



UNIDAD ACADÉMICA PROFESIONAL TEJUPILCO

LICENCIATURA EN PSICOLOGIA

**CELOS EN ALUMNOS UNIVERSITARIOS CON PAREJA DE LA UAP
TEJUPILCO**

TESIS

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

PRESENTA:

KRYSTAL AGUIRRE CAMEZ

No. DE CUENTA.

1629366

DIRECTORA DE TESIS:

M. EN D. DELIA ALBITER PUEBLA



TEJUPILCO, MÉXICO.

DICIEMBRE DE 2020.

INDICE

Presentación.....	4
Resumen.....	5
Abstract.....	6
Introducción.....	7
Marco Teórico	
Capítulo 1. Celos	9
1.1 Concepto de celos.	9
1.2 Tipos de celos.....	13
1.3 Motivos de los celos.....	18
1.4 Aproximaciones teóricas de los celos: teorías evolucionistas y socioculturales.....	21
1.5 Enfoques psicológicos de los celos.....	23
1.6 Causas de los celos.....	31
1.7 Factores intervinientes en la reacción celosa.....	32
1.8 Celotipia.....	34
Capítulo 2. Parejas	36
2.1 La socialización de género: aproximación conceptual.....	38
2.1.1 La socialización diferencial en el área de las relaciones de pareja.....	38
2.1.2 El amor romántico y los mitos asociados.....	39
2.1.3 Los estilos de amor adulto.....	42
2.2 Aproximación conceptual a la pareja.....	44
2.2.1 Teorías y/o modelos sobre las relaciones de pareja.....	44
2.2.2 Áreas fundamentales en las relaciones de pareja.....	47
2.2.3 La dinámica de la pareja: su funcionamiento.....	53
Método.	60
Objetivos.	60
Planteamiento del problema.....	60
Tipo de estudio.....	62
Variables.....	62

Población.....	63
Muestra.....	63
Instrumento diseño de investigación.....	63
Captura de investigación.....	64
Procesamiento de la información.....	65
Resultados.....	66
Discusión.....	70
Conclusiones.....	75
Sugerencias.....	77
Referencias.....	78
Anexos.....	87

Presentación

En nuestra sociedad lamentablemente los celos están muy normalizados, es común la opinión de que “es normal” ser celoso, o considerarlos como una muestra de amor.

Sin embargo psicológicamente los celos tienen muy poco que ver con el sentimiento de amor. Los celos son en un tipo de desconfianza hacia el otro, preocuparse por perder a quien amamos, sentirnos inseguros ante una amenaza concreta, o desconfiar después de una traición o mentira puede considerarse lógico. El tema como siempre está en el peso que se le da, cómo lo vivimos y el equilibrio.

Los celos se retroalimentan a sí mismos, nos hacen infelices, y muchas veces acaban por provocar lo que tememos: que dejen de querernos.

Esta investigación se encuentra conformada por dos apartados, el primer apartado contiene un marco teórico, el cual consta de dos capítulos. En el primero uno se abordan temas sobre los celos; concepto de celos, tipos, motivos, aproximaciones teóricas.

En el capítulo dos, se habla sobre parejas; la socialización de género, la socialización diferencial en el área de las relaciones de pareja, el amor romántico y los mitos asociados, los estilos del amor adulto.

En el segundo apartado se encuentra la metodología, la cual incluye; objetivo general, objetivos específicos, planteamiento del problema, tipo de estudio, variables, población, muestra, instrumento, captura de información, procesamiento de información.

Finalmente se encuentran los resultados del instrumento aplicado, la discusión de los resultados, las conclusiones, las sugerencias y las referencias que muestran toda la lista material de donde se apoyó la investigación.

Resumen

Los celos son una reacción irracional compuesta de profunda pena, una sospecha o inquietud ante la posibilidad de que la persona amada nos reste atención en favor de otra. Se experimentan por respuesta a una amenaza o a la pérdida real de un valor (sobretudo sexual) debido a un rival real o imaginario. Este tipo de emoción muchas veces ha conllevado a maltratos físicos, psicológicos, y han terminado por llegar separar a las parejas, hasta terminar en finales trágicos.

Es por ello que esta investigación tiene por objetivo describir el nivel de celos en alumnos universitarios con pareja de UAP Tejupilco del Estado de México.

La presente investigación es de tipo descriptivo, porque busca especificar las características importantes del grupo sometido al análisis. La población que se tomó como objeto de estudio fue la Unidad Académica Profesional Tejupilco, se tomaran en cuenta a los alumnos que tengan o hayan estado en una relación de pareja.

La muestra con la que se trabajo fue no probabilística de tipo intencional, porque se pretende trabajar solo con 16 personas que actualmente tengan o hayan estado en una relación sentimental siendo universitarios para así dar validez a la investigación.

El instrumento que se aplico fue el Cuestionario Multidimensional de Celos, elaborado por Díaz Loving; et al. (1989), que consta de 39 reactivos tipo Likert con 5 opciones de respuesta, el cual tiene como extremos completamente en desacuerdo y completamente en acuerdo.

En los resultados de manera general se obtuvo que el 6.26% de los universitarios tiene un Nivel Alto de celos, el 18.75% está en un Nivel Bajo y finalmente el 75% presenta un Nivel Medio.

Palabras clave: alumnos, celos, pareja, relación, maltrato

Abstract

Jealousy is an irrational reaction composed of deep sorrow, a suspicion or concern at the possibility that the interest from the beloved person will go to another. They emerge in response to a threat or real loss of value (especially sexual) due to a real or imaginary rival. This type of emotion has often led to physical abuse, psychological abuse and has ended up separating couples, ending up in tragic endings.

That is why this research aims to describe the level of jealousy in university students with a partner from UAP Tejupilco of the State of Mexico.

It consists of two chapters where the first one addresses jealousy; concepts, types, motives, causes, etc. While in the second chapter, matters related to couples were addressed.

This research is descriptive, because it seeks to specify the important characteristics of the group subjected to analysis. The population that was taken as the object of study was the Tejupilco Professional Academic Unit, specifically the students who have or have been in a relationship.

The sample with which we worked was non-probabilistic of an intentional type, because it is intended to work only with 16 people who currently have or have been in a romantic relationship while being university students in order to validate our research.

The instrument that was applied was the Multidimensional Jealousy Questionnaire, elaborated by Diaz Loving; et al. (1989), which consists of 39 Likert-type reagents with 5 response options, which are completely disagree and completely agree as opposite extremes.

Which, in general, the results were that 6.26% of university students have a High Level of jealousy, 18.75% have a Low Level and finally 75% have a Medium Level of jealousy.

Keywords: students, Jealousy, partner, relationship, abuse.

Introducción

Los celos constituyen un sentimiento o una emoción que surge como consecuencia de un exagerado afán de poseer algo de forma exclusiva (me perteneces) y cuya base es la infidelidad -real o imaginaria- de la persona amada (Echeburúa, 2001). Los celos son un fenómeno común en nuestra sociedad, no siendo en todos los casos un problema psicopatológico. En muchas ocasiones desempeñan un papel adaptativo al igual que ocurre con otras emociones. Así, por ejemplo, el miedo aparece cuando el organismo percibe un peligro y su función sería la de evitar el peligro. La tristeza surge cuando se experimenta algún tipo de pérdida afectiva y su función estaría en proporcionar el espacio necesario para sanar la herida. La ira permitiría adoptar una conducta de ataque o de defensa ante una amenaza. El problema estaría entonces cuando estas emociones, en principio positivas, se experimentan con excesiva frecuencia, intensidad o duración. En el caso de los celos, ser celoso es una cualidad que permite cuidar aquello que más quiere y desea una persona para que nadie se lo arrebatase. Éste es el significado real del término celo: cuidado, interés, y esmero. Por tanto su papel adaptativo estaría en asegurar la estabilidad de la relación y la de prevenir, hasta cierto punto, la promiscuidad (Fernández, 2001).

Los celos pueden considerarse un estado complejo debido a que presentan tanto elementos internos como externos, los primeros contienen emociones, pensamientos y algunas reacciones fisiológicas. Por su parte, el aspecto externo se manifiesta a través de conductas como gritos, llanto, abandonar el ambiente o ser agresivo (Sharpsteen y Kirkpatrick, 1997, citados por Sánchez, 2009). Normalmente los celos se asocian a los celos de pareja (Barrón y Martínez, 2001); no obstante, éstos aparecen en diversos ejemplos de relaciones como las relaciones de familia, las de amigos y las laborales.

Desde la perspectiva de Tov-Ruach (1980, citado por Retana y Sánchez, 2008) se identifica a un sujeto celoso cuando la falta subjetiva del objeto o persona que quiere lo hace desconfiar de sí, lo obliga a cuestionar sus capacidades de manera que crea ideas recurrentes en relación con el rival; los celos son definitivamente el miedo

a la pérdida de un cuidado, afecto o interés exclusivo que se le tenía al sujeto, lo cual es fundamental en la idea que ayuda a construir el concepto de sí mismo.

Capítulo 1

Celos

1.1 Concepto de celos

Existen muchas explicaciones y definiciones que se dan para los celos, abordadas desde diferentes teorías de la psicología. Para algunos autores los celos pueden ser considerados como una manifestación positiva que alerta a la persona de que su relación se encuentra en riesgo, otros la muestran como una emoción necesaria para la pareja, otros tantos mencionan que se trata de un mecanismo de defensa que surge ante la idea de perder algo que es considerado indispensable para vivir; sin embargo, algunas de las definiciones que se consideraron más significativas para la elaboración de esta investigación son las que se muestran a continuación.

La APA (2010), define a los celos como una emoción negativa en la cual el individuo siente que un tercero quiere despojarle del afecto de un ser querido, implican una relación social entre los individuos, es decir, la pareja deseada, el rival y la pareja celosa; asimismo menciona que las relaciones románticas son la fuente de los celos, pero cualquier relación afectiva es capaz de producirlos (padres, amigos y compañeros).

Para Canto et al. (2009), los celos son una emoción compleja y negativa, que surgen ante la sospecha real o imaginaria de una amenaza que se presenta ante una relación amorosa que se considera muy valiosa, siguiendo la misma línea Pines (1998), define a los celos como una respuesta que da ante la amenaza que se genera en una relación considerada valiosa o sobre la calidad de la misma. Con relación a las emociones Barrera (2011), menciona que son un sistema anterior a la cognición, las cuales impactan en el entorno de las personas a nivel molecular, celular y del mismo modo, influye en la reacción de órganos, tejidos y sistemas, hasta producir un comportamiento, y en el caso de los celos y las relaciones de pareja, generan comportamientos con ofensas graves.

Del mismo modo, Barrera (2011), define a los celos como un estado emotivo ambivalente (amor-odio) que puede llevar a que la persona actúe de una forma

violenta contra la persona “amada”, la cual muestra algún tipo de afecto hacia otra persona o hacia una actividad, es por eso que Shakespeare definía a los celos como “el monstruo verde”, el cuál puede ser relacionado en la actualidad con Hulk (el hombre verde) caracterizado por mostrar episodios de violencia y agresión; asimismo, menciona que los celos es la angustia existente ante la posibilidad de que objeto del deseo (la persona amada) sea substraída por alguien más, además de ser una emoción compleja encabezada por la desconfianza y acompañada de pensamientos de desamor.

A su vez menciona que los celos son una emoción motivada por la inseguridad, la baja autoestima, las relaciones de codependencia, el temor y la imagen de un rival real o ficticio, además de mantener una relación asimétrica. El rival, no necesariamente debe ser una persona que tenga interés en mantener una relación amorosa, ya que se considera rival a todo aquello que aleje la atención del ser amado, siendo los principales rivales los padres, hermanos, familiares, amigos, diversiones y trabajo. Cuándo el ser amado muestra indiferencia hacia la pareja o cuándo hay un cambio de necesidades en el ser amado (estudiar o trabajar), es común que exista una manifestación de celos. Es normal que existan celos en una relación de pareja, el problema reside en la intensidad, en la frecuencia de ocurrencia y en la forma en que son manifestados.

Valdez (2009), define a los celos-egoísmo como la amenaza percibida ante posibilidad de perder aquello que es considerado valioso y que, al perderlo, pondría al sujeto en una situación de carencia. Para él, la lógica que se sigue en el funcionamiento de los celos-egoísmo, es la de no querer perder el satisfactor que ya se tiene y que mantiene a la persona en una situación ventajosa, de mayor atractivo, mayor competitividad y mejor jerarquía o estatus. También menciona que cuando alguien cela, trata de conservar algo y con ello evitar que le sea arrebatado aquello que él tiene y considera que le pertenece, pero que el otro quiere tener.

Los celos meten a los humanos en una lucha por defender su territorio y aquello que llaman suyo, debido a que si carecen de eso, no podrían vivir realmente porque lo celos no son únicos de las relaciones de pareja o aquello que apuntan

directamente a las necesidades básicas, más bien, es celado todo aquello que está dentro del territorio de la persona, sus bienes, sus pertenencias, sus ideas y sentimientos, las personas cercanas, compañeros de trabajo, amigos, familia y pareja; sin embargo, al estar directamente relacionados con el estatus social, los celos no dependen de un nivel socioeconómico en particular, más bien, son relacionados con la carencia de aquellos que no se aceptan así mismos (Valdez, 2009).

Valdez (2009), también menciona que los celos- egoísmo, marcan la diferencia entre las personas, dejando en claro quien tiene y quien no tiene, para así marcar un nivel de superioridad; sin embargo, los celos-egoísmo no son vistos como algo peligroso, siempre y cuando no se presenten con conductas agresivas, depresivas o de autoritarismo. Generalmente, los celos-egoísmo adquieren una justificación social que hace más suave su juicio, ya que se orientan a defender lo propio para evitar perderlo y así no entrar en carencia, aunque las conductas expresadas por la persona celosa-egoísta fueran altamente agresivas, esa respuesta se justifica y se minimiza el castigo, ya que generalmente se justifica todo para tener, pero se castiga lo que lleve a la persona a carecer.

Frijda (1986), define a los celos como experiencia en la que intervienen múltiples componentes, las cuales son consideradas como las respuestas cognitivas, conductuales, emocionales y fisiológicas.

Por otra parte, para los psicólogos evolucionistas, los celos son concebidos como un mecanismo que surge ante las amenazas a la seguridad paternal, este mecanismo es el encargado de mantener la relación con la pareja (Trivers, 1972; DeSteno, Valdesolo y Bartlett, 2006; Canto, et al., 2009), desde la misma perspectiva, se menciona que los hombres sienten o experimentan los celos ante la presencia o sospecha de una infidelidad sexual, mientras que para las mujeres, los asocian directamente con la infidelidad emocional; de igual manera, se menciona que son un mecanismo que se activa para brindar protección y mantenimiento de la relación de pareja (Portilla, Henao y Isaza, 2010).

También, los celos son considerados como aquel estado emocional presente ante la percepción de una amenaza o riesgo en una relación valiosa; además de ser visto como un mecanismo adaptativo para hombres y mujeres, siendo una reacción propia de las parejas con un compromiso de exclusividad (Portilla, Henao y Isaza, 2010). Por otra parte, DeSteno y Salovey (1996), definen a los celos como un estado de ánimo desviado presente en una relación que se considera valiosa y que, a su vez, se encuentra en peligro de ser destruida; caracterizada principalmente por la presencia de la ira.

Por otra parte, Tiesman y Mosher (1978; citado en Santos 2011), definen a los celos como un estado de ánimo constituido principalmente por el miedo y el enojo, el cual se basa en una aparición subjetiva de un rival (real o imaginario) ante el cual se pierde al ser amado; por su parte, Mathes y Dauguer (1982, citado en Santos, 2011), definen a los celos como una respuesta innata de ansiedad ante la amenaza de perder al ser amado frente a la amenaza de un rival; siguiendo la misma línea, Hupka (1984), define a los celos como la manifestaciones emocionales generadas a partir de la pérdida real o potencial de un ser amado ante la presencia de un rival real o imaginario.

En otro sentido, Bers y Rodin (1984; citados en Reidl, 2005), definen a los celos como el deseo de exclusividad que se da en las relaciones de pareja, al respecto Klein (1994; citado en Reidl, 2005), menciona que cuando dentro de una relación romántica, el amor de la pareja ha sido quitado o se encuentra en peligro, los celos aparecen como respuesta al deseo de los humanos por la exclusividad de la relación de pareja. Bringle y Buunk (1985; citado en Santos 2011), definen a los celos como aquella reacción emocional aversiva que es resultado de una relación real, imaginaria o posible; mientras que Clanton y Smith (1986; citado en Reidl, 2005), los definen como aquella reacción protectora existente ante la percepción de una amenaza a una relación valorada o a su calidad, involucrando pensamientos, sentimientos y/o acciones.

Uno de los investigadores que ha trabajado durante mucho tiempo acerca de la relación de pareja y los conflictos o emociones que se relacionan con ella; es Díaz

–Loving, que con ayuda de sus colaboradores han definido que son respuestas emocionales ante la transgresión real o imaginaria de la norma de exclusividad cuyos componentes principales son el enojo, el dolor, la necesidad de poseer, la desconfianza y la intriga hacia la pareja. Siguiendo la misma línea de las emociones que se expresan con la manifestación de los celos, Plutchick (1987; citado en Reidl, 2005), define a los celos como una emoción mixta constituida de dos emociones básicas, el enojo y el miedo, los cuales se generan ante la percepción del objeto amoroso.

Por otra parte, Freud (1922; citado en Santos, 2011), menciona que los celos son un estado afectivo normal derivados del deseo hacia la madre sin importan la presencia del padre, y que lleva una represión cuyo papel interviene en la vida psíquica del ser humano. Con una visión social Bringle (1991; citado en Reidl, 2005), indica que los celos son una construcción social generada dentro de un contexto cultural, basándose en creencias, sistemas de valores, experiencias y características de personalidad; siendo los constructos que determina a esta respuesta la interdependencia, la inseguridad basada en la percepción de la persona celosa, el grado de compromiso y la excitación o activación. Ahora bien, para Reidl (2005), los celos son definidos como un estado emocional, cognoscitivo, psicológico y social producido ante la percepción subjetiva de la pérdida real o imaginaria del ser querido, ante un rival real o imaginario.

1.2 Tipos de celos

Existen diversos autores (Freud, 1922; Díaz-Loving, Rivera y Flores, 1986; White y Mullen, 1989; Nolli, 1965; Tylor, 1988; Pines, 1998; citado en Santos, 2011), que han hecho una clasificación de los celos dentro de esa clasificación se encuentran los siguientes tipos:

- **Celos reactivos:** son las respuestas emocionales negativas ante la pareja con otro (Díaz-Loving, Rivera y Flores 1996; citado en Santos 2011).
- **Celos ansiosos:** son aquellos que tienen una proyección interna, en la cual el individuo genera imágenes del ser amado con alguien más, que genera

como consecuencia una ansiedad obsesiva y preocupación (Díaz-Loving, Rivera y Flores 1996; citado en Santos,2011).

- **Celos preventivos:** tienen como función prevenir a la pajera de caer o involucrarse en una relación infiel sexual, generalmente se encuentra en personas demasiado reactivas (Díaz-Loving, Rivera y Flores 1996; citado en Santos, 2011).
- **Celos de competencia o normales:** para Freud (1922; citado en Santos, 2011), se relaciona con la pérdida del objeto amado por parte de un tercero y proviene del complejo de Edipo. Por otra parte, White y Mullen (1989; citado en Santos, 2011), menciona que este tipo de celos ocurren en las personas menos sensitivas o que no sufren de un trastorno mental mayor. En otro sentido Pines (1998), considera que este tipo de celos son aquellos que se dan en una situación en la cual el individuo se percata de la amenaza que es reconocida por la mayoría de las personas y que a su vez presenta reacciones comunes en una cultura específica.
- **Celos proyectados:** son aquellos que surgen de la proyección de la propia infidelidad, de impulsos reprimidos o de una infidelidad real (Freud, 1922; citado en Santos, 2011).
- **Celos delirantes:** al igual que los anteriores, son provenientes de una represión hacia una infidelidad, pero con alguien del mismo sexo, desplazando así el deseo por la pareja y esa acción es la que despierta los celos (Freud, 1922; ciado en Santos, 2011).
- **Celos con reacciones patológicas:** generalmente presentes en personas sensibles a la autoestima o a la amenaza de la relación, son causados por un desorden de personalidad o por experiencias determinadas (White y Mullen, 1989; citado en Santos, 2011). Para Nollí (1965; citado en Santos, 2011), son llamados celos patológicos o paranoicos, los cuales se componen del dolor y la tortura para la persona celosa, generalmente las personas que se encuentran en esta categorización de los celos, concentran su atención en los detalles, llegando a celar a toda hora y en cualquier momento.

- **Celos sintomáticos o sintomatología celosa:** de acuerdo con White y Mullen (1989; citados en Santos, 2011), son una consecuencia de una enfermedad mental (desorden paranoide, esquizofrenia, abuso de sustancias y trastornos orgánicos cerebrales).
- **Celos de la dignidad o superficiales:** surgen a partir de la preocupación de la persona por su propia imagen social, con esto pretende evitar que existan murmuraciones denigrantes hacia él, reacciona celosamente para demostrar que es importante lo que está haciendo (Nolli, 1965; citado en Santos, 2011).
- **Celos reales:** surgen como reacción ante una infidelidad que se apoya afectiva y mentalmente de la justicia, del temor y de la victimización ante los engaños amorosos (Nolli, 1965; citado en Santos, 2011).
- **Celos anormales:** de acuerdo con Nolli (1965; citado en Santos, 2011), son aquellos en los que se percibe una amenaza, pero la mayoría de las personas no puede verla, pero también se encuentran cuando la mayoría de la gente percibe la amenaza, pero la persona en cuestión no puede percibirla.
- **Celos agudos:** presentes en aquellas personas que nunca se imaginaron estar en una situación de celos; sin embargo, cuando notan la existencia de una infidelidad por parte del ser amado, reaccionan de forma exagerada y experimentada como anormal, incluso para ellos mismos (Nolli, 1965; citado en Santos, 2011).
- **Celos crónicos:** son aquellos en los cuales existe una predisposición a los celos, derivada de la experiencia en la infancia y baja autoestima, son presentes incluso en donde la mayoría de las personas no perciben la amenaza (Nolli, 1965; citado en Santos, 2011).
- **Celos objeto:** centrados en proteger la relación valiosa, el celoso incluso cela la atención que cree poseer de la persona amada (Taylor, 1988; citado en Reidl, 2005).
- **Celo estado:** caracterizados por la expresión de sentimientos agresivos hacia el rival (Taylor, 1988; citado en Reidl, 2005).

- **Celos primitivos:** referentes a la pérdida de beneficios que le representa el amor al celoso (Taylor, 1988; citado en Reidl, 2005).
- **Celos sofisticados:** en este caso, la persona celosa, percibe la pérdida de algo valioso, que incluso, atenta contra su propio valor, generando una hostilidad hacia sí mismos y haciendo de los celos una verdadera tortura (Taylor, 1988; citados en Reidl, 2005).
- **Celos de pareja:** son considerados como crisis en las relaciones de pareja, en donde por lo menos uno de los miembros de la misma, desconfía de la pareja o de sí mismo con relación a que la relación perdure; este tipo de celos también son considerados celos amorosos (Torres, 2017).

Con relación a los celos que existen dentro de una relación amorosa, Barrera (2011), elabora una categorización de los celosos, en función del tipo de apego que la persona tenga (apego seguro, apego evitativo, apego ansioso ambivalente y apego desorganizado) dichas categorías son las siguientes:

- **Celoso resentido:** piensa que su pareja se pasa el tiempo recordando a sus parejas anteriores, imaginando las situaciones que pudo haber compartido, sufre por no haber llegado antes a su vida, para así, ser la persona más importante en la vida de su pareja.
- **Celoso certificador:** se caracteriza por ser simple y contundente, generalmente autoriza o certifica lo que su pareja puede y no puede hacer, ejemplo: que ropa debe ponerse, con quien mantiene una relación de amistad y con quién no. Es muy evidente la falta de confianza que tiene en su pareja.
- **Celoso encapsulador:** al separarse de su pareja genera una gran ansiedad, la cual es disfrazada de cordialidad, generalmente utilizan un tipo de frases como, ¿para qué quieres salir, si yo lo puedo traer por ti? ¿eres más importante y querida (o) aquí que en cualquier otro lado! Son el tipo de personas que meten a su pareja en una burbuja o cápsula para crearle la idea falsa de que, a su lado, tienen todo y, sobre todo, tendrán una seguridad que en algún otro lado no podrán encontrar, es decir, tratan de generar una dependencia de la pareja.

- **Celoso sociotrópico:** es una persona sumamente demandante de afecto y en la misma proporción temerosa de ser abandonado. Son personas altamente dependientes de su pareja, con una necesidad urgente de afecto y pánico al rechazo.
- **Celoso Shakespeare:** generalmente para este tipo de personas celosas, todas las situaciones terminan en tragedia, muy al estilo de Romeo y Julieta.
- **Celoso de doble vínculo:** para este tipo de personas, todas las acciones que sean realizadas por su pareja son erróneas, sin importar que las acciones sean positivas o negativas, y constantemente castigan a la pareja sin importar la acción realizada.
- **Celoso publicitario o marketing:** estas personas generalmente detestan los medios de comunicación en los cuales puedan aparecer fotografías de las personas famosas de las cuales su pareja se podría enamorar y potencialmente engañar.
- **Celoso desconfiado:** como su nombre lo dice, son personas muy desconfiadas, aunque traten de ocultarlo a toda costa. Generalmente viven con sospechas y temores, son personas aprehensivas e incrédulas, siempre pensando que la dejarán por alguien más.
- **Celoso psicossomático o somatomorfo:** para estas personas si al pedir ayuda, no se puede resolver su situación de celos, los convierte en dolor y síntomas físicos; aunque en realidad se estén relacionando con factores psicológicos. En realidad, los síntomas no concuerdan con alguna enfermedad y si existen, son aliviadas cuando se resuelven sus problemas psicológicos. Es importante mencionar que los síntomas son reales y que pueden durar muchos años.
- **Celoso posesivo:** este tipo de personas no se centran únicamente en el sexo opuesto, ya que también toman como rivales a los amigos, familiares, mascotas, programas de televisión y trabajo, es decir, están en contra de todo aquello que los aleje de su pareja. Son personas muy peligrosas, ya que en un momento de ira son muy destructivas.

- **Celoso intrusivo:** son el tipo de personas que generalmente invaden el espacio íntimo de su pareja, sus pertenencias personales, su cartera y su celular, de tal manera que consigan la mayor cantidad posible de información sobre su pareja y lo que hace cuando no está con ella. Son capaces de ponerle trampas a su pareja para que ellos caigan. Cuando son sorprendidas buscando en las cosas de la persona amada, entran en un papel de víctima, utilizando sus estrategias de chantaje para que su pareja no las deje.
- **Celoso interrogador:** estas personas son las que después de un ataque de celos, comienzan un gran interrogatorio, con la finalidad de hacer un balance y obtener la mayor información posible que compruebe la infidelidad de su pareja.
- **Celoso tirabuzón o sacacorchos:** estas personas casi no hablan pero que se enojan por cualquier detalle, dejándole a la pareja la tarea de investigar la razón de su enojo.
- **Celoso despistado o alexitímico:** personas caracterizadas por utilizar como mecanismo de defensa la negación, estas personas no están de acuerdo en que siempre existirán manifestaciones de celos, aunque sean en proporciones muy pequeñas.
- **Celoso regresivo:** para estas personas el mecanismo de defensa que es utilizado, consiste en hacer un retroceso mental a una etapa menor a la madurez. Éste mecanismo es activado en situaciones de mucha presión, ansiedad o inseguridad.
- **Celoso descontrolado:** es el tipo de persona que no sabe si debe o no debe de ponerse celosa ante determinada situación, son las personas que suelen hacer una gran escena de celos por algo muy insignificante y no hacer nada si su pareja está coqueteando abiertamente con alguien más.

1.3 Motivos de los celos

Los celos pueden aparecer en cualquier tipo de relación interpersonal, sin embargo los más característicos y que pueden llegar a ser más predominantes son los que se producen en una relación amorosa. Es imposible hablar de relaciones amorosa sin hacer referencia a los celos, estos son el resultado de una interacción de la predisposición y un acontecimiento preciso que actúa como desencadenante, a pesar de que se presentan de manera desigual debido a los diferentes contextos donde se desenvuelven los individuos, son una problemática que no solo involucran el ámbito social de los mismos sino también el ámbito emocional, cognitivo y conductual.

Los celos aparecen cuando la idea que se tiene de ser único se esfuma al entrar en escena un tercero que interfiere en una relación. Cualquier cambio en el contexto de la pareja puede llegar a ser motivo para una reacción de celos en las personas. Aparecen pensamientos de engaño y se atiende selectivamente a señales de alerta, creando de esta manera en muchos casos un rival imaginario. Al no poder controlar estos sentimientos la persona se torna cada vez más insegura e hipervigilante, generando, como consecuencia, reacciones agresivas o escenas de celos (Martinez, 2013).

Algunos autores han descrito cómo los seres humanos somos capaces de sentir celos desde nuestros primeros meses de vida y esto nos acompaña en la mayoría de los casos hasta la adultez. Pero la cultura y la sociedad en que nos desarrollamos tienen un papel muy importante en cómo y cuándo percibimos una amenaza al vínculo base de nuestra relación, de igual manera nuestra cultura valora la exclusividad emocional y sexual.

Formamos parejas y matrimonios que aspiran a ser duraderos y monógamos, es decir no esperamos compartir a nuestra pareja ni deseamos que ésta forme vínculos eróticos o afectivos con otros. Para muchos entonces, un coqueteo o una cita amorosa de nuestra pareja con otra persona puede constituir una amenaza. Sin embargo para quienes viven en experiencias poli amorosas una relación extra no es considerada infidelidad ya que han decidido de común acuerdo establecer

relaciones afectivas y sexuales con más de una persona al mismo tiempo, con el consentimiento de quienes se relacionan entre sí.

Para Maganto, J. M. (2010), Exclusividad. El cual también se traduce al miedo de perder a la persona en que se centra nuestra atención. Los celos en definitiva se sustentan en el anhelo de poseer al ser amado y de tenerlo de forma absoluta y total, excluyendo a cualquier rival. Este tipo de sentimiento hace referencia a un deseo de exclusividad y aparece cuando sospechamos que la otra persona a la que se ama tiene otra relación afectiva muy intensa con alguien que no somos nosotros y esa tercera persona se percibe como que nos priva o nos quita a la persona amada, o bien como el dolor de pasar a un segundo plano con relación a la persona amada. Por ello los celos surgen ante la dificultad de aceptar que la persona a la que yo amo pueda estar mejor con otra persona que no soy yo.

Camacho, J. (2004), menciona la Inseguridad. Los celos se relacionan también con la confianza y la seguridad, justamente lo que se siente cuando alguien tiene celos son sensaciones de que se puede perder ese vínculo o que alguien puede tener algún tipo de relación con esa persona.

Los celos se basan en el mecanismo de la proyección, si alguien tiene miedo o inseguridades internas, para preservarse asimismo, para cuidar internamente los aspectos positivos, ya que los negativos son amenazantes, tiende a poner en el exterior en forma de proyección sus propios miedos e inseguridades. En la proyección estos sentimientos e intenciones internas, son transferidos a otra persona a la cual el que proyecta le adjudica lo que no tolera en sí mismo. Por eso las personas que tienen celos patológicos son inseguros, temerosos y probablemente sean ellos mismos los que tienen las intenciones ocultas que ven constantemente en la pareja.

Según Álvarez-Gayou, J. L. (2012), las Experiencias Previas. Los celos en una persona pueden ser el resultado de experiencias pasadas con otras parejas o de sucesos que se remonta a su niñez. A raíz de una mala experiencia, por ejemplo una persona puede encontrar que confiar plenamente en alguien resulta más complicado que para otra persona. Sin embargo no todos tenemos claro que la

forma de relacionarnos afectivamente o la manera en que respondemos a las amenazas percibidas puede basarse en otras experiencias.

1.4 Aproximaciones teóricas de los celos: teorías evolucionistas y socioculturales

Para García, Gómez, y Canto (2001), los contrastes entre hombres y mujeres frente al tipo de infidelidad, ya sea de carácter sexual o de tipo emocional, son analizadas primordialmente por dos teorías: la sociocultural y la evolucionista. En la línea evolucionista se postula la mayor intranquilidad masculina ante la infidelidad de orden sexual y una más aguda molestia femenina ante la infidelidad de carácter emocional, bajo la argumentación de la herencia. Por otro lado desde la teoría sociocultural se esboza la función social de los celos, la cual consiste en salvaguardar los derechos de posesión, mismos que son tipificados por la cultura y que varían de acuerdo al momento histórico.

De acuerdo con los postulados evolucionistas, la potencial pérdida de riquezas y seguridad ante la traición de tipo emocional para las mujeres, y el peligro de invertir en el hijo de un tercero para los hombres, son diferencias de género relacionadas con las dificultades adaptativas que ambos han tenido que solucionar en el transcurso de la evolución con la intención de asegurar la conservación. Según García, Gómez, y Canto (2001), las mujeres evolucionarían en la dirección de los celos de carácter emocional porque la infidelidad que más las amenazaba radicaba en que el varón enviara sus recursos a una diferente mujer y a nuevos hijos. Es decir, las mujeres, con el objetivo de poseer un compañero que les asegurara los recursos para la atención de su familia, necesitarían de una pareja fiel en el ámbito emocional. A su vez, la evolución de los varones hacia los celos de tipo sexual se relaciona con la intención de asegurar la paternidad y poseer evidencia de que lo invertido en la familia lo es en sus genes (Canto y Burgos, 2009).

Desde la teoría sociocultural, el fenómeno de los celos no se presenta como una relación trídica, más bien es un conjunto donde interactúan cuatro elementos: el competidor, el integrante de la relación centro del deseo, la persona que está

experimentado los celos y la sociedad, que funciona de manera reguladora ante la obediencia a reglas de ser en pareja, con lo que promueve las conductas que van en apoyo de las mismas y trastocando las acciones que las refutan. Así, la postura sociocultural concibe que el contraste que existe en la experiencia de los celos entre mujeres y hombres no se origina en los elementos sexuales, sino de género. Es decir, la diferencia obedece a los modelos que la colectividad infunde a sus miembros menores y de los papeles sociales que se forman (Riddley, 2010). Por ejemplo, para algunos autores como Carrascoso (2011) y López (2007), los celos cumplían una función social reconocida en el ámbito de las relaciones familiares y de la pareja, encontrándose vinculados al honor, los preceptos religiosos o la legislación sobre la propiedad.

El contexto cultural es el agente que regula y determina las situaciones amenazadoras: cuándo son verdaderamente peligrosas y en qué circunstancias son necesarias las expresiones de celos (Hupka, 1981). Así es como la estructura social en la que nos encontramos inmersos es un elemento definitivo en la apreciación de la amenaza. Con base en la cultura los sujetos constituyen su proceso emocional. Los contrastes entre hombres y mujeres se explicarían en función de las diferentes reglas y papeles de género hegemónicas en un espacio filosófico e ideológico concreto. Los contrastes de carácter sexual serán entonces resultado de las diferentes perspectivas que los miembros de la comunidad depositan en la conducta social. (Eagly, 1987, citado por Canto y Burgos, 2009). Por su parte, Sabini y Green (2004), hallaron que no había diferencias entre mujeres y hombres en cuando a la experiencia del enojo frente a una traición de carácter sexual, a su vez experimentaron sufrimiento ante una infidelidad emocional.

En otro orden de ideas también se han descubierto diferencias en los comportamientos que llevan a cabo los hombres y las mujeres cuando se dan cuenta que su pareja ha mantenido un vínculo paralelo con un tercero. Los varones son más dados a experimentar enojo, que en algunos casos se manifiesta con agresión física y la ruptura de la relación. Por otro lado, las mujeres desarrollan

procesos depresivos, culpándose y deseando recobrar a su pareja (White y Mullen, 1989, citados por Canto y Burgos, 2009).

Otra diferencia es, que ante una traición, los hombres son más propensos a cuidar y conservar su yo intacto, mientras que las mujeres luchan por proteger el vínculo. Un enfoque distinto en la investigación sobre los celos en pareja es el que trata de indagar las características del rival, cuyo eje de análisis será el proceso de comparación cultural en el que ocurren los celos. Dicha comparación ocurre en el momento en que son puestos en duda frente a un competidor, los aspectos que son importantes para el sujeto, mismos que constituyen su identidad, autoestima y concepto de sí, donde al vivir una potencial amenaza se genera un deterioro de su ser. Esta situación de comparación, inseparable a la cultura donde se desarrolla el sujeto, provoca el distanciamiento entre las percepciones e imágenes reales y las ideales que los sujetos tienen de sí mismos. Igualmente se menciona que en ocasiones tal comparación se establece en aspectos poco importantes, en esta situación ocurre que la falta de una amenaza percibida favorece el desarrollo del autoconcepto. En palabras de los autores: “Ambos procesos van a estar mediatizados por dos factores, la actuación o representación (performance) y la cercanía (closeness), la actuación alude a la calidad del atributo del rival, a mejor representación mayor amenaza. La cercanía indica el grado de intimidad, de proximidad con el tercero, a más cercanía más se incrementa el peligro”. (Tesser, 1988, citado por García, Gómez, y Canto, 2001:612).

1.5 Enfoques psicológicos de los celos

- Enfoque psicodinámico

El enfoque psicodinámico pone el acento en las fuerzas inconscientes que operan en los celos, parte del supuesto de que en lo más profundo de nuestra psiquis anidan impulsos, deseos, temores y recuerdos traumáticos de los que no somos conscientes. Cada sentimiento consciente está acompañado por su contraparte inconsciente, que a menudo es su opuesto; así conscientemente nos disgustan cosas por las que nos sentimos inconscientemente atraídos: podemos llegar a amar conscientemente a personas a quienes inconscientemente odiamos.

Los impulsos innatos y los motivos inconscientes permiten explicar conductas que de otro modo sería difícil comprender, como por ejemplo por qué algunas personas permanecen junto a un compañero que les es permanentemente infiel, y por qué algunas personas alejan a un compañero que aman entrañablemente con celos injustificados. El enfoque psicodinámico da a las personas un papel activo (si bien inconsciente) en la creación de sus circunstancias vitales y sus relaciones amorosas. No fue por mala suerte que alguien recaer en una relación con un compañero "patológicamente infiel" o "patológicamente celoso". Esa persona elige muy cuidadosamente ese compañero para que desempeñara ese papel.

Nuestros más antiguos recuerdos y penurias infantiles, la mayoría de ellos inconscientes, ejercen una poderosa influencia sobre la forma en que experimentamos el mundo y en las reacciones que tenemos. Las experiencias infantiles ejercen también una gran influencia en nuestra elección de compañero. Esa elección nunca es arbitraria. Elegimos una persona que resulte lo más adecuada posible para satisfacer las necesidades afectivas que no fueron satisfechas en nuestra infancia.

Cuando encontramos a esa persona, proyectamos en ella la imagen interna que se formó en nosotros durante nuestra infancia. Un hombre que vio cómo su madre engañaba a su padre, tal vez proyecte su imagen internalizada de una pareja infiel, que se creó en él durante el trauma infantil, sobre su casta y fiel pareja.

Las parejas tienen necesidades complementarias. Cada compañero elige a alguien que representa una parte reprimida de sí mismo. Un hombre que tuvo que reprimir su parte afectiva se casa con una mujer afectiva que tuvo que reprimir la parte lógica de sí misma. El conflicto personal internalizado de cada uno de ellos se exterioriza como conflicto en la relación ("¿Por qué no es más afectivo?" "¿Por qué no es más lógica?"). Los conflictos entre los miembros de la pareja en punto a cuestiones de celos como a todas las otras cuestiones son una actualización de conflictos internos. Por ejemplo, si la infidelidad es un tema recurrente en los conflictos que usted tiene con su compañero, existe la posibilidad de que los dos tengan algún conflicto interno al respecto.

Las experiencias infantiles de celos no "provocan" los celos en la edad adulta. Pero sí son actualizadas en situaciones similares y determinan con qué facilidad y con qué intensidad respondemos a los factores desencadenantes de los celos. El objetivo de la terapia es traer lo inconsciente a la conciencia. El terapeuta ayuda a los pacientes a lograr la comprensión de las "verdaderas" causas de sus celos haciendo que vinculen las experiencias del pasado con los problemas actuales. Los terapeutas psicodinámicos dan a los individuos con problemas interpretaciones destinadas a ayudarlos a lograr nuevas percepciones de su problema de celos.

Una vez que usted comprende las raíces de sus celos es decir, cuáles son los acontecimientos del pasado que reviven en sus celos actuales y lo que está ganando al quedarse aferrado a ellos, se considera que está curado (Cortese, 2012).

- El enfoque sistémico

Según el enfoque sistémico, los celos son producto de la dinámica interna de una determinada relación; en términos psicológicos un sistema es "un complejo de elementos que interactúan y las relaciones que los organizan". Los afectos, las acciones y los pensamientos son los elementos que interactúan en un sistema que llamamos persona. La persona es un subsistema de un sistema más complejo que involucra una relación íntima llamado noviazgo, matrimonio, etc. Esta relación es un subsistema de un sistema más complejo, la familia extensa, que a su vez es un subsistema de una determinada cultura.

El enfoque sistémico considera que el pasado es prácticamente irrelevante para el tratamiento de los celos y tampoco le interesan las raíces inconscientes del problema de celos. Lo que sí le interesan son las fuerzas que provocan el problema y lo mantienen vigente. El foco ya no está puesto en la mente del individuo celoso, sino en el sistema de orden superior, en el todo del cual el individuo es una parte. El todo lo constituye en primer lugar y ante todo la pareja, pero también puede incluir al triángulo celoso, la familia de origen de la pareja (padres y abuelos), y, en teoría hasta la cultura en la que la pareja vive.

Los sistemas de orden superior (como la pareja) influyen y son influidos por sistemas de orden inferior (como las acciones, pensamientos y afectos de la persona celosa). Esta influencia recíproca puede rizar rizados de retroalimentación negativa que mantiene vigente el problema de celos, o rizar rizados de retroalimentación positiva que promuevan cambios. Desbaratar un rizo de retroalimentación negativa en un sistema de orden superior (una relación) puede conllevar un cambio en un sistema de orden inferior (la persona celosa).

Con el transcurso del tiempo, las pautas de conducta se convierten en reglas o hábitos que son difíciles de cambiar. Una relación de pareja funciona de acuerdo con estas reglas. (Una de las reglas más importantes es la que dicta quién hace las reglas en esa relación.) Una vez establecidas las reglas el sistema, en este caso la pareja, tiende a resistir al cambio. No obstante, un sistema sano puede exhibir al mismo tiempo estabilidad y cambio.

En lugar de preguntar “¿Por qué?” es decir, ¿por qué es celoso el individuo?, se pregunta “¿Qué es lo que causa el problema de celos? Y, lo que es más importante, ¿qué se puede hacer para facilitar el cambio? Los terapeutas sistémicos dan a las parejas recomendaciones concretas destinadas a desbaratar las pautas destructivas que provocan el problema de celos, y a ayudar a mantener el cambio positivo. Desbaratar esas pautas destructivas, en lugar de desenterrar sus causas, es el objetivo primordial de la terapia sistémica.

Para lograr que la persona que sufre un problema de celos cambie, debe cambiar el sistema de relación (relación con su pareja) de esa persona. El centro de la intervención terapéutica es la conducta de los dos miembros de la pareja, que es la que mantiene vigente el problema. Puesto que el objetivo es desbaratar un rizo de retroalimentación destructiva, Se trata de encontrar el punto más susceptible al cambio. Esto puede significar un cambio de conducta que produce un cambio en las reglas del sistema, o un cambio de reglas que produce un cambio en la conducta.

Si bien el centro de la intervención específica puede variar, el núcleo básico de la terapia sistémica es siempre el sistema y los procesos circulares (rizos de retroalimentación) que ocurren en él. La terapia sistémica parte del supuesto de que

un cambio en una parte del sistema (por ejemplo, uno de los miembros de la pareja) siempre provoca cambios en las otras partes del sistema (por ejemplo, el otro miembro de la pareja), y por lo tanto el sistema entero cambia. Cuando la pareja se retrae, la otra parte responde con un intento de acercamiento o cuando la pareja intenta acercarse la otra parte responde retrayéndose. La respuesta de uno de los compañeros proporciona el estímulo al otro: ¿él se retrae porque ella se acerca demasiado o ella se acerca porque él se retrae?

En un sistema relacional de pareja, según el enfoque sistémico, es imposible que uno de los miembros de la pareja sea totalmente pasivo. Aun cuando no se responda a algo que hizo su pareja, como por ejemplo culparlo injustamente de ser infiel, su falta de respuesta transmite a su compañero un mensaje cargado de significado.

Roles como el de víctima y el de victimario se considera producto de una decisión arbitraria en la que participan ambos miembros de la pareja. Por ejemplo, si el novio desempeña el papel del villano infiel, es probable que el terapeuta considere que la novia está contribuyendo a ello, u obteniendo algo del papel de víctima traicionada. Un objetivo de la terapia es cambiar ese tipo de definiciones arbitrarias. Un cambio en la forma en que una pareja percibe una secuencia de acontecimientos (por ejemplo, qué precedió al conflicto que pueda ayudar a explicarlo) puede cambiar la dinámica de la pareja.

Los terapeutas sistémicos consideran que los celos son causados por pautas de interacción destructivas que se refuerzan a sí mismas por ejemplo cuando una pareja acude a la terapia y describe las “locuras” que hace la novia debido a sus “celos patológicos”, lo más probable es que el terapeuta pregunte qué elemento de la conducta del novio la hizo comportarse de ese modo. Otra pregunta que el terapeuta podría plantear tiene que ver con la respuesta del novio, que podría reforzar la conducta celosa de la novia. Cuando ella identifica el amorío de él como el problema central, es probable que el terapeuta le pregunte qué podría haber hecho ella para dar lugar a que su esposo tuviera un amorío, y qué hizo en respuesta a ese amorío.

Aun en los casos en que es una sola de las personas que forman la pareja es la que experimenta celos, los terapeutas sistémicos piensan que los celos cumplen una función en el sistema que constituye la pareja, se considera que síntomas como los amoríos o los celos son formas de comunicación (Cortese, 2012).

- Enfoque conductista

El enfoque conductista se centra, como su nombre lo indica, en la conducta observable. A diferencia del enfoque psicodinámico y a semejanza del sistémico, al enfoque conductista no le interesa lo inconsciente. Los conductistas parten del supuesto de que las causas de un problema de celos, y las soluciones para resolverlo existen en el medio actual, aún en el caso de que el acontecimiento desencadenante de los celos haya ocurrido en otro tiempo y lugar.

Para los conductistas, todos los problemas psicológicos son producto de un aprendizaje inadecuado, puesto que los celos son aprendidos, sostienen los conductistas también pueden desaprenderse y es posible sustituirlos por una respuesta nueva y mejor.

Los terapeutas conductistas definen un problema exactamente en la misma forma que lo define la persona que acude en demanda de tratamiento. No suponen que el terapeuta conoce el problema “real” mejor que la persona que lo está experimentando. El objetivo del tratamiento es ayudar a la persona a modificar las respuestas inadecuadas y los hábitos disfuncionales por la vía de desaprenderlos y sustituirlos por respuestas más adecuadas. El tratamiento puede aplicarse tanto a un individuo como a una pareja.

Según los conductistas, en cada interacción las personas tratan de conseguir la mayor cantidad de gratificaciones al menor coste posible. En la terapia de pareja, se les enseña a las parejas a negociar contratos que permitan a cada compañero obtener del otro, más gratificaciones, el único coste es hacer algo que el otro quiere. La desensibilización es una de las técnicas conductistas que se usa para el tratamiento de los celos que consiste en la redacción de una lista en orden de importancia de las cosas que provocan celos y de una técnica de relajación

progresiva que implica aprender a relajar diferentes partes del cuerpo, siendo el motivo mantener el cuerpo relajado con cada una de las razones de la lista de menor a mayor importancia. De esta manera, uno puede aprender a enfrentarse gradualmente con los factores desencadenantes que le producen más celos y permanecer tranquilo (Cortese, 2012).

- Enfoque psicosocial

La contribución más importante del enfoque psicosocial es la noción de que los celos son un fenómeno social además de psicológico. Las diferentes formas en que la gente responde a los celos en diferentes culturas ayudan a comprobar que los celos están relacionados con los valores y las normas de la cultura en la que vivimos.

La principal crítica que se le hace a este enfoque es que subestima la importancia de los procesos que operan en la mente del individuo celoso. La conclusión de Ralph Hupka es un ejemplo de esta posición social extrema: “Los celos son una función de un acontecimiento culturalmente definido y no su causa. Es la situación la que determina la ocasión para que se presenten los celos. No son los celos los que crean la situación. Los celos son un fenómeno social. No son producto de la mente de un individuo aislado.” En lugar de esta proposición dilemática, es mejor comprender que los celos son un fenómeno social y al mismo tiempo son producto de una mente individual.

A diferencia de los enfoques clínicos, la psicología social no ofrece propuestas explícitas para solucionar el problema. No obstante, una conciencia de las influencias culturales que operan sobre los celos y la capacidad para pasar de una atribución disposicional a otra situacional pueden ayudar a la gente a hacer frente a los celos en una forma afectivamente menos gravosa (Cortese, 2012).

- Enfoque socio-biológico

Darwin halló una razón evolutiva para explicar los celos. Según su razonamiento, los celos eran una defensa instintiva (o respuesta protectora) del lazo que unía a la pareja. Los sentimientos y las conductas asociados con los celos servían para aumentar la probabilidad de que la pareja permaneciera unida y replicara sus genes. El hecho de que los celos aparecieran también en los animales era para Darwin una prueba de que los celos son heredados. Los modernos sociobiólogos también consideran que los celos cumplen una importante función en la supervivencia genética, Los machos que se mantienen siempre en guardia respecto de sus rivales sexuales se sienten más inclinados a criar su propia progenie que la de sus rivales. En consecuencia, la probabilidad de que transmitan sus propios genes es mayor.

En la lengua inglesa —en español el uso es poco común—, un hombre cuya esposa ha cometido adulterio es llamado cuclillo. El empleo del término se debe a una identificación con el pájaro de ese nombre que pone sus huevos en un nido ajeno. Nunca se usa esta palabra para referirse a una mujer cuyo esposo ha cometido adulterio. ¿Por qué? Porque una mujer no puede ser engañada de la misma manera que puede serlo un hombre: no se la puede hacer desperdiciar su “inversión paterna” en un parásito. La noción de “inversión paterna”, un concepto clave en sociobiología, se refiere a la energía que consumen los padres para tener y criar su descendencia.

El riesgo sociobiológico que enfrentan los hombres de ser “corneados” como se dice más comúnmente en español, explica por qué en la mayoría de las sociedades humanas hay una asimetría en las leyes que regulan la castidad: si bien el adulterio está prohibido para ambos sexos, por lo general la mujer es más severamente penalizada que el hombre.

Como es más difícil que las mujeres corran el riesgo de ser engañadas respecto a sus descendientes, las cosas para ellas son diferentes. Para las mujeres lo que tiene valor en lo tocante a la supervivencia no es necesariamente un marido fiel sino más bien una relación de pareja estable con un hombre encariñado con ella y dispuesto a ser el sostén de su familia y protegerla. Así, las hembras más capaces de mantener un vínculo de pareja son las que más probabilidades tienen de

transmitir sus genes. En razón de esos diferentes riesgos evolutivos, los celos de los machos se centran en las amenazas sexuales en tanto que la clave de los de las hembras es el mantenimiento y mejoramiento de la relación.

Desde la perspectiva de la sociobiología, los celos no sólo son un componente del sexo, sino también de la inversión que se hace en la prole. Tanto en los hombres como en las mujeres, los celos nacen de una necesidad de exclusividad: en los hombres es la necesidad de la exclusividad sexual, en las mujeres la del cuidado, el sostén económico y el compromiso. Según los sociobiólogos, a la mujer no le importa demasiado que el hombre con quien está casada disemine su semen por ahí en relaciones sexuales ocasionales. Lo que le importa muchísimo más es que disemine por ahí su compromiso (Cortese, 2012).

1.6 Causas de los celos

Calixto (2013), menciona que los celos son considerados como una enfermedad cuando dedicamos más de 30% de nuestro tiempo en pensar como el otro nos podría estar engañando y que están relacionados con tres causales:

Causas biológicas: En el caso de los hombres esta emoción se manifiesta a través de la ira, además de que para ellos los celos se producen por la sensación de pérdida de la pareja desde un aspecto sexual. Para las mujeres este sentimiento se dirige más hacia un aspecto emocional. Los hombres son más propensos a los celos debido a la presencia de una hormona llamada vasopresina, la cual también produce que tengan relaciones más superficiales.

Causas sociales: Es la influencia que tiene el entorno sobre nosotros; los celos se ven influenciados por la cultura, los medios de comunicación y la tecnología, la cultura crea patrones de comportamiento dentro de una relación que pueden ser diferentes para cada sociedad, así mismo los medios de comunicación prensa, radio y TV y sus producciones como novelas y películas muestran situaciones reales o imaginarias que impactan en la sociedad, por último la facilidad que ha brindado la tecnología para la comunicación entre las personas motiva reacciones diversas.

Causas psicológica: Los celos son la manifestación emocional del temor e inseguridad que siente una persona ante la posibilidad de perder a su pareja sentimental porque ésta pudiera estar interesada (de manera cierta o imaginaria) en otra persona. Todos, de manera natural y espontánea, con mayor o menor intensidad, hemos sentido celos en algún momento de nuestra vida. Los celos en pequeñas dosis pueden ser considerados normales en una relación si la persona que los siente no llega a perder el control. Sentir celos nos puede llevar a recapacitar sobre lo importante que es para nosotros nuestra relación de pareja y recordarnos que debemos cuidarla. O, de manera recíproca, ver a nuestra pareja celosa nos puede hacer sentir queridos, importantes y necesitados. Hay incluso quien piensa que la ausencia absoluta de celos puede ser un indicativo de una falta de interés en la pareja.

El haber tenido un sentimiento celoso en algún momento de nuestra vida es por tanto normal el problema surge cuando los celos son muy frecuentes, intensos, exagerados y aparecen constantemente sin ningún motivo aparente, pudiendo llegar a ser patológicos. En este caso, los celos provocan un sufrimiento intenso en quien los sufre y también en su pareja, dado que los continuos reproches, discusiones y exigencias terminarán debilitando la relación.

1.7 Factores intervinientes en la reacción celosa

Loving (1989), refiere que existen factores que atacan la relación de manera directa o indirecta saboteando la relación y escudándose tras la simple apariencia de los celos, estos factores pueden ser:

Factor Emocional/Dolor: Se da cuando el sujeto es capaz de sentirse mal, se queda con ese resentimiento durante mucho tiempo antes de que aprenda a perdonar; en este sentido, el dolor es integrado como parte del amor, en donde un sujeto que “no sufre no ama”. El dolor en los individuos aparece mayormente como respuesta ante situaciones concretas, como una posible traición, la probable pérdida de la pareja o el interés de esta por un tercero, y que el dolor se presentaría como respuesta ante la sensación de ser engañados o traicionados.

Factor Enojo: Definido como la molestia o resentimiento hacía la pareja cuando esta no presta atención, coquetea, o pasa más tiempo con otras personas, etc. En ese sentido la percepción que se tiene de la pareja se debe a un componente cognitivo, el cual es manifestado a nivel emocional por el enojo y por la posibilidad de pérdida ante un rival. Ochoa (2009), encontró que en este factor las mujeres son más propensas a enojarse cuando sienten celos que los hombres. Esta diferencia significativa en mujeres podría estar explicada por el hecho de que las mujeres perciben dentro de la relación un rol de menor control y poder a comparación del sexo masculino, la percepción de control o poder en una situación reduce la experiencia de ira, mientras que ocupar posiciones de bajo poder genera mayores respuestas de enojo.

Factor Egoísmo/Poseción: El cual se experimenta como un sentimiento de pertenencia, es decir, considera que su pareja solo le pertenece a él o ella y tiene el derecho de no compartir a su amada(o).

Ochoa (2009), no encontró diferencias significativas de esta reacción respecto a ambos sexos; este hallazgo implicaría que hombres y mujeres presentan por igual un sentimiento de posesión y pertenencia sobre sus parejas, tendiendo a la búsqueda de “poseer a su pareja”, apareciendo el egoísmo como una reacción ante la posible “usurpación” o “robo” de la pareja concebida desde la sombra de la “posesión”.

Factor Desconfianza: La desconfianza en la pareja aparece como consecuencia del aprendizaje social y la cultura y/o el medio en que se ha desarrollado el sujeto, tal y como lo señala.

Factor Intriga: La intriga más que una reacción dada según el sexo, es una reacción que se manifiesta como inquietud por querer saber qué hace la pareja en su ausencia, presentando además la creciente curiosidad por saber que dice y que trama cuando este no le puede ver, esto con el objetivo de constatar la fidelidad en la pareja.

Ochoa (2009), mencionan que cuando los celos nos amenazan algunos permitimos a nuestra mente “apagarse” bajo la excusa de que actuamos por instinto. De hecho, en algunos países, lastimar o asesinar bajo la “influencia” de los celos es una atenuante al castigo que alguien podría recibir por cometer el mismo crimen en otras condiciones. A pesar de esto y de la idea que tenemos de los celos, muchas personas han aprendido a manejarlos y a no dejar que controlen sus vidas.

1.8 Celotipia

La celotipia o celos enfermizos configuran dentro de la terminología clínica una patología que requiere de la consulta profesional. La celotipia se vincula con la necesidad permanente de introducir a un tercero en la relación de pareja, la mayoría de las veces fantaseando, éste tercero es visto como rival sobre el cual se proyectan sentimientos negativos, odio, resentimiento, generando una situación de competencia (Gallegos, 2007).

La celotipia hace imposible el poder controlar los celos, generando sentimientos negativos, impulsos, reaccionando en ocasiones con agresividad o ira, la celotipia hace que el celoso se mantenga alerta de desbaratar el supuesto engaño, se mantiene en un estado de vigilancia constante que puede ir desde revisar las propiedades personales de su pareja, controlar llamadas telefónicas sospechas ante una llegada tarde, ante un gesto o una mirada, visitas inesperadas, en definitiva hechos cotidianos que son percibidos e interpretados en función de sus celos enfermizos generando a la vez en quien la padece, ira, enojo por el supuesto engaño y malestar en su pareja.

En la celotipia el celoso vivencia una situación imaginaria como real. Su vida gira en torno a acusaciones, a generar pruebas de la supuesta infidelidad, interpreta erróneamente hechos cotidianos de manera de constatar y fundamentar sospechas.

En ese sentido es que en la situación de celotipia, hay un trastorno del pensamiento, pobre control de los impulsos y puede haber falsas percepciones. En ocasiones también se producen falsos recuerdos. No todo lo que percibe mediante sus sentidos es lo que él o ella cree que es; el celoso siempre percibe e interpreta la

realidad de una sola forma, como tema recurrente del posible engaño (Villareal, 2011).

Ramos (2013), menciona que existen particularidades que las personas con celotipia realizan de manera compulsiva y obsesiva.

- Incorporación de un tercero imaginario en la relación de pareja (supuesto amante).
- El sujeto no puede o no sabe cómo controlar los celos porque no tiene conciencia de ello.
- Está permanentemente vigilante de situaciones cotidianas revisando objetos personales de su pareja, llamadas telefónicas, mensajes de texto, etc.
- Percibe e interpreta hechos cotidianos de manera errónea pero siempre relacionada a los celos. Es decir esta percepción e interpretación errónea busca siempre justificar una situación de infidelidad o engaño.
- Imposibilidad de controlar impulsos, pensamientos, percepciones falsas que se le autoimponen.
- En la situación de pareja los celos enfermizos o celotipia producen discusiones diarias ya que el otro se siente incómodo, no logra comprender del todo la situación generando impotencia y malestar.

La mayoría de las veces la celotipia concluye en la ruptura de la pareja. Pueden también generar situaciones de violencia y celos (violencia doméstica) debido al pobre control impulsivo que el celoso experimenta. Por tales motivos se hace imprescindible la consulta profesional ya que difícilmente pueda solucionarse el problema de los celos enfermizos o patológicos ya que no existe por parte del celoso la capacidad de “darse cuenta” o algún grado de conciencia que le indique como controlar sus celos, sino por el contrario como vimos anteriormente todas sus vivencias y hasta los hechos cotidianos se dirigen a justificar sus creencias erróneas e irracionales.

Capítulo 2

Parejas

2.1 La socialización de género: aproximación conceptual

Para poder comprender el significado del concepto de socialización de género, es imprescindible conocer previamente el término de socialización. Según Giddens (2001), la socialización se define como un proceso a través del cual las personas, en relación con otras, aprenden e interiorizan creencias, normas, valores, actitudes, expectativas y comportamientos de la sociedad en la que han nacido, permitiéndoles desarrollarse en ella. Se trata de un proceso ilimitado que se presenta a lo largo de la vida de una persona y en el que intervienen diferentes agentes como la familia, la escuela o los medios de comunicación. Estos agentes socializadores ejercen una influencia en la persona desde la infancia, ofreciéndole unas pautas de comportamiento para desenvolverse en su contexto social. Así mismo, es importante destacar que será diferente el proceso de socialización en función de la sociedad en la que uno viva, por lo que el proceso socializador de un niño o niña que nazca en una sociedad occidental será bien distinto al que nazca en una sociedad oriental.

Sin embargo, dentro de una misma sociedad también pueden darse procesos de socialización diferenciados, y esto se puede observar en el modo en que han sido socializados hombres y mujeres por razón de sexo a lo largo de la historia. Cuando se habla de socialización de género, se hace referencia al aprendizaje del repertorio conductual específico para los hombres y el específico para las mujeres, que además, es diferente en función de la cultura o sociedad desde la cual nos situemos (Rodríguez et al., 2006). Ha sido mucho el tiempo que ha tenido que transcurrir para transformar la idea de que las mujeres estaban destinadas a las labores del hogar, mientras que los hombres lo estaban para el mundo del trabajo remunerado fuera de éste. Autores como Walker y Barton (1983; en Ferrer y Bosch, 2013, p. 106), conceptualizan la socialización diferencial como la “adquisición de identidades diferenciadas de género que conllevan estilos cognitivos, actitudinales y

conductuales, códigos axiológicos y morales y normas estereotípicas de conducta asignada a cada género”. La socialización diferencial implica, por tanto, la consideración social de que niños y niñas son por naturaleza diferentes y están llamados a desempeñar papeles distintos en la vida adulta, carácter reduccionista del ser humano que da gran relevancia al aspecto biológico y no tanto al sociocultural. De este modo, se vinculan al género masculino las tareas productivas que responsabilizan a los varones de los bienes materiales y, por otra parte, se asocia al género femenino las tareas reproductivas que responsabilizan a las mujeres de los bienes emocionales. Según Ferrer y Bosch (2013), la socialización diferencial es un proceso que posee mucho peso, a consecuencia de la congruencia y consistencia de los mensajes que provienen de los diferentes agentes de socialización. Aunque parece que estos temas sean lejanos, todavía hoy en día podemos hablar de este tipo de socialización y no sólo eso, sino que autores como por ejemplo Plaza (2007), corroboran que se trata de un modelo imperante en nuestra sociedad. Por otro lado, según Monjas et al., (2004), los estereotipos de roles de género son aquellas creencias acerca de las características que son adecuadas para los hombres y aquellas que son adecuadas para las mujeres y que, además, están socialmente aceptadas. La sociedad en su conjunto es la que legitima y mantiene los rasgos estereotipados de la masculinidad y la feminidad.

También y ligado a la socialización diferencial está lo que autoras como Lagarde (1999, 2005) o Ferrer y Bosch (2013), llaman mandatos de género. Estos son modelos normativos de lo que significa ser un hombre masculino y una mujer femenina en los postulados del patriarcado y éstos son aprendidos durante el proceso de socialización. Así, las mujeres poseen una serie de características que les son propias solo por el hecho de ser mujeres y viceversa, los hombres tienen una serie de características propias por el hecho de haber nacido hombres. Además, este proceso tiene un carácter tan fuerte, que las personas tratamos de cumplir nuestro rol de género impuesto, por temor a ser rechazados o no ser reconocidos por nuestro entorno social. Pensemos ¿No nos resultaría extraño el hecho de que todas las mujeres decidieran no ser madres? Las identidades genéricas alcanzan un grado de arraigo tal, que a veces nuestros pensamientos y

comportamientos parecen algo biológico, sin embargo, esto no es así. Según Edgar Sampson (1993), la construcción de las identidades de género tiene un carácter relacional, es decir, que la identidad masculina se construye en relación a la identidad femenina y al revés. Así, por ejemplo, el hombre se hace dominante gracias a que hay una mujer sumisa y la mujer se hace sumisa debido al rol dominante que adopta el hombre. Este aspecto relacional del que habla el autor es una muestra del aspecto social y cultural que hay intrínseco en la construcción desigual de las identidades genéricas y concede la posibilidad de cambio de estas concepciones erróneas que se trasladan a la práctica cotidiana y que ayudan a mantener este modelo dominante. Sin embargo, la creencia equívoca del carácter biológico de este fenómeno es muy determinista y niega la posibilidad de transformación social, llegando a naturalizar este fenómeno

La socialización diferencial y los mandatos de género han contribuido a la aparición de unas características propias de los hombres y otras propias de las mujeres. Los varones tienen la peculiaridad de “ser para sí” (Lagarde, 2000; en Ferrer y Bosch, 2013, p. 110), mientras que a las mujeres se les atribuye el “ser para otros” (p. 111). A las mujeres se les atribuyen características tales como la consciencia de los sentimientos ajenos y comprensión de los otros, la dedicación a los otros, la facilidad para emocionarse, la debilidad y fragilidad emocional, la pasividad, la necesidad de aprobación, la exaltación en momentos de crisis, el agrado de los niños y la dedicación al hogar, etc., mientras que a los hombres se les atribuyen características tales como la racionalidad, la fuerza, la valentía, la competitividad y la ambición, la independencia, el sentimiento de superioridad, la actividad y el papel de líder, la facilidad para soportar momentos de presión, la persistencia en sus metas, etc. (Berk, 1998; en Rodríguez et al., 2006).

2.1.1 La socialización diferencial en el área de las relaciones de pareja

De nuevo, la diferenciación que estamos comentando, se constata también cuando abordamos las relaciones sentimentales. A mujeres y a hombres se nos transmite información bien distinta en relación a los roles que se deben desempeñar en el ámbito de las relaciones de pareja.

Preguntas como las siguientes nos van a ayudar a reflexionar sobre ello: ¿Entienden lo mismo por amor mujeres que hombres? ¿Cuáles son los roles que una mujer y un hombre deben desempeñar dentro de una relación sentimental? ¿Qué expectativas son las que posee un hombre cuando piensa en una relación de pareja? ¿Qué expectativas tiene una mujer?

En la socialización femenina el amor tiene la fuerza suficiente como para convertir esta área de la vida en el eje que vertebra los proyectos de vida de las mujeres. Para la gran mayoría de las mujeres encontrar el amor, estar en pareja, convivir con ella (casándose o cohabitando) y tener hijos es algo fundamental de su vida. Este hecho se convierte en su finalidad primordial, sin la cual nunca llegaría a sentirse una mujer realizada. Sin embargo, no es igual para los hombres, dado que la socialización masculina se encarga de poner en segundo plano las relaciones de pareja, priorizando sobre dichas relaciones, el reconocimiento social. La mayoría de hombres se preocupan de su vida profesional y de su vida social, en primer lugar, y del plano sentimental, en un segundo lugar. Según Ferrer y Bosch (2013), los hombres y mujeres socializados de manera diferente dentro de la sociedad patriarcal, entienden de forma distinta el amor y lo que es amar, por lo que esto les lleva a adoptar roles y comportamientos diferentes en una relación de pareja. Altable (2008), describe los roles sentimentales femeninos como pasivos y los masculinos como activos. Otros autores caracterizan a las mujeres como dedicadas al completo a su relación sentimental, llegando a perder su individualidad. La pareja para ellas lo es todo y sus expectativas futuras giran en torno a esta área de la vida; además la comprenden desde una perspectiva de “espera, pasividad, cuidado, renuncia, entrega, sacrificio”, etc., mientras que para los hombres significa “ser el héroe y el conquistador, el que logra alcanzar imposibles, seducir, quebrar las normas y resistencias, el que protege, salva, domina y recibe” (Ferrer y Bosch, 2013, p. 114).

2.1.2 El amor romántico y los mitos asociados

El amor romántico es un modelo de amor ligado a los mandatos de género, sustentado en una serie de creencias socialmente compartidas sobre la supuesta

esencia del amor (Yela, 2003), y que influye en la interacción que se produce en una pareja.

A este conjunto de creencias es a lo que se denomina en la literatura “mitos que se derivan del amor romántico” y se encuentran fomentados por el proceso de socialización de género. Este hecho contribuye a que en la actualidad se sigan construyendo relaciones en las que ciertas creencias acerca del significado del amor en pareja, lleven a poner en marcha una serie de actitudes y comportamientos nada beneficiosos para la dinámica interna de este sistema, así como para las partes que lo forman.

Por tanto, entendemos “mitos del amor romántico” al conjunto de ideas sobre el amor, aceptadas y arraigadas en el sistema de valores de gran parte de la población, que refuerzan el modelo de amor imperante y que sirven de pauta para construir las relaciones de pareja. Según Bosch et. al., (2007), estas falsas creencias no son fáciles de transformar por la carga emocional adjunta que fomenta su inflexibilidad.

Como características del amor romántico destacamos la de idealización del amor. Según Altable (2008, p. 135), “la persona que ama con idealización romántica se hace esclava de su amor, y la persona amada por ella recibe una adoración ciega”.

Sin embargo, es Yela (2002), quien profundiza y habla de las características que se derivan del amor romántico, las cuales ejercen una gran influencia desde la infancia y a lo largo de todo el ciclo vital. Éstas son las que a continuación se presentan:

- El mito de la media naranja. Hace referencia a la “creencia de que hemos elegido la pareja que teníamos predestinada de alguna forma, y que ha sido la única o la mejor elección potencialmente posible” (p. 71).
- El mito de la fidelidad. Se refiere a la “creencia de que todos los deseos pasionales, románticos y eróticos, deben satisfacerse exclusivamente con una única persona: la propia pareja” (p. 71).

- El mito de la exclusividad. Hace referencia a la “creencia de que el amor romántico sólo puede sentirse por una única persona (al mismo tiempo)” (p. 71).
- El mito de la omnipotencia. Hace referencia a la “creencia de que el amor lo puede todo, y debe permanecer ante todo y sobre todo (y, por tanto, si hay verdadero amor no deben influir decisivamente los obstáculos externos o internos sobre la pareja)” (p. 71).
- El mito del libre albedrío. Se refiere a la “creencia de que nuestros sentimientos amorosos son absolutamente íntimos y no están influidos de forma decisiva por factores socio-biológico-culturales ajenos a nuestra voluntad y, generalmente, a nuestra consciencia” (p. 71).
- El mito del matrimonio o convivencia. Hace referencia a la “creencia de que el amor romántico-pasional debe conducir a la unión estable de la pareja, y constituirse en la (única) base del matrimonio (o de la convivencia en pareja)” (p. 71).
- El mito de la pasión eterna o de la perdurabilidad. Se refiere a la “creencia de que el amor romántico y pasional de los primeros meses puede y debe perdurar tras miles de días (y noches) de convivencia” (p. 71).
- El mito de la equivalencia. Se refiere a la “creencia de que los conceptos de amor y enamoramiento son equivalentes, y por tanto, que si uno deja de estar apasionadamente enamorado es que ya no ama a su pareja” (p. 72).
- El mito de los celos. Hace referencia a la “creencia de que los celos son un indicador de verdadero amor” (p. 72).
- El mito del emparejamiento. Se refiere a la “creencia de que la pareja (un hombre y una mujer – o en su caso dos personas del mismo sexo-) es algo natural y universal, por lo que en todas las épocas y culturas el ser humano ha tendido por naturaleza a emparejarse” (p. 72).

De nuevo, va a ser el trabajo de Altable (1998, p. 122), el que refleja que estas características llevan a lo que denomina “malentendidos del amor”, comprendidos como las consecuencias que surgen al confundir emociones y sentimientos como el deseo sexual, el erotismo o la compasión, con el amor. Así, la autora afirma que el

amor es un fenómeno complejo, de difícil explicación y construido cultural y socioeconómicamente. De forma irónica, dice que al tratarse de un concepto muy ligado al plano sentimental y biológico, no sirve de nada opinar sobre él, sino que hay que dejarse llevar sin incluir el plano racional para su comprensión. La autora atribuye este hecho a los prejuicios que se tienen sobre el amor y afirma que por ello es tan fácil hablar de manera superficial sobre éste.

Por otra parte, Hernando et al. (2012), mencionan la existencia de una concepción equivocada del amor, debido a que características como la posesión, los celos y la exclusividad están relacionadas con ésta. Y por último, es importante señalar la reflexión que Gómez (2004), realiza desde una perspectiva preventiva. El autor afirma que “si no se hace nada por evitarlo, la raíz de las emociones más íntimas se alimenta de valores tradicionales que incorporamos a través de los procesos de socialización. Tales valores se van introduciendo poco a poco en nuestro interior y conforman la estructura del modelo de atracción, que al haber sido moldeada sin esfuerzos, funciona como si de algo biológico o antropológico se tratara” (p. 89).

2.1.3 Los estilos de amor adulto

Según el sociólogo canadiense Lee (1973; en Ferrer y Bosch, 2013), existen tres estilos de amor base (el eros, el storge y el ludus) que al combinarse entre ellos forman otros tres estilos de amor secundarios (el pragma, el manía y el ágape). En otras palabras, se puede decir que los tres primeros estilos amorosos actuarían como los colores primarios, que al unirse unos con otros, dan lugar a los colores secundarios (los tres últimos estilos mencionados).

Cada uno de estos estilos de amor posee unas peculiaridades que los definen, así como a la persona que los adopta en su interacción con otra. De este modo, no tendrá las mismas características una persona que se aproxime a un estilo pasional (eros) que otra persona que lo haga a un estilo lúdico (ludus). A continuación, se exponen los seis estilos de amor arriba mencionados, descritos por Ubillós et al. (2001):

- El Eros o amor pasional. Presenta las siguientes características: pasión irresistible, sentimientos intensos, fuerte atracción física y actividad sexual. La persona que se sitúa en este estilo, otorga mucha importancia al amor, sin llegar a la obsesión y no presiona a su pareja, sino que deja que los hechos se desarrollen por ambas partes. La autoconfianza y la alta autoestima son características propias de las personas con un estilo de amor pasional.
- El Storge o amor amistoso. Se caracteriza por el compromiso durable, siendo la prudencia y un desarrollo lento aspectos importantes para tal fin. La intimidad, la amistad y el cariño son elementos presentes en las relaciones de este estilo. Además, la equidad en términos de valores y actitudes adquiere relevancia, dado que el compromiso a largo plazo es más importante que un momento pasional efímero. Es por este motivo, por el que la apariencia física o la satisfacción sexual quedan en un segundo plano.
- El Ludus o amor lúdico. Se caracteriza por la poca implicación emocional y la inexistencia de expectativas futuras. Este estilo amoroso no pretende dañar a las otras personas, por ello, deja muy clara las reglas, previo al inicio de la relación. Además, no tiene un estilo físico definido, más bien le agrada todo tipo de compañía.
- El Manía o amor obsesivo. Presenta las siguientes características: obsesivo, con una fuerte dependencia de la pareja, celos intensos, sentimientos de posesividad, desconfianza y ambivalencia. De este modo, la persona amante intenta forzar el compromiso sin dejar que éste evolucione de manera natural y necesita constantemente que le demuestren amor. Boal (2003; en Lucariello, 2012), afirma que el amor manía es la combinación del amor Eros y Ludus.
- El Pragma o amor pragmático. Caracterizado por la razón, por lo que la búsqueda racional de la pareja ideal es su fin. El amante pragmático considera aspectos tales como la edad, el status social, la religión, la capacidad parental o parental de la pareja, etc., por lo que puede ser que proponga condiciones antes de iniciar una relación. Se preocupa por las

proyecciones futuras de una posible relación en pareja. El amor pragma es la combinación de Ludus y Storge (Gheler, 1995 y Neves, 2001; en Lucariello, 2012).

- El Ágape o amor altruista. Se caracteriza por la renuncia total de uno mismo y la entrega totalmente desinteresada al otro/a. Se trata de un amor idealista que no da importancia a la sexualidad y la sensualidad. Este tipo de amor es la combinación de Eros y Storge (Gheler, 1995 y Neves 2001; en Lucariello, 2012). Estos autores lo describen como un estilo despreocupado por la autorrealización personal e interesado por el bienestar y felicidad de la otra parte, destacando que el criterio de selección es aquello que tienes que ofrecer a la pareja.

En la investigación realizada por Bosch et al. (2007), dirigida al conjunto de la población española, se confirma que los estilos amorosos más comunes que despertaron más aceptación fueron el amor pasional, el amor altruista, el amor pragmático y el amor amistoso. Los dos estilos restantes, el amor obsesivo y el amor lúdico, fueron los más rechazados por la muestra. Según las autoras, los resultados obtenidos en el estudio difieren de otros estudios realizados fuera de España (Hendrick y Hendrick, 1993; en Bosch et al., 2011), sin embargo, esto no ocurre con otras investigaciones realizadas con muestras españolas, en los que existen resultados similares (Ubillos et al., 2001).

2.2 APROXIMACIÓN CONCEPTUAL A LA PAREJA

2.2.1 Teorías y/o modelos sobre las relaciones de pareja

La pareja es el grupo social más pequeño que se puede encontrar dentro de la gran complejidad de las relaciones interpersonales, lo que no ha restado relevancia en cuanto a su interés dentro del mundo de la investigación, solo por ser la unidad más diminuta de relación social posible. Al contrario, muchos han sido los que han investigado y escrito sobre el tema, y es por eso que nos dan una visión amplia sobre éste.

Según Bueno (1985), existen diversas teorías que reflexionan y explican las relaciones de pareja, y que concretamente intentan explicar el funcionamiento de las parejas formadas por una mujer y un hombre. Exponemos, a continuación, las que la autora nos presenta:

- Teoría y/o Modelo psicoanalítico. Desde este enfoque se trata la elección del objeto como elemento clave desde el que se comprende a las relaciones de pareja, su condicionamiento previo en la historia del individuo y sus márgenes de actuación dentro de la relación. Fundamentándose en las ideas de Freud (1948), desde esta teoría se afirma que una pareja debe recorrer tres momentos para poder formarse como tal. Estos momentos hacen referencia a los conceptos de: 1) Narcisismo, como la fase en la que el Yo se define a través de la identificación de la imagen del otro, 2) Castración, etapa interpretada como amenaza para el hombre y el envidiado pene por parte de la mujer, a la vez que se trata de un momento en que se produce la separación del sujeto de la estrecha relación con la madre y 3) Elección de Objeto, etapa que hace referencia a la “relación con el objeto”, entendido como un movimiento que conduce a no considerar al organismo como individuo aislado, sino en constante interacción con el ambiente. Los tres momentos que marca el Edipo son necesarios para el acceso a la relación de amor.
- Teoría y/o Modelo Psicosocial y cognitivo. Esta teoría proporciona información sobre aquellos requisitos para que el ser humano se construya como persona y entre en relación con otras personas de su entorno. Desde esta teoría se ofrece un papel importante a la atracción interpersonal para la elección de la pareja y a las causas que deben darse para que se produzca dicha elección son diversas: la homogamia, la proximidad física, el contacto o intercambio social, el atractivo físico, la complementariedad de las necesidades o la semejanza actitudinal son componentes que influyen en el desarrollo de la atracción y, por lo tanto, en la elección de la pareja.
- Teoría y/o Modelo General de Sistemas. Se parte del concepto de sistema para dar explicación a fenómenos biológicos, psicológicos y sociales. Yela

(1974), comprende que un sistema es el todo unitario formado por una diversidad de variables que se relacionan de modo interdependiente. Si se entiende a la pareja como sistema, existen algunos conceptos fundamentales que ayudan a su comprensión desde este enfoque y son los siguientes:

- Totalidad. El sistema es una totalidad, por lo que, su funcionamiento se comprende como un todo y no como la suma de las partes (Morin, 1980).
- Retroalimentación. Según Watzlawicz (1963), los sistemas sociales se pueden comprender como circuitos en constante feedback. El comportamiento de cada miembro influye directa o indirectamente sobre el del otro y es influido a su vez por éste. Hace referencia a la causalidad circular, toda conducta es a la vez causa y efecto.
- Equifinalidad. Se comprende un sistema como un conjunto de flujos de participación de todos y cada uno de los miembros que lo componen, en la elevación y satisfacción de sus necesidades personales (Parra, 1981).
- Teoría y/o Modelo de la comunicación. Parte de la concepción de la pareja como un sistema y es una teoría en la que se fundamenta el modelo anteriormente expuesto. Desde este enfoque se entiende a la pareja como la unidad más pequeña de relación posible. La pareja es la unión entre dos personas como sistema abierto, circular y estable. Según Haley (1963), se produce la interacción cuando la pareja se halla en un encuentro significativo, que comienza mediante la comunicación de mensajes verbales y no verbales, a través de los cuales una persona emisora provoca una reacción en el receptor.
 - Satir (1980), dice que para comprender una relación sentimental inicial, se debe tener presente el sentimiento de estimación que cada miembro realiza de sí mismo, vinculado al modo de expresión y a las exigencias de la otra parte y como resultado, el comportamiento de cada uno respecto del otro. Según la autora, para que exista satisfacción en las relaciones de pareja, se tiene que producir un intercambio de posiciones, roles, tipos de relación, etc., que variará

según los momentos y necesidades de los miembros que las componen.

- Teoría y/o Modelo de los Juegos. Algunos autores como Boszormwenyi (1962), se han dedicado a definir las redes de relaciones en que se ubican los seres humanos a sí mismos, así como la conducta recíproca de dichas redes sociales. Desde esta teoría se afirma que el individuo tiene un repertorio limitado de cursos de acción alternativa, basado en aprendizajes previos. Este repertorio conductual aprendido y, por tanto, el número de cursos de acción, supone el grado de libertad conductual de una persona. En ocasiones, los cursos de acción de otros interfieren en las de uno/a y las limitan, de tal modo que la posible solución de este “juego” es el resultado que las personas jugadoras pueden forzar y que no se puede esperar que sea mejor desde el punto de vista de ninguna de las dos.

Tras haber revisado los diferentes modelos que propone Bueno (1985), es relevante señalar que este estudio se sitúa dentro de la perspectiva sistémica de la pareja, por lo que se concibe a este tipo de relación interpersonal como un sistema compuesto por diversas variables interdependientes. Afirmar que la pareja es un sistema, implica que los miembros ejercen una influencia continua y recíproca entre sí, a la vez que forman parte de sistemas más amplios en relación con el entorno que les rodea. Para concluir, es importante señalar que la pareja no se puede comprender aislando a los miembros que la componen y obviando el contexto que les rodea.

2.2.2 Áreas fundamentales en las relaciones de pareja

Además de variables socioculturales tales como el individualismo, las expectativas sociales, la idealización del amor y la variable psicológica compromiso, que puede definir el concepto actual de relación de pareja, existen una serie de áreas fundamentales que influyen en la dinámica, funcionamiento y calidad de ésta (Melero, 2008). Añadir, que además, cada una de estas áreas fortalecerá o debilitará la relación de pareja en función del acuerdo o desacuerdo ante la misma.

Siguiendo a Feliu y Güell (1992), la autora presenta en su tesis doctoral las áreas que a continuación se resumen:

- Manifestaciones de afecto

El área de la afectividad es una de las áreas clave en la relación de pareja sentimental. Las expresiones de afecto, el cuidado ofrecido por la pareja, el apoyo en momentos de necesidad afectiva, etc. influyen en el grado de satisfacción y en el ajuste de la relación. Gottman y Silver (2001), hablan de depósito bancario emocional de manera metafórica con el fin de explicar la relevancia de esta área. Cuando en una pareja se producen interacciones positivas, se ingresan puntos en este depósito bancario emocional del que se hablaba antes. Se trata de una forma de ahorro que tiene como función salvaguardar la relación en situaciones adversas y momentos de crisis, manteniendo la imagen positiva de la pareja. Para Gottman, este es el secreto de la durabilidad de la pasión en una relación.

De este modo, es importante destacar las consecuencias que se dan de las interacciones positivas o negativas en la respuesta de la pareja. En el primer de los casos, los halagos o muestras de afecto producen reacciones positivas que tiene efecto beneficioso a medio o largo plazo. Las conductas positivas de un miembro, tienden a recibir feedback en momentos posteriores. Al contrario sucede cuando las conductas son negativas; los enfados, ofensas, etc. generan de forma inmediata reacciones negativas en el otro miembro y, por tanto, una sensación de malestar.

- Comunicación en la pareja

La variable de la comunicación ha sido muy estudiada dentro del ámbito de las relaciones de pareja. Cuando hablamos de comunicación dentro de una relación de pareja, entendemos el concepto como el vehículo a través del cual expresamos sentimientos, deseos y opiniones. Se transmite información relevante a la otra parte de la relación, siendo el mecanismo fundamental para la resolución de conflictos. Según Feliu y Güel (1992), la mayoría de parejas que acuden a terapia presentan carencias a nivel de comunicación.

Mientras algunos estudios confirman la relación existente entre la comunicación, la satisfacción y duración de la relación de pareja, otros concluyen que no es tan directa esta relación. Burleson y Denton (1997), confirmaron que las variables malestar marital y género influían en el efecto que las habilidades de comunicación tenían en la satisfacción de la relación de pareja. En relación a la variable de género, existen diferencias en relación al significado y funcionalidad de la comunicación según Beck (1988), adquiriendo un papel relevante en la dinámica y funcionamiento interno que se construye en la relación de pareja. En términos generales, este autor afirma que para el hombre la comunicación significa un medio de transmisión de comunicación, mientras que para la mujer tiene un fin en sí misma y es un símbolo de inquietud y amistad. Las diferencias en cuanto a la forma e intencionalidad pueden provocar malas interpretaciones. La mujer puede sentirse incomprendida e interpretar falta de interés, implicación y compromiso en la relación de pareja, mientras que el hombre puede percibir exigencias, demandas de solución, provocando malestar y rechazo.

- Relaciones sexuales

El sexo es otro de los reforzadores de la pareja. La satisfacción sexual es una respuesta afectiva que surge de la valoración subjetiva de las dimensiones positivas y negativas asociadas a la relación sexual (Lawrance y Byers, 1995). Por otra parte, la insatisfacción sexual puede deberse al desacuerdo en la frecuencia de las relaciones sexuales, discrepancias en los criterios acerca de algunos comportamientos sexuales o en el nivel de deseo de cada uno de los miembros de la pareja. Así mismo, es importante considerar la influencia de los prejuicios sexuales, las expectativas e ideales sobre la calidad y las inseguridades, que tienen un efecto inhibitorio de la respuesta sexual y que puede generar diferencias y desacuerdo en esta área. Gottman y Silver (2001), sostienen que el descenso de la pasión sexual dependerá de variables como la comunicación y el grado de intimidad. A medida que aumentan los niveles de intimidad y compromiso, aumenta el deseo y la comunicación sexual (Christopher y Cate, 1988).

- Aspectos económicos y de organización doméstica

En la pareja, las diferencias en los aspectos económicos aumentan cuando se inicia la convivencia. Los desacuerdos en relación a la gestión económica pueden producir desgaste en la relación por los conflictos que pueden surgir. Además, es importante señalar las consecuencias negativas que pueden aparecer cuando se dedica un mayor tiempo al trabajo y un menor tiempo al disfrute mutuo.

Con respecto a la organización doméstica y las tareas que ello comporta es muy importante la sensación de equidad entre los miembros de la pareja. El sentimiento de colaboración entre los miembros a la hora de compartir las responsabilidades de organizar un hogar, es una fuente de satisfacción, sobre todo para la mujer, miembro de la pareja que culturalmente se ha encargado de este ámbito de la relación. A pesar de que se ha avanzado y el hombre se está incorporando en el área doméstica, las mujeres siguen manifestando su insatisfacción. La sensación de equidad y el percibir que la otra parte es sensible y empática con respecto a las necesidades y deseos es algo que satisface a la parte femenina de la pareja.

- Manejo del tiempo libre y ocio

El número y calidad de actividades de ocio compartidas en el tiempo libre es uno de los reforzadores de la relación de pareja y contribuye al sentimiento de unión entre los miembros. Según Liberman et al. (1987), el hecho de que la pareja disponga de un tiempo para realizar actividades, ayuda a los miembros a centrar la atención en la diversión y no en los problemas. Para los autores es necesario e importante crear estos espacios, porque fomentan las interacciones positivas y contrarrestan situaciones negativas como el aburrimiento, la deprivación emocional y los conflictos. Además, es fundamental que la pareja disponga de momentos en los que alimentar el aspecto afectivo de la relación. Así, fortalecer el sentimiento de unión y comprensión mutuo a través de momentos de comunicación, afecto y cariño, contacto sexual, etc. Cada pareja ha de consensuar el espacio interpersonal que necesitan, sin que ello suponga un abandono del ocio y tiempo libre

individual. En definitiva, es importante que exista un equilibrio entre el espacio personal y el espacio conjunto de disfrute para que la relación de pareja sea satisfactoria (Gottman, 1993).

- Relaciones familiares y amistades

La familia de origen ejerce una influencia sobre los miembros de la pareja en diferentes áreas de la vida. Lewis y Spanier (1979), confirmaron que la estabilidad y satisfacción matrimonial dependía de la calidad del matrimonio de los padres, de la relación con los hijos/as y el ambiente familiar. De este modo, el conflicto con la familia de origen predice una baja calidad en el matrimonio (Wamboldt y Reiss, 1989).

Con respecto a las amistades, es muy importante tener presente las amistades de cada uno de los miembros de la pareja y las amistades comunes. La existencia de un equilibrio entre el disfrute con las amistades personales y las comunes, es necesario para el aumento de la satisfacción y calidad de la relación de pareja. Martínez y Fuertes (1999), en un estudio realizado con adolescentes, observaron que mientras se producía un descenso de las amistades en la población femenina, al aumentar la duración de la relación de pareja, esto no ocurría con la población masculina, en cuyo caso se producía una ampliación de éstas.

- Educación y crianza de los hijos/as

Lo habitual en la relación de pareja, independientemente..., es la llegada de los hijos/as. Esto supone el acceso a una nueva etapa dentro de la relación y conlleva una serie de cambios, tanto en la estructura como en la dinámica y funcionamiento interno. A su vez, el nacimiento de hijos/as supone un ajuste en relación a la parentalidad y con respecto a la relación de pareja.

No existe un acuerdo en si la llegada de los hijos lleva consigo un descenso de la satisfacción de la relación de pareja. En lo que sí parece haber consenso es en el ajuste que la pareja tiene que realizar a nivel relacional. El nacimiento de un hijo/a supone nuevas responsabilidades y una mayor dedicación al nuevo miembro de la familia. Esto resta el número y tiempo de

realización de actividades agradables, lo que puede producir un desgaste personal y de la relación de pareja.

Otro aspecto a destacar en relación a la educación de los hijos/as es el tema del género. Es importante señalar el aumento considerable del compromiso que la figura masculina ha asumido en la crianza de los hijos/as, en parte, gracias a la incorporación de la mujer al mundo laboral. Sin embargo, la socialización de la mujer en relación a la maternidad es mucho más fuerte que en el hombre y aún en la actualidad existen familias en las que las mujeres tienen una responsabilidad mayor por el hecho de ser mujeres. A pesar de este hecho, es importante destacar que también el hombre debe sentirse parte de esta área de la pareja, rompiendo con la socialización de género y, por tanto, fomentando el vínculo entre los tres miembros y evitar la sensación de distancia con respecto a la relación tradicional madre-hijo. Que el peso recaiga sobre uno de los miembros de la pareja, ya sea por falta de implicación del padre o por la sobrecarga que la mujer se hace a sí misma, puede llevar un descenso de la satisfacción de la dimensión de la pareja.

El último de los aspectos en los que puede no existir acuerdo y, por tanto, disminuir el nivel de satisfacción de la pareja es las diferencias en relación al modelo educativo parental; puede existir desacuerdo en relación a dimensiones básicas como el afecto, la comunicación y la disciplina. Realizar un ajuste en relación a los estilos de crianza no es solo beneficioso para el niño o niña, sino que se disminuyen conflictos y frustraciones que pueden desgastar la relación.

- Cuestiones ideológicas

Es posible que alguna vez hayamos oído o, incluso, mencionado aquello de “mi filosofía de vida es...” La filosofía de vida engloba aquellas creencias, valores, actitudes, y en general, cualquier convicción proveniente del mundo de las ideas que nos hace tener un proyecto de vida y seguir un camino y no otro. Cuando este concepto lo introducimos en la relación de pareja, es evidente que cuanto mayor consenso exista en esta área, más entendimiento

y comprensión existirá entre sus miembros y, por lo tanto, menos disparidad y conflictos.

Tanto es así, que será muy complicada la convivencia con una persona que tenga ideas muy opuestas en relación ámbitos esenciales de la vida. Un ejemplo de esto sería si una de las partes de una pareja, le diera mucha importancia al matrimonio como forma de consolidación de una relación, mientras que la otra parte comprendiera que no. Otro ejemplo de esto sería la decisión o no de tener hijos/as o, incluso, la decisión de su bautismo o no. Lo más probable es que dentro de esta disparidad de opiniones tan radical, una relación se resienta por el hecho de la renuncia personal que pueda exigir a una de las partes que forman la pareja. Sin embargo, a pesar de que puedan existir diferencias con respecto a las cuestiones ideológicas, esto no tiene por qué suponer conflictos graves dentro de una relación; aunque sí es cierto que el grado de ajuste será más elevado, cuanto mayor acuerdo haya.

2.2.3 La dinámica de la pareja: su funcionamiento

La familia como institución se está viendo inmersa en transformaciones desde hace ya algún tiempo. En la actualidad existen nuevas concepciones sobre el término de la familia que introducen, por ejemplo, estructuras diferentes al modelo tradicional, caracterizado por un hombre y una mujer, unidos en matrimonio y con hijos/as. Nuevas formas familiares surgen: las familias monoparentales, las familias homoparentales, las familias compuestas o reconstituidas, las familias sin hijos o, incluso, las familias en las que conviven varias generaciones (abuelos/as-hijos/as-nietos/as). Además, en cuanto a la dinámica interna de las familias también ha habido cambios. Un ejemplo de ello es que con la incorporación de la mujer al trabajo, ésta se desvincula de su rol dedicado exclusivamente a las tareas del hogar y la educación de los hijos y las hijas, lo que supone nuevas formas de interacción dentro del núcleo familiar.

Ante esta nueva realidad, nos encontramos con autores que consideran a la pareja sin hijos/as y que cohabitan en un mismo espacio de convivencia, estén casados o no, una familia; pero también hay autores que no lo creen de este modo. Desde esta

investigación cuando se hable de familia estaremos entendiendo lo mismo que Minuchin (1998, p. 47), quien dice que “la familia es un grupo de personas unidas emocionalmente y/o por lazos de sangre que han vivido juntas el tiempo suficiente como para haber desarrollado patrones de interacción que se estabilizarán en el tiempo dando una imagen de funcionalidad o disfuncionalidad”. De este modo, según la definición dada por el autor, el grupo formado por dos personas unidas emocionalmente y que conviven en un mismo hogar el tiempo necesario para generar unas pautas de interacción entre ellos, ya sean funcionales o disfuncionales, podría considerarse familia. Respecto al funcionamiento de las parejas, existen autores que hablan de funcionalidad o disfuncionalidad familiar en relación a la dinámica interna que se genera en el espacio de convivencia.

Ciscar et al. (2009), en la construcción del Modelo Restaurador de Orientación Familiar desde una perspectiva sistémica, consideran a la familia funcional como aquella que es capaz de redefinir las exigencias del entorno (a nivel familiar como social), de tal manera que puedan adaptarse, seguir evolucionando y conseguir soluciones, así como superar las crisis que pueden poner en peligro la estabilidad de la estructura y del funcionamiento familiar. Las familias disfuncionales, por el contrario, son las que se ven inmersas en dinámicas relacionales caracterizadas por la repetición de estrategias para afrontar situaciones que llegan a desestabilizar el sistema en su conjunto. La resolución poco efectiva, la culpabilización de algún miembro o la negación de la existencia de problemas son algunas de las características de las familias disfuncionales.

Estos autores afirman que para que una familia sea funcional tiene que poseer una serie de competencias que se agrupan en dos grandes áreas: por una parte, se definen las competencias instrumentales como las competencias relativas a la satisfacción de necesidades físicas, económicas y de desarrollo y promoción, y, por otra parte, se nombran las competencias relacionales que son las referentes a ámbitos de la organización e interacción de sus miembros (roles, intercambio afectivo, comunicación y diferenciación entre subsistemas con límites, normas, reglas y pautas de interacción).

Atri (2006), propone un enfoque de evaluación del funcionamiento familiar desde el modelo de Funcionamiento Familiar McMaster (FFMM), que tiene en cuenta seis dimensiones a considerar para poder hablar de disfuncionalidad o funcionalidad familiar. Este modelo también parte de una perspectiva sistémica de la familia y las dimensiones que propone son las siguientes: el involucramiento afectivo, las respuestas afectivas, el control de conducta, la comunicación, la resolución de conflictos y los roles.

1. El involucramiento o compromiso afectivo es la dimensión que valora la cantidad y calidad del interés que muestra la familia, como un todo y en forma individual, en las actividades e intereses de cada miembro de la misma. Atri (2006, p. 10), menciona seis tipos de compromiso:
 - La ausencia de compromiso hace referencia a la falta de interés en las actividades y bienestar de los otros miembros.
 - El compromiso desprovisto de afecto se desvincula de los sentimientos y se centra en el aspecto intelectual.
 - El compromiso narcisista se refiere a que el interés por el otro sólo depende del interés propio. De este modo, la atención y compromiso solo se dará en el caso de que las actividades y bienestar sea de interés para ambas partes.
 - La empatía es el nivel más funcional de esta dimensión, de manera que todo aquello que no se acerque a este nivel y sea cercano a los extremos, se considerará disfuncional. El compromiso empático hace referencia a un compromiso auténtico por las actividades y bienestar de los otros, aun cuando éstas sean diferentes al interés propio.
 - El sobrecompromiso hace referencia a un exceso de interés y preocupación por las actividades y bienestar de los otros miembros. La sobreprotección es una cualidad de este tipo de involucramiento.
 - La simbiosis o compromiso simbiótico tiene un carácter patológico. El interés patológico en el otro hace difícil establecer límites de individualidad, y es por tanto que la diferenciación de una persona de la otra es bastante complicada.

El compromiso afectivo funcional es aquel en el que se proporciona afecto, cuidado y bienestar, mientras que el disfuncional habla de la sobrecarga de uno de los miembros familiares, convirtiéndose en único receptor de los aspectos negativos de la unidad, según la autora.

1. Las respuestas afectivas es otra de las dimensiones a tener en cuenta y hace referencia a si la familia tiene la competencia de dar respuestas con sentimientos adecuados a los estímulos que se presentan, tanto en cantidad como en calidad. Según la autora, el punto funcional de esta dimensión se encuentra en la habilidad de una familia para expresar variedad de emociones, en el tiempo y duración razonables. Al mismo tiempo, éstas deben ser adecuadas al estímulo que se presenta.
2. La dimensión control conductual se refiere a los patrones que un sistema familiar pone en marcha para manejar el comportamiento del resto de miembros durante tres situaciones concretas según Atri (2006):
 - Situaciones caracterizadas por el peligro físico.
 - Situaciones que requieren el afrontamiento y la expresión de necesidades psicológicas, biológicas e instintivas.
 - Situaciones que requieren sociabilización intrafamiliar y extra familiar.

Además, según la autora, las familias pueden desarrollar y adoptar cuatro formas de control conductual, haciendo hincapié en lo siguiente: “el control de conducta flexible es el más efectivo y el control de conducta caótico es el menos efectivo” (p.12). Los patrones de control son:

- El control rígido de conducta: “los patrones de control o normas son estrechos y específicos para esa cultura y existe poca negociación o variación de las situaciones” (p. 11). Este patrón se puede vincular con un estilo autoritario de relación en el que hay una mínima negociación.
- El control flexible de conducta: “los patrones de control son razonables y existen la negociación y el cambio, dependiendo del contexto” (p. 11). Hay oportunidad de negociar y cambiar y se puede vincular con un estilo democrático de relación.

- El control laissez-faire de conducta: “existe total laxitud en los patrones de control a pesar del contexto” (p.12). No hay control y se puede vincular con un estilo de relación permisivo.
 - El control caótico de conducta: “es un funcionamiento impredecible y los miembros de la familia no saben qué normas aplicar en ningún momento, ni consideran la negociación ni hasta donde llegar”. Este patrón de control se acerca a una forma negligente de relación.
3. La comunicación hace referencia al intercambio de información dentro del sistema familiar. La existencia de unos patrones comunicacionales basados en la gran dificultad de intercambio de información afectiva es lo que confirma la disfuncionalidad de esta dimensión, mientras que los patrones funcionales de comunicación se refieren al incremento de información verbal y más concretamente al área instrumental.

Es por tanto, que la comunicación puede ser de dos tipos: instrumental y afectiva. Según la autora, los conflictos suelen darse en el segundo tipo de comunicación. Es en el intercambio de información afectiva en donde se suele producir la problemática dentro de esta dimensión del funcionamiento familiar. Además, se pueden evaluar distintos aspectos dentro de ésta:

- Si el contenido de los mensajes se expresa con claridad, se trata de una comunicación clara.
- Si el contenido del mensaje está camuflado, es decir, no es claro, es una comunicación encubierta o confusa.
- Si el mensaje va dirigido hacia quien se pretende dirigir, se trata de una comunicación directa.
- Si el mensaje no va dirigido a quien se pretende sino a otra persona o a ninguna en particular, la comunicación es indirecta.

Atri (2006, p.8), ejemplifica cuatro estilos de comunicación con la combinación de los distintos aspectos descritos en el párrafo anterior:

- Clara y directa: “estoy enojada contigo porque no me haces caso”

- Clara e indirecta: “los hombres que no me hacen caso me sacan de quicio”.
- Confusa y directa: “hoy te ves fatal”.
- Confusa e indirecta: “fíjate que ciertos hombres me provocan dolor de cabeza”.

Por último, se destaca que la coherencia entre el mensaje verbal y no verbal es un aspecto fundamental para el buen funcionamiento familiar, así como una comunicación clara y directa tanto a nivel afectivo como instrumental.

4. La resolución de conflictos es la dimensión que se refiere a la habilidad que posee o no una familia para hacer frente a los problemas que se presentan en el día cotidiano. Si la familia posee la habilidad de resolver los conflictos, de tal manera que les permite seguir con su funcionamiento de forma efectiva, se trata de una familia funcional en esta área. Por el contrario, si los problemas que acontecen alteran el funcionamiento efectivo del sistema, se trata de una familia disfuncional. Para evaluar si la resolución de problemas es efectiva o no, los autores del modelo MMFF proponen siete pasos. Éstos afirman que a mayor número de pasos empleados para la solución de conflictos, más cercanía supone para el grupo familiar a la funcionalidad y, viceversa, un menor recorrido en el uso de los pasos, les acerca a la disfuncionalidad. Las fases en la resolución efectiva de problemas son las siete que, a continuación, se enumeran:

- Identificación del problema.
- Comunicarse con la persona adecuada en relación al problema.
- Establecer alternativas de solución.
- Elegir alguna de las alternativas planteadas.
- Llevar a cabo la alternativa, es decir, poner en marcha la acción que requiere.
- Supervisar que la acción se realiza.
- Evaluar si esa alternativa fue efectiva para resolver dicho problema.

5. Los roles es la última de las dimensiones del funcionamiento familiar y se refiere a la repetición de unas pautas de comportamiento por los miembros

de una unidad familiar y a través de los cuales se cumplen unas funciones familiares, diferentes según el miembro.

Según Atri (2006, p. 8-9), existen 5 funciones primordiales a tener en cuenta en el funcionamiento familiar:

- **Manutención económica:** se refiere a la provisión de recursos tales como el dinero, alimento, vestimenta, etc.
- **Afectividad y apoyo:** esta función se refiere al plano afectivo principalmente, concretándose en el suministro de cuidados, afecto, confianza y comodidad a la familia.
- **Satisfacción sexual de los adultos:** se trata de la capacidad de disfrutar y satisfacer sexualmente a la pareja.
- **Desarrollo personal:** se trata de la existencia del apoyo a todos los miembros de la unidad familiar, buscando el despliegue de las habilidades para su logro personal.
- **Crecimiento y satisfacción personal de cada uno de los miembros:** hace referencia a las tareas que se vinculan al desarrollo físico, emocional, educacional, social de los niños, así como al desarrollo social y de recreación de los adultos.

Además, debe tenerse en cuenta dos aspectos referidos a los roles (Atri, 2006):

- La asignación de roles implica la concesión de una función a un miembro de la familia.
- El control o revisión de los roles implica los procedimientos que utiliza la familia para corroborar que dichas funciones se están o no cumpliendo.

Cuando el funcionamiento es relativamente sano, se tiende a asignar de una manera equitativa los roles sin sobrecargar a un solo miembro.

Método

Objetivos

Objetivo general

- Describir el nivel de celos en alumnos universitarios con pareja de UAP Tejupilco del Estado de México.

Objetivos específicos

- Identificar el nivel, de celos en alumnos universitarios del sexo masculino, con pareja de la UAP Tejupilco, de la UAEM.
- Identificar el nivel, de celos en alumnos universitarios del sexo femenino, con pareja de la UAP Tejupilco, de la UAEM.

.Planteamiento del problema

Los celos son emociones que pueden afectar a una persona en diferentes situaciones, estas situaciones hacen pensar ver o sentir que van a perder a la persona que aman o que perderán el cariño de esta, dichas emociones son negativas debido a que dentro de estas se presentan sentimientos de odio, tristeza, desesperación, angustia, estrés y miedo estas emociones son las que se observan con frecuencia en una persona celosa, cabe resaltar que ciertos sentimientos negativos pueden ser de mayor aumento en algunas personas.

Dichos celos se pueden observar en diferentes relaciones como familiares, sociales y amorosas, una hija única, al nacer su hermano menor puede sentir celos de este al ver que sus padres le dan más cariño a su hermano que a ella, aunque ciertos celos se presenten en estas relaciones en la actualidad los celos son más recurrentes en las relaciones amorosas que en otras (Barrera, 2011).

Una persona aunque puede sentir celos de un familiar o de su entorno social estos pueden ser más pasajeros, mientras que para una persona perder el afecto que tiene de su pareja sentimental por otra persona, haría que dichas emociones ya mencionadas tengan un efecto mayor en ellas y generar que los celos sean más concurrentes.

Debido a que los celos hoy en día se han incrementado de manera notable en las relaciones amorosas, estos incrementos son más por parte del género masculino que del femenino, ya que muchos de los hombres tienen un significado de celos más allá del propio. Dentro de este no solo entraría la parte afectiva sintiendo que pierden el cariño de su pareja, sino que también entraría la parte sexual, pues sus celos son más causados al pensar que su pareja se involucre de una forma sexual con alguien más que de una forma emocional. Al hablar del significado o la forma de percibir los celos de las mujeres ellas se involucrarían más hacia una parte emocional, pues quieren que todo el cariño, atención y tiempo de su pareja sea para ella y no para nadie más (Valdez, 2009).

Situaciones presentadas por celos han estado en la sociedad desde hace tiempo es un tema que ha sido abordado en diferentes aspectos por investigadores, profesionales o la sociedad misma. Los celos pueden causar muchas situaciones peligrosas para una pareja sentimental, estas causas siempre van a perjudicar a la persona más débil de la relación o la persona que es celada, dichos celos pueden presentar situaciones como violencia en la pareja, pues es una de las consecuencias más comunes que tienen los celos, se inicia faltando el respeto del otro y puede terminar en algo más como los golpes, una vez que una situación así inicia pueden llevar a mas consecuencias y más peligrosas. Al iniciarse la violencia en una relación esta puede pasar más allá, ya que si esta pareja ya tiene su familia formada pueden causar que comience a haber una familia disfuncional y violencia intrafamiliar (Portilla, Henao y Isaza, 2010).

Cuando la pareja no es capaz de controlar ciertos celos y estos llegan a su punto máximo se puede generar una de causas más graves de los celos, generar la muerte de la persona que se está celando, en el caso de una mujer a esto se le llama feminicidio, pues es una de las situaciones que en la actualidad se presentan muy común mente y su causa principal es casi siempre “los celos entre pareja”, estas causas generadas por los celos son las más importantes y más comunes que se generan cuando una persona presenta dichos sentimientos de celos, esto es debido a que una persona puede tener un significado propio de celos o una forma

distinta de percibir dichos celos o demostrarlos, como ya se mencionó las emociones juegan un papel importante en este tema pues mientras más negativas y más efecto emocional se genere de ellas, se provocara una intensidad grande de celos (Díaz-Loving, Rivera y Flores, 1986).

Barrera (2011), dice que la persona al tener un significado con mayor repercusión negativa de celos y dejarse llevar más por los sentimientos negativos puede provocar consecuencias que podrían afectar a su pareja a sí mismo o a su entorno. Puesto que en la actualidad muchas de las causas de maltrato, irrespeto en una relación de pareja o en casos extremos terminar con la vida del otro o con su propia vida se da por celos que se sienten por alguno de los dos, estas son las situaciones que se ven con mayor frecuencia hoy en día. Señalado lo anterior se plantea la pregunta principal de la investigación **¿Cuál es el nivel de celos en alumnos universitarios con pareja de la UAP Tejupilco?**

Tipo de estudio

La presente investigación es de tipo descriptivo, porque busca especificar las características importantes del grupo sometido al análisis; además de medir y evaluar los diferentes aspectos y/o elementos del fenómeno a investigar por parte de la variable, midiendo esta para poder describir lo que se está investigando, siendo el principal interés de este estudio medir con la mayor precisión posible.

Variables

Variable Independiente

Celos.

Definición conceptual: Según la APA (2010), define a los celos como una emoción negativa en la cual el individuo siente que un tercero quiere despojarle del afecto de un ser querido, implican una relación social entre los individuos, es decir, la pareja deseada, el rival y la pareja celosa; asimismo menciona que las relaciones

románticas son la fuente de los celos, pero cualquier relación afectiva es capaz de producirlos (padres, amigos y compañeros).

Definición operacional: para medir los Celos se utilizara el “Inventario Multidimensional de Celos” elaborado por Diaz Loving; et al. (1989).

Población

Se trabajara en la Unidad Académica Profesional Tejupilco (UAP), ubicada en el municipio de Tejupilco, Estado de México, se tomaran en cuenta a los alumnos que tengan o hayan estado en una relación de pareja.

Muestra

Tamayo y Tamayo (2006), define la muestra como: "el conjunto de operaciones que se realizan para estudiar la distribución de determinados caracteres en totalidad de una población universo, o colectivo partiendo de la observación de una fracción de la población considerada" (p.176).

Se utilizara una muestra no probabilística de tipo intencional, porque se pretende trabajar solo con 16 personas que actualmente tengan o hayan estado en una relación sentimental siendo universitarios para así dar validez a nuestra investigación.

Instrumento

El instrumento que se aplico fue el Cuestionario Multidimensional de Celos, elaborado por Diaz Loving; et al. (1989), que consta de 39 reactivos tipo Likert con 5 opciones de respuesta, el cual tiene como extremos completamente en desacuerdo y completamente en acuerdo. Las respuestas fueron codificadas con 1 para la primera opción hasta 5 para la última opción y 0 para la opción “No contestó”. La escala tiene 5 factores: factor 1. Emocional/Dolor (9 reactivos); factor II (11 reactivos); factor III (8 reactivos); factor IV (8 reactivos); factor 5 (4 reactivos).

La validez de constructo del cuestionario se obtuvo a través de un análisis factorial. En donde los autores eligieron aquellos factores que tuvieron valores superiores a

2.0. el instrumento final quedo constituido por los cinco factores antes mencionados y que explicaron el 62% de la varianza total de la prueba; dentro de cada factor fueron seleccionados en primer lugar aquellos reactivos que presentaron pesos factoriales superiores a ± 0.30 y en segundo lugar tuvieron congruencia conceptual de cada dimensión.

Para la confiabilidad del instrumento y a fin de corroborar la consistencia interna de cada una de las escalas, los autores realizaron una serie de Coeficientes de Alfa de Cronbach, en donde la misma fue superior en todos los casos a 0.70. Dada que no son los fines de esta investigación el comparar los resultados que obtuvieron los autores del instrumento original se recomienda al lector revisar el articulo original de Diaz Loving; Rivera Aragon y Flores Galaz, (1989).

Diseño de la investigación

La presente investigación es de tipo no experimental transversal ya que la variable se analizó en su contexto natural y la investigación se realizó en un tiempo y momento único.

Captura de la información

Para llevar a cabo la investigación como primera instancia se asistió a la escuela, Unidad Académica Profesional Tejupilco, para establecer un acuerdo de autorización directamente con el director de la unidad, informándole los usos, fines y objetivos de la investigación.

Se prosiguió con dar a conocer a los alumnos para que dieran el asentimiento y se llevó a cabo la aplicación, resaltando que solo se trabajara con aquellas personas que tengan una relación de pareja. El día de la aplicación se dieron las instrucciones y durante el proceso del inventario se estuvo al pendiente en caso de cualquier duda o aclaración del mismo.

Finalmente se agradeció la participación a todos los alumnos que contribuyeron en contestar el inventario.

Procesamiento de la información

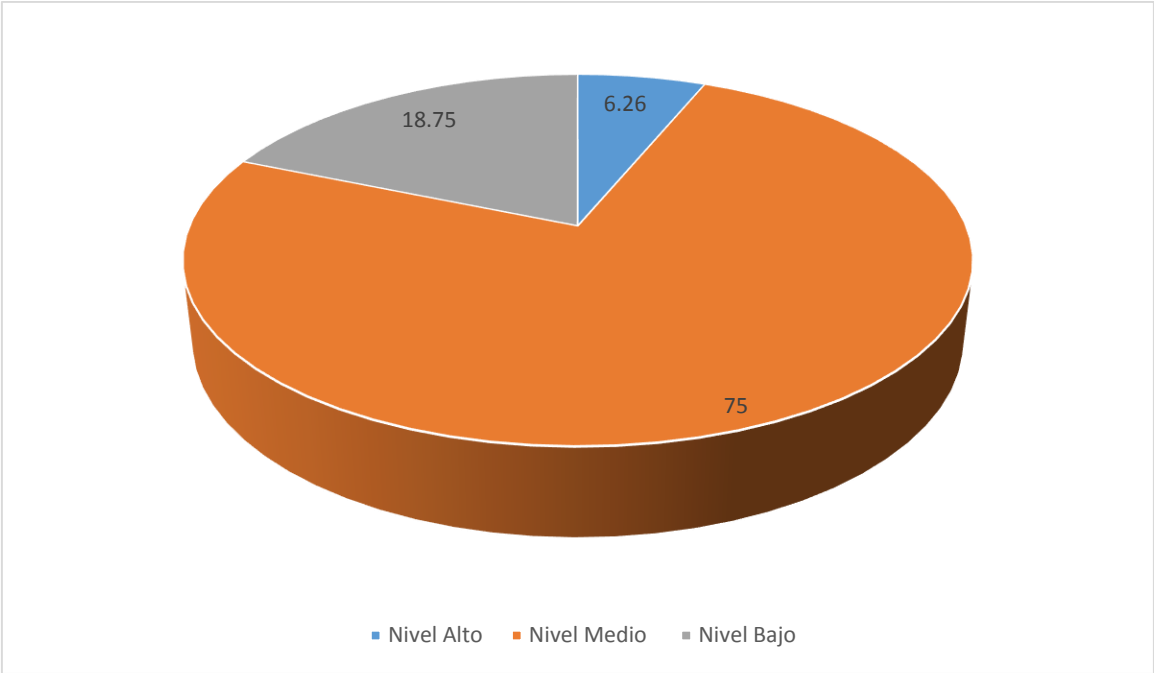
Ya aplicado el Cuestionario Multidimensional de Celos, elaborado por Diaz Loving; et al. (1989), se hizo el procesamiento de la información en el paquete estadístico SPSS versión 20.0 para el análisis de la variable se utilizó la estadística descriptiva y obteniendo frecuencias y porcentajes para obtener el nivel de celos en las parejas universitarias, una vez obtenidos los resultados se elaboraron las siguientes gráficas.

Resultados

Hablamos de “celos” para referirnos al miedo a perder a la pareja, a ser engañados o rechazados por ésta, a que ésta nos sustituya por otra persona. La respuesta de “Celos” viene caracterizada por pensamientos distorsionados e irracionales acerca de nuestra pareja y nuestra relación, que generan respuestas de temor y ansiedad, y por actuaciones encaminadas a ejercer control sobre las conductas de la pareja, con el objetivo de buscar seguridad y mitigar nuestros miedos.

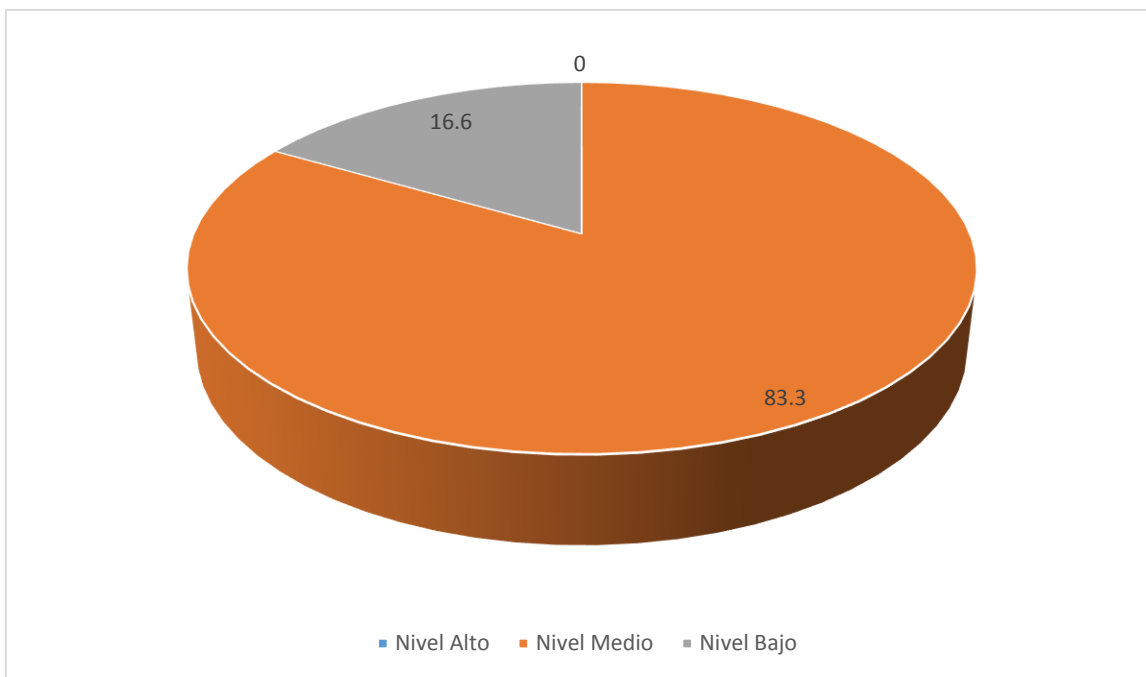
Después de la aplicación del Cuestionario Multidimensional de Celos Rolando Díaz Loving (1989), se obtuvieron los siguientes resultados.

Gráfica 1. Nivel de Celos en General



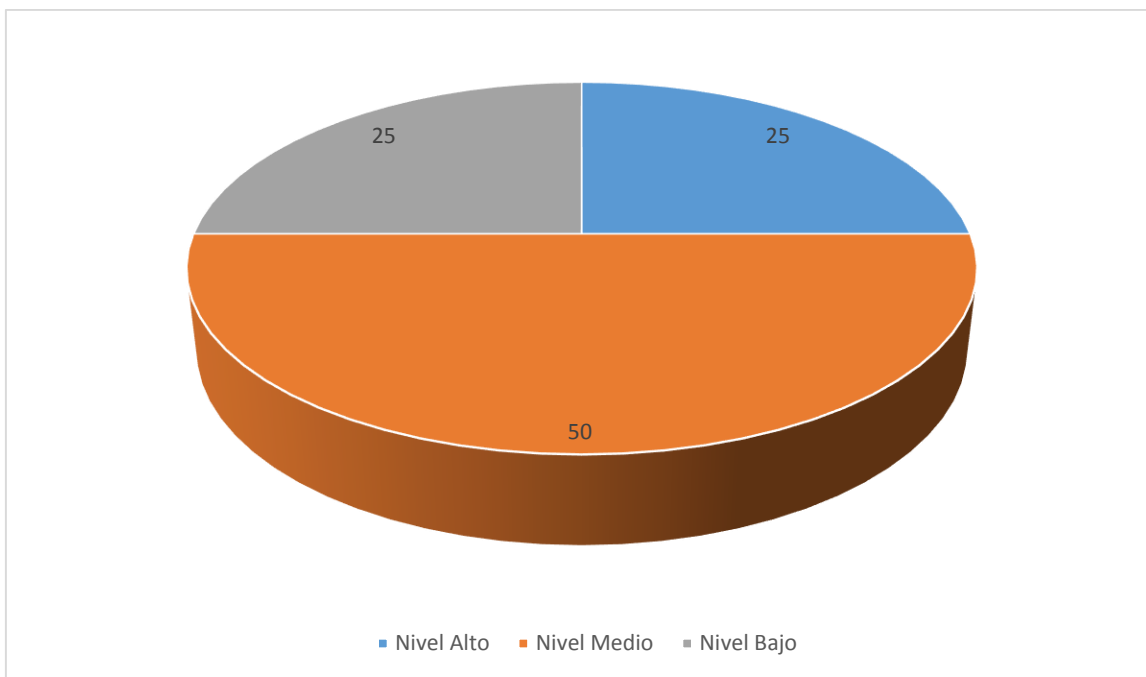
En la gráfica 1. El 6.26% de los universitarios tiene un Nivel Alto de celos, el 18.75% presenta un Nivel Bajo y finalmente el 75% presenta un Nivel Medio de celos.

Gráfica 2. Nivel de celos en Mujeres.



En la gráfica 2. El 0% de las mujeres universitarias tiene un Nivel Alto de celos, el 16.6% presenta un Nivel Bajo y finalmente el 83.3% presenta un Nivel Medio de celos.

Gráfica 3. Nivel de celos en Hombres.



En la gráfica 3. El 25% de los hombres universitarios tiene un Nivel Alto de celos, el 25% presenta un Nivel Bajo y finalmente el 50% presenta un Nivel Medio de celos.

Discusión

En la actualidad, los celos han sido una constante problemática en nuestro entorno, por lo que se hace necesario indagar acerca de las variables y componentes fundamentales de esta problemática. De esta manera, se puede hacer una descripción correcta de lo que a los celos se refiere y se pueden hacer inferencias con base en los resultados.

Los celos se han definido y caracterizado de diversas maneras; por esta razón, existe una gran dificultad para dar una definición exacta. Diversos autores, entre ellos Costa y Silva; Reidl; Sommers (como se citaron en González, 2005), han definido los celos como una emoción compuesta y compleja, caracterizada por diversas reacciones afectivas y sentimentales. En la mayoría de las ocasiones, estos se refieren a emociones básicas como: el miedo, el enojo y la tristeza. “La depresión, la ansiedad, la ira, el incremento de la excitación sexual y el amor son las emociones más asociadas a los celos” (Mathes, Adams y Davies, como se citaron en Canto y Burgos, 2009).

Ellis (1993), afirma que los celos son emociones que experimentan las personas que hacen parte de culturas con filosofías monogámicas y románticas del sexo, del amor y del matrimonio; las culturas que tienen tendencia a generar celos son aquellas que tienen en cuenta ideas de posesividad o de derechos de propiedad, en las cuales las mujeres son consideradas una propiedad y los hombres cuentan con derechos patriarcales. De igual forma, Nazaré y Romariz (2008), definen los celos como una respuesta emocional que es provocada por una situación de competencia por refuerzos primarios y secundarios, mientras que la conducta celosa es concebida como clase operante; es decir, ésta es reforzada negativamente por el rival, por la eliminación de éste o la atenuación de la situación. Además, la conducta celosa es controlada por la misma situación de competencia y tiene consecuencias como: la cólera, el miedo, la tristeza, etc. Se afirma que puede haber conducta celosa sin necesidad de que exista la emoción como mediador.

De acuerdo a los resultados obtenidos en la investigación, de manera general se obtuvo que el 75% presenta un nivel medio; indicando con ello que los universitarios presentan características tales como conducta controladora, vigilante, asfixiante, insegura, deprimida en ciertos momentos, agresiva en otros y siempre dependiente. Todo esto coincide con lo que aseguran García, Gómez y Canto (2001), los celos son emociones originadas por la sospecha real o imaginaria de una amenaza hacia las relaciones que se consideran valiosas; además, los celos se encuentran condicionados por un sentido desmesurado de propiedad y de exclusividad y no necesariamente se limitan al deseo sexual. Algunos autores, como Sommers (como se citó en González, 2005), afirman que los celos patológicos son un trastorno de esta emoción, que surgen de una alteración afectiva-emocional anormal, que activa conductas moldeadas por estados afectivos, en las que todas las funciones psicológicas se alteran profundamente. Sumado a lo anterior, Reidl (2005), afirma que los celos son provocados por unas situaciones en las que intervienen por lo menos tres actores: el celoso, el celado y el rival.

De igual manera, Ochoa (1998), afirma que los celos son un fenómeno cognoscitivo, psicológico, social y emocional, que se fundamenta en las ideas respecto a cómo deben actuar las personas entre sí, y que éstas están determinadas por las normas culturales, así como por las motivaciones personales.

Así mismo se encontró que de manera general el 18.75% de los alumnos universitarios con pareja de la Unidad Académica Profesional Tejupilco tiene un nivel bajo, este tipo de celos surge en breves momentos cuando una persona se siente insegura de la posibilidad de perder a su compañero. Estos celos suelen ser proporcional al motivo, y la persona puede guardárselo para sí misma si es necesario o saber cómo expresarlo a su compañero de forma apropiada, esto coincide con lo que menciona Barrón, A. y Martínez (2007), ya que consideran que este tipo de celos son aquellos que se dan en una situación en la cual el individuo se percata de la amenaza que es reconocida por la mayoría de las personas y que a su vez presenta reacciones comunes en una cultura específica.

En cuanto a los resultados de manera general se obtuvo que el 6.26% de los alumnos universitarios con pareja tiene un nivel alto, lo cual indica que las personas con este nivel de celos presentan habitualmente un nivel de inseguridad personal alto y una baja autoestima, lo que lleva a asumir como cierto el pensamiento de que no son lo suficientemente valiosos como para ser dignos del amor de la persona y que al ser poco valiosos su pareja, tarde o temprano, les abandonara por cualquier persona, puesto que todos los demás tienen más valía personal. Es por este pensamiento sobre si mismos que los celos y las conductas celosas tienen como objeto evitar la confirmación de esta creencia de poca valía personal.

Lo anterior coincide con lo que menciona Ayala (2001), al decir que este tipo de celos están más relacionados con la necesidad de control y la desconfianza que con el amor. Menciona que son celos obsesivos que crean una espiral destructiva en la relación de pareja que conlleva al deterioro de la misma y en muchos casos conduce a su disolución. El problema es que la persona celosa desarrolla una visión distorsionada de la realidad y un comportamiento obsesivo. Dedicar gran parte de sus esfuerzos y tiempo a buscar pruebas de un posible engaño, rechazando cualquier argumento racional que indique lo contrario. De esta forma, el comportamiento del celoso provoca lo que finalmente teme: la pérdida del ser amado.

De la misma forma Anteparra (2006), menciona que este nivel de celos se puede catalogar como un trastorno. Este tipo de celos son infundados y pueden llegar a obsesionar a la persona que los padece, convirtiéndose en el centro alrededor del cual gira su mundo. Como resultado, repercuten negativamente en su comportamiento y generan hostilidad, autocompasión y una profunda inseguridad. La persona que experimenta celos obsesivos llega a demandar que su pareja no se implique emocionalmente con nadie, muchas veces, ni siquiera con sus amigos. Para evitar que esto suceda, se dedica a vigilar cada uno de sus movimientos, llegando a imponer reglas absurdas.

Por su parte Canto (2009), considera que los celos son sentimientos de sospecha, desconfianza y temor que se producen en relación a otra persona. En los celos

suelen subyacer sentimientos de inseguridad, angustia, inferioridad, miedo, baja autoestima, dependencia. Los celos son una emoción compleja y negativa, que surgen ante la sospecha real o imaginaria de una amenaza que se presenta ante una relación amorosa que se considera muy valiosa, esto coincide con lo que indica Pines (1998), al mencionar que los celos son una consciencia dolorosa de frustración; una pasión vivida en la angustia, en la cólera, en el despecho, un sufrimiento engendrado y exasperado por la imagen de un rival. Para ello Barrera (2011), menciona que las emociones son un sistema anterior a la cognición, las cuales impactan en el entorno de las personas a nivel molecular, celular y del mismo modo, influye en la reacción de órganos, tejidos y sistemas, hasta producir un comportamiento, y en el caso de los celos y las relaciones de pareja, generan comportamientos con ofensas graves.

Los resultados en cuanto el nivel de celos por sexo mostraron que tanto hombres con un 50% y mujeres 83.3%, cuentan con un nivel de celos moderado, lo cual indica que estos celos son una emoción que surge como consecuencia de un exagerado afán de poseer algo de forma exclusiva y cuya base es la infidelidad, real o imaginaria, de la persona amada. Se puede señalar una muestra de preocupación e interés hacia la pareja, lo que puede ser un reflejo del amor experimentado.

Sin embargo, la aparición de estos celos refleja frecuentemente la existencia de inseguridad personal, así como un sentimiento de posesión sobre la pareja y un temor a perderla en beneficio de un rival, por lo que resulta extremadamente difícil establecer el límite entre los celos normales y los celos patológicos; estos últimos constituyen un trastorno caracterizado por una preocupación excesiva e irracional sobre la infidelidad de la pareja, que provoca una intensa alteración emocional y que lleva al sujeto a desarrollar una serie de conductas comprobatorias (auténticos rituales compulsivos), con el objetivo de controlar a la otra persona.

Lo anterior coincide con lo que menciona Martínez y Rodríguez (1996), en donde considera que estos celos son la amenaza imaginaria de la pérdida o infidelidad de la pareja, que se manifiesta con reacciones desproporcionadas y exageradas ante dicha amenaza.

Los celos se expresan a partir de una amplia gama de comportamientos, emociones y cogniciones, las cuales se manifiestan a través de tres canales de respuesta: motor, cognoscitivo y fisiológico; estos han sido estudiados por diversos autores, en ocasiones como características aisladas.

Martínez y Rodríguez (1996), afirman que la persona celosa, ante la amenaza real o imaginaria, responde a través de cada uno de los tres canales, que deben tenerse en cuenta de forma conjunta, de la siguiente manera:

- Canal fisiológico: respuestas de ansiedad como: taquicardia, inapetencia, dolor de cabeza, en el pecho, etc.
- Canal motor: se evidencian generalmente por actos dirigidos a oponerse a la amenaza, ya sea que la acción sea pasiva (miradas, comportamiento no verbal) o agresiva (comportamiento verbal, lenguaje con sarcasmos, golpes, o hasta llegar a matar al “amante”); además de lo anterior, se presenta una hipervigilancia a señales de peligro relacionadas con la pareja.
- Canal cognoscitivo: distorsiones cognoscitivas e ideas delirantes de tipo paranoico, en las cuales la percepción de un comportamiento del otro hacia determinada persona (de amabilidad; por ejemplo, dentro de los parámetros de lo aceptado socialmente), se percibe como señal de infidelidad, de rechazo y de desplazamiento.

La experiencia de celos no es experimentada por todas las personas de la misma manera; las diferencias individuales y la forma en que se ha establecido el apego, serán un punto determinante, como lo son también las representaciones cognoscitivas y las expectativas que se tienen acerca de sí mismo y de las figuras de apego.

Conclusiones

De acuerdo a los resultados se concluye lo siguiente:

- Los celos son una consciencia dolorosa de frustración; una pasión vivida en la angustia, en la cólera, en el despecho, un sufrimiento engendrado y exasperado por la imagen de un rival
- El origen de los celos es la necesidad compulsiva de recibir atención de la pareja, de ser considerado por la persona afectivamente próxima y ser el centro único de referencia para los demás.
- El nivel de celos predominante en los estudiantes universitarios que actualmente están en una relación de pareja alcanza un nivel medio con un 75%.
- Los celos se experimentan por respuesta a una amenaza o a la pérdida real de un valor (sobre todo sexual) debido a un rival real o imaginario.
- Los celos provocan un estado mental y afectivo caracterizado por: o la ausencia de reflexión y análisis lógico-racional de los acontecimientos, o actitudes tiránicas, o quejas injustificadas, o desconfianza respecto a la persona en cuestión o y chantajes emocionales.
- El nivel de celos más frecuente en mujeres fue el nivel medio con un 83.3%.
- El nivel de celos más frecuente en hombres fue el nivel medio con un 50%.
- La persona celosa se puede decir que son sujetos con alto grado de neuroticismo. En cuanto a los rivales se ha logrado demostrar que los sujetos más atractivos tienden a evocar más este sentimiento
- El comportamiento cognitivo de una persona celosa es sumamente fabulador, imaginando situaciones y comportamientos de la pareja de manera errónea, en el estado afectivo, la persona siente miedo ante la posibilidad real o ficticia de que otra persona “rival” le robe el objeto de su amor, cariño, etc.
- Los celos mórbidos o delirantes, también conocidos como Síndrome de Otelo (SO), se refieren a la ilusión de la infidelidad de una pareja.

- La celotipia no es un trastorno psiquiátrico, sino un síndrome que se produce en muchas condiciones psiquiátricas.
- Se habla de celos normales cuando se componen de la pena, el dolor ante la idea de perder al objeto amado y de la herida narcisista. Existe un sentimiento de hostilidad hacia el rival y autocrítica por la pérdida del objeto amado.

Sugerencias

De acuerdo a los resultados se sugiere lo siguiente:

- Al responsable del servicio de psicología de la UAP, realizar talleres de sensibilización en los cuáles se den a conocer las causas de la celotipia.
- Crear programas de intervención en los cuáles se refuerce la autoestima de los estudiantes, para así lograr que ellos reconozcan las características positivas que poseen.
- Llevar a cabo la elaboración de talleres, en los cuales se aprecie la importancia de la autonomía y la toma de decisiones.
- Elaborar sesiones psicoeducativas, en las que se hable acerca de la importancia de la comunicación asertiva, la cual permitirá a los estudiantes buscar alternativas de solución y así prevenir desacuerdos en la relación de pareja.
- Se sugiere continuar con la línea de investigación de la variable celos y así profundizar su relación con otras variables que ayuden a la prevención de las posibles consecuencias que estas desencadenan.
- Llevar la aplicación de talleres, donde se implementen maneras de comunicación entre la pareja.
- Platicas de sensibilización para que el sujeto tome conciencia sobre las ideas irracionales que dan origen a los celos.
- Generar espacios que permitan al sujeto reaprender formas de comunicación que le permita expresar de forma sana lo que piensa y siente.
- Identificar la red de apoyo del sujeto como factor de protección para favorecer el proceso.

Referencias

Referencias Bibliográficas

- ALTABLE, CH. (2008). *Penélope o las trampas del amor*. Valencia: Nau Llibres.
- Almanzar, Boyzo, Ruiz, Vásquez & Vásquez (2011), elaboraron un estudio con el propósito de conocer la frecuencia con la que se presentan los celos en las parejas de adolescentes. México. Recuperado de: http://www.esup.edu.pe/descargas/dep_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%20ta%20Edici%C3%B3n.pdf.
- American Psychological Association. (2010). *APA. Diccionario conciso de psicología*. Editorial El Manual Moderno.
- ATRI y ZETUNE R. (2006). Cuestionario de Evaluación del Funcionamiento Familiar (EFF). En Velasco, Campos M. L. y Luna, Portilla M. del R., compiladoras. *Instrumentos de evaluación en terapia familiar y de pareja*. México: Pax, 1-27.
- Barrón, A. y Martínez, D.(2007). *Los celos: Una perspectiva Psicológica y Social*. España.
- BECK, A.T. (1988). *Love is never enough*. Nueva York: Harper y Row.
- BERK, L. (1998). *Desarrollo del niño y del adolescente*. Madrid: Prentice.
- Barrera M., J. A. (2011) *Celos*. México. Alfaomega.
- BARRÓN, A., & Martínez, D. (2001). *Los celos: una perspectiva psicológica y social*. Málaga, España. Ed. Aljibe.
- BOAL, R.M. (2003). *Variables y factores que determinan la calidad y satisfacción de la relación de pareja*. Tesis doctoral. Salamanca.
- BOSZORMENYI-NAGY, I. (1962). The concep of schizophrenia from the perspective of family treatment. *Family process*, 1, 103-113.
- BUENO, M. (1985). *Relaciones de pareja. Principales Modelos Teóricos*. Bilbao: Desclée de Brouwer.

- BURLESON, B.R. Y DENTON, W.H. (1997). The relationship between communication skills and marital satisfaction: Some moderating effects. *Journal of the Marriage and the Family*, 59, 884-902.
- Calixto, G. (2013). *Psicoterapia de pareja* (3a.ed., Vol. 2). México, D.F. México,
- CANTO, J., & Burgos, M. (2009). Diferencias entre sexos entre los celos románticos: Una confrontación teórica. *Psicología&Foco*, 2 (1), 120-130.
- Canto, J., García, P. y Gómez, L. (2009). Celos y emociones: Factores de la relación de pareja en la reacción ante la infidelidad. *Athenea Digital*. Universidad de Málaga. Núm. 15. 39-55
- CARRASCOSO, F. (2011). Celos: Un caso de aplicación de la psicoterapia analítica funcional. Sevilla, España.
- CHRISTOFER, F.S. y CATE, R.M. (1988). Premarital sexual involvement: A developmental investigation of relational correlates. *Adolescence*, 23, 793-803.
- DeSteno, D. y Salovey P. (1996). Evolutionary origins of sex differences in jealousy? Questioning the "Fitness" of the Model. *Psychological Science*. 7, 367-372.
- DeSteno, D., Valdesolo, P. y Bartlett, M.Y. (2006) Jealousy and the threatened self: Getting to the heart of the Green-eyed monster. *Journal of the Personality and Social Psychology*. 91. 626-641
- Ellis, A. y Legu, L. (1993). Como aplicar algunas reglas básicas del método científico al cambio de las ideas irracionales sobre uno mismo, otras personas y la vida en general. *Psicología Conductual*, 1 (1), 101-110.
- FELIU, M.H. Y GÜEL M.A. (1992). *Las relaciones de pareja. Técnicas para la convivencia*. Barcelona: Martínez Roca.
- Frijda, N. (1986). *The emotions*. Cambridge: Cambridge University Press.
- GARCÍA, P., Gómez, L., & Canto, J. (2001). *Reacción de celos ante una desilusión*. Barcelona, España. Ed. Heder.

- García, P., Gómez, L. y Canto, J. M. (2001). Reacción de celos ante una infidelidad: diferencias entre hombres y mujeres y características del rival. *Psicothema*, 13 (4), 611-616
- GIDDENS, A. (2001). *Sociología*. Madrid: Alianza Editorial.
- GÓMEZ, J. (2004). *El amor en la sociedad del riesgo*. Barcelona: El Roure.
- González, E. (2005). Celos patológicos y delirio celotípico. *Revista de Psiquiatría Facultad de medicina de Barcelona*, 11, 11-22.
- GOTTMAN, J. (1993). A theory of marital dissolution and stability. *Journal of family psychology*, 7, 57-75.
- GOTTMAN, J.M. y SILVER, N. (2001). *Siete reglas de oro para convivir en pareja*. Plaza y Janés.
- GHELER, R. (1995). *Estilos de Amor e de Apego em Mulheres envolvidas em Situação de Violencia no Relacionamento Amoroso*. Mestrado em psicologia. Universidad de Sao Paulo
- HALEY, J. (1963). Marriage therapy. *Arch, Gen. Psych*, 8, 213-234.
- HUPKA, R (1991) *La psicología de los celos y la envidia*. Nueva York. Guildford.
- Hupka, R.B. (1984). Jealousy: Compound, emotion or label for a particular situation? *Motivation a emotion*. 8 (2). 141-142
- Idrogo, L. & Sánchez, D. (2013) *Celos en Pareja en Varones y Mujeres de una Universidad Privada de Chiclayo*. (Tesis para Obtener el título de Licenciada en Psicología, Perú: Facultad de Humanidades Escuela Académico Profesional de Psicología y Universidad Particular Señor de Sipán).
- LAGARDE, M. (2005). *Para mis socias de la vida. Claves feministas*. Barcelona: Horas y Horas. - (2000). *Claves feministas para la autoestima de las mujeres*. Madrid: Horas y Horas. - (1999). *Acerca del amor: las dependencias afectivas*. Valencia: Asociació de dones joves.

- LAWRANCE, K. y BYERS, E.S. (1995). Sexual satisfaction in long-term heterosexual relationships: The Interpersonal Exchange Model of Sexualsatisfaction. *Personal Relationships*, 2, 267-285.
- LEE, J. (1973). *The colors of love: an exploration of the ways of loving*. Toronto: New Press
- LEWIS, R.A. y SPANIER, E.B. (1979). Theorizing about the quality stability of marriage. In W.R. Burr, R. Hill, F.I. Nye, y I.L. Reiss (Eds.), *Contemporary theories about the family* (268-294). Nueva York: Free Press.
- LIBERMAN, R., WHEELER, E.G., de VISSER, L., KUEHNEL, J. y KUEHNEL, T. (1987). *Manual de terapia de pareja*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- LÓPEZ, E. (2007). Relación entre la cultura del honor, celos y satisfacción de pareja. *Boletín de Psicología* (94) 7-22.
- Martínez, J. (2013). *Celos, claves para comprenderlos y superarlos* (3ª ed.). México D.F
- Martínez, N. y Rodríguez, M. (1996). Estudio descriptivo correlacional acerca de la conducta de celos y algunos factores implicados: perspectivas teóricas y adaptación de una escala de celos en población universitaria [tesis de grado]. Bogotá: Universidad Nacional de Colombia.
- MARTÍNEZ, J.L. y FUERTES, A. (1999). Importancia del clima familiar y la experiencia de pareja en las relaciones de amistad adolescentes. *Revista de Psicología Social*, 14, 235-250.
- Monroy, E., Amador, R. & Rodríguez, C (2011) Tipos de celos en una comunidad universitaria *Revista Universitaria Digital de Ciencias Sociales (RUDICS)*. Vol. 6. No. 11. Agosto 2015.
- MINUCHIN, S. (1998). *El arte de la terapia familiar*. Barcelona: Paidós
- Nazaré, C. y Romariz, S. (2008). Celos: un ejercicio de interpretación desde la perspectiva del análisis de la conducta. *Diversitas*, 4 (1), 139-147.

- NEVES, E.A. (2001). Caminhos para Iniciar um Relacionamento Amoroso e sua Relação com Estilos de Amor, Timidez e Sociabilidade: Um Estudo Exploratório. Mestrado em psicología. Universidad de Sao Paulo.
- Ochoa. (2009). Validez de constructo y confiabilidad del inventario multidimensional. Colima, Colombia: [s.n]
- PARRA, F. ¿Para qué sirve la Teoría de los Sistemas en Sociología? Revista REIS, 15, 115-232.
- Pines, A. (1998). Los celos ¿Dónde está el límite? Barcelona: Ediciones Vergara.
- Portilla Ferrer, L. Y., Henao López, G. C. y Isaza Valencia, L. (2010). Diferencias sexuales en la experiencia subjetiva de los celos: una mirada desde la psicología evolucionista. Universidad de San Buenaventura, Medellín, Colombia. Pensamiento Psicológico. Vol. 8, No. 15. 53-62
- PLAZA, J. (2007). El discurso del éxito en las revistas para adolescentes. Revista de Estudios de Juventud. 78, 91-105.
- Reidl, L. (2005). Celos y envidia: emociones humanas. México. Universidad Nacional Autónoma de México.
- RETANA, B., & Sánchez, 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.
- SABINI, J. & Green, M. (2004). Respuestas emocionales a la infidelidad sexual y emocional: Constantes y diferencias entre los sexos: muestras y métodos. Boletín de personalidad y psicología. 30 (11),1375-1388.
- SATIR, V. (1980) Relaciones humanas en el núcleo familiar. Mexico: Pax
- SAMPSON, E. (1993). Celebrating the other. A dialogical account of human nature. Londres: Harvester Wheatsheaf
- SÁNCHEZ, R. (2009). Efectos Diferenciales del Bienestar Subjetivo, autorrealización y celos en las fases de amor pasional. Revista Enseñanza e investigación en psicología, 14 (1), 5-21.

- Trivers, R. (1972). Inversión de los padres y selección sexual. Cambridge, MA: Biological Laboratories. Universidad de Harvard.
- Valdez M., J.L. (2009). Teoría de la paz o equilibrio: una nueva teoría que explica las causas del miedo y sufrimiento, y que nos enseña a combatirlos. EDAMEX. México.
- WALKER, S. y BARTON, L. (eds.) (1983): Gender, class and education. Nueva York: The Falmer Press
- WAMBOLDT, F.S. Y REISS, D. (1989). Defining a family heritage and a new relationship: Two central themes in de making of a marriage. Family Process, 28, 317-335.
- WATZLAWICK, P. (1963). A Review of the Double bind Theory. Family Process, 2, 132- 153.
- White, G. (1991). Self, relationship, friend, and family: Some applications of systems theory to romantic jealousy. En P. Salovey (Ed), the psychology of jealousy and envy New York: Guilford (pp. 231-251).
- YELA, C. (2003). La otra cara del amor: mitos, paradojas y problemas. Encuentros en Psicología Social, 1(2), 263-267. 94
- (2002). El amor desde la Psicología social: ni tan libres ni tan racionales. Madrid: Pirámide
 - (1974). Teoría General de Sistemas y Psicología. Rev. De la Universidad Complutense de Madrid, XXIII, 89, 78-92

Referencia Cibergraficas:

- Alvarez, J., Candia, M., Estefanero, G., Franco, P.M. (2008). Relación Entre los Celos y la Tendencia Infiel en Jóvenes. (Tesis). Universidad Nacional de San Agustín-Arequipa de Perú, Recuperado de: http://www.psicologia-online.com/articulos/2008/10/celos_infidelidad.shtml.

Alvárez-Gayou, J. L. (2012). Te celo porque te quiero: Cómo los celos nacen del amor, pero lo matan. Grijalbo. Recuperado de: <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=1XE9hdY4owEC&oi=fnd&pg=PT2&dq=Las+personas+que+han+sido+traicionadas+alguna+vez+por+alguien+en+quien+confiaban+es+m%C3%A1s+probable+que+posteriormente+desarrollen+una+personalidad+celosa.+&ots=Un64Mj6NCu&sig=vuoyk0QAWAQqq0PDLwmDPLtuM9U>

Anteparra, L. (2006). El dolor de los celos. España. Recuperado de: <http://normadelito.nireblog.com/post/2000/02/11/el-dolor-de-los-celos>

Ayala, P. (2001). Aprender a manejar los celos. Recuperado de <http://www.inteligenciaemocional.org/cursos-gratis/celos/index.htm>

BOSCH, E., FERRER, V., GARCÍA, M.E. RAMIS, M.C., MAS, M.C., NAVARRO, C. y TORRENS, G. (2007). Del mito del amor romántico a la violencia contra las mujeres en la pareja. Uv. de las Islas Baleares. Instituto de la Mujer. Ministerio de Igualdad. Extraído el 18 de noviembre de 2013 de: <http://centreantigona.uab.cat/izquierda/amor%20romantico%20Esperanza%20Bosch.pdf>

Camacho, J. (2004). Fidelidad e infidelidad en las relaciones de pareja. Buenos Aires: Dunken. Recuperado de: <http://www.fundacionforo.com/pdfs/archivo42.pdf>

Cortese, A. (2012). Aprender a manejar los celos, manual práctico basado en las investigaciones de Ayala Malach Pines. Recuperado de <http://www.inteligenciaemocional.org/cursos-gratis/celos/index.htm>

FERRER, V. y BOSCH, E. (2013). Del amor romántico a la violencia de género. Para una coeducación emocional en la agenda educativa. Rev. de curriculum y formación del profesorado; Vol.17, núm. 5, 105-122. Extraído el 18 de noviembre de 2013 de: <http://www.ugr.es/~recfpro/rev171ART7.pdf>

Gallegos, R. (2007). Crecimiento y bienestar emocional. Recuperado el 12 de Julio del 2015 de: <http://www.crecimiento-y-bienestar-emocional.com/manejo-celos.html>

García, Gómez & Canto (2001) diferencias entre hombres y mujeres en las situaciones desencadenantes de celos y como estas reacciones son afectadas por ciertas características de las relaciones de pareja. España. Recuperado de: <http://www.raco.cat/index.php/Athenea/article/viewFile/130655/180397>

HERNANDO, A., GARCÍA, A.D. y MONTILLA, C. (2012). Exploración de las actitudes y conductas de jóvenes universitarios ante la violencia en las relaciones de pareja. Revista Complutense de Educación, Vol.23, num.2, 427-432. Extraído el 18 noviembre de 2013 de: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4134093>

Loving, R. (1989). Anatomía del amor. Recuperado el 7 de agosto del 2015 de <https://files.wordpress.com//anatomia-del-amor.pdf>

Maganto, J. M. (2010). Como potenciar las emociones positivas y afrontar las emociones negativas. España: Piramide. Recuperado de: http://www.sc.ehu.es/ptwmamac/Capi_libro/Libro%20de%20emociones/55-7%20La%20envidia%20y%20los%20celos.pdf

Martínez, N., García, L., Barreto, D., & otros (2013) características de los celos en un grupo de estudiantes universitarios de la ciudad de Bogotá. Recuperado de: http://www.uelbosque.edu.co/sites/default/files/publicaciones/revistas/cuadernos_hispanoamericanos_psicologia/volumen13_numero1/005_caracteristicas_celos_grupos_estudiantes.pdf

MELERO, R. (2008). La relación de pareja. Apego, dinámicas de interacción y actitudes amorosas: consecuencias sobre la calidad de la relación. Tesis doctoral. Uv. De Valencia. Extraído el 26 de enero de 2014 de: <http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/10234/melero.pdf?sequence=1>

MONJAS, M., GARCÍA, B., ELICES, J., FRANCIA, M. y BENITO, M. (2004). Ni sumisas ni dominantes. Los estilos de relación interpersonal en la infancia y en la adolescencia. Memoria de investigación. Extraído el 18 de noviembre de 2014 de: www.sabiduriaaplicada.com/documentos/ni-sumisas-ni-dominantes.pdf

Perles, F., San Martín, J., Canto, J & Jiménez, P (2011). Inteligencia emocional, celos, tendencia al abuso y estrategias de resolución de conflicto en la pareja 2011. Recuperado de: http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S198938092011000100005&script=sci_arttext&tlng=pt

Ramos, G. (2013). Tecnología y convivencia. Recuperado el 12 de setiembre del 2015, de: <https://www.uade.edu.ar/upload/Estudio%20sobre%20tecnologia%20uso%20del%20celular%20VF.pdf>

RODRÍGUEZ, V., SÁNCHEZ, C. y ALONSO, D. (2006). Creencias de adolescentes y jóvenes en torno a la violencia de género y las relaciones de pareja. Portularia, Vol. VI, núm. 2, 189-204. Extraído el 18 de noviembre de: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2487932>

Torres, A. (2017). Los tipos de celos y sus diferentes características. Extraído el día 15 de Marzo de 2017, de la página de internet <https://psicologiaymente.net/pareja/tipos-celos>

UBILLOS, S., ZUBIETA, E., PÁEZ, D., DESCHAMPS, J.C., EZEIZA, A. ÁEZ, D., DESCHAMPS, J.C., EZEIZA, A. y VERA, A. (2001). Amor, cultura y sexo. Revista Electrónica de Motivación y Emoción (REME), 4(8-9). Extraído el 26 de enero de 2014 de: <http://reme.uji.es/articulos/aubils9251701102/texto.html>

Vásquez & Ruíz. (2011) Celos en parejas Jóvenes. Perú. Recuperado de: <http://www.raco.cat/index.php/Athenea/article/viewFile/130655/180397>

Anexos

CUESTIONARIO MULTIDIMENSIONAL DE CELOS

ROLANDO DIAZ LOVING (1989)

INSTRUCCIONES: A continuación, encontraras una serie de afirmaciones a los celos, nos interesa saber qué piensas al respecto. Para lo cual solicitamos tu cooperación. Responde a cada afirmación marcando con una CRUZ (X) dentro del cuadro que le corresponda a cada pregunta, de acuerdo a tu experiencia. Por favor no deje ningún reactivo sin contestar. Por su colaboración MUCHAS GRACIAS.

- Completamente de acuerdo (5)
 - De acuerdo (4)
- Ni en acuerdo ni en desacuerdo (3)
 - En desacuerdo (2)
- Completamente en desacuerdo (1)

SEXO: **Femenino**

EDAD: **22**

ESTADO CIVIL: **Soltera**

TIEMPO QUE LLEVA CON SU RELACION: **5 meses**

ESCOLARIDAD:

Licenciatura

	1	2	3	4	5
1. Si me traicionará mi pareja, pasaría mucho tiempo antes de que el dolor desapareciera.				X	
2. Si mi pareja me fuera infiel me sentiría muy triste.				X	
3. Si me engañara mi pareja seria de lo más devastador que me pudiera ocurrir.			X		
4. Me pongo triste cuando pienso lo que pasaría si pierdo a mi pareja.			X		
5. Me sentiría muy mal si mi pareja se fuera con otro (a).			X		
6. Me pondría ansioso (a) al saber que mi pareja estuviera interesado (a) más por otra persona que por mí.				X	
7. Cuando mi pareja se está divirtiendo en una fiesta y yo no estoy ahí, me siento triste.	X				

8. Sentiría ganas de morirme si mi pareja me dejara.	X				
9. Mis emociones ciegan los hechos de la situación cuando siento celos.	X				
10. Me enoja cuando mi pareja habla bien de alguien del sexo opuesto.	X				
11. Me molesta cuando alguien abraza a mi pareja.	X				
12. Me siento mal cuando veo que mi pareja besa a alguien del sexo opuesto que yo conozco.			X		
13. Siento resentimiento hacia las personas que reciben más atención que yo.	X				
14. Soy muy posesivo (a).		X			
15. Me enojaría mucho si mi pareja se pusiera muy contento (a) de la posibilidad de ver a un antiguo amigo (a) del sexo opuesto.	X				
16. Si mi pareja se mostrara amable con alguien del sexo opuesto, sentiría celos.	X				
17. Cuando mi pareja habla sobre experiencias felices de su pasado, me siento triste de no haber sido parte de ellas.	X				
18. Tiendo a criticar a los novio(a)s que tuvo mi pareja.	X				
19. Me molesta que mi pareja se divierta cuando yo no estoy.	X				
20. Me sería difícil perdonar a mi pareja si esta me fuera infiel.					X
21. Me molesta cuando mi pareja coquetea con alguien.			X		
22. Me molesta que mi pareja tenga una conversación íntima con alguien del sexo opuesto.			X		
23. Resisto cuando mi pareja pasa demasiado tiempo con sus amigo(a)s en vez de conmigo.	X				
24. Me desagrada cuando mi pareja pasa más tiempo en sus entretenimientos que conmigo.	X				
25. Me sentiría muy mal si mi pareja se fuera con otro (a).			X		
26. No me gusta que mi pareja pase mucho tiempo con sus amistades.	X				
27. Me sentiría muy molesto (a) si en un baile no me está prestando suficiente atención mi pareja.		X			
28. Me satisface ayudar a un amigo.					X
29. Me es fácil hacer amistades.					X

30. Me hace sentir bien el saber que alguien se interesa por mí.					X
31. Trato de entender el comportamiento de mi pareja aun cuando algo me disgusta.			X		
32. Todos necesitan a alguien en quien confiar.					X
33. Me siento contento(a) cuando a mi pareja le cae bien uno (a) de mis amigos.				X	
34. Generalmente yo confié en los demás.				X	
35. Me gusta que mi pareja haga nuevas amistades.				X	
36. Me he imaginado que mi pareja trama cosas a mis espaldas.	X				
37. Siento curiosidad por saber lo que hace mi pareja cuando sale con amigos (as) de su mismo sexo.		X			
38. Siento curiosidad por saber lo que habla mi pareja cuando sale con amigos (as) de su mismo sexo.	X				
39. Se me haría muy sospechoso el que mi pareja fuera a ayudar a alguien del sexo opuesto con su trabajo.	X				