

Psicología Iberoamericana

ISSN: 1405-0943

psicología.iberoamericana@uia.mx

Universidad Iberoamericana, Ciudad de

México

México

Retana Franco, Blanca Estela; Sánchez Aragón, Rozzana

El Papel de los Estilos de Apego y los Celos en la Asociación con el Amor Adictivo

Psicología Iberoamericana, vol. 16, núm. 1, junio, 2008, pp. 15-22

Universidad Iberoamericana, Ciudad de México

Distrito Federal, México

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133915922003>

- ▶ Cómo citar el artículo
- ▶ Número completo
- ▶ Más información del artículo
- ▶ Página de la revista en [redalyc.org](http://redalyc.org)

# El Papel de los Estilos de Apego y los Celos en la Asociación con el Amor Adictivo

## *The Role of Attachment Styles and Jealousy on the development of Love Addiction*

Blanca Estela Retana Franco  
Rozzana Sánchez Aragón

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO, CD. DE MÉXICO

### Resumen

Desde su nacimiento, el ser humano desarrolla un primer vínculo que a través del tiempo se va traduciendo en un vínculo romántico (p.e. Bowlby, 1969, 1973; Shaver y Hazan, 1988). Desafortunadamente, este apego no siempre es seguro y tranquilo en términos del acceso que se tiene de la fuente de amor, por lo que en ocasiones surge la inseguridad, la duda y el miedo de perder al ser amado y con ello una preocupación obsesiva por ésta. Por tal motivo, el objetivo de este estudio fue explorar las relaciones entre los estilos de apego, los celos y el amor adictivo en hombres y mujeres adultos residentes de la ciudad de México. Los resultados muestran relaciones positivas entre el amor adictivo y el apego preocupado y rechazante.

**Descriptores:** apego, celos, amor, adicción, diferencias sexuales.

### Abstract

Since its birth, the human being develops its first emotional link which is changing toward a romantic form (i.e. Bowlby, 1969, 1973; Shaver & Hazan, 1987). Unfortunately, the attachment is not always a secure and calm way to relate to others. Due to this, sometimes the insecurity, doubt and fear toward the possession of beloved one, appear. Based on these ideas, the objective of this research was to explore the relationships among attachment styles, jealousy perception and addiction to love in Mexico City males and females. Findings, show positive relationships among love addiction and negative attachment styles. Some interesting gender differences were obtained.

**Key words:** attachment, jealousy, love, addiction, gender differences.

### Introducción

La investigación psicosocial relativa al desarrollo y evolución de las interacciones humanas se remonta a los estudios realizados sobre los determinantes de la atracción en primeras impresiones. De estos trabajos pioneros han surgido numerosas investigaciones, pero como ningún otro tema, el de las relaciones íntimas absorbe e intriga permanentemente a filósofos, poetas, científicos sociales, etc. Uno de sus componentes, el amor, cuyo origen es sin duda el vínculo primario creado por el ser humano como su cuidador.

### El apego

La teoría del apego (Bowlby, 1973) ha demostrado que los llamados “primeros vínculos” son de crucial importancia en la vida, ya que éstos pueden ser determinantes en el establecimiento de relaciones personales posteriores (Martínez Stack, 1994). Bowlby (1980) menciona que los niños internalizan las experiencias con sus cuidadores, en donde el apego temprano actúa en función de la seguridad que se tenga de la presencia de la figura de apego en momentos de necesidad, de búsqueda de apoyo y protección. Este autor también refiere que la personalidad del individuo estará determinada por la representación mental que se tenga del sí mismo y de los otros significativos.

Después de estudios clásicos realizados por varios autores anglosajones sobre las repercusiones del apego

infantil a adulto (p. e.: Shaver y Hazan, 1988; Bartholomew y Horowitz, 1991; Simpson, 1990) y algunos otros en México (p.e.: Ojeda García, 1998; Sánchez Aragón, 2000), se muestra que el apego es determinante del funcionamiento de las relaciones de pareja; de hecho es considerado como la premisa del amor romántico.

Los estilos de apego adulto que cita Bartholomew (1990) y que más tarde son validados en México son los siguientes:

- *Seguro*: la persona se siente cómoda con la intimidad y la autonomía ya que posee una evaluación positiva tanto de sí mismo como de los otros, se caracteriza por manifestar confort.
- *Preocupado*: la persona se preocupa constantemente por las relaciones personales, tiene una evaluación negativa de sí mismo y está en la constante búsqueda de la evaluación positiva de los otros, se identifica por estar persistentemente inquieto por el establecimiento y funcionamiento de las relaciones con otros.
- *Rechazante*: el individuo se manifiesta resistente a la intimidad, cercanía y dependencia, ya que tiene una evaluación negativa de sí mismo como de los otros, se define por la disminución de contacto y mayor independencia en sus relaciones.
- *Temeroso*: la persona experimenta miedo a la intimidad por lo que se muestra socialmente evitante. Tiene una disposición negativa hacia los demás protegiéndose de las relaciones interpersonales, se caracteriza por sensaciones de independencia e invulnerabilidad.

Algo que caracteriza a los últimos tres estilos de apego es –sin duda– la inseguridad, el conflicto y la carencia en la posibilidad de disfrute de las relaciones o vínculos afectivos con otros. Al poseer disgusto o miedo de interactuar se van generando en las relaciones románticas dinámicas muy dañinas en donde los celos, la preocupación excesiva por el otro y el malestar en general acechan.

### Los celos

Algunos autores defienden que los celos son universales, que existen en casi todas las culturas e incluso en relaciones no románticas. En este sentido, los celos pueden ser una respuesta de malestar innata que surge ante la amenaza de la pérdida de una relación valiosa como consecuencia de la existencia de una tercera per-

sona. En cambio para otros, los celos son producto de la socialización que en algunas culturas no aparecen, siendo más propios de las sociedades que defienden la exclusividad y la posesividad en ciertas relaciones. De hecho existen sociedades poligámicas que fortalecen esta idea (Buss, 2003; Fisher, 2004).

A pesar de ser considerados como negativos, los celos cumplen algunas funciones que pueden verse como favorables para el sujeto, pues permiten que los individuos mantengan, protejan o restauren los lazos sociales frente a amenazas que atentan contra el individuo o la relación (Keltner y Buswell, 1997). Asimismo, actúan como un termómetro para medir la importancia que una relación íntima puede tener (Salovey, 1991); como intento de poner a prueba la relación e incrementar el grado de compromiso (White, 1980); ayudan a establecer “reglas básicas” en la pareja (Buunk, 1981) y son indicadores de que algo anda mal en la relación (Margolin, 1981).

Para Neu (1980) los celos parten de la noción de posesión, inseguridad y temor a la pérdida, por lo que siempre existe un rival, real o imaginario. En concordancia, es necesario indicar que el papel de los celos en la vida humana es mantener la exclusividad de las relaciones emocionales y para ello se requiere de cierto grado de celos para evitar actitudes de total indiferencia entre las personas (Ben-Zeev, 2000).

En términos de las diferencias sexuales, se ha encontrado que los varones reaccionan en mayor medida ante la infidelidad sexual potencial; mientras que las mujeres son más sensibles ante la posible pérdida de atención y de recursos emocionales.

Desde la perspectiva de Tov-Ruach (1980) así podemos definir a una persona celosa cuando la carencia percibida del objeto que ama la hace dudar de sí misma, lo fuerza a volver a evaluar su estilo, su habilidad y su poder en una forma que genera pensamientos obsesivos de la relación con el rival; los celos son indiscutiblemente el temor a la pérdida de una atención especial que se le tenía al individuo, la cual puede o no involucrar amor, pero es especial en el sentido que constituye, en parte, al concepto de sí mismo.

Cuando se ha formado un estilo de apego con tinte inseguro y esto se vincula a sentimientos de duda o temor en una relación se desarrollan relaciones inestables, ansiosas, aprehensivas que favorecen los celos y la presencia de amores preocupados, inquietos y pendientes de su objeto de amor en formas dependientes o adictivas.

## El amor adictivo

El amor sano y constructivo no acepta ni exige una absorción por el otro, sino que espera compartir experiencias que amplíen las posibilidades de desarrollo personal; no sobre idealiza ni acepta incondicionalmente, sino que pretende una relación de mutua ayuda y ajuste; no provoca dolor ni incertidumbre sino una intensificación de la alegría de vivir.

Cuando realmente se ama, el otro no es imprescindible aunque sí muy importante; se puede existir sin él pero se prefiere hacerlo junto a él.

Cuando una persona ve a otra con el objetivo de llenar el vacío en él, la relación rápidamente se hace el centro de su vida. Esto le ofrece un consuelo que contrasta bruscamente con lo que encuentra por todas partes, entonces la persona lo busca cada vez más y más. El amor adictivo es muy doloroso y destruye la autoestima de la persona que no puede sobrellevarlo, asimismo, la persona puede tener desde un anhelo normal hasta una obsesión disfuncional por el otro (Sánchez Aragón, 2000).

Una relación es adictiva cuando produce daño, perjudica la salud física y emocional, o bien, representan laberintos sin salida o historias que sólo pueden terminar mal; un ejemplo son aquellas historias en las que se insiste en tener apego a ciertas personas inalcanzables e incapaces de comprometerse con la persona (Retana Franco, 2004). En estas relaciones, el mecanismo de control se basa en los celos, y parte tanto del miedo de perder a la persona objeto como del mito de creer que si no somos especiales para la persona objeto es porque no valemos o no somos lo suficientemente buenos o atractivos.

La adicción al amor es la búsqueda de apoyo en alguien externo a uno mismo en el intento por cubrir necesidades no satisfechas para evitar el temor o el dolor emocional, solucionar problemas y mantener el equilibrio (Schaeffer, 2000). En la teoría de Mellody y Wells (1997) se definen tres características principales del adicto al amor: 1) Asigna una cantidad desproporcionada de atención y de tiempo al otro (a su objeto de adicción) y tiene a menudo una calidad obsesiva sobre éste, 2) tiene expectativas poco realistas sobre la persona y la relación con la misma y 3) se esmera en el cuidado de los otros y sólo se valora en comparación a esos otros.

En esta teoría se menciona que para que exista un amor adictivo debe haber dos personas que juegan el papel de adicto al amor y adicto a la evitación (siendo éste último el que menos se compromete con la relación y que es capaz de salir fácilmente de ella).

Se han visto las características de los adictos a la evitación más a menudo en el varón que en la mujer y en ellas, el rasgo que sobresale es el del adicto al amor cuando se encuentran en una relación romántica, aunque se dan sus excepciones y en algunas relaciones los roles se juegan al revés. Los hombres al ser adictos a la evitación tienden a caer más en otro tipo de adicciones como por ejemplo al alcohol, drogas, deporte, trabajo, juego, etc. (Mellody y Wells, 1997).

Si se relaciona esta teoría con la propuesta de los estilos de apego se esperaría que:

	<i>Tipo de adicto (Mellody, 1997)</i>	<i>Tipo de apego (Bartholomew, 1990)</i>
Hombres	Adicto a la Evitación	Rechazante: Está incomodo cuando intima con otras personas; le resulta difícil confiar plenamente en los demás, no se presta a depender de las demás por completo. Se pone nervioso cuando intima demasiado con alguien, y sus parejas amorosas suelen querer que la relación sea más íntima de lo que él quiere.
Mujeres	Adicto al Amor	Preocupado: Le gusta tener relaciones con intimidad absoluta, pero a menudo se encuentra con que los demás no quieren intimar tanto como le gustaría. Se siente incómoda si no tiene relaciones cercanas. Le preocupa que los demás no lo valoren tanto como él los valora.

Con base en lo anterior, el objetivo que se persiguió en el presente trabajo es indagar el grado de relación entre los estilos de apego (rechazante y preocupado) y los celos románticos con el amor adictivo en hombres y en mujeres.

## Método

### Participantes

El muestreo fue no probabilístico de tipo accidental, por cuota y quedó conformado por 176 sujetos, 88 hombres y 88 mujeres, todos residentes de la ciudad de México. Las edades oscilaban entre los 18 y los 50 años, con una media de 29.15 años. La escolaridad de la muestra era en su mayoría preparatoria (50.9%), seguido de profesional (40.4%) y posgrado (8.8%). El requisito que debería cubrir el participante era que hubieran sentido pasión en algún momento de su vida para poder así contestar el inventario.

### Instrumentos

Para llevar a cabo la presente investigación se aplicaron los siguientes instrumentos:

- Viñetas de estilos de apego. Se utilizaron las descripciones para los cuatro estilos de apego adulto de Bartholomew *et al.* (1991) traducidas y adaptadas por Sánchez Aragón (2000). Cada estilo poseía como forma de respuesta cinco puntos en los que el sujeto mencionaba qué tanto cada viñeta le describía. Los estilos de apego son: seguro, preocupado, rechazante y temeroso.
- Escala multidimensional de celos (Díaz Loving, Rivera Aragón y Flores Galaz, 1989) en su versión corta en donde se eligieron de cada factor los cinco reactivos con la mayor carga factorial, quedando comprendido un instrumento de 60 reactivos organizados en 12 factores agrupados de acuerdo a su contenido conceptual; en escala tipo Likert con 5 opciones de respuesta. Para determinar la estabilidad se corrieron análisis Alpha de Cronbach por dimensión obteniéndose coeficientes de entre .74 y .98.
- Escala de adicción al amor (Retana Franco, 2004), consta de 30 reactivos en escala tipo Likert con 5 opciones de respuesta mostrando grados de acuerdo. Es una escala unifactorial y algunos de reactivos son: Mi vida sin \_\_\_\_\_ no tiene sentido; me da pánico si \_\_\_\_\_ no está junto a mí, y no estoy tranquilo si no sé dónde está \_\_\_\_\_ todo el tiempo. Su estabilidad fue evaluada por medio de análisis de confiabilidad Alpha de Cronbach en donde se obtuvo un coeficiente de .96.

### Procedimiento

Las pruebas fueron aplicadas, en una sesión a la muestra descrita en lugares públicos, escuelas y oficinas, en donde se solicitaba la participación, garantizando el anonimato y la confidencialidad de sus respuestas.

### Resultados

Inicialmente, se consideró aplicar la Escala de Celos tomando los factores que Díaz Loving *et al.* (1989) habían definido; sin embargo, al notar que éstas tenían reactivos muy parecidos y que su contenido conceptual era muy afín con los factores que componen las otras dos escalas, se decidió realizar un análisis de correlación producto-momento de Pearson entre dimensiones para considerar la posible conjunción entre algunos factores. Se encontraron coeficientes de correlación muy altos (por arriba de  $r=.73$  y hasta  $r=.81$ ), por lo que se resolvió unir algunos factores y dejar otros igual (se unieron control y enojo; respuestas emocionales generadas por celos, temor, frustración, actitud negativa y obsesión; suspicacia y desconfianza; confianza-desconfianza y confianza y dolor se quedó igual). Después se corrieron análisis de confiabilidad Alpha de Cronbach para estos nuevos factores (tabla 1).

Ya teniendo la nueva versión de la Escala de Celos, se realizaron algunos análisis de correlación producto-momento de Pearson entre las variables de apego (seguro, preocupado, rechazante y temeroso), celos (dolor, enojo, temor/frustración, desconfianza y seguridad) y amor adictivo (tabla 2).

Se puede observar que cuando una persona es preocupada de las relaciones (tiene una evaluación negativa de sí mismo y se está en constante búsqueda de aprobación de los otros) o temerosa (se tiene miedo a la intimidad, además de una disposición negativa hacia los otros protegiéndose de las relaciones interpersonales), tiende a mostrar mayor temor, desconfianza, enojo y dolor en su relación romántica. En el caso de las personas con apego rechazante, es decir, aquellas personas independientes que se sienten mejor no teniendo cercanía con alguien, tienden a sentir desconfianza, enojo y temor-frustración. Finalmente, aquéllos que se sienten vacíos y desesperados (amor adictivo) suelen poseer un apego más preocupado, o rechazante y puntuar mucho más alto en enojo, seguido por el dolor, temor y desconfianza al estar vinculados afectivamente con alguien.

Con el fin de explorar más a profundidad el comportamiento relacional entre el amor adictivo y las variables

**Tabla 1. Coeficientes de estabilidad y ejemplos de reactivos de los factores de celos**

<i>Factor</i>	<i>Reactivos</i>	<i>Coeficiente</i>
Dolor	Sentiría un gran dolor si mi pareja me engañara. Creo que mi relación será destruida por otro (a). Si mi pareja me fuera infiel me sentiría desdichado (a).	$\alpha=.77$
Enojo	Al ver platicar a mi pareja con otra persona me siento amenazado. Me disgusta que mi pareja se divierta con sus amigos. Quiero tanto a mi pareja que me molesta que comparta su tiempo con alguien más.	$\alpha=.87$
Temor / Frustración	Muero de forma callada por una situación de celos. Sufro tan sólo al pensar que mi pareja me puede engañar. Detesto imaginar que mi pareja tiene relaciones sexuales con otra persona.	$\alpha=.92$
Desconfianza	Sospecho que en cualquier momento pueda perder a mi pareja. En ocasiones sospecho que mi pareja quiere a otra persona. Pienso que mi pareja me quiere engañar.	$\alpha=.84$
Seguridad	Me gusta que mi pareja haga nuevas amistades. Si uno tiene confianza en sí mismo (a), los celos salen sobrando.	$\alpha=.69$

**Tabla 2. Correlaciones entre estilos de apego, celos y amor adictivo**

	<i>Apego seguro</i>	<i>Apego preocupado</i>	<i>Apego rechazante</i>	<i>Apego temeroso</i>	<i>Dolor</i>	<i>Enojo</i>	<i>Temor/ frustración</i>	<i>Desconfianza</i>	<i>Seguridad</i>
Apego preocupado	—	—	—	—	.224**	.371**	.410**	.389**	—
Apego rechazante	—	—	—	—	—	.278**	.240**	.308**	—
Apego temeroso	—	—	—	—	.302**	.198*	.292**	.221**	—
Amor adictivo	—	.202**	.183*	—	.451**	.518**	.447**	.318**	—

\*.05, \*\*.01

de estilos de apego y celos por separado para hombres y mujeres, se realizaron dos análisis de correlación Producto-Momento de Pearson más. Los datos muestran de inicio coeficientes más fuertes para hombres que para mujeres en celos, el amor adictivo se vincula con el estilo

de apego preocupado en las mujeres, hallazgo que no surge en el caso de los hombres.

En el caso de los hombres, cuando están viviendo amor adictivo y se viven los celos, lo primero que surge en ellos son emociones muy intensas de temor y angustia

acompañadas de pensamientos muy frecuentes sobre la honestidad de su pareja, una tendencia a sentir gran inconformidad por no ser lo único para la otra persona y dicho disgusto va en aumento cuando alguien le quita tiempo con su pareja, por lo que tiende a devaluarse y a sumirse en depresiones provocando que vigile y dude aún más de ésta. Lo que se puede observar es que las mujeres cuando están viviendo un amor dependiente, el apego predominante es aquel en el que se tiene una muy buena evaluación de los demás y una muy pobre de ellas mismas, que le está afectando su autoestima y que se están generando emociones de disgusto e inquietud ante la falta de control de la otra persona, pero todo esto viene acompañado de aspectos depresivos con un crecimiento de emociones de angustia e inquietud por la sospecha constante del engaño de la pareja (tablas 3 y 4).

de estudiarlas se han aplicado técnicas exploratorias y confirmatorias cuyo propósito –siempre– es el indagar la subjetividad de sus participantes. Por ello, este estudio buscó explorar las relaciones entre los estilos de apego, los celos y el amor adictivo en personas residentes de la ciudad de México.

En la búsqueda concienzuda sobre las relaciones entre los estilos de apego, los celos y el amor adictivo, fue necesaria la reestructuración de la escala de celos. Es decir, se reconfiguró con base en correlaciones la escala, dando pie a una medida más clara en términos de contenido, validez y confiabilidad.

En lo que respecta a la relación entre las variables mencionadas, se puede observar que cuando los individuos tienen una preocupación constante por las relaciones y por recibir una evaluación positiva de otros,

**Tabla 3. Correlaciones entre amor adictivo, estilos de apego y celos en hombres**

	<i>Apego seguro</i>	<i>Apego preocupado</i>	<i>Apego rechazante</i>	<i>Apego temeroso</i>	<i>Dolor</i>	<i>Enojo</i>	<i>Temor/ frustración</i>	<i>Desconfianza</i>	<i>Seguridad</i>
Amor Adictivo	—	—	—	—	.539**	.542**	.544**	.395**	—

\*0.05, \*\* 0.01

**Tabla 4. Correlaciones entre amor adictivo, estilos de apego y celos en mujeres**

	<i>Apego seguro</i>	<i>Apego preocupado</i>	<i>Apego rechazante</i>	<i>Apego temeroso</i>	<i>Dolor</i>	<i>Enojo</i>	<i>Temor/ frustración</i>	<i>Desconfianza</i>	<i>Seguridad</i>
Amor Adictivo	—	0.230*	—	—	0.376**	0.497**	0.361**	0.253**	—

\*0.05, \*\* 0.01

## Discusión

La investigación psicosocial en los últimos años se ha diversificado al estudio de las relaciones personales y sus dinámicas sanas y patológicas. Dentro de las formas

presenta celos muy negativos y continuamente piensa en la posible infidelidad, por lo que existe un recelo y acecho sobre su pareja, esto a su vez, le causa disgustos y depresión. Todo lo anterior es apoyado por Farell (1980), quien dice que las personas que tienen miedo a

ser comparadas con otros (en cualquier sentido); no se pueden sostener por sí mismas, tienen una mala imagen de su persona y tienden a relacionarse estrechamente con los celos; por lo tanto, requieren que otros les aseguren que están en lo correcto, o bien, para poderse sentir a gusto con la relación.

Cuando la persona vive un apego de tipo rechazante en el que se opone a la intimidad, además de mostrarse independiente de sus relaciones (Bartholomew, 1990) experimenta celos en forma de temor (de que su pareja lo o la deje por otro/a mejor o más interesante), conjuntamente existe malestar por no ser el centro de atención de su pareja y por la falta de control que tiene sobre la vida de su objeto de amor, por lo que cuando la otra persona se encuentra ausente lo gobiernan pensamientos continuos y recurrentes sobre que tipo de relaciones está estableciendo la persona que ama y que en algún momento considere el engaño (Díaz-Loving, *et al.*, 1986). Cuando una persona con este tipo de apego llega a involucrarse en una relación, intenta inconscientemente deshacerse de ella, ya que este tipo de personas busca el absoluto rechazando todas aquellas satisfacciones que la realidad le propone y buscando motivos reales o imaginarios que le creen inquietud; de hecho, la persona encuentra sus razones y desea tener razón sobre ellas, para poder terminar con la relación (Rauh, s/a; citado por Rony, 1992).

Si la persona tiene un apego temeroso predominantemente que se caracteriza por ser miedosa de la intimidad, retraída y esquiva (Bartholomew, 1990), la manera en que actúa cuando advierten celos es con sentimientos de desdicha y desamparo, además de pensamientos de desilusión e inseguridad ante la deslealtad y la posible trasgresión de la pareja causándole enfado e irritación ante la falta de control en la relación (Díaz Loving *et al.*, 1986). Sin embargo, como mencionan Brehm, Miller, Perlman y Campbell (2002), existen dos tipos de celos: cuando las personas se ponen celosas en respuesta a una verdadera amenaza a su relación (celos reactivos) y cuando un miembro de la pareja no ha violado ninguna regla dentro de la relación y las sospechas del otro miembro no coinciden con los hechos (celos sospechosos), siendo éstos últimos los que predominan en este tipo de personas.

Por último, cuando las personas necesitan de algo externo a sí mismas con el propósito de cubrir todo aquello que requieren y que no ha sido satisfecho (amor adictivo), tienden a presentar principalmente un estilo de apego preocupado, seguido de un apego que se caracteriza por resistirse a la intimidad (apego rechazante), estas personas desean pero al mismo tiempo temen de sobremanera el tener una pareja, ya que saben que

en cuanto la tengan se volverá el centro de su vida y temen perder lo que tanto trabajo les costó aceptar en sus vidas, así que cuando tienen una pareja comienzan a surgir celos, el individuo tiende a molestar por no ser la única persona o la más importante para su pareja, por no ser el centro de atención y por no tener el control de ella. De tal modo que siempre existe un rival, real o imaginario, el foco de atención o preocupación es el objeto valorado (Neu, 1980), lo cual se manifiesta en angustia e incomodidad, sus emociones se intensifican, existen pensamientos continuos y mucho temor ante el posible engaño o la pérdida del objeto de amor, por lo que sospecha de todo y de todos, teniendo a su pareja en constante escrutinio.

En cuanto a las correlaciones por sexo y de acuerdo a Mellody (1997), se observó que en el caso de los hombres es más probable que cuando llegan a estar en una relación adictiva, siempre juegan el papel de adicto a la evitación, tienden a no dejarse llevar por lo que están viviendo y no se comprometen del todo. Se imaginan que la otra persona actúa de la misma manera, así que surgen en ellos emociones muy intensas de temor y angustia acompañadas de pensamientos frecuentes sobre la honestidad de su pareja, lo que hace que se imaginen que ésta les será infiel, por lo que siente gran inconformidad al no ser lo único y más importante para la otra persona (aunque esto sea real o imaginario). Asimismo, estos hombres pueden experimentar un creciente placer cuando alguien intenta quitarles tiempo con su pareja (no importando que sea un desconocido o hasta los propios hijos), por lo que pueden tender a devaluarse y a sumirse en depresiones que lo pueden orillar a descuidar otras esferas de su vida; lo que facilita el tener tiempo y recursos para vigilar y dudar aún más de su pareja.

En lo tocante a las mujeres, se encontró que cuando viven un amor adictivo el apego que se puede llegar a presentar es aquel en que no tienen una muy buena imagen de sí mismas pero sí de los demás; por lo que su autoestima tiende a ser baja y constantemente desconfían de no poder retener a su objeto de amor, esto les genera emociones de disgusto e inquietud ante la falta de control de la pareja, depresión, angustia e inquietud por la sospecha constantemente de que será abandonada o engañada. Esta correlación confirma lo citado por Mellody (1997) quien señala en su planteamiento que las mujeres tienen más probabilidad que los hombres de ser adictas al amor y que tienen un estilo de apego preocupado.

Las diferencias sexuales observadas a partir de las correlaciones muestran que la manera en la que ellas reaccionan ante una sospecha de celos es más intensa que en los hombres y esto quizás se deba a que para ellas las

relaciones afectivas que establecen son más significativas y por ello pueden favorecer mayores sentimientos de desdicha, acompañados de aspectos depresivos cuando sienten celos, asimismo, pueden tener pensamientos continuos y recurrentes sobre el posible engaño por parte de su pareja, se angustian más ante su posible pérdida, por lo que desconfían y sospechan constantemente de ella (su pareja).

En términos del apego, las investigaciones muestran que los vínculos que se forman en los primeros años del nacimiento son determinantes para las relaciones posteriores, sobre todo las de pareja (Stone, 1988); sin embargo, en la presente investigación se observó que los estilos de apego no resultaron ser –necesariamente– aspectos desencadenantes de un amor adictivo en una relación de pareja, ya que este sólo se vincula con el estilo de apego preocupado en las mujeres; si fuera un desencadenante

estaría presente en ambos sexos. No obstante, los celos sí resultaron ser factores que se vinculan fuertemente a un amor adictivo, donde éstos tienden a ser destructivos del objeto valorado y ocasionan que el sujeto se infrinja penas, perpetuando o minando su paz o felicidad (Taylor, 1988; citado por Reidl, Guillén, Sierra y Joya, 2002).

Si bien se puede concluir que los estilos de apego son determinantes de la formación y mantenimiento de una relación de pareja, no necesariamente van a desencadenar un amor adictivo, al menos en los datos que se obtuvieron (tabla 1). Ahora sólo queda explorar más a fondo el comportamiento y sus determinantes, tanto individuales como sociales del establecimiento de relaciones adictivas, así como las formas de mantenerlas a través del tiempo, o bien, de repetirlas creando con ello un círculo vicioso.

## Referencias

- Bartholomew, K. & Horowitz, L. M. (1991). Attachment Styles Among Young Adults. A Test of a Four-Category Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244.
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of Intimacy: A Perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147-178.
- Ben-Zé'ev, A. (2000). *The Subtlety of Emotions*. USA: Massachusetts Institute of Technology.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss: Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss: Separation, Anxiety and Anger*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *La pérdida afectiva*. Buenos Aires: Paidós.
- Brehm, S., Miller, R. S., Perlman, D. & Campbell, S. (2002). *Intimate Relationships*. New York: McGraw Hill.
- Buss, D. M. (2003). *The Evolution of Human Desire: Strategies of Human Mating*. New York: Basic Books.
- Buunk, B. P. (1981). Jealousy in Sexually Open Marriages. *Alternative Lifestyles*, 4, 357-372.
- Díaz Loving, R., Rivera Aragón, S. & Flores Galaz, M. M. (1989). Desarrollo y análisis Psicométrico de una medida multidimensional de celos. *Revista Mexicana de Psicología*, 8, 2, 111-119.
- Díaz-Loving, R., Rivera Aragón, S. y Flores Galaz, M. (1986). Celos: Reacciones ante la posible pérdida de la pareja. *La Psicología Social en México*, 1, 386-391.
- Farell, D. M. (1980). Jealousy. *The Philosophical Review*, 88, 4, 527-559.
- Fisher, H. (2004). *Por qué amamos*. Madrid: Taurus.
- Keltner, D. & Buswell, B. N. (1997). Embarrassment: Its distinct Form and Applasement Functions. *Psychological Bulletin*, 122, 250-270.
- Margolin, G. (1981). A Behavioral Systems Approach to the Treatment of Jealousy. *Clinical Psychology Review*, 1, 468-487.
- Martínez Stack, J. (1994). El amor y la teoría del apego. *Antología de la Sexualidad Humana*. Tomo II. México: Consejo Nacional de Población.
- Mellody, P. (1997). *La adicción al amor*. Barcelona: Obelisco.
- Neu, J. (1980). Jealous Thoughts. En A.O. Rorty (Ed.). *Explaining Emotions*. Los Ángeles: University of California Press.
- Ojeda García, A. (1998). *La Pareja: apego y amor*. Tesis de Maestría no publicada, México: Universidad Nacional Autónoma de México.
- Reidl, M. L., Guillén, R. R., Sierra, O. G. & Joya, L. L. (2002). Celos y envidia una medición alternativa. Tesis de Maestría no publicada, México: Facultad de Estudios Superiores Zaragoza y Universidad Nacional Autónoma de México.
- Retana Franco, B. (2004). *El amor como adicción: perspectivas de los hombres y las mujeres*. Tesis de Licenciatura no publicada, México: Universidad Nacional Autónoma de México.
- Rony, J. A. (1992). *Las pasiones*. México: Publicaciones Cruz.
- Salovey, P. (1991). The Psychology of Jealousy and Envy. New York: Guilford Press.
- Sánchez Aragón, R. (2000). *Valoración empírica de la Teoría Bio-Psico-Socio-Cultural de la Relación de Pareja*. Tesis de Doctorado no publicada, México: Universidad Nacional Autónoma de México.
- Schaeffer, B. (2000). ¿Es amor o es adicción? México: Promesa.
- Shaver, P. & Hazan, C. (1988). A biased overview of the study of love. *Journal of Social and Personal Relationships*, 5, 473-501.
- Simpson, J. (1990). Influence of Attachment Styles on Romantic Relationships. *Journal of personality and social psychology*, 59, 5, 971-980.
- Stone, L. (1988). Passionate Attachments in the West in Historical Perspective. W. Gatlin & E. Person (Eds.). *In Passionate Attachments: Thinking about Love*. New York: The Free Press.
- Tov-Ruach, L. (1980). Jealousy, Attention and Loss. A.O. Rorty (Ed.), *Explaining Emotion*. Los Ángeles: University of California Press, 465-488.
- White, G. L. (1980). Physical Attractiveness and Courtship Progress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 660-669.