University Press.
- Schaffer, H. R. (2000). *Desarrollo social*. México: Siglo XXI.
- Schaick, K. V. y Stolberg, A. L. (2001). The impact of parental involvement and parental divorce on young adults' intimate relationships. *Journal of Divorce & Remarriage*, 36(1-2), 99-121. doi: 10.1300/J087v36n01_06
- Scharf, M. y Mayseless, O. (2007). Putting eggs in more than one basket: A new look at developmental processes of attachment in adolescence. En M. Scharf y O. Mayseless (Eds), *Attachment in adolescence: Reflections and new angles. New directions for child and adolescent development* (pp. 1-22). San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Scharf, M., y Mayseless, O. (2008). Late adolescent girls' relationships with parents and romantic partner: The distinct role of mothers and fathers. *Journal of Adolescence*, 31, 837-855. doi: 10.1016/j.adolescence.2008.06.012.
- Schmid, M., Goldbeck, L., Nuetzel, J. y Fegert, J. M. (2008). Prevalence of mental disorders among adolescents in German youth welfare institutions. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 2(2), 1-8. doi: 10.1186/1753-2000-2-2
- Schmithorst, V. J., Holland, S. K. y Dardzinski, B. J. (2008). Developmental differences in white matter architecture between boys and girls. *Human Brain Mapping*, 29(6), 696-710. doi: 10.1002/hbm.20431
- Schmitt, D. P. y Buss, D. M. (1996). Strategic self-promotion and competitor derogation: Sex and context effects on the perceived effectiveness of mate attraction tactics. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(6), 1185-1204. doi: 10.1037/0022-3514.70.6.1185

- Schmitt, D. P. y Buss, D. M. (2001). Human mate poaching: Tactics and temptations for infiltrating existing mateships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80(6), 894-917. doi: 10.1037//0022-3514.80.6.894
- Schnarch, D. M. (1991). *Constructing the sexual crucible: An integration of sexual and marital therapy*. New York, NY: W. W. Norton & Company.
- Schofield, M. (1965). *The sexual behaviour of young people*. London, UK: Longman.
- Schore, A. N. (2002). The neurobiology of attachment and early personality organization. *Journal of Prenatal and Perinatal Psychology and Health*, 16(3), 249-264.
- Schwartz, S. J. (2001). The evolution of Eriksonian and neo-Eriksonian identity theory and research: A review and integration. *Identity: An International Journal of Theory and Research*, 1(1), 7-58. doi: 10.1207/S1532706XSCHWARTZ
- Seay, B. y Harlow, H. F. (1965). Maternal separation in the Rhesus monkey. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 140(6), 434-441.
- Segal, M. W. (1974). Alphabet and attraction: An unobtrusive measure of the effect of proximity in a field setting. *Journal of Personality and Social Psychology*, 30(5), 654-657. doi: 10.1037/h0037446
- Seiffge-Krenke, I. (2006). Coping with relationship stressors: The impact of different working models of attachment and links to adaptation. *Journal of Youth and Adolescence*, 35, 25-39. doi: 10.1007/s10964-005-9015-4
- Selva Ruiz, D. (2012). La visualización de la música en el videoclip. *Ámbitos*, nº 21, 101-115. Recuperado de <http://www.redalyc.org/revista.oa?id=168>
- Semán, P. (2016). Música, juventud, hegemonía: Salidas de la adolescencia. *Estudios Sociológicos*, 34(100), 3-40. Recuperado de <http://www.redalyc.org/revista.oa?id=598>
- Semin, G. R. y Fiedler, K. (1991). The linguistic category model, its bases, applications and range. *European Review of Social Psychology*, 2(1), 1-30. doi: 10.1080/14792779143000006
- Serbin, L. A., Poulin-Dubois, D., Colburne, K. A., Sen, M. G. y Eichstedt, J. A. (2001). Gender stereotyping in infancy: Visual preferences for and knowledge of gender-stereotyped toys in the second year. *International Journal of Behavioral Development*, 25(1), 7-15. doi: 10.1080/01650250042000078

- Serrano Martínez, G. y Carreño Fernández, M. (1993). La teoría de Sternberg sobre el amor. Análisis empírico. *Psicothema*, 5(Suplemento), 151-167. Recuperado de <http://www.psicothema.com/>
- Sever, I., Guttman, J. y Lazar, A. (2007). Positive consequences of parental divorce among Israeli young adults: A long-term effect model. *Marriage and Family Review*, 42(2), 7-28. doi: 10.1300/J002v42n02_02
- Shackelford, T. K. y Larsen, R. J. (1997). Facial asymmetry as an indicator of psychological, emotional, and physiological distress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72(2), 456-466. doi: 10.1037/0022-3514.72.2.456
- Shaffer, D. R. (1996). *Developmental psychology. Childhood and adolescence* (4th. ed.). London, UK: Brooks/Cole Publishing Company.
- Shapiro, J. P., Baumeister, R. F. y Kessler, J. W. (1991). A three-component model of children's teasing: Aggression, humor, and ambiguity. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 10(4), 459-472. doi: 10.1521/jscp.1991.10.4.459
- Sharabany, R., Gershoni, R. y Hofman, J. E. (1981). Girlfriend, boyfriend: Age and sex differences in intimate friendship. *Developmental Psychology*, 17(6), 800-808. doi: 10.1037/0012-1649.17.6.800
- Shaver, P. R. y Hazan, C. (1988). A biased overview of the study of love. *Journal of Social and Personal Relationships*, 5(4), 473-501. doi: 10.1177/0265407588054005
- Shaver, P. R., Hazan, C. y Bradshaw, D. (1988). Love as attachment: The integration of three behavioural systems. En R. J. Sternberg y M. Barnes (Eds.), *The psychology of love* (pp. 68-99). New Haven, CT: Yale University Press.
- Sheehan, G., Darlington, Y., Noller, P. y Feeney, J. (2004). Children's perceptions of their sibling relationships during parental separation and divorce. *Journal of Divorce & Remarriage*, 41(1-2), 69-94. doi: 10.1300/J087v41n01_05
- Sheldon, K. M., Elliot, A. J., Kim, Y. y Kasser, T. (2001). What is satisfying about satisfying events? *Journal of Personality and Social Psychology*, 80(2), 325-339. doi: 10.1037//0022-3514.80.2.325
- Sheppard, J. A y Strathman, A. J. (1989) Attractiveness and height: The role of stature in dating preference, frequency of dating, and perceptions of attractiveness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 15(4), 617-627. doi:10.1177/0146167289154014
- Shinyashiky, R. y Dumet, E. (1988). *Amar pode dar certo*. São Paulo, Brasil: Gente.

- Shulman, S. y Scharf, M. (2000). Adolescent romantic behaviors and perceptions: Age- and gender-related differences, and links with family and peer relationships. *Journal of Research on Adolescence*, 10(1), 99-118. doi: 10.1207/SJRA1001_5
- Siegel, D. J. (1999). *The developing mind: Toward a neurobiology of interpersonal experience*. New York, NY: Guilford Press.
- Sigfusdottir, I. D., Farkas, G. y Silver, E. (2004). The role of depressed mood and anger in the relationship between family conflict and delinquent behavior. *Journal of Youth and Adolescence*, 33(6), 509-522. doi: 10.1023/B:JOYO.0000048065.17118.63
- Simmons, C. H., Vom Kolke, A. y Shimizu, H. (1986). Attitudes toward romantic love among American, German, and Japanese students. *Journal of Social Psychology*, 126(3), 327-336. doi: 10.1080/00224545.1986.9713593
- Simón, M. E. (2010). *La igualdad también se aprende: Cuestión de coeducación*. Madrid, España: Narcea.
- Simon, R. W. y Barrett, A. E. (2010). Nonmarital romantic relationships and mental health in early adulthood: Does the association differ for women and men? *Journal of Health and Social Behavior*, 51(2), 168-182. doi: 10.1177/0022146510372343
- Simons, R. L., Lin, K. H. y Gordon, L. C. (1998). Socialization in the family of origin and male dating violence: A prospective study. *Journal of Marriage and Family*, 60(2), 467-478. doi: 10.2307/353862
- Simpson, J. A. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(5), 971-980. doi: 10.1037/0022-3514.59.5.971
- Simpson, J. A. (1999). Attachment theory in modern evolutionary perspective. En J. Cassidy y P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 115-140). New York, NY: Guilford Press.
- Simpson, J., Campbell, B. y Berscheid, E. (1986). The association between romantic love and marriage: Kephart (1967) twice revisited. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 12(3), 363-372. doi: 10.1177/0146167286123011
- Simpson, J. A., Campbell, L. y Weisberg, Y. J. (2006). Daily perceptions of conflict and support in romantic relationships: The ups and downs of anxiously attached individuals: Attachment, caregiving, and sex. En M. Mikulincer y G. S. Goodman (Eds.), *Dynamics of romantic love: Attachment, caregiving, and sex* (pp. 216-239). New York, NY: Guilford Press.

- Simpson, J. A., Collins, W. A., Tran, S. y Haydon, K. C. (2007). Attachment and the experience and expression of emotions in romantic relationships: A developmental perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(2), 355-367. doi: 10.1037/0022-3514.92.2.355
- Simpson, J. A., Gangestad, S. W. y Lerma, M. (1990). Perception of physical attractiveness: Mechanisms involved in the maintenance of romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(6), 1192-1201. doi: 10.1037/0022-3514.59.6.1192
- Simpson, J. A. y Rholes, W. S. (1998). *Attachment theory and close relationships*. New York, NY: Guilford Press.
- Simpson, J. A., Rholes, W. S. y Phillips, D. (1996). Conflict in close relationships: An attachment perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(5), 899-914. doi: 10.1037/0022-3514.71.5.899
- Singer, I. (1987). *The nature of love*. Chicago, IL: University of Chicago Press.
- Singh, D. (1993). Adaptive significance of female physical attractiveness: Role of waist-to-hip ratio. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65(2), 293-307. doi: 10.1037/0022-3514.65.2.293
- Singh, D. y Young, R. K. (1995). Body weight, waist-to-hip ratio, breasts, and hips: Role in judgments of female attractiveness and desirability for relationships. *Ethology and Sociobiology*, 16(6), 483-507. Recuperado de <http://www.sciencedirect.com/science/journal/01623095>
- Sisfontes Guilarte, P. (2011). Más allá del género. *Revista Electrónica Educare*, 15(1), 149-159. Recuperado de <http://www.revistas.una.ac.cr/index.php/educare>
- Sisk, C. y Zehr, J. (2005). Pubertal hormones organize the adolescent brain and behavior. *Frontiers in Neuroendocrinology*, 26(3-4), 163-174. doi: 10.1016/j.yfrne.2005.10.003
- Slingsby, B. T. y Stefano, G. B. (2000). Placebo: Harnessing the power within. *Modern Aspects of Immunobiology*, 1(4), 144-146.
- Small, M. F. (1995). *What's love got to do with it?* New York, NY: Anchor Books.
- Smeaton, G., Byrne, D. y Murnen, S. K. (1989). The repulsion hypothesis revisited: Similarity irrelevance or dissimilarity bias? *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(1), 54-59. doi: 10.1037/0022-3514.56.1.54
- Smetana, J. G. (1989). Adolescents' and parents' reasoning about family conflict. *Child Development*, 60(5), 1052-1067. doi: 10.2307/1130779

- Smetana, J. G., Campione-Barr, N. y Daddis, C. (2004). Longitudinal development of family decision-making: Defining healthy behavioral autonomy for middle-class African American adolescents. *Child Development*, 75(5), 1418-1434. doi: 10.1111/j.1467-8624.2004.00749.x
- Solares Barbosa, S. D., Benavides Ayala, J., Peña Orozco, B., Rangel Méndez, D. y Ortiz Tallabas, A. (2011). Relación entre el tipo de apoyo y el estilo de amor en parejas. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 16(1), 41-56. Recuperado de <https://www.cneip.org/?page=rev>
- Solís-Camara, P., Díaz, M., Ovando, P., Esquivel, E., Acosta, I. y Torres, A. (2007). La contribución del bienestar subjetivo, las expectativas y la crianza materna en los logros escolares de sus niños y en la valoración de la participación de los padres. *Acta Colombiana de Psicología*, 10(2), 71-82. Recuperado de http://editorial.ucatolica.edu.co/ojsucatolica/revistas_ucatolica/index.php/acta-colombiana-psicologia/
- Solomon, R. L. (1980). The opponent-process theory of acquired motivation: The cost of pleasure and the benefits of pain. *American Psychologist*, 35(8), 691-712. doi: 10.1037//0003-066X.35.8.691
- Soons, J. P. M. y Liefbroer, A. C. (2008). Together is better? Effects of relationship status and resources on young adults' well-being. *Journal of Social and Personal Relationships*, 25(4), 603-624. doi: 10.1177/0265407508093789
- Soriano Díaz, A. (2008). Violencias en la familia. Propuestas para la prevención educativa. *Aula abierta*, 36(1-2), 17-26. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=177>
- Sorkhabi, N. (2005). Applicability of Baumrind's parent typology to collective cultures: Analysis of cultural explanations of parent socialization effects. *International Journal of Behavioral Development*, 29(6), 552-563. doi: 10.1177/01650250500172640
- Sosa, R. (2014). El cuento infantil y los valores: Pulgarcita de C. Andersen. *Cuadernos de la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales*, nº 45, 155-165. Recuperado de <http://revista.fhycs.unju.edu.ar/index.php/cuadernos>
- Sowell, E. R. y Jernigan, T. L. (1998). Further MRI evidence of late brain maturation: Limbic volume increases and changing asymmetries during childhood and adolescence. *Developmental Neuropsychology*, 14(4), 599-617. doi: 10.1080/87565649809540731

- Spencer-Booth, Y. y Hinde, R. A. (1966). The effects of separating Rhesus monkey infants from their mothers for six days. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 7(3-4), 179-197. doi: 10.1111/j.1469-7610.1966.tb02245.x
- Sprecher, S., Aron, A., Hatfield, E., Cortese, A., Potatova, E. y Levitskaya, A. (1994). Love: American style, Russian style, and Japanese style. *Personal Relationships*, 1(4), 349-369. doi: 10.1111/j.1475-6811.1994.tb00070.x
- Steinberg, L. (2001). We know some things: Parent-adolescent relationships in retrospect and prospect. *Journal of Research on Adolescence*, 11(1), 1-19. doi: 10.1111/1532-7795.00001
- Steinberg, L. (2009). Adolescent development and juvenile justice. *Annual Review of Clinical Psychology*, 5, 459-485. doi: 10.1146/annurev.clinpsy.032408.153603
- Steinberg, S. J. y Davila, J. (2008). Romantic functioning and depressive symptoms among early adolescent girls: The moderating role of parental emotional availability. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 37(2), 350-362. doi: 10.1080/15374410801955847
- Steinberg, L. y Morris, A. S. (2001). Adolescent development. *Annual Review of Psychology*, 52, 83-110. doi: 10.1146/annurev.psych.52.1.83
- Steinberg, L. y Silk, J. S. (2002). Parenting adolescents. En M. H. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting* (Vol. 1): *Children and parenting* (pp. 103-133). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Stephan, C. W. y Bachman, G. F. (1999). What's sex got to do with it? Attachment, love schemas, and sexuality. *Personal Relationships*, 6(1), 111-123. doi: 10.1111/j.1475-6811.1999.tb00214.x
- Stern, C. (2007). Estereotipos de género, relaciones sexuales y embarazo adolescente en las vidas de jóvenes de diferentes contextos socioculturales en México. *Estudios Sociológicos*, 25(73), 105-129. Recuperado de <http://www.redalyc.org/revista.oa?id=598>
- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93(2), 119-135. doi: 10.1037/0033-295X.93.2.119
- Sternberg, R. J. (1988). *El triángulo del amor: Intimidad, pasión y compromiso*. México: Paidós.
- Sternberg, R. J. (1997). Construct validation of a triangular love scale. *European Journal of Social Psychology*, 27(3), 313-335. doi: 10.1002/(SICI)1099-0992(199705)27:3<313::AID-EJSP824>3.0.CO;2-4

- Sternberg, R. J. (1999). *Estilos de pensamiento*. Barcelona, España: Paidós.
- Sternberg, R. J. (2000). *La experiencia del amor. La evolución de la relación amorosa a lo largo del tiempo*. Barcelona, España: Paidós.
- Sternberg, K. J., Baradaran, L. P., Abbott, C. B., Lamb, M. E. y Guterman, E. (2006). Type of violence, age, and gender differences in the effects of family violence on children's behavior problems: A mega-analysis. *Developmental Review*, 26(1), 89-112. doi: 10.1016/j.dr.2005.12.001
- Sternberg, R. J. y Grajek, S. (1984). The nature of love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47(2), 321-329. doi: 10.1037/0022-3514.47.2.312
- Sternberg, R. J. y Hayden, S. (2000). La historia del amor a través de la literatura. En R. J. Sternberg (Ed.), *La experiencia del amor. La evolución de la relación amorosa a lo largo del tiempo* (pp. 94-122). Barcelona, España: Paidós.
- Stevenson-Hinde, J. y Shouldice, A. (1995). Maternal interactions and self-reports related to attachment classifications at 4,5 years. *Child Development*, 66(3), 583-642. doi: 10.1111/j.1467-8624.1995.tb00891.x
- Stewart, S. D. (1999). Disneyland dads, disneyland moms? How nonresident parents spend time with absent children. *Journal of Family Issues*, 20(4), 539-556. doi: 10.1177/019251399020004006
- Stone, G., Buehler, C. y Barber, B. K. (2002). Interparental conflict, parental psychological control, and youth problem behavior. En B. K. Barber (Ed.), *Intrusive parenting: How psychological control affects children and adolescents* (pp. 53-95). Washington, D.C, U.S.A: American Psychological Association.
- Storksén, I., Arstad-Thorsén, A., Overland, K. y Brown, S. R. (2012). Experiences of daycare children of divorce. *Early Child Development and Care*, 182(7), 807-825. doi: 10.1080/03004430.2011.585238
- Stormshak, E., Bellanti, C. J. y Bierman, K. L. (1996). The quality of sibling relationships and the development of social competence and behavioral control in aggressive children. *Developmental Psychology*, 32(1), 79-89. doi: 10.1037/0012-1649.32.1.79
- Strauman, T. J. y Higgins, E. T. (1993). The self construct in social cognition: Past, present, and future. En Z. V. Segal y S. J. Blatt (Eds.), *The self in emotional distress: Cognitive and psychodynamic perspective* (pp. 3-40). New York, NY: Guilford Press.

- Subirats, M. y Tomé, A. (1992). *Pautas de observación para el análisis del sexismo en el ámbito educativo*. Cuadernos para la Coeducación, nº 2. Institut de Ciències de l'Educació. Barcelona, España: Universitat Autònoma de Barcelona.
- Sullivan, H. S. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. New York, NY: Norton.
- Summers, P., Forehand, R., Armistead, L. y Tannenbaum, L. (1998). Parental divorce during early adolescence in Caucasian families: The role of family process variables in predicting the long-term consequences for early adult psychosocial adjustment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 66(2), 327-336. doi: 10.1037/0022-006X.66.2.327
- Surra, C. A. (1990). Research and theory on mate selection and premarital relationships in the 1980s. *Journal of Marriage and Family*, 52, 844-865. doi: 10.2307/353306
- Swami, V., Furnham, A., Chamorro-Premuzic, T., Akbar, K., Gordon, N., Harris, T., ... Tovee, M. J. (2010). More than just skin deep? Personality information influences men's ratings of the attractiveness of women's body sizes. *The Journal of Social Psychology*, 150(6), 628-647. doi: 10.1080/00224540903365497
- Swap, W. C. (1977). Interpersonal attraction and repeated exposure to rewarders and punishers. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 3(2), 248-251. doi: 10.1177/014616727700300219
- Taberner, C., Aranda, D. y Sánchez Navarro, J. (2010). Juventud y tecnologías digitales: Espacios de ocio, participación y aprendizaje. *Revista de Estudios de Juventud*, nº 88, 77-96. Recuperado de <http://www.injuve.es/conocenos/ediciones-injuve>
- Tajfel, H. (1981). *Human groups and social categories: Studies in social psychology*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Tajfel, H. y Turner, J. C. (1986). The social identity theory of inter-group behavior. En S. Worchel y W. G. Austin (Eds.), *Psychology of intergroup relations* (pp. 7-24). Chicago, IL: Nelson-Hall Publishers.
- Tani, F. y Fonzi, A. (2005). Relazioni di amicizia e relazioni sentimentali nel passaggio dall'adolescenza all'età adulta. *Età Evolutiva*, nº 80, 90-98.
- Tannahill, R. (1989). *Sex in history*. London, UK: Sphere.
- Taylor, S. J. y Bogdan, R. (1992). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Barcelona, España: Paidós.
- Tedeschi, J. T., Schlenker, B. R. y Bonoma, T. V. (1973). *Interpersonal conflict, social power and experimental games*. Chicago, IL: Aldine.

- Teicher, M., Tomoda, A. y Andersen, S. L. (2006). Neurobiological consequences of early stress and childhood maltreatment: Are results from human and animal studies comparable? *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1071(1), 313-323. doi: 10.1196/annals.1364.024
- Tejedor, M. C. (2003). *La molécula del amor*. Recuperado de http://www3.uah.es/bioquimica/Tejedor/bioquimica_ambiental/inicio.htm
- Tennov, D. (1979). *Love and limerence: The experience of being in love*. New York, NY: Stein and Day.
- Teruel Rodríguez, L. y Roldán, A. (2013). Las relaciones afectivas como espectáculo guionizado y distorsionado en la televisión. Sobre coeducación y autovaloración positiva del alumnado. *Aularia: Revista Digital de Comunicación*, 2(1), 113-120. Recuperado de <http://www.aularia.org/>
- Tesser, A., Millar, M. y Moore, J. (1988). Some affective consequences of social comparison and reflection processes: The pain and pleasure of being close. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(1), 49-61. doi: 10.1037/0022-3514.54.1.49
- Teubert, D. y Pinquart, M. (2010). The association between coparenting and child adjustment: A meta-analysis. *Parenting: Science and Practice*, 10(4), 286-307. doi: 10.1080/15295192.2010.492040
- Thomas, G., Farrell, M. P. y Barnes, G. M. (1996). The effect of single-mother families and nonresident fathers on delinquency and substance abuse in black and white adolescents. *Journal of Marriage and the Family*, 58(4), 884-894. doi: 10.2307/353977
- Thompson, R. A. (2000). The legacy of early attachments. *Child Development*, 71(1), 145-152. doi: 10.1111/1467-8624.00128
- Thorne, A. y Michaelieu, Q. (1996). Situating adolescent gender and self-esteem with personal memories. *Child Development*, 67(4), 1374-1390. doi: 10.1111/j.1467-8624.1996.tb01802.x
- Thornton, A. (1985). Changing attitudes toward separation and divorce: Causes and consequences. *American Journal of Sociology*, 90(4), 856-872. doi:10.1086/228147
- Thornton, A. y Young-DeMarco, L. (2001). Four decades of trends in attitudes toward family issues in the United States: The 1960s through the 1990s. *Journal of Marriage and Family*, 63(4), 1009-1037. doi: 10.1111/j.1741-3737.2001.01009.x

- Thuen, F., Breivik, K., Wold, B. y Ulveseter, G. (2015). Growing up with one or both parents: The effects on physical health and health-related behavior through adolescence and into early adulthood. *Journal of Divorce & Remarriage*, 56(6), 451-474. doi: 10.1080/10502556.2015.1058659
- Thurber, C. A. (1999). The phenomenology of homesickness in boys. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 27(2), 125-139. doi: 10.1023/A:1021911514768
- Tobeña, A. (2006) *El cerebro erótico: Rutas neurales de amor y sexo*. Madrid, España: La Esfera de los Libros.
- Tobeña, A. (2009). El cerebro amoroso. *Anuario de Sexología*, nº 11, 43-47. Recuperado de <http://www.aeps.es/publicaciones/anuarios-aeps/>
- Tobin, E. y Drouin, M. (2013, December). *Sexing: A new route to sexual coercion?* Paper presented at 16th Annual Student Research and Creative Endeavor Symposium, Fort Wayne, IN. Texto completo recuperado de http://opus.ipfw.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1000&context=stu_symp2013
- Tokunaga, R. (2011). Social networking site or social surveillance site? Understanding the use of interpersonal electronic surveillance in romantic relationships. *Computers in Human Behavior*, 27(2), 705-713. doi: 10.1016/j.chb.2010.08.014
- Tordjman, G. (1989). *La pareja: Realidades, problemas y perspectivas de la vida en común*. México: Grijalbo.
- Touza Garma, C. (2005). La familia y el aprendizaje de los malos tratos. *Educació i Cultura*, 18, 215-224. Recuperado de <http://www.raco.cat/index.php/EducacioCultura>
- Tracy, J. L., Shaver, P. R., Albino, A. W. y Cooper, M. L. (2003). Attachment styles and adolescent sexuality. En P. Florsheim (Ed.), *Adolescent romantic relations and sexual behavior: Theory, research, and practical implications* (pp. 137-159). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Triandis, H. C. (1994). *Culture and social behavior*. New York, NY: McGraw-Hill.
- Triandis, H. C. (1995). *Individualism and collectivism*. Boulder, CO: Westview Press.
- Trianes, M. V. (2003). *Estrés en la infancia: Su prevención y tratamiento*. Madrid, España: Nancea.
- Trickett, P. K., Negriff, S., Ji, J. y Peckins, M. (2011). Child maltreatment and adolescent development. *Journal of Research on Adolescence*, 21(1), 3-20. doi: 10.1111/j.1532-7795.2010.00711.x

- Troxel, W. M. y Matthews, K. A. (2004). What are the costs of marital conflict and dissolution to children's physical health? *Clinical Child and Family Psychology Review*, 7(1), 29-57. doi: 10.1023/B:CCFP.0000020191.73542.b0
- Tubert, S. (2009, Octubre). *Luces y sombras del concepto de género*. Comunicación presentada en GEMMA, Máster Erasmus Mundus en Estudios de las Mujeres y de Género, Granada, España. Texto completo recuperado de <http://masteres.ugr.es/gemma-es/pages/actividades/actividades-granada/20092010>
- Tukachinsky, R. (2010). Para-romantic love and para-friendships: Development and assessment of a multiple parasocial relationships scale. *American Journal of Media Psychology*, 3(1-2), 73-94. Recuperado de http://digitalcommons.chapman.edu/comm_articles/19/
- Tur, A. M., Mestre, M. V. y Del Barrio, V. (2004a). Factores moduladores de la conducta agresiva y prosocial. El efecto de los hábitos de crianza en la conducta del adolescente. *An-siedad y Estrés*, 10(1), 78-88.
- Tur, A. M., Mestre, M. V. y Del Barrio, V. (2004b). Los problemas de conducta exteriorizados e interiorizados en la adolescencia: Relaciones con los hábitos de crianza y con el temperamento. *Acción Psicológica*, 3(3), 207-221. Recuperado de <http://revistas.uned.es/index.php/accionpsicologica>
- Turiel, E. (1984). *El desarrollo del conocimiento social. Moralidad y convención*. Madrid, España: Debate.
- Turin, A. (1995). *Los cuentos siguen contando. Algunas reflexiones sobre los estereotipos*. Madrid, España: Hora y Horas.
- Turin, A. (2009). El poder de las ilustraciones. *Revista Emakunde*, nº 75, 30-33. Recuperado de <http://www.emakunde.euskadi.eus/u72-revist87/es>
- Turner, J. R. (1993). Interpersonal and psychological predictors of parasocial interaction with different television performers. *Communication Quarterly*, 41(4), 443-453. doi: 10.1080/01463379309369904
- Turner, R. A., Irwin, C. E., Tschann, J. M. y Millstein, S. G. (1993). Autonomy, relatedness, and the initiation of health risk behaviors in early adolescence. *Health Psychology*, 12(3), 200-208. doi: 10.1037/0278-6133.12.3.200
- Ubillos, S. y Barrientos, J. (2001). Relaciones interpersonales, atracción y amor. En J. F. Morales, D. Páez, J. Gissi, D. Asun y A. Kornblit (Eds.), *Psicología Social* (pp. 201-222). Buenos Aires, Argentina: Pearson Educación.

- Ubillos, S., Páez, D. y Zubieta, E. (2004). Relaciones íntimas: Atracción, amor y cultura. En D. Páez, I. Fernández, S. Ubillos y E. Zubieta (Coords.), *Psicología social, cultura y educación* (pp. 511-536). Madrid, España: Pearson Prentice Hall.
- Ubillos, S., Zubieta, E., Páez, D., Deschamps, J. C., Ezeiza, A. y Vera, A. (1997). Amor, cultura y sexo. *Revista Electrónica de Motivación y Emoción (REME)*, 4(8-9). Recuperado de <http://reme.uji.es/>
- Urueña, A. (Coord.), Ferrari, A., Blanco, D. y Valdecasa, E. (2011). *Las redes sociales en Internet*. Recuperado de http://www.osimga.gal/export/sites/osimga/gl/documentos/d/20111201_ontsi_redes_sociais.pdf
- Valdés, N. (2002). Consideraciones acerca de los estilos de apego y su repercusión en la práctica clínica. *Revista Terapia Psicológica*, 20, 139-149.
- Valdés Cuervo, A. A., Martínez, E. A. C. y Ochoa Alcántar, J. M. (2010). Características emocionales y conductuales de hijos de padres casados y divorciados. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 12(1), 117-134. Recuperado de <http://www.redalyc.org/revista.oa?id=802>
- Valdés Cuervo, A. A., Martínez, E. A. C., Urías Murrieta, M. e Ibarra Vázquez, B. G. (2011). Efectos del divorcio de los padres en el desempeño académico y la conducta de los hijos. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 16(2), 295-308. Recuperado de <http://www.redalyc.org/revista.oa?id=292>
- Valdez Medina, J. L., González Arratia López Fuentes, N. I., Arce Valdez, J., González Escobar, S., Morelato, G. e Ison, M. S. (2008). La elección de pareja real e ideal en dos culturas: México y Argentina. Un análisis por sexo. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 13(2), 261-277. Recuperado de <https://www.cneip.org/?page=rev>
- Valdez Medina, J. L., González Arratia López Fuentes, N. I., Arce Valdez, J. y López Jiménez, M. C. (2007). La elección real e ideal de pareja: Un estudio con parejas establecidas. *Revista Interamericana de Psicología*, 41(3), 305-311. Recuperado de <http://www.redalyc.org/revista.oa?id=284>
- Valdez Medina, J. L., González Arratia López Fuentes, N. I., Torres Muñoz, M. A. y Rocha Tapia, N. C. (2011). Estrategias biológicas y psicosocioculturales que intervienen en la conservación de la pareja: Un análisis por sexo. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 16(1), 57-72. Recuperado de <https://www.cneip.org/?page=rev>

- Vallejo Orellana, R., Sánchez-Barranco, F. y Sánchez-Barranco, P. (2004). Separación o divorcio: Trastornos psicológicos en los padres y los hijos. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 24(92), 91-110. Recuperado de <http://www.revistaaen.es/index.php/aen>
- Van der Voort, T. H., Nikken, P. y Van Lil, J. E. (1992). Replication: Determinants of parental guidance of children's television viewing: A Dutch replication study. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 36(1), 61-74. doi: 10.1080/08838159209364154
- Vandervalk, I., Spruijt, E., De Goede, M., Meeus, W. y Maas, C. (2004). Marital status, marital process, and parental resources in predicting adolescents' emotional adjustment. A multilevel analysis. *Journal of Family Issues*, 25(3), 291-317. doi: 10.1177/0192513X03257429
- Van Leijenhorst, L., Westenberg, P. M., Crone, E. A. (2008). A developmental study of risky decisions on the cake gambling task: Age and gender analyses of probability estimation and reward evaluation. *Developmental Neuropsychology*, 33(2), 179-196. doi: 10.1080/87565640701884287
- Vargas, J. e Ibáñez, E. J. (2009). Fusión y desconexión emocional: Dos extremos en el concepto de diferenciación. *Revista Alternativas en Psicología*, nº 21, 16-27.
- Vargas Flores, J. J., Ibáñez Reyes, E. J. y Hernández Lira, M. L. (2014). Selección de pareja y diferenciación: Un estudio cualitativo. *Revista Alternativas en Psicología*, nº 29, 126-149. Recuperado de <http://www.alternativas.me/numeros>
- Vargas Flores, J. J., Ibáñez Reyes, E. J. y Zúñiga Arellano, L. G. (2015). Diferenciación en hijos de padres divorciados y de padres que viven juntos. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 18(3), 1223-1240. Recuperado de <http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/principal.html>
- Vargas Trujillo, E. y Barrera, F. (2002). Adolescencia, relaciones románticas y actividad sexual: Una revisión. *Revista Colombiana de Psicología*, 11, 115-134. Recuperado de <http://www.revistas.unal.edu.co/index.php/psicologia>
- Vargas Trujillo, E. y Barrera, F. (2003). Actividad sexual y relaciones románticas durante la adolescencia: Algunos factores explicativos. *Documentos CESO*, nº 56. Bogotá, Colombia: Universidad de los Andes.
- Vázquez, C. (2000). El desarrollo de la identidad sexual. En F. J. Labrador (Dir.), *Enciclopedia de la sexualidad* (pp. 157-160). Madrid, España: Espasa.

- Vázquez Carreira, C. (2015). Elección de pareja. *Anuario Psicología e Saúde*, nº 8, 6-24. Recuperado de <https://copgalicia.gal/seccions/psicologia-e-saude/publicacions>
- Vázquez Rodríguez, C. y Martínez Martínez, C. (2011). La influencia del estilo educativo en los procesos de atribución y las manifestaciones de sexismo. *Revista Interamericana de Psicología*, 45(3), 369-380. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=12854>
- Velandia-Morales, A. y Rincón, J. C. (2014). Estereotipos y roles de género utilizados en la publicidad transmitida a través de la televisión. *Universitas Psychologica*, 13(2), 517-527. doi: 10.11144/Javeriana.UPSY13-2.ergu
- Velandia-Morales, A y Rodríguez-Bailón, R. (2011). Estereotipos femeninos y preferencia de consumo. *Universitas Psychologica*, 10(1), 47-60. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=3742>
- Viejo, C. y Ortega Ruiz, R. (2015). Cambios y riesgos asociados a la adolescencia. *Psychology, Society & Education*, 7(2), 109-118. Recuperado de <http://www.psye.org/>
- Vigara Tauste, A. M. (2002). Género, sexo y discurso en las revistas juveniles. En F. Rodríguez González (Coord.), *Comunicación y cultura juvenil* (pp. 227-256). Barcelona, España: Ariel.
- Villa Sepúlveda, M. E. (2011). Del concepto de juventud al de juventudes y al de lo juvenil. *Revista Educación y Pedagogía*, 23(60), 147-157. Recuperado de <http://aprendeonline.udea.edu.co/revistas/index.php/revistaeyp>
- Villegas, M. y Mallor, P. (2012). La dimensión estructural y evolutiva en las relaciones de pareja. *Acción Psicológica*, 9(2), 97-108. doi: 10.5944/ap.9.2.4108
- Viry, G. (2014). Coparenting and children's adjustment to divorce: The role of geographical distance from fathers. *Journal of Divorce & Remarriage*, 55(7), 503-526. doi: 10.1080/10502556.2014.950900
- Von Feilitzen, C. (Ed.). (2004). *Young people, soap operas and reality TV*. Göteborg, Sweden: Göteborg University.
- Vonk, R. (1998). The slime effect: Suspicion and dislike of likeable behavior toward superiors. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(4), 849-864. doi: 10.1037/0022-3514.74.4.849

- Vuchinich, S., Vuchinich, R. y Wood, B. (1993). The interparental relationship and family problem solving with preadolescent males. *Child Development*, 64(5), 1389-1400. doi: 10.1111/j.1467-8624.1993.tb02959.x
- Vygotsky, L. S. (1981). The genesis of higher mental functions. En J. V. Wertsch (Ed.), *The concept of activity in Soviet psychology* (pp. 144-188). Armonk, NY: Sharpe.
- Wallerstein, J. S., Corbin, S. B. y Lewis, J. M. (1988). Children of divorce: A ten-year study. En E. M. Hetherington y J. D. Arasteh (Eds.), *Impact of divorce, single parenting and stepparenting on children* (pp. 198-214). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Wallerstein, J. S. y Lewis, J. M. (2004). The unexpected legacy of divorce: Report of a 25-year study. *Psychoanalytic Psychology*, 21(3), 353-370. doi: 10.1037/0736-9735.21.3.353
- Wals, F., Romera, E. M. y Viejo, C. (2015). Influencia de la auto-eficacia social y el apoyo social en la calidad de las relaciones de pareja adolescentes. *Psychology, Society & Education*, 7(1), 71-84. Recuperado de <http://www.psyse.org/>
- Walster, E., Walster, G. W. y Berscheid, E. (1978). *Equity: Theory and research*. Boston, MA: Allyn & Bacon.
- Walster, E., Walster, G. W., Piliavin, J. y Schmidt, L. (1973). "Playing hard to get": Understanding an elusive phenomenon. *Journal of Personality and Social Psychology*, 26(1), 113-121. doi: 10.1037/h0034234
- Wang, H. y Amato, P. R. (2000). Predictors of divorce adjustment: Stressors, resources, and definitions. *Journal of Marriage and Family*, 62(3), 655-668. doi: 10.1111/j.1741-3737.2000.00655.x
- Wang, Z. Z., Ferris, C. F. y De Vries, G. J. (1994). The role of septal vasopressin innervation in paternal behavior in prairie voles (*Microtus ochrogaster*). *Proceedings of the National Academy of Sciences (USA)*, 91(1), 400-404. Recuperado de <http://www.pnas.org/content/91/1/400.full.pdf+html>
- Ware, H. S., Jouriles, E. N., Spiller, L. C., McDonald, R., Swank, P. R. y Norwood, W. D. (2001). Conduct problems among children at battered women's shelters: Prevalence and stability of maternal reports. *Journal of Family Violence*, 16(3), 291-307. doi: 10.1023/A:1011190316783
- Waterman, A. S. (1993). Developmental perspectives on identity formation: From adolescence to adulthood. En J. E. Marcia, A. S. Waterman, D. R. Matteson, S. L. Archer y J. L.

- Orlofsky (Eds.), *Ego identity: A handbook for psychosocial research* (pp. 42-68). New York, NY: Springer-Verlag.
- Weigel, D. J. (2007). Parental divorce and the types of commitment-related messages people gain from their families of origin. *Journal of Divorce & Remarriage*, 47(1-2), 15-32. doi: 10.1300/J087v47n01_02
- Weinberger, D. R., Elvevag, B. y Giedd, J. N. (2005). *The adolescent brain: A work in progress*. Recuperado de <https://thenationalcampaign.org/resource/adolescent-brain>
- Weiss, R. S. (1982). Attachment in adult life. En C. M. Parkes y J. Stevenson-Hinde (Eds.), *The place of attachment in human behavior* (pp. 171-184). New York, NY: Basic Books.
- Weiss, R. S. (1991). The attachment bond in childhood and adulthood. En C. M. Parker, J. Stevenson-Hinde y P. Marris (Eds.), *Attachment across the life cycle* (pp. 66-76). London, UK: Routledge.
- Weiss, J. A., MacMullin, J., Waechter, R. y Wekerle, C. (2011). Child maltreatment, adolescent attachment style, and dating violence: Considerations in youths with borderline-to-mild intellectual disability. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 9(5), 555-576. doi: 10.1007/s11469-011-9321-x
- Wells, A. y Hakanen, E. A. (1991). The emotional use of popular music by adolescents. *Journalism & Mass Communication Quarterly*, 68(3), 445-454. doi: 10.1177/107769909106800315
- Whiffen, V. E., Aube, J. A., Thompson, J. M. y Campbell, T. L. (2000). Attachment beliefs and interpersonal contexts associated with dependency and self-criticism. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19(2), 184-205. doi: 10.1521/jsocp.2000.19.2.184
- Whitbeck, L. B. y Gecas, V. (1988). Value attributions and value transmission between parents and children. *Journal of Marriage and Family*, 50(3), 829-840. doi: 10.2307/352651
- Whiteside, M. F. y Becker, B. J. (2000). Parental factors and the young child's postdivorce adjustment: A meta-analysis with implications for parenting arrangements. *Journal of Family Psychology*, 14(1), 5-26. doi: 10.1037/0893-3200.14.1.5
- Wiederman, M. W. y Allgeier, E. (1992). Gender differences in mate selection criteria: Sociobiological or socioeconomic explanation? *Ethology and Sociobiology*, 13(2), 115-124. Recuperado de <http://www.sciencedirect.com/science/journal/01623095>
- Wierzbicka, A. (1979). Ethno-syntax and the philosophy of grammar. *Studies in Language*, 3(3), 313-383. doi: 10.1075/sl.3.3.03wie

- Wilke, M., Krägeloh-Mann, I., Holland, S. K. (2007). Global and local development of gray and white matter volume in normal children and adolescents. *Experimental Brain Research*, 178(3), 296-307. Recuperado de <http://link.springer.com/journal/volumesAndIssues/221>
- Williams, K. (2003). *Why I (still) want my MTV: Music video and aesthetic communication*. Cresskill, NJ: Hampton Press.
- Williams, J. M. y Currie, C. (2000). Self-esteem and physical development during early adolescence: Pubertal timing and body image. *Journal of Early Adolescence*, 20(2), 129-149. doi: 10.1177/0272431600020002002
- Wilson, G. (1981). *The coolidge effect: An evolutionary account of human sexuality*. New York, NY: Morrow.
- Winch, R. F. (1958). *Mate selection: A theory of complementary needs*. New York, NY: Harper.
- Winocur, R. (2010). *Robinson Crusoe ya tiene celular: La conexión como espacio de control de la incertidumbre*. México: Siglo XXI.
- Wodarski, J. S., Kurtz, P. D., Gaudin, J. M. y Howing, P. T. (1990). Maltreatment and the school-age child: Major academic, socioemotional, and adaptive outcomes. *Social Work*, 35(6), 506-513. doi: 10.1093/sw/35.6.506
- Wolfe, D. A., Scott, K., Wekerle, C. y Straatman, A. L. (2001). Child maltreatment: Risk of adjustment problems and dating violence in adolescence. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 40(3), 282-289. doi: 10.1097/00004583-200103000-00007
- Woodworth, S., Belsky, J. y Crnic, K. (1996). The determinants of fathering during the child's second and third years of life: A developmental analysis. *Journal of Marriage and Family*, 58(3), 679-692. doi: 10.2307/353728
- Xu, X., Aron, A., Brown, L., Cao, G., Feng, T. y Weng, X. (2011). Reward and motivation systems: A brain mapping study of early-stage intense romantic love in Chinese participants. *Human Brain Mapping*, 32(2), 249-257. doi: 10.1002/hbm.21017
- Yanes, J. M y González, R. (2001). ¿De tal palo tal astilla? Violencia marital y responsabilidad de los progenitores. *Revista de Psicología Social*, 16(2), 243-249. doi: 10.1174/021347401317351161

- Yang, A., Wang, D., Li, T., Teng, F. y Ren, Z. (2008). The impact of adult attachment and parental rearing on subjective well-being in Chinese late adolescents. *Social Behavior and Personality*, 36(10), 1365-1378. Recuperado de <https://www.sbp-journal.com/index.php/sbp>
- Yáñez-Yaben, S. (2010). Attachment style and adjustment to divorce. *The Spanish Journal of Psychology*, 13(1), 210-219.
- Yáñez-Yaben, S., Comino, P. y Garmendia, A. (2012). Ajuste al divorcio de los progenitores y problemas de conducta en hijos de familias separadas. *Infancia y Aprendizaje*, 35(1), 37-47. doi: 10.1174/021037012798977485
- Yarosh, S., Chew, Y. C. y Abowd, G. D. (2009). Supporting parent-child communication in divorced families. *International Journal of Human-Computer Studies*, 67(2), 192-203. doi: 10.1016/j.ijhcs.2008.09.005
- Yela, C. (1997) Curso temporal de los componentes básicos del amor a lo largo de la relación de pareja. *Psicothema*, 9(1), 1-15. Recuperado de <http://www.psicothema.com>
- Yela, C. (1998). Diferencias entre sexos en los juicios verbales sobre su comportamiento amoroso y sexual. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 51(1), 115-147. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=2008>
- Yela, C. (2000). *El amor desde la Psicología Social. Ni tan libres ni tan racionales*. Madrid, España: Pirámide.
- Yela, C. (2003). La otra cara del amor: Mitos, paradojas y problemas. *Encuentros en Psicología Social*, 1(2), 263-267.
- Yela, C. (2006). Del amor adictivo. *Cuaderno de Ponencias del I Encuentro Profesional sobre Dependencias Sentimentales*, 1-6 Recuperado de www.institutospiral.com/cursosyseminarios/encuentros/resumenes/Carlos%20Yela.pdf
- Yela, C. (2012). Análisis de la teoría de las estrategias sexuales en la población española. *Psicothema*, 24(1), 48-54. Recuperado de <http://www.psicothema.com/>
- Yik, M. S. M., Russell, J. A. y Barrett, L. F. (1999). Structure of self-reported current affect: Integration and beyond. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(3), 600-619. doi: 10.1037/0022-3514.77.3.600
- Young, L., Wang, Z. e Insel, T. (1998). Neuroendocrine bases of monogamy. *Trends in Neuroscience*, 21(2), 71-75. doi: 10.1016/S0166-2236(97)01167-3
- Yúdice, G. (2007). *Nuevas tecnologías, música y experiencia*, Barcelona, España: Gedisa.

- Yzerbyt, V., Rocher, S. y Schadron, G. (1997). Stereotypes as explanations: A subjective essentialistic view of group perception. En R. Spears, P. Oakes, N. Ellemers y S. A. Haslam (Eds.), *The social psychology of stereotyping and group life* (pp. 20-50). Oxford, UK: Blackwell.
- Zacarés González, J. J., Iborra Cuéllar, A., Tomás Miguel, J. M. y Serra Desfilis, E. (2009). El desarrollo de la identidad en la adolescencia y adultez emergente: Una comparación de la identidad global frente a la identidad en dominios específicos. *Anales de Psicología*, 25(2), 316-329. Recuperado de <http://revistas.um.es/analesps>
- Zajonc, R. B. (1968). Attitudinal effects of mere exposure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 9(2), 1-27. doi: 10.1037/h0025848
- Zani, B. (1993). Dating and interpersonal relationships in adolescence. En S. Jackson y H. Rodríguez-Tomé (Eds.), *Adolescence and its social worlds* (pp. 95-119). Hove, UK: Lawrence Erlbaum.
- Zeifman, D. y Hazan, C. (1997). A process model of adult attachment formation. En S. Duck (Ed.), *Handbook of personal relationships. Theory, research, and interventions* (pp. 179-195). New York, NY: Wiley.
- Zeifman, D. y Hazan, C. (2008). Pair bonds as attachments: Reevaluating the evidence. En J. Cassidy y P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (2nd. ed.) (pp. 436-455). New York, NY: Guilford Press.
- Zeki, S. (2007). The neurobiology of love. *FEBS Letters*, 581(14), 2575-2579. doi: 10.1016/j.febslet.2007.03.094
- Zigler, E. y Hall, N. W. (1989). Physical child abuse in America: Past, present and future. En D. Cicchetti y V. Carlson (Eds.), *Child maltreatment. Theory and research on the causes and consequences of child abuse and neglect* (pp. 58-75). Cambridge, UK: University Press.
- Zimmerman, P. (2004). Attachment representations and characteristics of friendship relations during adolescence. *Journal of Experimental Child Psychology*, 88, 83-101. doi: 10.1016/j.jecp.2004.02.002
- Zitzmann, M. y Nieschlag, E. (2001). Testosterone levels in healthy men and the relation to behavioural and physical characteristics: Facts and constructs. *European Journal Endocrinology*, 144, 183-197. doi: 10.1530/eje.0.1440183

Zweig, J. M., Dank, M., Yahner, J. y Lachman, P. (2013). The rate of cyber dating abuse among teens and how it relates to other forms of teen dating violence. *Journal of Youth and Adolescence*, 42(7), 1063-1077. doi: 10.1007/s10964-013-9922-8

