

LA ELECCIÓN DE LAS RELACIONES ROMÁNTICAS DE LOS JÓVENES Y SU CONEXIÓN CON LAS RELACIONES FAMILIARES

Brenda Liz Rocha Narváez¹

Resumen

En la persona existe la necesidad innegable hacia la construcción de vínculos de afecto, lo cual le genera sentimientos de seguridad y estabilidad. Las relaciones interpersonales construidas desde la infancia entre el niño y sus padres así como su entorno social, aportan a la comprensión del significado y expresión de los procesos de apego en la vida adulta, concerniente a las relaciones amorosas y de amistad. En este contexto, las relaciones románticas y las dinámicas de interacción, respecto de la calidad y la satisfacción de la relación de pareja cobra especial interés.

Palabras clave:

Relaciones románticas, apego, familia, disfunción familiar, prácticas educativas familiares

Abstract

In the human being there is an undeniable need to build bonds of affection, which generates feelings of security and stability. Interpersonal relationships built from infancy between children and their parents and their social environment, contribute to understand the meaning and expression of attachment processes in adulthood, relative to loving relationships and friendship. In this context, romantic relationships and dynamics of interaction, with respect to quality and satisfaction of couple relations are of special interest.

Key words:

Romantic relationships, attachment, family, family dysfunction, family educational practices

Introducción

Según Yepes y Echevarría (1998), la persona, en común con otros seres vivos, posee un componente biológico con indicadores y necesidades definidas tales como el sueño, el hambre, la búsqueda del placer, la huida frente al peligro, entre otros aspectos. No obstante lo anterior, no se encuentra comandado por estos llamados corporales ni programado por los instintos, antes bien, posee capacidades inherentes que le permiten reducirlos a tendencias.

Otro elemento presente en el planteamiento del autor es el componente psíquico, el cual hace referencia a las emociones y al estado de ánimo. Se liga íntimamente al aspecto biológico; el estado de ánimo se verá afectado por el bienestar o malestar del cuerpo, sin embargo, este aspecto tampoco determina a la persona, de ahí que aunque el ánimo se encuentre negativamente influenciado puede continuar buscando el bien.

Existe otro nivel que le permite diferenciarse de cualquier otra criatura viva y es el componente espiritual, en él se encuentran dos aspectos fundamentales la inteligencia racional y la voluntad.

¹ Brenda Rocha es Directora de Programas del Instituto de La Familia en la Universidad de La Sabana. brenda.rocha@unisabana.edu.co. Esta ponencia ha sido presentada en el IV Congreso Internacional celebrado en la Universidad Pontificia Bolivariana dentro del área temática denominada: *Un tratamiento de las relaciones familiares desde el reconocimiento aporte particular específico*.

Gracias a este autor, entre otros, hemos advertido a la persona en cuanto a sus características de individualidad, a la cual también precisa como un ser sociable por naturaleza, con capacidad de dar, buscar y elegir el bien del otro, es decir con capacidad para amar.

Desde la antigüedad se ha intentado comprender el significado del amor como fundamento para la conformación de la pareja, varios teóricos han dedicado su esfuerzo en reconocer sus componentes y características, lo que ha permitido entender las particularidades en la estructuración de las relaciones románticas. Es posible encontrar definiciones influenciadas por diversidad de aspectos como el económico, histórico, social y cultural, hasta la modernidad que expone otro tipo de criterios como el sexual, el deseo y el enamoramiento (Casullo, *et al.*, &, 2002).

El tema de las relaciones románticas ha sido abordado ya por varios investigadores que advierten su importancia, Vargas y Barrera (2002) realizaron un estudio de revisión de aproximadamente 120 escritos e investigaciones referentes a las relaciones románticas y actividad sexual durante la adolescencia, partiendo de la premisa de que la iniciación romántica durante esta etapa de la vida está determinada por modelos de causalidad múltiple, factores individuales, familiares y sociales.

Sánchez (2009) evaluó las expectativas, percepción de estabilidad y estrategias de mantenimiento en las relaciones románticas. Los resultados muestran relaciones moderadamente positivas entre las expectativas de compatibilidad, romance y ajuste con la percepción de estabilidad y sus estrategias de mantenimiento.

Por su parte, Estrella (2009 & 2011), realizó dos investigaciones con el objetivo de estudiar las relaciones románticas en adolescentes, tomando como referencia adolescentes Dominicanos y Puertorriqueños y su concepto del amor. Entre los hallazgos sobresalen que los participantes asocian el amor con diversos elementos correspondientes a expresiones de afecto, acciones conductuales, sentimientos y emociones y atribuyen aspectos positivos al amor tales como respeto, fidelidad, cariño, confianza, comprensión.

Al respecto, Martínez y Ripoll (2010) estudiaron la consistencia ideal-percepción y regulación en las relaciones románticas de adultos jóvenes y evaluaron los efectos de las variables personales y de la relación. Los resultados mostraron que las variables personales y de la relación, tienen efectos significativos sobre la consistencia ideal-percepción, así como sobre los deseos e intentos de regular a la pareja.

Romo (2008) realizó un trabajo referente a las relaciones de pareja de los estudiantes universitarios cuestionándoles respecto a su proyecto de vida, experiencias románticas previas y ejercicio de la sexualidad. Los resultados expresan que la mayoría de los encuestados han tenido algún tipo de relación de pareja con significados múltiples y en ocasiones opuestos tales como: relaciones tranquilas, tempestuosas, formales, informales. Todos tienen como referente importante dentro de su proyecto de vida el matrimonio para siempre, sin descartar la opción de divorcio, así como tener hijos.

En esta línea, Sternberg (1986) formuló un modelo acerca de las dimensiones básicas del amor, lo que le permitió constituir una teoría triangular en la cual existen tres componentes en relación con la experiencia amorosa. 1. Intimidad: sentimientos de la relación de pareja que promueven el acercamiento, el vínculo y la conexión, 2. Pasión: estado de intenso deseo de unión con el otro, expresa los deseos y necesidades; tales como: autoestima, entrega, pertenencia, sumisión y satisfacción sexual y 3. Decisión-compromiso: a corto plazo: decisión de amar a la persona, a largo plazo: mantener el amor con esa persona.

Para la misma época, Hendrick y Hendrick (1986) diseñaron la escala de “Actitudes sobre el Amor” evaluando la tipología del amor propuesta por John Alan Lee (1977) quien ha planteado una genealogía del amor bajo seis categorías: Eros (amor pasional), Ludus (amor lúdico), Storge (amor-amistad), Manía (amor posesivo y dependiente), Pragma (amor lógico y práctico) y Agape (amor desinteresado y altruista). La escala de “Actitudes sobre el Amor” de Hendrick y Hendrick, no sólo evalúa la tipologías mencionadas, sino que permite reconocer la frecuencia y las opiniones respecto de las relaciones románticas y el estilo de apego que predomina.

El presente documento busca valorar la influencia que la estructura familiar ejerce sobre las relaciones románticas de los jóvenes. Varias investigaciones han concluido que los modelos de apego que construye la persona desde la primera infancia pueden predecir la manera como en edades posteriores, la persona alcanza autonomía emocional de sus padres, lo que también le permitirá desarrollar procesos relacionales con pares y amigos y una mejor satisfacción en las relaciones románticas.

Comprender cuál es la dinámica de las relaciones románticas por parte de los jóvenes, permite conocer y explicar la calidad de sus relaciones románticas, las interacciones que suceden en su proceso de búsqueda de pareja, el lugar y las circunstancias de esta búsqueda, el tipo de atracción, sus manifestaciones, compatibilidad, habilidades, intereses y proyecciones propias para dicho proceso. A partir de dichos conocimientos, se hace necesario plantear estrategias de intervención y prevención en esta población a nivel educativo, familiar y social con el fin de que los jóvenes tengan más recursos para acertar en sus relaciones románticas.

Desarrollo del asunto

La teoría del apego se ha establecido como base teórica para el estudio de las relaciones románticas como parte de la tendencia de los seres humanos a conformar lazos afectivos fuertes. Para Ainsworth (1978) el apego se define como el lazo afectivo, estable y prolongado en el tiempo, generado entre el infante y su figura materna.

Feeney (1999) planteo que el amor romántico es un proceso de apego determinado también por el tipo de relaciones experimentadas en la infancia con los cuidadores permitiendo generar vínculos fuertes. Shaver, Hazan y Bradshaw (1988), determinan que el amor romántico se encuentra integrado por tres sistemas conductuales así:

- Sistema de apego: vinculación afectiva análoga a la desarrollada en la infancia con los padres
- Sistema de cuidados: A partir del cual se suplen necesidades a nivel físico y afectivo
- Sistema sexual y reproductivo: Hace referencia a la interacción sexual

Hazan y Shaver (1987) estudian el amor como proceso de apego que se fundamenta en idénticas características de seguridad en presencia del amado y malestar en su ausencia, tanto en los niños en relación con su cuidador primario como en quienes integran una relación romántica.

Estos autores describieron los tres estilos de apego (seguro, ansioso-ambivalente y evitativo) en los vínculos románticos a partir de la tipología de Ainsworth y Bowlby (1978). Bowlby tenía como principal interés investigativo el efecto de la privación maternal con relación al desarrollo posterior del niño, es así como sus primeros estudios se concentraron en la importancia de la interacción con los padres y el consecuente desarrollo de la personalidad

del niño, así como la influencia de dichas relaciones familiares con las experiencias amorosas posteriores y el desarrollo de la autoestima.

Para estos autores, los sujetos con apego seguro describen el enamoramiento como un estado en que se sienten felices, plácidos, con interés y capacidad de apoyar a su compañero en momentos difíciles. También, demuestran autoconfianza, habilidades sociales, apertura e interés por la construcción de vínculos a largo plazo, de manera tal, que la vida afectiva sea estable y satisfactoria. Las personas con apego evitativo se caracterizan por ser inestables afectivamente y celosos, lo cual no les permite construir relaciones estables y gratificantes. Estas personas tienen pocas habilidades sociales, miedo a la intimidad y desconfían de los otros, se perciben como autosuficientes y desestiman la importancia de las relaciones afectivas. Los estudios académicos, indican que las personas que han desarrollado un estilo de apego ansioso-ambivalente narran la experiencia como una obsesión, celosos con alta atracción sexual son personas con vulnerabilidades en lo afectivo, con miedo al abandono y al castigo (Brennan & Shaver, 1995; Feeney & Noller, 1990; Hazan & Shaver, 1987; Adler, 1988; Pistole, 1995)

Dichas afirmaciones denotan la importancia del vínculo familiar y la acción de los padres con relación al desarrollo y el ajuste psicológico y comportamental de los niños y de los jóvenes (Holmbeck, Paikoff & Brooks-Gunn, 1995).

La familia se concibe como una comunidad con fines propios que posee en si la trascendental función de la crianza de los hijos (Rodríguez, Altarejos, Bernal, 2006). Horwitz (1990) exhorta a estudiar la familia como un sistema compuesto a su vez por subsistemas, integrada a un sistema mayor que es la sociedad. Cada miembro de la familia es único e importante para la unidad familiar, al punto que si uno de ellos presenta algún cambio provocará modificaciones en los otros y así se afectará todo el sistema.

La estructura familiar no escapa a los efectos de las transformaciones sociales y culturales que a nivel mundial se han presentado, lo cual ha afectado su dinámica, evidenciándose el surgimiento de circunstancias tales como los divorcios, las separaciones, la conformación de nuevas relaciones sentimentales en los progenitores, el nacimiento de los hijos fuera del matrimonio, entre otros, que generan familias monoparentales y reconstituidas (Iglesias, 1998). Estas circunstancias familiares suponen dificultades frente al cumplimiento de los roles paterno y materno creando patrones disfuncionales que afectarán el óptimo desarrollo de sus miembros. (Buchanan, Maccoby y Dombusch, 1996; Hetherington, Henderson, Reiss, Anderson, y Bray, 1999)

Con el fin de identificar posibles consecuencias de estas circunstancias y siguiendo a Fishman (1990), se señalan a continuación algunos de los principales patrones de disfunción familiar:

- Cismogénesis

Consiste en el alejamiento y la separación progresiva de la relaciones de los miembros de la familia. Pueden tener su origen por una mal sana competitividad, insatisfacción con relación al otro e intolerancia.

- Intrincación

Se caracteriza por que las relaciones de sus miembros son desmedidamente próximas lo que conlleva a la falta de respeto y autonomía.

- Rigidez

Se describe como las relaciones con normas y roles inamovibles e irrefutables.

- **Sobreprotección.**

Hace referencia a las interacciones que impiden la autonomía del miembro protegido creando dependencia.

- **Negación**

Reseña la falta de reconocimiento y la huida ante las relaciones conflictivas con engaños, negando su importancia o culpando a otros.

- **Enmascaramiento**

Consiste en la distorsión de la realidad, obsesiones, mensajes contradictorios y pensamientos irracionales que pretenden ocultar emociones negativas, carencias de afecto y satisfacer necesidades propias.

Una estructura familiar funcional permitirá que sus miembros constituyan mejores relaciones sociales incluyendo las románticas. Parte de los tópicos fundamentales para el mantenimiento de dicha organización se fundamenta en unas óptimas prácticas educativas familiares.

Existen diversos modelos o prácticas educativas, sin embargo las técnicas inductivas de apoyo que proveen una apropiada autoestima y seguridad emocional son las que se emplean como medio favorable para el ajuste social y familiar de sus miembros.

En un estudio referente a las prácticas educativas de los padres, Aguilar Ramos (2001) halló una significativa incidencia de: Ausencia por parte del padre, sobreprotección, falta de un proyecto de vida para los hijos, escasez de conductas de estimulación cognitiva, carencia de respuestas ante la expresión de afecto por parte de los niños, pautas impropias de comunicación, entre otras, siendo ésta última una característica común en varios estudios que evalúan las prácticas educativas de los padres en la actualidad.

La comunicación familiar es de valiosa importancia, posee una disposición especial con una matriz afectiva que supera la transmisión de mensajes interpersonales directos con una carga de señales extraverbales que van desde el tono de voz hasta los gestos.

Existen varios mecanismos que optimizan la comunicación entre los cuales vale la pena señalar los siguientes:

- Una buena comunicación inicia con el buen ejemplo y la coherencia de los padres y adultos.
- El mensaje debe ser claro, oportuno, directo y retroalimentado.
- La confianza es el ambiente fundamental de toda comunicación familiar.
- El respeto deberá estar presente en toda comunicación.
- Es primordial no iniciar la comunicación juzgando al interlocutor.
- Una de las primeras reglas para la óptima comunicación es la de saber escuchar, haciéndolo con interés y atención.
- Al momento de comunicarse es muy importante el control de las emociones evitando a toda costa la agresividad.
- Es importante ser firme a la hora de transmitir el mensaje.
- Es fundamental propiciar un ambiente que se preste para la comunicación.
- En cuanto sea posible es significativo que el mensaje que se transmita se haga en positivo.
- Las señales extraverbales deben ser análogas al lenguaje verbal, no deben existir mensajes indirectos o subliminales.

- Vale la pena ponerse en el lugar del interlocutor, esto permite generar lazos y comprender mejor a la otra persona.
- Es ideal que cada persona sienta que hace parte de la toma de decisiones de la familia, que sus opiniones son importantes y tenidas en cuenta.

A partir de la segunda mitad del siglo XX, se ha dado importancia a los estudios sobre las relaciones que establecen las personas a lo largo de la vida y que permiten explicar y predecir comportamientos humanos que tienen repercusiones en el mundo social como es el caso de insatisfacciones amorosas, incapacidad de compromiso, deslealtad, indiferencia, abandono. Razones que otorgan importancia a los estudios, en tanto la vida actual reclama mayor comprensión de las dinámicas relacionales por parte de distintas áreas del conocimiento. En este escenario cobra especial interés el área de salud pública en consideración a que los costos sociales e institucionales de la prestación de servicios remediales, resultan más altos que las acciones de construcción de capacidades humanas orientadas al cuidado de la persona y al establecimiento de sus relaciones románticas.

Conclusiones

Las relaciones interpersonales construidas desde la infancia entre el niño y sus padres aportan a la comprensión del significado y expresión de los procesos de apego en momentos posteriores de la vida, es decir, en la vida adulta, concerniente a las relaciones amorosas y de amistad.

El amor romántico consiste en un proceso de apego determinado por las experiencias tempranas con los padres y cuidadores, lo cual facilita a la persona a lo largo de la vida generar vínculos de afecto fuertes sin pérdida de la autonomía.

Al observar patrones de comportamiento en la infancia y, posteriormente, en la adultez con un vínculo romántico, se observa que estos dos tipos de relación tienen el mismo origen en cuanto a sus pautas de comportamiento se refiere, es decir, son impulsados y descartados por las mismas condiciones y se revelan en función de los mismos propósitos.

Los diferentes estilos de apego pueden prever diversas maneras de prácticas en las relaciones románticas y por ende diversos esquemas en su funcionamiento.

Es bien sabido que los pares y la sociedad ejercen una influencia importante sobre la persona, no obstante, hoy por hoy se reconoce el primordial rol que la familia desempeña.

La familia es el núcleo fundamental de la sociedad y es la esencia primaria de la persona, a partir de ella el infante adquiere las principales pautas de comportamiento, identidad, valores, desarrollo psicosocial, normas, habilidades, roles y capacidades, así como pautas para proyectar su vida

Así pues nos parece que las relaciones familiares en la familia de origen, durante la infancia y adolescencia, van a tener una relación con la elección de las relaciones románticas por parte de los jóvenes, así como van a incidir en las relaciones familiares futuras que tendrán lugar en la familia que cada miembro constituirá o en la familia de la que cada uno formará parte en su vida adulta. Sin olvidar que la persona puede aprender de lo negativo y rectificar y, con la ayuda de Dios, puede hacerlo todo nuevo y mejor. No obstante, interesaría seguir

investigando sobre ello para poder ofrecer una mejor atención de las relaciones familiares en la consulta de orientación familiar.

Bibliografía

- Ainswort, M.D.S. (1989). Attachment beyond infancy. *American Psychologist*, 44, 709-716.
- Aguilar Ramos, M.C. (2001) Educación familiar: ¿reto o necesidad? Madrid. Ed. Dyckinson.
- Buchanan, C. M., Maccoby, E. E., & Dornbusch, S. M. (1996). *Adolescents after Divorce*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Brennan, K. A. & Shaver, P. R. (1995). Dimensions of adult attachment, affect regulation and romantic relationship functioning. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21, 267-283.
- Casullo, M.M., Fernández Liporace, M., Cayssials, A., Carreras, A. & Montes, B. (2002). Criterios de elección de pareja en adolescentes y adultos jóvenes argentinos. *Anuario de Investigaciones*. Facultad de Psicología, UBA. ISSN03295885, 235-244.
- Collins, W. A. & Laursen, B. (2004). Parent-adolescent relationships and influences. En R. M. Lerner, y Steinberg, L. (Ed.), *Handbook of adolescent psychology* (pp. 331-361). N. J.: Willey.
- Feeney, J.A. (1999). Attachment, caregiving, and marital satisfaction. *Personal Relationships* 3, 401-416.
- Hazan, C. & Shaver, P.R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process, *Journal of Personality and Social Psychology*, 52,511-524.
- Hendrick, C., & Hendrick, S. (1986). A Theory and Method of Love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2, 392-402.
- Holmbeck, G. N.; Paikoff, A. & Broos-Gunn, J. (1995). Parenting Adolescents. En M. Bornstein (Ed.), *The handbook of parenting*, Vol. 1. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Horwitz N. (1990) Familia y salud familiar. Un enfoque para la atención primaria. Vol OPS 6(1).
- Iglesias, J. (1998). La familia española en el contexto europeo. En M.J. Rodrigo y Jesús Palacios (eds.), *Familia y desarrollo humano* (pp. 91-114). Madrid: Alianza.
- Lee, J.A. (1977). A typology of styles of loving. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 3, 173-182.
- Martínez, K. & Ripoll-Núñez, K. (2010). Consistencia ideal-percepción y regulación en las relaciones románticas de adultos jóvenes: El papel de las variables personales y de la relación. *SUMMA Psicológica*, 7(1), 63-78.
- Rodríguez, S.A. & Altajeros, M.F. & Bernal M.A. (2006) La familia: ámbito de humanización del trabajo. *Educación y Educadores*, 1, 73-85.

Sternberg, R. J. (1986) A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93, 119-135.

Vargas, E. & Barrera, F. (2002). Adolescencia, relaciones románticas y actividad sexual: una revisión. *Revista Colombiana de Psicología*, 11, 115-134.

Yepes Stock, R., Aranguren Echevarría, J. (1998) Fundamentos de Antropología. Un ideal de la excelencia humana. EUNSA, Navarra.

Reseña biográfica

BRENDA LIZ ROCHA NARVÁEZ nació en Bogotá-Colombia, felizmente casada y madre de dos hijas. Realizó estudios de Medicina con énfasis en Medicina Familiar. A través de su experiencia clínica percibió la necesidad de humanizar las áreas de la salud, lo que la llevó a especializarse en Educación Médica. A través del contacto con jóvenes estudiantes advierte el imperioso requerimiento de educar en temas referentes a la afectividad y la sexualidad, por tal motivo, realiza una maestría en Sexología y Sexualidad Humana y se forma como tutora en Métodos de Reconocimiento de la Fertilidad. Actualmente es aspirante al título doctoral en Investigación Médica Aplicada. Tiene a la fecha una experiencia en el sector educativo de 14 años.

Brenda Liz ha participado como ponente en varios congresos, seminarios y conferencias a nivel nacional e internacional. Actualmente se desempeña como Directora de Programas del Instituto de La Familia de la Universidad de la Sabana y como profesora investigadora para la asignatura Afectividad Plena Sexualidad Madura que se imparte en el pregrado y para las asignaturas en Educación de la afectividad y la sexualidad en la familia para la especialización en Desarrollo Personal y Familiar y para la maestría en Asesoría Familiar y Gestión de Programas.