

Universidad Abierta Interamericana
Facultad de Psicología y Relaciones Humanas
Licenciatura de Psicología
Sede Regional Rosario



TRABAJO DE INTEGRACIÓN FINAL

“Me amo, luego amo”

Un análisis entre el nivel de autoestima y la conformación del amor consumado en parejas jóvenes.

Tutor: Lic. Fernanda Faricelli

Tesista: Gonzalo Agustín Grassi

Nro de Legajo: B00036244-P1

Título a obtener: Lic. en Psicología

Fecha: 15 de Febrero de 2024

RESUMEN

El presente trabajo tiene como objetivo investigar la posible relación significativa entre los niveles de autoestima y la conformación del amor consumado en parejas jóvenes. Este estudio se llevó a cabo mediante un diseño correlacional no experimental y de corte transversal, con una muestra de 53 participantes de la ciudad de Arroyo Seco, compuesta por 41 mujeres y 12 hombres. Los instrumentos que se utilizaron fueron la Escala del Modelo Triangular del Amor para detectar el nivel de amor consumado de Sternberg y el Inventario de Autoestima de Coopersmith, versión para adultos para detectar los niveles de autoestima. En cuanto al resultado del estudio, el coeficiente de Pearson reveló un $r = -0,17$ señalando una relación lineal negativa débil entre las dos variables. Esto podría indicar que cuando los niveles de autoestima aumentan, los niveles de amor consumado tienden a disminuir muy ligeramente. Sin embargo, la magnitud de esta relación es tan débil que no se puede considerar una asociación significativa entre las variables.

Palabras Clave: Autoestima, Amor consumado, Parejas.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

INTRODUCCIÓN	4
ESTADO DEL ARTE.....	7
Problema.....	9
Aportes y fines de la investigación.....	9
Objetivos	9
<i>General</i>	9
<i>Específicos</i>	9
MARCO TEÓRICO.....	10
Autoestima.....	10
Amor.....	12
Parejas Jóvenes.....	16
MARCO METODOLÓGICO.....	17
Área de estudio.....	17
Tipo de Investigación	17
Población y muestra	17
Definición conceptual de las variables	18
<i>Autoestima</i>	18
<i>Amor consumado</i>	18
Métodos y técnicas utilizadas.....	19
<i>Escala del modelo triangular del amor de Sternberg</i>	19
<i>Inventario de Autoestima para adultos de Coopersmith (Compress)</i>	19
Consideraciones éticas	19
Autoestima	20
CONCLUSIONES	24
REFERENCIAS.....	25
Resultados de la aplicación de la Escala del modelo triangular del amor de Sternberg.	31
Resultado aplicación del Inventario de Autoestima de Coopersmith.....	46

INTRODUCCIÓN

A lo largo de la historia diversos pensadores han intentado comprender la naturaleza del amor llegando a distintas concepciones sobre este fenómeno. Desde la filosofía platónica, se plantea que el amor surge de la carencia, llevando a quien ama a buscar algo que no posee. En este contexto, el amor se percibe como una fuerza motivadora que impulsa la búsqueda de la verdad y la belleza. (Platón, 2021).

Por su parte, Aristóteles (2021) examinó la amistad y el amor en el contexto de la ética. Para este filósofo de la antigüedad, la amistad basada en la virtud es la forma más alta de relación humana, y el amor se vincula a esta idea de amistad duradera apoyándose en los valores compartidos.

Abordado desde una perspectiva existencialista, el psicólogo Rollo May argumenta que el amor no es simplemente un sentimiento o una emoción, sino más bien un acto de elección consciente. No es algo que nos sucede, sino que es una decisión activa que tomamos viéndose así implicados el compromiso y la responsabilidad. Para el autor, las relaciones amorosas pueden proporcionar un sentido profundo y significativo a nuestras vidas, contribuyendo así a nuestra realización personal (May, 1971).

El amor, desde la perspectiva existencialista, implica la responsabilidad de nuestras elecciones y la búsqueda de la autenticidad en las relaciones humanas. Sartre (2004) sostiene que se trata de una elección consciente y comprometida en la cual uno se relaciona con el otro como un individuo libre y autónomo. Implica reconocer y respetar la libertad del otro, permitiendo que cada persona se construya a sí misma a través de sus elecciones y acciones. De esta manera, en lugar de ver al ser amado como una posesión o un objeto, Sartre enfatiza la importancia de ver al otro como un proyecto en constante desarrollo.

Fromm (2023) explora la idea de que la soledad es una parte inherente de la condición humana y sostiene que el amor puede ser una respuesta a esa soledad. El individuo busca compartir su vida con otros como una de las formas de superar la angustia de separatividad. De esta manera, sostiene que el amor es una habilidad activa que implica ciertos componentes, como cuidado, respeto, responsabilidad y conocimiento. No es un sentimiento pasivo, sino una acción consciente y comprometida.

Desde una perspectiva biologicista Helen Fisher (2004) ha contribuido significativamente a la comprensión científica del amor, combinando la antropología, la

biología y la psicología. Su enfoque destaca la complejidad del amor como un fenómeno que tiene raíces biológicas y evolutivas identificando tres sistemas cerebrales fundamentales: deseo sexual, atracción romántica y apego. Su investigación destaca la influencia de sustancias químicas cerebrales en la experiencia amorosa siendo el amor una experiencia compleja basada en la interacción de estos tres sistemas cerebrales fundamentales.

Por su parte Sternberg (1986) conceptualiza al amor a través de su teoría triangular, donde identifica tres componentes fundamentales: intimidad, pasión y compromiso. El amor, según el psicólogo estadounidense, es la combinación e interacción de estos tres elementos, surgiendo de sus variaciones distintos tipos. Es así que en el amor consumado, las tres dimensiones están presentes en equilibrio, lo que significa que la pareja experimenta una conexión emocional profunda, una atracción romántica y sexual intensa, y una decisión consciente de comprometerse el uno con el otro a largo plazo. Este tipo de amor se considera completo y satisfactorio, ya que abarca tanto aspectos emocionales como prácticos de una relación. Sin embargo, es importante destacar que mantener el amor consumado a lo largo del tiempo puede requerir esfuerzo y trabajo continuo de ambas partes involucradas. Por lo que se entiende al amor como una construcción compleja que implica conexión emocional, atracción romántica y compromiso a largo plazo.

En resumen, los autores citados anteriormente destacan la importancia de las elecciones conscientes, la responsabilidad y el compromiso en la construcción y mantenimiento de la relación. Esto evidencia que el amor va más allá de ser simplemente un sentimiento, subrayando la relevancia de la toma de decisiones activa y la responsabilidad compartida en su experiencia y desarrollo. No obstante, según Bauman (2000) vivimos en una sociedad caracterizada por la fluidez y la falta de formas sociales y estructuras duraderas. Las instituciones, relaciones y valores cambian rápidamente, lo que dificulta la creación de lazos sociales estables.

Para el autor, la modernidad líquida promueve la individualización, donde las personas buscan maximizar sus propios intereses y placeres, a menudo a expensas de las relaciones a largo plazo. Las conexiones humanas se vuelven más efímeras y superficiales caracterizándose por un consumismo desenfrenado y la rápida obsolescencia de productos y relaciones. Las personas son incitadas a consumir constantemente, pero también a desechar rápidamente lo que ya no sirve.

En su libro *Amor líquido*, Bauman (2003) realiza un análisis acerca de la sociedad en el mundo globalizado y los cambios que implican en la condición humana.

Aborda cómo la tecnología y las redes sociales influyen en la forma en que las personas se relacionan. La conexión en línea a menudo se presenta como más fácil y menos comprometida que las interacciones cara a cara, pero también puede contribuir a que se instaure cierta fragilidad en los vínculos.

Por su parte, la teoría de la comparación social propuesta por Festinger (1954), sugiere que las personas tienden a evaluar sus habilidades y opiniones comparándose con los demás. Es por ello que en el contexto de las relaciones, las parejas pueden buscar comparaciones con otras parejas, especialmente a través de plataformas de redes sociales, donde la información sobre la vida de otras personas está fácilmente disponible.

Reforzando esta idea, Rogers (2011) sostiene que la congruencia entre el yo real y el yo ideal es crucial para el desarrollo saludable de la personalidad y la autoestima. Es decir que, cuando hay coherencia y coincidencia entre cómo una persona se percibe a sí misma (yo real) y lo que valora y aspira a ser (yo ideal), se experimenta una sensación de autenticidad y autoaceptación y que por el contrario, la falta de congruencia puede generar conflictos internos y contribuir a la baja autoestima, ya que la persona puede sentirse en desacuerdo consigo misma.

Para Rosenberg (1971) la congruencia entre yo real y yo ideal desempeña un papel crucial en la determinación del nivel de autoestima, por lo que al aumentar la distancia entre la autoimagen ideal y la autoimagen real, la autoestima tiende a disminuir. Por su parte Fromm (2023), sostiene que el amor a los demás y el amor a nosotros mismos no son alternativas opuestas sino que todo lo contrario. Es por ello que una actitud de amor hacia sí mismos se halla en todos aquellos que son capaces de amar a los demás.

Si pensamos en la actual exposición que tienen los jóvenes en las redes sociales que los lleva a una constante comparación con una imagen poco real de los demás, y en la fragilidad que se tiene en los vínculos en la modernidad, podríamos intentar establecer una relación. Tal como plantea Vargas (2019), las parejas actuales suelen compararse con aquellas que presentan una imagen idealizada de sus relaciones, sintiendo que no están cumpliendo con ciertos estándares, lo que podría afectar su autoestima y la percepción de la calidad de su propia relación. Por este motivo la presente investigación intenta identificar si el bajo nivel de autoestima producto de estas constantes comparaciones podrían afectar a la relación de pareja, en este caso, tomando como referencia los niveles de la conformación del amor consumado. De esta manera se

pretende hacer un aporte al estudio de las relaciones de pareja en un mundo atravesado por la tecnología, la inmediatez y la fragilidad en los vínculos.

ESTADO DEL ARTE

Se llevó a cabo una búsqueda bibliográfica de artículos científicos en la base de datos Dialnet, Scielo y Google Scholar. En un primer momento se realizó una búsqueda booleana como: ("Autoestima" AND "Amor consumado") OR ("Autoestima" AND "Amor"). Luego se procedió a realizar una búsqueda general sin operadores lógicos, variando los diversos determinantes de búsquedas como: amor consumado en parejas jóvenes, autoestima y amor, teoría triangular del amor y autoestima.

Entre los estudios hallados, se encontraron investigaciones como la de Villarreal Torres (2008), en donde se intentó determinar la contribución cuantitativa de los componentes del amor (Pasión, Compromiso e Intimidad) en la percepción de una relación amorosa. Este estudio concluyó en que el factor pasión es el de mayor relevancia en el esquema amoroso, seguido por el factor de intimidad y luego por el de compromiso. Es decir que entre la población de jóvenes del área metropolitana de Monterrey el factor pasional contribuye de forma primaria en la evaluación del estatus amoroso de una pareja.

Es interesante destacar el trabajo que realizaron Falconni y Mullet (2003), en donde presentan el concepto de esquema de compensación amorosa, por el cual una pareja tiende a incrementar la intensidad de uno de los componentes amorosos en compensación a la falta de intensidad en otros componentes del amor. Desde la perspectiva de esquema compensacional, la pareja incrementará valores de compromiso e intimidad para justificar y complementar la ausencia de pasión. Este concepto resulta de suma importancia para la presente investigación, ya que a la hora de identificar si existe relación significativa entre los niveles de autoestima y la conformación del amor consumado, el amor no se discrimina por elemento, sino que se lo evalúa en su conjunto.

Por su parte Cooper y Pinto (2008) realizaron un estudio en Bolivia que lleva por título actitudes ante el amor y la teoría de Sternberg: un estudio correlacional en jóvenes universitarios de 18 a 24 años de edad; para lo que utilizaron los instrumentos: Escala Triangular del Amor de Sternberg y Escala de Actitudes ante el Amor, con el objetivo de analizar la correlación entre las actitudes ante el amor y los componentes del amor. Los resultados arrojaron que el 60% de mujeres y varones obtuvo un nivel alto de

intimidad en sus relaciones; el 47% de la población estudiada se encuentra en un nivel alto de pasión y el 50% obtuvo un nivel alto en la dimensión de compromiso en una relación. Finalmente, el 54% de los participantes forma parte del tipo de amor Storge y Manía, manifiestos en la teoría de Lee (1973).

En la investigación que llevaron a cabo Quispe Huaspa y Quispe Ochoa (2018), se analizaron las posibles relaciones entre los factores de personalidad y los componentes del amor en estudiantes mujeres del quinto año de las diferentes áreas de la Universidad Nacional de San Agustín. Se utilizaron el cuestionario Big Five y la Escala triangular del Amor en una población de 466 estudiantes. Los resultados concluyeron que el componente del amor que predomina es el componente Pasión, siendo el factor de personalidad predominante el de la estabilidad emocional.

Resultados disímiles se obtuvieron en un estudio realizado por Rodríguez, García y Porcel (2017) en España, donde se examinaron los diferentes estilos de amor entre estudiantes universitarios. El enfoque de la investigación fue descriptivo y se contó con una muestra de 447 estudiantes de la Universidad de Sevilla, de los cuales 267 eran mujeres y 180 eran hombres. Para medir los estilos de amor, se utilizó una versión adaptada de la Escala de Attitude del amor, desarrollada por Hendrick y Hendrick (1998). Los resultados indicaron que, en general, los estudiantes tienden a tener una concepción idealizada y romántica del amor, donde la sexualidad y la pasión ocupaban un lugar secundario. Además, se observó que el estilo de amor más común entre los participantes era el ludus.

También es interesante el estudio realizado por Farfán Pinto (2021) en donde se buscó analizar cómo repercute la adicción a las redes sociales en la satisfacción marital. Los resultados que se obtuvieron mostraron que existe una relación estadísticamente significativa entre el nivel de adicción a redes sociales y la satisfacción marital. En donde, el 39.6% de los pacientes con alto nivel de adicción a redes sociales tienen bajo nivel de satisfacción en la relación de pareja, mientras que el 16.7% de los pacientes con bajo nivel de adicción a las redes presentan satisfacción alta en la relación de pareja.

Por último, dentro de los estudios hallados, el que más relevancia tiene para la presente investigación es el estudio realizado por Valdes Tinoco (2019), donde se buscó determinar la relación entre autoestima y los estilos de amor en jóvenes estudiantes. En este estudio de diseño no experimental y de tipo correlacional, la muestra estuvo conformada por 140 estudiantes de ambos sexos de entre 18 y 25 años. Se utilizó el Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith y la Escala de Actitudes hacia el amor de Hendrick y Hendrick.

El resultado demostró que existe correlación entre las variables autoestima y estilos de amor; habiendo correlación estadísticamente significativa y positiva entre autoestima y el estilo eros. Asimismo, se pudo observar que existe correlación estadísticamente significativa y negativa entre los niveles de autoestima y el estilo de amor manía.

De esta manera, a pesar de la diversidad de investigaciones encontradas, no se hallaron antecedentes específicos que investiguen la relación entre los niveles de autoestima y la formación del amor consumado en parejas jóvenes. Por lo tanto, se propone realizar la presente investigación para abordar esta brecha en la literatura.

Problema

¿Qué relación existe entre el nivel de autoestima y la conformación del amor consumado en parejas jóvenes de la ciudad de Arroyo Seco?

Aportes y fines de la investigación

Los resultados obtenidos podrían ser útiles para el desarrollo de intervenciones psicológicas orientadas a mejorar la calidad de las relaciones de pareja y prevenir problemas en el ámbito amoroso, proporcionando información relevante para la intervención clínica en psicoterapia.

Objetivos

General

Identificar qué relación existe entre los niveles de autoestima y la conformación del amor consumado en parejas jóvenes residentes en la ciudad de Arroyo Seco.

Específicos

- Evaluar los niveles de autoestima en parejas jóvenes de la ciudad de Arroyo Seco.
- Analizar la conformación del amor consumado en parejas jóvenes de Arroyo Seco.
- Determinar la relación entre los niveles de autoestima y el amor consumado en las parejas jóvenes de la ciudad de Arroyo Seco.

Hipótesis

Se espera que a medida que aumenten los niveles de autoestima de los individuos, se observe un mayor grado de amor consumado en sus relaciones.

MARCO TEÓRICO

Autoestima

Si se realiza un análisis etimológico de la palabra, autoestima proviene del griego autos, que significa por sí mismo; y la palabra latina estima, que significa valorar, apreciar (RAE, 2024). En cuanto a su definición conceptual, para autores como Páez, Fernandez, Ubillos y Zubieta (2004), la autoestima es la actitud que tiene toda persona con respecto a sí mismo, constituyendo éste el componente evaluativo del autoconcepto.

Montoya y Sol (2001) por su parte, entienden la autoestima como un acontecimiento interno, un movimiento que ocurre en todo nuestro ser y nos hace vivir en determinada manera. Branden (2010) afirma que la autoestima es la suma de la confianza y el respeto por uno mismo, reflejando el juicio implícito que cada uno hace de su habilidad para enfrentar los desafíos de la vida y de su derecho a ser feliz. En otras palabras, la autoestima es la valoración y aceptación de sí mismo, a partir de la cual se crea el autoconcepto que luego se va a ver reflejado en la experiencia con los demás.

Es importante comprender que mientras que el autoconcepto es una construcción cognitiva que involucra la percepción objetiva de las características y habilidades personales, la autoestima comprende aspectos emocionales y afectivos, representando la valoración subjetiva de esas características. Tener un autoconcepto positivo puede influir en la autoestima, pero la autoestima en sí misma se refiere a la valoración emocional que una persona tiene de su propio ser. Ambos conceptos son importantes para comprender la imagen integral que una persona tiene de sí mismo (Branden, 2010).

El presente trabajo tiene como referente teórico a Coopersmith (1999) quien refiere que la autoestima es el juicio que se mantiene hacia uno mismo siendo a su vez una experiencia que el individuo transmite hacia otros mediante la expresión de sus experiencias o la manifestación de su conducta. Es así que el trabajo de este autor está tan arraigado a los bien establecidos principios del aprendizaje que debemos considerarlo como representativo de la perspectiva conductual.

Es así que la conexión entre los tres principales antecedentes de la autoestima (aceptación parental, límites claramente establecidos y tratamiento respetuoso) se entiende en términos de mecanismos de aprendizaje. En este sentido, los niños aprenden que son merecedores porque sus progenitores les tratan con afecto. Desarrollan

estándares más altos porque estos valores son sistemáticamente reforzados, (clásica y operativamente) sobre otros. Estos niños se tratan a sí mismos con respeto porque observan cómo actúan sus progenitores hacia las personas y ellos reproducen esas conductas.

Dimensiones de la autoestima

Coopersmith (1999), menciona 3 áreas:

Sí mismo-general: Es la autopercepción valorativa sobre las características físicas y psicológicas.

Social-pares: Hace referencia a la valoración de la persona delante de sus compañeros y amigos.

Hogar: Se refiere a la evaluación de sí mismo con relación a las experiencias vividas en el medio familiar en especial con los padres y las personas con quienes se relaciona.

Niveles de la autoestima

Según Coopersmith (1999) se clasifica en:

Autoestima alta: Las personas llegan a alcanzar sus metas (académico o social). Son poco sensibles a las opiniones de los demás como resultado; tienden a ser ansiosos. Conocen sus propias capacidades y destrezas; y valoran su seguridad al poder realizar cualquier actividad; de igual manera sabe sus defectos y obstáculos.

Autoestima media: Son personas positivas, pero tienden a ser inseguros de su capacidad, suelen buscar la aprobación social y experiencias que refuercen su valoración propia.

Autoestima baja: Se caracterizan por tener poco valor en comparación a los demás y carece de autorespeto. Tienden a ser pasivos y sensibles en grupo sociales por temor a las críticas.

Desarrollo de la autoestima

Coopersmith (1999) propone 4 variables como determinantes en el desarrollo de la autoestima:

Haber recibido aceptación, respeto, preocupación por parte de las personas significativas en su vida.

La historia de los éxitos, y el lugar que ocupa la persona dentro de la comunidad.

La forma en que las experiencias son interpretadas y modificadas de acuerdo a los valores y aspiraciones del sujeto.

La manera en que el sujeto responde a la evaluación.

Tipos de Autoestima

En relación a las diversas formas de evaluar la autoestima en el ámbito de la investigación y la psicología, observamos que los enfoques más respaldados por varios expertos se centran en la autoestima positiva o elevada y la autoestima negativa o baja.

En primer lugar, la autoestima positiva o elevada proporciona una serie de factores beneficiosos para el bienestar general y la calidad de vida, contribuyendo a la formación de una personalidad sólida. (Rosenberg y Simmons, 1972). Estos investigadores sostienen que una autoestima elevada genera una sensación de bienestar y confianza interna, lo que se traduce en comportamientos positivos. Además, señalan que las personas con autoestima positiva se respetan a sí mismas, valoran sus capacidades, aceptan tanto sus fortalezas como sus debilidades, y demuestran competencia en diversas áreas.

Otros estudios, como los de Camargo (1994) y Navarro (2009), respaldan estas afirmaciones al indicar que individuos con autoestima elevada tienen la capacidad de apreciarse de manera positiva. Alonso y Román (2005), junto con Navarro (2009), también sostienen que estas personas reconocen tanto sus habilidades como las dificultades que puedan enfrentar.

Amor

El amor puede conceptualizarse como una actitud positiva de atracción hacia la otra persona, dando lugar a una predisposición a pensar, sentir y comportarse de cierta manera hacia ella. También puede entenderse como una emoción o sentimiento acompañado de ciertas reacciones fisiológicas o como una conducta como cuidar de la otra persona, pasar tiempo con ella o atender sus necesidades, entre otros. (Pérez, Fiol, Guzmán, Palmer y Buades, 2008).

Por otra parte, como señala Graham (2011) en su metaanálisis sobre medidas del amor en relaciones románticas, varios investigadores han tratado de desarrollar modelos que permitan diferenciar entre distintas experiencias de amor, encontrando entre los intentos de medir el amor la diferencia entre gustar y amar (Rubin, 1970) el amor apasionado y el amistoso (Berscheid y Hatfield, 1978) la pasión, intimidad y compromiso (Sternberg, 1986) y los seis estilos de amor de Lee.

Lee (1973) identificó tres tipos primarios de estilos de amor: eros, ludus y storge. La combinación de estos tres tipos primarios que conducen a los estilos secundarios: manía, pragma y ágape.

-**Eros:** Conocido como el amor romántico o pasión, presenta una relación en la que la apariencia física desempeña un rol importante, así como el componente sexual y el deseo de una relación intensa. El eros es un amor apasionado que se caracteriza por la atracción física, la pasión, la comunicación abierta y el compromiso con el amante.

- **Ludus:** En donde el amor y la sexualidad son vistos como un juego para el disfrute mutuo y sin una intención particular. Asimismo, este estilo de amor pone las reglas claras y considera al sexo como una forma de divertirse más que como una forma de implicación. Se caracteriza por ser un amor permisivo en donde no hay compromiso, inexistencia de celos, hay poca implicación emocional, no hay expectativas futuras y existen múltiples parejas.

- **Storge:** Este término hace referencia al afecto parental; este amor se basa en el compañerismo y la relación con la pareja, quién es similar en términos de valores y actitudes. Esta similitud es mucho más importante que la apariencia física o la satisfacción sexual, ya que se orienta a buscar un compromiso a largo plazo.

- **Manía:** Un amor posesivo y dependiente. Se caracteriza por la existencia de celos. Es un

amor turbulento, apasionado y es un estilo de amor emocionalmente intenso.

- **Pragma:** Es un tipo de amor práctico, tomando en consideración la edad, el grado de instrucción, el estatus social, la facultad para ser buen padre o madre. Es una mezcla de amor ludus y storge, ya que se caracteriza por la búsqueda racional de la pareja ideal.

- **Ágape:** Es un amor altruista, que se preocupa por el bienestar del otro y no existe nada a cambio, es más bien un amor idealista en el que la sexualidad y la sensualidad no son relevantes. En este estilo de amor hay una tendencia a perdonar y apoyar a la pareja a pesar de las fallas o defectos de la misma. Este estilo combina características de Eros y Storge, lo cual lo hace un estilo de amor intenso y amigable.

En definitiva, definir el amor es sumamente complicado, ya que existen diferentes tipos de amor. Lo cierto es que esta definición se convierte en una ardua tarea debido a que el amor está socialmente influenciado y hay muchas opiniones y maneras de enfocarlo. Dejando de lado otras formas de amar (como pueden ser el amor de madre), esta investigación se centra en el amor desde el concepto de amor romántico y desde un enfoque cognitivo.

A continuación se expone la Teoría Triádica de Sternberg tomada como referencia teórica para el presente estudio, en la cual se identifican los elementos esenciales para la óptima formación y preservación de las relaciones de pareja.

Sternberg (1986) plantea que hay tres componentes que están presentes en la relación amorosa, pero con diferente intensidad. Es decir, la intimidad tiene un desarrollo gradual pero es más rápido en las primeras etapas de la relación amorosa; la pasión es muy intensa al principio y puede aumentar vertiginosamente o disminuir conforme se desarrolla la relación; y el compromiso, prospera con lentitud al principio hasta estabilizarse (Almeida, 2013). En el tiempo, los componentes pueden variar, generando cambios en la naturaleza del amor. De forma particular, cada miembro puede priorizar uno, dos o tres componentes, surgiendo diferencias en el amor. Dichos componentes son los siguientes:

- **Intimidad**: se refiere a aquellos sentimientos dentro de una relación que promueven el acercamiento, vínculo y conexión (p. 37). La intimidad incluye el deseo de promover el bienestar de la persona amada, pero con la expectativa que el otro actúe de igual forma cuando llegue el momento, sentimiento de felicidad junto a la persona amada, gran respeto al ser amado, capacidad de contar con la persona amada en momentos de necesidad, entendimiento mutuo, entrega de uno mismo y de sus posesiones, recepción de apoyo emocional por parte de la persona amada, entrega de apoyo emocional, comunicación íntima y valoración de la persona amada. Por otro lado, las claves de la intimidad son: la confianza, honestidad, respeto, compromiso, seguridad, generosidad, lealtad, reciprocidad, constancia, comprensión y aceptación. De esta manera, se puede afirmar que la intimidad es un fundamento del amor que se desarrolla lentamente y es difícil de lograr, porque cuando existe autoexposición o un acercamiento excesivo a otra persona, se puede ser consumido poniendo en peligro la autonomía e independencia.

- **Pasión**: Es la expresión de deseos y necesidades tales como necesidades de autoestima, entrega, pertenencia, sumisión y satisfacción sexual (p. 40). Dichas necesidades pueden variar según persona, situación y tipo de relación amorosa. Es importante resaltar que una persona con gran necesidad de pertenencia puede experimentar pasión hacia otra persona que le da la oportunidad de pertenecer, entonces el estímulo que enciende la pasión es una respuesta aprendida.

- **Compromiso**: El compromiso es el grado según el cual una persona está dispuesta a acoplarse a la pareja y asumir la relación hasta el final (pp. 42-43). Está compuesto por la decisión consciente de amar a determinada persona y el compromiso a

largo plazo que tiene la finalidad de conservar ese amor en el tiempo. Es decir, compartir el día a día con la firme convicción de mantener la relación amorosa.

La presencia de cada componente es fundamental debido a que cada vértice indica la cantidad de intimidad, pasión y compromiso experimentados por una persona dentro de la relación. Es así que el tamaño y la forma de cada triángulo definirán el tipo de amor en la relación de pareja. En la figura 1 se puede apreciar cómo queda conformado el triángulo del amor con sus respectivos componentes y los distintos tipos de amor que surgen de sus combinaciones.

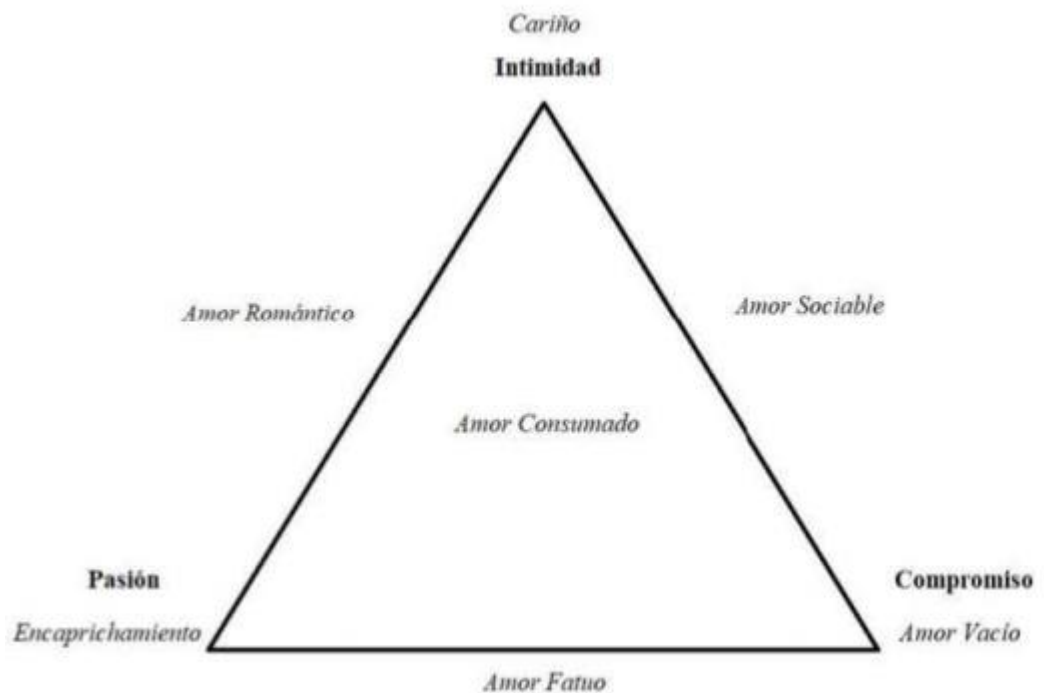


Figura 1. Teoría Triangular del Amor de Sternberg (1986).

Tipos de amor

Rodrigo Talavera (2020) proporciona una descripción detallada de los diferentes tipos de amor, los cuales implican las combinaciones de los componentes: intimidad, pasión y compromiso. Dichas combinaciones determinan la naturaleza del amor dentro de la relación de pareja, siendo el amor consumado el tipo de amor ideal que posee un equilibrio entre todos ellos. Las formas de amor que propone la teoría triangular de Sternberg son las siguientes:

- **No Amor**: hace referencia a la ausencia de los tres componentes, consistiendo en relaciones caracterizadas por el intercambio de interacciones causales que no comparten amor.

- **Cariño**: llamado también gustar, se refiere a aquella relación caracterizada por el afecto íntimo propio de las amistades, habiendo un alto grado de intimidad pero ausencia de pasión física ni compromiso a largo plazo.

- **Encaprichamiento**: también conocido como amor apasionado o enamoramiento, resulta en aquella relación en la que hay un alto grado de pasión pero sin intimidad ni compromiso, lo que podría ser entendido como amor a primera vista; puede surgir casi instantáneamente y también desaparecer con la misma rapidez.

- **Amor Vacío**: aquella relación en la que existen niveles altos de compromiso, pero se ha perdido la vinculación de intimidad y de pasión. Es el tipo de amor que podría encontrarse en una pareja que lleva muchos años de relación, pero que ha perdido tanto la implicación emocional mutua como la atracción física.

- **Amor Romántico**: aquél en el que hay unión emocional y excitación física, predominando éstos sobre el compromiso. A diferencia del encaprichamiento, la pareja no se ve unida únicamente por el atractivo físico, sino que también existe un vínculo emocional entre ellos.

- **Amor Sociable**: también referido como amor de compañeros, es el propio de aquellas relaciones en las que la pasión ha desaparecido, pero se mantiene un gran cariño y un compromiso. Es frecuente encontrarlo en parejas en las que ya no hay atracción física, pero se tiene una amistad comprometida a largo plazo, compartiendo la vida aunque no exista deseo sexual.

- **Amor Fatuo**: propio de relaciones en las que existe el compromiso y la pasión, pero en ausencia de intimidad. Un ejemplo ilustrativo podría ser una pareja que al poco tiempo de conocerse se compromete, de manera que la decisión del compromiso es promovida principalmente por la pasión sin haber estabilizado el eslabón de la intimidad (que lleva más tiempo en desarrollarse), de manera que existe el riesgo de que la relación fracase al basarse el compromiso únicamente en un componente inestable en el tiempo como es la pasión. También se le conoce como amor ilusorio.

- **Amor Consumado**: representa la relación ideal, la que toda persona querría alcanzar, siendo conocido también como la forma plena de amor al resultar de la combinación completa de los tres componentes.

Parejas Jóvenes

Al hablar de parejas, es esencial definir desde qué perspectiva se abordará y en qué contexto específico. Según Espínola, Stange, Cambranis, Ortega, Salazar y Esteves (2017), en su estudio sobre la aproximación al concepto de pareja, plantean que esta

relación es un fenómeno complejo que abarca diversos aspectos biológicos, psicológicos, interpersonales, sociales y culturales.

El análisis del ciclo de la pareja como un objeto de estudio presenta desafíos debido a la complejidad que implica. Esto se debe a la interacción de diversos factores, y la manera en que un investigador priorice estos factores influirá en las características que se atribuyen a la clasificación propuesta.

La adultez temprana comprende las edades de 20 a 40 años, en esta etapa se establecen relaciones íntimas, firmes, cercanas y comprometidas. Mientras, la adultez media comprende de los 40 a los 65 años (Papalia, Wendkos & Duskin, 2010).

MARCO METODOLÓGICO

Área de estudio

La investigación se llevó a cabo con sujetos residentes en la ciudad de Arroyo Seco, ciudad del Departamento Rosario, provincia de Santa Fe, Argentina. La misma se sitúa en la costa oeste del río Paraná y se halla 32 km al sur de Rosario y a 193 km de la ciudad capital provincial.

Tipo de Investigación

La investigación es de diseño no experimental porque no se manipulan deliberadamente a las variables y también porque se observan los fenómenos tal como se dan en el contexto natural. Es de corte transversal porque los instrumentos se aplican en un momento actual. Así también, de tipo descriptivo-correlacional, ya que se describen estadísticamente las variables y se relacionan los niveles de autoestima con el grado de amor consumado alcanzado para posteriormente analizar los datos y determinar si hay alguna relación significativa entre ellas (Hernandez Sampieri, 2018).

Población y muestra

Mediante un muestreo no probabilístico, se evaluaron a 53 participantes con residencia en la localidad de Arroyo Seco, compuestos por 41 mujeres y 12 hombres. Los criterios de inclusión para la participar fueron que los participantes estén en pareja desde por lo menos 6 meses y fuesen adultos jóvenes, con edades comprendidas entre los 20 y 40 años pero a su vez, pertenecieran a la generación Z, es decir, que no superaran los 30 años en el año 2024.

Se espera que el adulto a esta edad entre a formar parte de la sociedad al desempeñar un trabajo y relacionarse establemente con una pareja, muchas veces formando una familia (Oyarzún, 2008). A su vez, la selección de esta franja etaria se limitó a personas hasta los treinta años de edad, centrándose así en aquellos pertenecientes a la Generación Z, nacidos a mediados de la década de los noventa. Dado que han crecido inmersos en un entorno digital, son nativos digitales familiarizados con la tecnología, las redes sociales y las plataformas en línea desde una edad temprana. Esta exposición constante a la tecnología podría contribuir a la baja autoestima debido a una comparación continua con los demás (Vilanova & Ortega, 2017). Por este motivo, no todos los individuos de la población tuvieron la misma probabilidad de ser seleccionados para formar parte de la muestra.

Definición conceptual de las variables

Autoestima

A la hora de definir la autoestima, se toma la definición propuesta por Coopersmith (1967) en donde se la entiende como la evaluación que efectúa y mantiene comúnmente el individuo en referencia a sí mismo. Esta evaluación expresa una actitud de aprobación y desaprobación e indica la medida en que el individuo se cree capaz, significativo, con éxito y merecedor. En síntesis, la autoestima es un juicio de la persona sobre el merecimiento que se expresa en la actitud que mantiene ésta hacia sí misma. Es una experiencia subjetiva que el individuo transmite a otros mediante informes verbales o mediante la conducta abierta.

Amor consumado

Entendemos por amor consumado a la expresión máxima del amor, según la teoría de Sternberg (1986). Es uno de los siete tipos de amor en donde nos encontramos que los componentes esenciales de intimidad, pasión y compromiso están equilibrados en la relación. Representa el tipo ideal al que muchos aspiran, pero mantenerlo puede ser más desafiante que alcanzarlo inicialmente. Este tipo de amor no es estático y puede evolucionar con el tiempo, transformándose en otras formas.

Métodos y técnicas utilizadas

Escala del modelo triangular del amor de Sternberg

Para operacionalizar el amor consumado se utilizará la Escala del Amor de Sternberg. Este instrumento es una herramienta psicométrica desarrollada por el psicólogo Robert Sternberg en 1988 y mide los distintos tipos de amor según los componentes desarrollados en la teoría triangular del amor de Sternberg.

Esta escala consta de 45 ítems que miden los tres componentes del amor. Cada ítem se califica en una escala de 1 a 9, en la que 1 significa "no se aplica en absoluto" y 9 significa "se aplica completamente".

El puntaje total de la escala se obtiene sumando las puntuaciones de los tres componentes. Los puntajes más altos indican un mayor grado de amor consumado. La Escala del Amor de Sternberg se ha utilizado en investigaciones sobre el amor y las relaciones románticas en diversas poblaciones, incluyendo parejas jóvenes y mayores, y ha demostrado tener una buena fiabilidad y validez psicométricas.

Inventario de Autoestima para adultos de Coopersmith (Compress)

Para operacionalizar el nivel de autoestima, se utilizará el Inventario de Autoestima de Coopersmith Compress para adultos. Este instrumento es una herramienta de evaluación psicométrica diseñada para medir la autoestima en individuos adultos y proporcionar una comprensión cuantitativa de su autoevaluación.

El inventario está compuesto por 25 ítems de elección forzada, en donde debe responder con verdadero o falso dependiendo de que la persona se identifique o no con cada una de las afirmaciones. Siendo evaluada de esta manera en las áreas de: su sí mismo, Social, y académica.

Una vez que se haya completado el cuestionario, se suman las puntuaciones de las afirmaciones para obtener una puntuación total de autoestima para cada sujeto. El puntaje total se interpreta en base a los cuartiles donde los extremos indican alta o baja autoestima.

Consideraciones éticas

La presente investigación se llevó adelante teniendo en cuenta las normas éticas establecidas por el Código de Ética de la Federación de Psicólogos de la República Argentina. Este código subraya la importancia de que la investigación psicológica contribuya al progreso del conocimiento científico y/o al mejoramiento de las

aplicaciones profesionales, siempre guiada por la búsqueda de resultados que beneficien humanitariamente y respeten los derechos de los participantes en el estudio (FePRA, 2013).

Es por ello que se ha protegido la identidad de aquellos que participaron de manera voluntaria en el estudio. La recopilación de datos se llevó a cabo bajo estricto anonimato y confidencialidad, solicitando a su vez el consentimiento informado de los participantes. En donde se les preguntó si estaban al tanto de cuáles eran los requisitos para formar parte del estudio y si comprendían que los datos obtenidos podrían ser publicados o difundidos con fines científicos aceptando así participar en esta investigación.

INTERPRETACIÓN Y ANÁLISIS DE DATOS

Autoestima

Al abordar la autoestima, se recurre a la propuesta de Coopersmith (1967), en donde se la describe como la valoración que una persona realiza habitualmente sobre sí misma. En los resultados obtenidos al aplicar el inventario de Autoestima del autor en cuestión nos encontramos con que la mediana fue de 44 con un min= 20 y una máx=68.

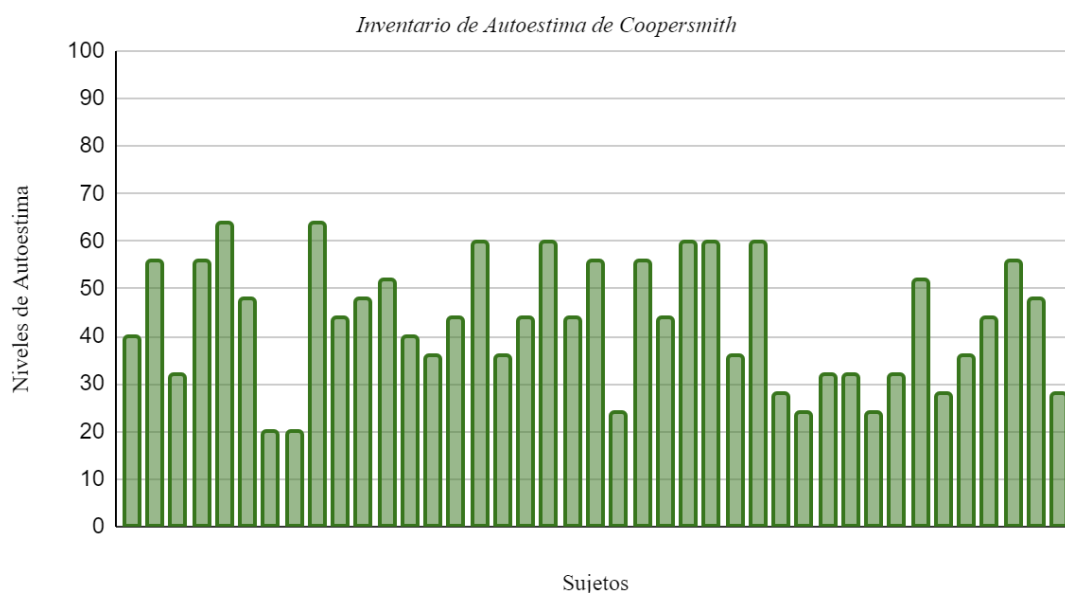
La interpretación de ese puntaje total se realiza en base a los cuartiles donde los extremos, miden la alta y baja autoestima, y los cuartiles centrales miden la media de la autoestima. Siendo de esta manera puntajes entre 0 y 24 un nivel de autoestima bajo, puntajes entre 25 y 49 niveles de autoestima medio bajo, puntajes entre 50 y 74 niveles de autoestima medio alto y puntajes entre 75 y 100 niveles de autoestima altos.

En el presente estudio se planteó evaluar los niveles de autoestima de personas que estén en parejas en la ciudad de Arroyo Seco. En relación a los resultados podemos interpretar que el valor que ocupó la posición central entre los datos obtenidos representa niveles de autoestima medio bajo. Por lo tanto, en base a estos resultados, se puede inferir que las parejas jóvenes de esa población tienen una autoestima que tiende a ser más baja que alta, pero no necesariamente en el extremo más bajo de la escala.

Ahora bien para Coopersmith (1967) la autoestima constituye el juicio de la persona sobre la actitud que mantiene de sí mismo donde valora la autopercepción, la de los amigos y la de la familia. Sin embargo, si bien es cierto que la autoestima depende de uno mismo se va formando dado a la influencia de la familia, la escuela/trabajo y la sociedad debido a que en estos tres lugares la persona experimenta la estima y el amor

que constituyen actitudes que influyen en sus reacciones. Por lo que es importante considerar ya que este análisis se basa únicamente en la evaluación de los puntajes obtenidos en el inventario de autoestima y no tiene en cuenta otros factores que podrían influir en la autoestima de las personas, como el contexto socioeconómico, cultural o personal.

Figura 2



Amor consumado

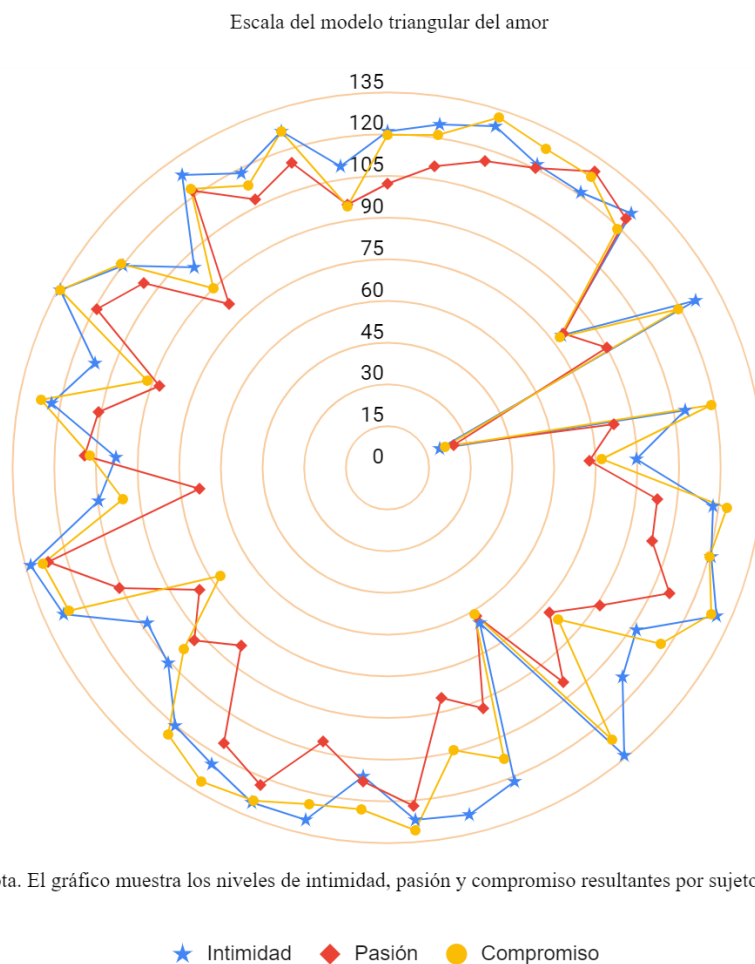
Para analizar la conformación del amor consumado en parejas jóvenes se aplicó la escala del modelo triangular de amor de Sternberg (1986). Los ítems de la escala se agrupan de acuerdo con los factores de intimidad, pasión y compromiso. En todos los casos, se suman las puntuaciones señaladas para cada proposición, tal como se ve en la figura 3. De esta manera se obtiene el puntaje total de la escala sumando las puntuaciones de los tres componentes. Los puntajes más altos indican un mayor grado de amor consumado.

Al aplicar el inventario nos encontramos que los resultados arrojaron un min= 20, un máx= 135 y una mediana=120 para el factor Intimidad. De la misma manera, el factor compromiso arrojó una mediana=120 con un min=22 y un máx=134. Por su parte el factor pasión se vio disminuido con una mediana=101, un min=25 y una máx=130.

Para determinar los niveles de amor consumado se realizó la suma de las puntuaciones de los tres componentes en cada sujeto. Entre los resultados obtenidos, nos encontramos con un min=23.33, un máx=132.66 y una mediana=133.

En resumen, los puntajes obtenidos en los factores de intimidad, pasión y compromiso proporcionaron una visión detallada de la naturaleza de las relaciones estudiadas. Se observó que, mientras que la intimidad y el compromiso mostraron niveles relativamente altos entre los participantes, la pasión presentó puntuaciones más variables y, en algunos casos, significativamente más bajas. Estos hallazgos sugieren la importancia de considerar la interacción entre los tres componentes del amor en la comprensión de las relaciones románticas, así como la necesidad de explorar cómo influyen otros factores.

Figura 3



Autoestima y amor consumado

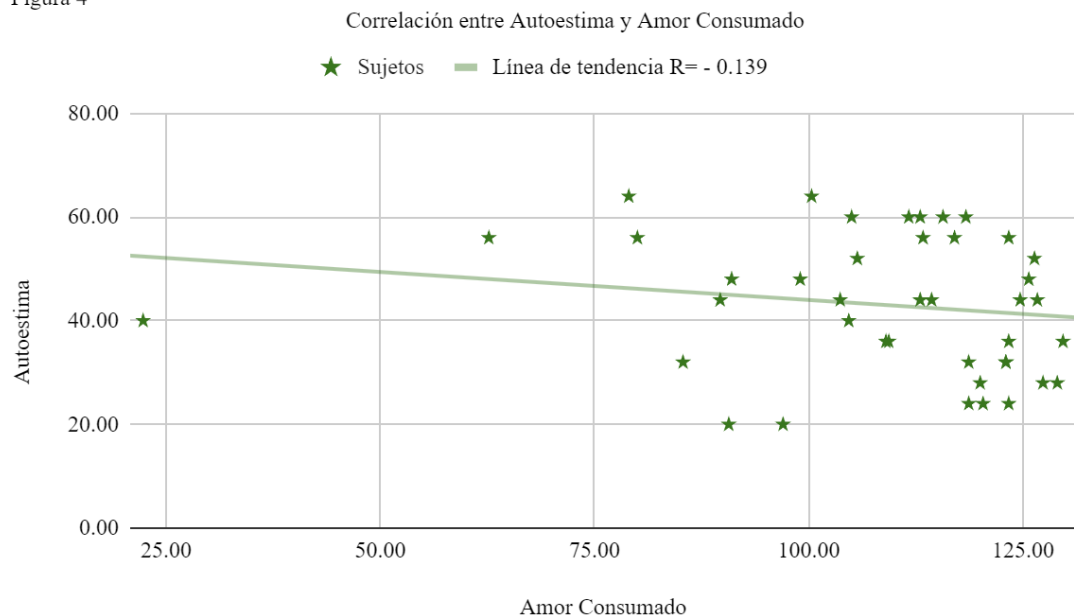
Al intentar determinar qué relación existe entre los niveles de autoestima y la formación del amor consumado en parejas jóvenes, se realizó un análisis correlacional entre las variables. Para ello se obtuvo el conjunto de datos para X (Autoestima) e Y (Amor consumado) y se procedió a normalizar los datos ($V_{Nor} = \frac{VO - V_{Min}}{V_{Max} - V_{Min}}$).

El paso siguiente fue calcular la media de cada variable, sumando todos los datos obtenidos de autoestima y dividiendolos por la muestra, en este caso 53. Se repitió lo mismo con los datos del amor consumado y luego se procedió a restar a cada valor de la variable su respectiva media. Se calculó el producto cruzado de las desviaciones estándares y luego los cuadrados de las desviaciones de cada variable a su respectiva media. Se continuó realizando la suma de los cuadrados de las desviaciones de cada variable a su respectiva media. El paso siguiente fue calcular la raíz cuadrada de las sumas de los cuadrados. Por último, se dividió la suma de los productos cruzados por la multiplicación de las dos raíces cuadradas, resultando así el coeficiente de Pearson entre ambas variables.

En relación al resultado obtenido, el coeficiente de Pearson mostró un valor de $r = -0,17$, indicando una correlación lineal negativa débil entre las variables analizadas. Esta medida sugiere la presencia de una posible asociación, donde un ligero aumento en los niveles de autoestima podría estar relacionado con una leve disminución en los niveles de amor consumado. Sin embargo, es importante destacar que la magnitud de esta relación es bastante tenue, por lo que se puede interpretar que los cambios en los niveles de autoestima no mantienen una vinculación lineal con el amor consumado.

A su vez, para el componente de Pasión los resultados arrojaron una $\text{min}=25$ y una $\text{máx}=130$, con una $\text{mediana}=101$. En el caso de la Intimidad, el $\text{min}=20$ con una $\text{máx}=135$ y una $\text{mediana}=120$. Por último, para el componente compromiso la $\text{min}=22$, con una $\text{máx}=134$ y una $\text{mediana}=120$.

Figura 4



CONCLUSIONES

Retomando lo que sostiene Festinger (1954), las personas tienden a evaluar sus habilidades y opiniones comparándose con los demás. Es por ello que en el contexto de las relaciones, las parejas pueden buscar comparaciones con otras parejas, especialmente a través de plataformas de redes sociales, donde la información sobre la vida de otras personas está fácilmente disponible. Vargas (2019), también sostiene que las parejas actuales suelen compararse con aquellas que presentan una imagen idealizada de sus relaciones, sintiendo que no están cumpliendo con ciertos estándares, pudiendo afectar su autoestima y la percepción de la calidad de su propia relación. Por su parte Fromm (2023), plantea que una actitud de amor hacia sí mismos se halla en todos aquellos que son capaces de amar a los demás. Es por ello que se intentó dar cuenta de qué relación existe entre los niveles de autoestima y el amor consumado, entendiendo a este último como la relación ideal, la que toda persona querría alcanzar, siendo conocido también como la forma plena de amor al resultar de la combinación completa de los tres componentes (Sternberg, 1986).

En cuanto a la hipótesis planteada donde se espera encontrar una relación en la que a medida que aumenten los niveles de autoestima de los individuos, se observe un mayor grado de amor consumado en sus relaciones, se pudo observar que ocurrió lo contrario. Sin embargo, a pesar de observarse esta tendencia de correlación negativa, es crucial señalar que la debilidad de la relación encontrada no permite establecer predicciones precisas o extraer conclusiones sólidas sobre el comportamiento de una variable basada exclusivamente en la otra.

Esto indicaría que otros factores podrían influir de manera significativa en la dinámica de la autoestima y la conformación del amor consumado en parejas jóvenes, requiriendo un análisis más amplio y detallado para comprender completamente esta relación.

Es por ello que la presente investigación abre una puerta para el análisis de futuras investigaciones basadas en los demás factores que podría inferir en esta relación o así mismo la presente investigación podría replicarse en otras poblaciones, ya que no se encontraron antecedentes específicos que hayan indagado sobre la temática.

REFERENCIAS

- Aristóteles (2021). *Ética a Nicómaco*. Obras completas de Aristoteles (Tomo 1). Editorial Gredos.
- Bauman, Z. (2000). *Modernidad líquida*. Fondo de Cultura Económica.
- Bauman, Z. (2003). *Amor líquido: Acerca de la fragilidad de los vínculos humanos*. Fondo de Cultura Económica.
- Branden, N. (2001). *La Psicología de la Autoestima*. Ediciones Paidós.
- Coper, V. y Pinto B. (2008). *Actitudes ante el amor y la teoría de Sternberg*. Un estudio correlacional en jóvenes universitarios de 18 a 24 años de edad. Recuperado de <http://www.ucb.edu.bo/publicaciones/ajayu/v6n2/v6n2a4.pdf>
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self – esteem*. San Francisco: Ed. Freeman.
- Espínola, I. S. Cambranis, A. Ortega, Salazar, A. M., & Esteves, C. G. (2017). Aproximación al concepto de pareja. *Psicología para América Latina*, 29,7-22. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-350X2017000300002&lng=pt&tlng=es.
- Falconi A., Mullet, E, (2003). Cognitive Álgebra of love through the adult life. *Intl. J. Again and human development*. 57(3), 275-290.
- Farfán Pinto, R. del C. (2021). *Repercusión de la adicción de las redes sociales en la satisfacción marital en pacientes de consulta externa, atendidos en el Hospital General Honorio Delgado Espinoza, Arequipa* (Tesis de maestría, Universidad Católica de Santa María, Escuela de Postgrado, Maestría de Salud Mental del Niño, del Adolescente y de la Familia).
- FePRA. (2013). *Código de ética Nacional*. Argentina. Argentina.
- Festinger, L. (1954). *A theory of social comparison processes*. Human Relations, 7, 117–140. <https://doi.org/10.1177/001872675400700202>.
- Fisher, H. (2004). *Por qué amamos: Naturaleza y química del amor romántico*. Random House.
- Fromm, E. (2023). *El arte de amar*. Booket.
- Graham, J. M., Diebels, K. J., y Barnow, Z. B. (2011). The reliability of relationship satisfaction: A reliability generalization meta-analysis. *Journal of Family Psychology*, 25(1), 39-48.
- Hernández Sampieri, R. (2018). *Metodología de la Investigación: Las rutas cuantitativas, cualitativas y mixtas*. España: McGraw-Hill Interamericana.

- Lee, J. A. (1973). *The colors of love: An exploration of the ways of loving*. Don Mills, Ontario: New Press.
- May, R. (1971). *El Amor y la Voluntad*. Emece.
- Oyarzún, E. (2008). *Ciclo vital individual*. Universidad de Chile, Facultad de Medicina. Departamento de Atención Primaria y Salud Familiar.
- Papalia, D., Wendkos, S. & Duskin, R. (2010). *Desarrollo humano*. 11ª ed. México D. F.: McGraw-Hill.
- Platón. (2021). *El Banquete*. Obras completas de Platón (Tomo 1). Editorial Gredos.
- Quispe Huaspa, A. C., & Quispe Ochoa, D. O. (2018). Componentes del amor según la personalidad en estudiantes mujeres del quinto año de la Universidad Nacional de San Agustín (Tesis de pregrado, Universidad Nacional de San Agustín, Arequipa, Perú).
- Pérez, V. A. F., Fiol, E. B., Guzmán, C. N., Palmer, M. C. R., y Buades, E. G. (2008). El concepto de amor en España. *Psicothema*, 20(4), 589-595.
- Real Academia Española. (2024). *Amor*. Recuperado de <https://dle.rae.es/autoestima>
- Rodríguez, J., García, M.A. y Porcel, A.M. (2017). Los estilos de amor en estudiantes universitarios. Diferencias en función del sexo- género. *Revista Internacional de Sociología*. 75 (3), 1-13.
- <http://revintsociologia.revistas.csic.es/index.php/revintsociologia/article/view/686>
- Rogers, C. R. (2011). *El proceso de convertirse en persona*. Paidós.
- Rosenberg, M. y Simmons, R. G. (1972). *Black and White self-esteem: The urban school*. American Sociological Association, Washington, DC: Arnold & Caroline.
- Sartre, J. P. (2004). *El ser y la nada*. Obras maestras del pensamiento. Losada.
- Sternberg, R. J. (1986). A Triangular Theory of Love. *Psychological Review*, 93(2), 119-135.
- Talavera, R.E. (2020). *Influencia del tipo de relación de pareja y su nivel de satisfacción en el grado de bienestar psicológico*. Universidad Pontificia Comillas, Madrid, España.
- Vargas Loáiciga, C. (2019). El amor en redes sociales: La representación social del Yo ideal como pareja por medio de la imagen en Facebook e Instagram. *Repertorio Americano, Segunda nueva época*, 29, 223-248. DOI: 10.15359/ra.1-29.14
- Valdez Tinoco, K. M. (2019). *Autoestima y estilos de amor en jóvenes estudiantes del I.S.T.P Arturo Sabroso Montoya*, La Victoria, 2017 (Tesis de licenciatura,

Facultad de Medicina Humana y Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología Humana, Universidad Alas Peruanas, Lima, Perú).

Vilanova, N., & Ortega, I. (2017). *Generación Z: Todo lo que necesitas saber sobre los jóvenes que han dejado viejos a los millennials*. Plataforma Editorial.

Villarreal Torres, A. I. (2008). *Una aproximación de álgebra cognitiva al esquema componencial del amor en jóvenes del área metropolitana de Monterrey* (Tesis de maestría en ciencias). Universidad Autónoma de Nuevo León, Monterrey, N.L., México.

ANEXO

ESCALA DEL MODELO TRIANGULAR DEL AMOR (Sternberg, 1997) – Adaptación

INSTRUCCIONES: Los espacios en blanco representan a la persona con la que usted. mantiene una relación. Califique cada afirmación en una escala del 1 al 9, en la cual:

1 = en absoluto; 3 = algo; 5 = moderadamente; 7 = bastante; 9 = extremadamente.

Utilice las puntuaciones intermedias de la escala (2, 4, 6, 8) para indicar niveles intermedios de sentimientos.

- 01 Prefiero estar con _____ antes que con cualquier otra persona.
- 02 Tengo una relación cálida con _____ .
- 03 Me comunico bien con _____ .
- 04 Apoyo activamente el bienestar de _____ .
- 05 No puedo imaginarme que otra persona pueda hacerme tan feliz como _____ .
- 06 Planeo continuar mi relación con _____ .
- 07 Siempre sentiré una gran responsabilidad hacia _____ .
- 08 No hay nada más importante para mí que mi relación con _____ .
- 09 Siento que _____ realmente me comprende.
- 10 Estoy dispuesto a entregarme y a compartir mis posesiones con _____ .
- 11 Mi relación con _____ es muy romántica.
- 12 Aún en los momentos en que resulta difícil tratar con _____ ,permanezco comprometido(a) con nuestra relación.
- 13 Existe algo casi «mágico» en mi relación con _____ .
- 14 Permanecería con _____ incluso en tiempos difíciles.
- 15 Admiro a _____ .
- 16 Estoy seguro de mi amor por _____ .
- 17 Siento que realmente comprendo a _____ .
- 18 Recibo considerable apoyo emocional de _____ .
- 19 No puedo imaginarme la vida sin _____ .
- 20 Sé que tengo que cuidar de _____ .
- 21 Adoro a _____ .
- 22 Puedo contar con _____ en momentos de necesidad.
- 23 Espero que mi amor por _____ se mantenga durante el resto de mi vida.
- 24 No puedo imaginar la ruptura de mi relación con _____ .
- 25 Tengo una relación cómoda con _____ .

- 26 Disfruto especialmente del contacto físico con _____ .
- 27 Considero mi relación con _____ permanente.
- 28 Cuando veo películas románticas o leo libros románticos pienso en _____ .
- 29 Considero mi relación con _____ una buena decisión.
- 30 _____ puede contar conmigo en momentos de necesidad.
- 31 Me siento emocionalmente próximo(a) a _____ .
- 32 Me encuentro pensando en _____ frecuentemente todo el día.
- 33 No podría permitir que algo se interpusiera en mi compromiso con _____ .
- 34 Doy considerable apoyo emocional a _____ .
- 35 El solo hecho de ver a _____ me excita.
- 36 Considero sólido mi compromiso con _____ .
- 37 Fantaseo con _____ .
- 38 Experimento una real felicidad con _____ .
- 39 Siento responsabilidad hacia _____ .
- 40 Mi relación con _____ es muy apasionada.
- 41 Comparto información profundamente personal acerca de mí mismo(a) con _____ .
- 42 Encuentro a _____ muy atractivo(a) personalmente.
- 43 Tengo confianza en la estabilidad de mi relación con _____ .
- 44 Debido a mi compromiso con _____, no dejaría que otras personas se inmiscuyeran entre nosotros.
- 45 Valoro a _____ en gran medida dentro de mi vida.

DATOS DEL PARTICIPANTE

Sexo: _____

Edad: _____

Tiempo en meses de relación con su pareja: _____

Inventario de autoestima de Coopersmith (Versión para adultos)

Nombre:..... Edad:.....

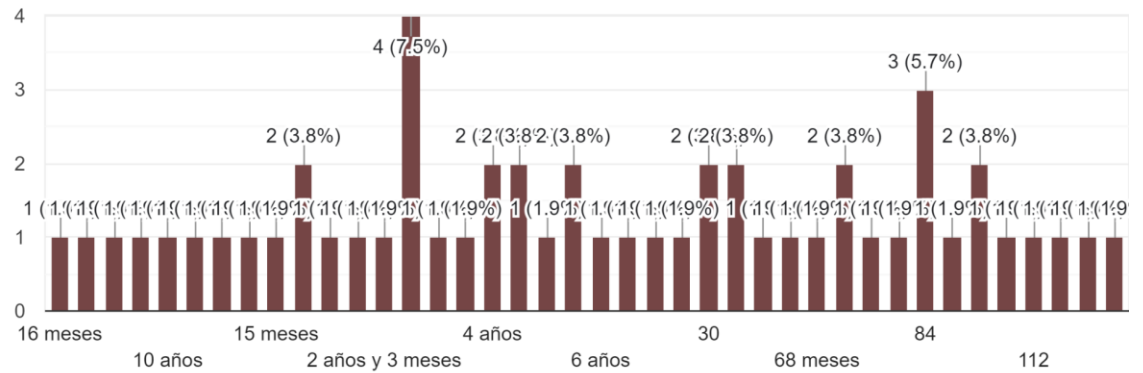
Lea detenidamente las oraciones que a continuación se presentan y responda SI o NO de acuerdo a la relación en que lo expresado se corresponda con usted. No hay respuestas buenas o malas, se trata de conocer cuál es su situación según lo planteado.

- | | |
|---|---------|
| 1. Generalmente los problemas me afectan muy poco. | SI - NO |
| 2. Me cuesta mucho trabajo hablar en público. | SI - NO |
| 3. Si pudiera cambiaría muchas cosas de mí. | SI - NO |
| 4. Puedo tomar una decisión fácilmente. | SI - NO |
| 5. Soy una persona simpática. | SI - NO |
| 6. En mi casa me enoja fácilmente. | SI - NO |
| 7. Me cuesta trabajo acostumbrarme a algo nuevo | SI - NO |
| 8. Soy popular entre las personas de mi edad. | SI - NO |
| 9. Mi pareja generalmente toma en cuenta mis sentimientos | SI - NO |
| 10. Me doy por vencido/a muy fácilmente | SI - NO |
| 11. Mi pareja espera demasiado de mí | SI - NO |
| 12. Me cuesta mucho trabajo aceptarme como soy | SI - NO |
| 13. Mi vida es muy complicada | SI - NO |
| 14. Mis compañeros casi siempre aceptan mis ideas | SI - NO |
| 15. Tengo mala opinión de mí mismo/a | SI - NO |
| 16. Muchas veces me gustaría irme de mi casa | SI - NO |
| 17. Con frecuencia me siento a disgusto en mi trabajo | SI - NO |
| 18. Soy menos guapo/a que la mayoría de la gente | SI - NO |
| 19. Si tengo algo que decir, generalmente lo digo | SI - NO |
| 20. Mi pareja me comprende | SI - NO |
| 21. Los demás son mejor aceptados que yo | SI - NO |
| 22. Siento que mi pareja me presiona | SI - NO |
| 23. Con frecuencia me desanimo en lo que hago | SI - NO |
| 24. Muchas veces me gustaría ser otra persona | SI - NO |
| 25. Se puede confiar muy poco en mí | SI - NO |

Resultados de la aplicación de la Escala del modelo triangular del amor de Sternberg.

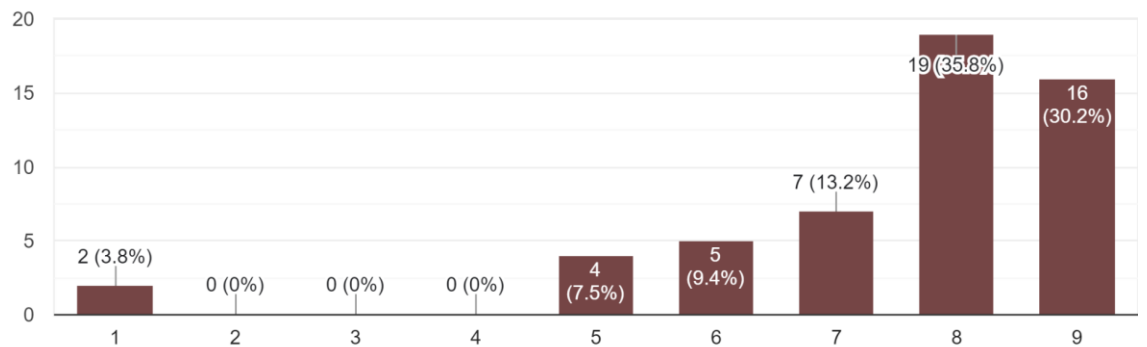
Tiempo en meses de la relación con su pareja

53 respuestas



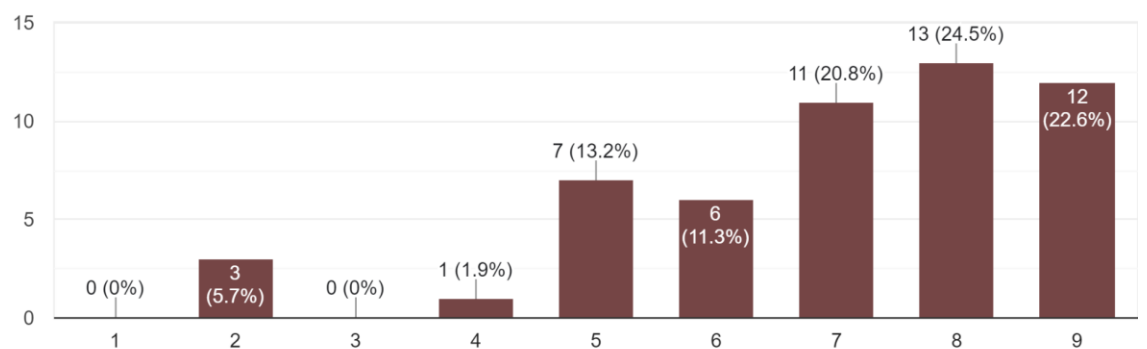
Tengo una relación cálida con _____.

53 respuestas



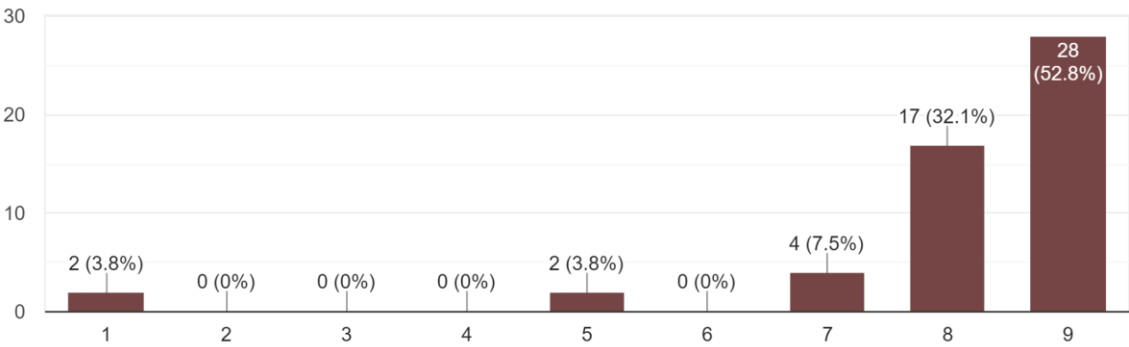
Me comunico bien con _____.

53 respuestas



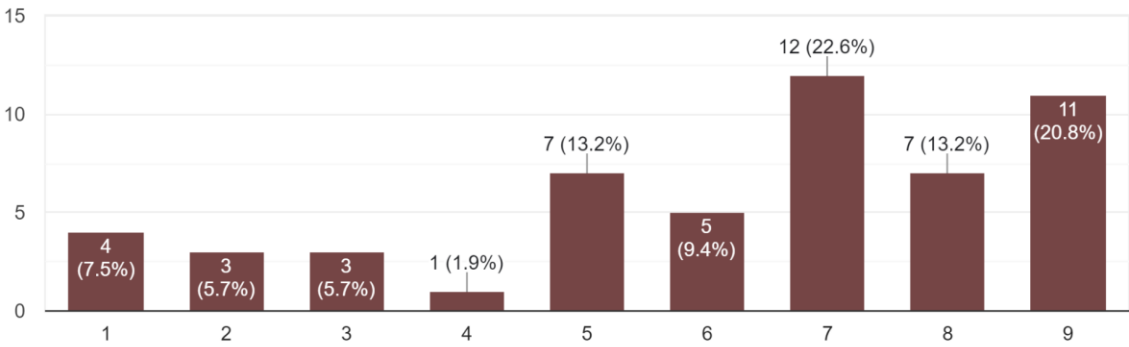
Apoyo activamente el bienestar de _____.

53 respuestas



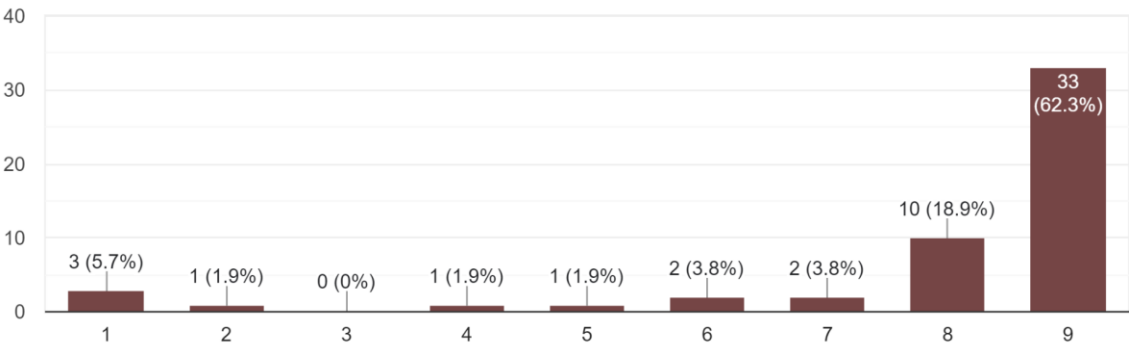
No puedo imaginarme que otra persona pueda hacerme tan feliz como _____.

53 respuestas



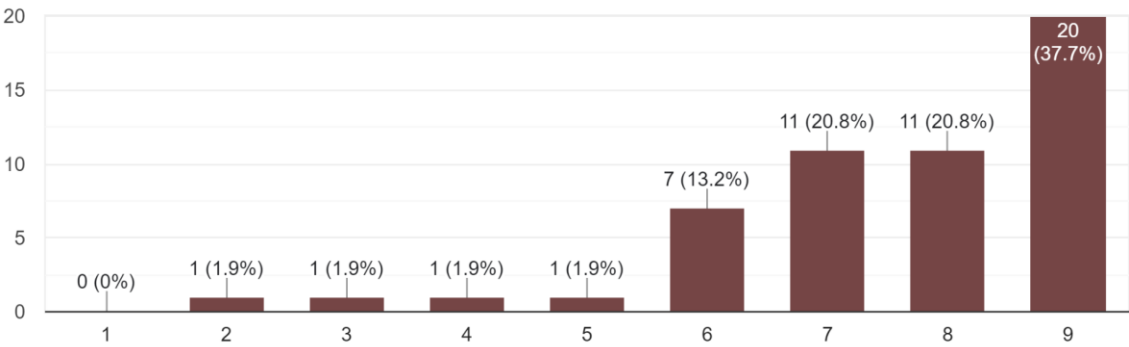
Planeo continuar mi relación con _____.

53 respuestas



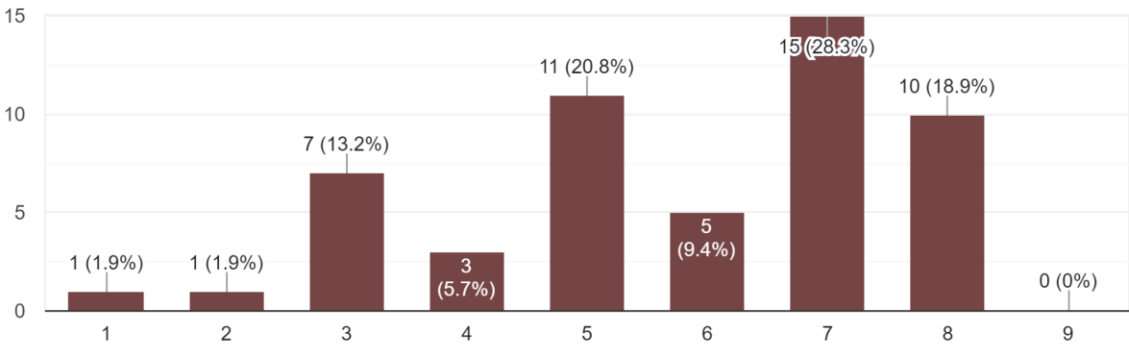
Siempre sentiré una gran responsabilidad hacia _____.

53 respuestas



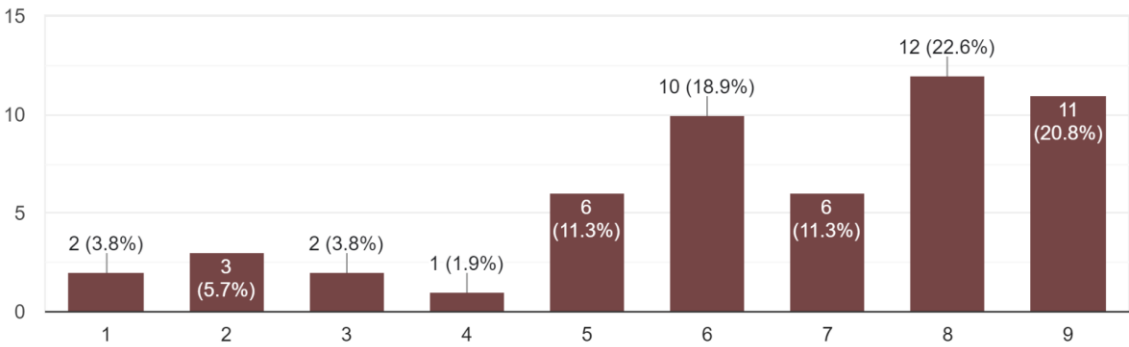
No hay nada más importante para mí que mi relación con _____.

53 respuestas



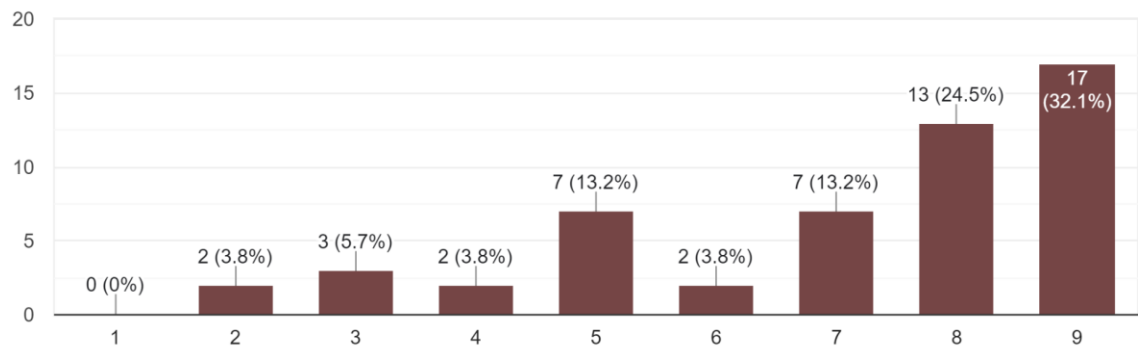
Siento que _____ realmente me comprende.

53 respuestas



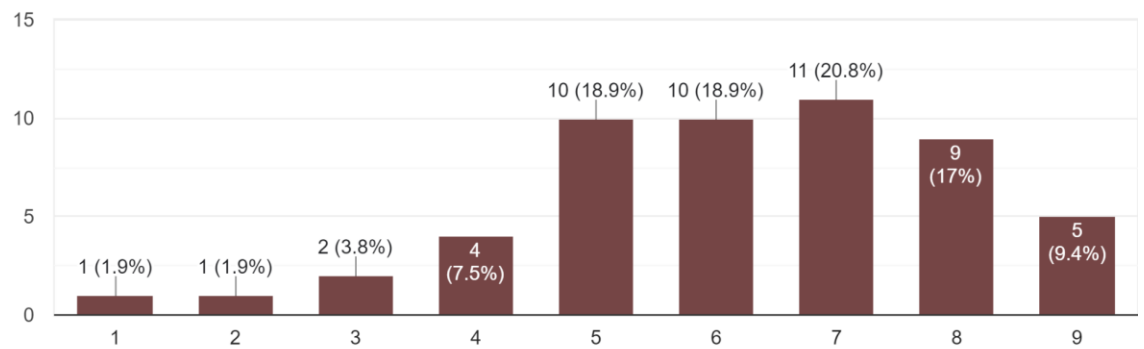
Estoy dispuesto a entregarme y a compartir mis posesiones con _____.

53 respuestas



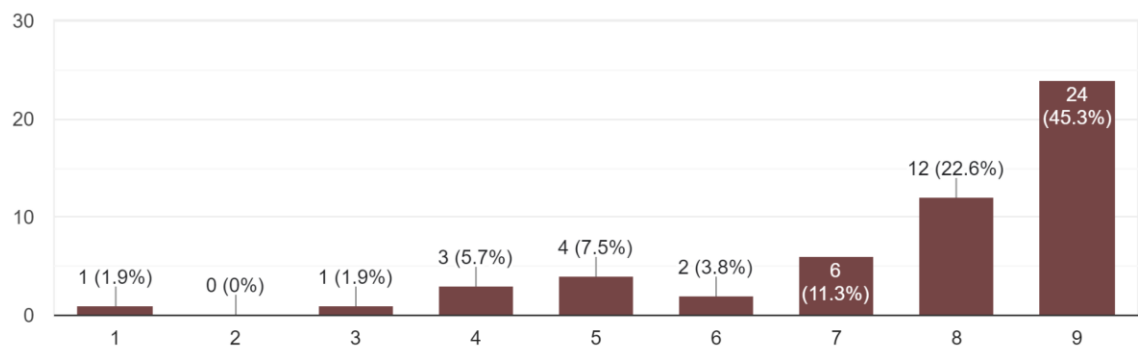
Mi relación con _____ es muy romántica.

53 respuestas



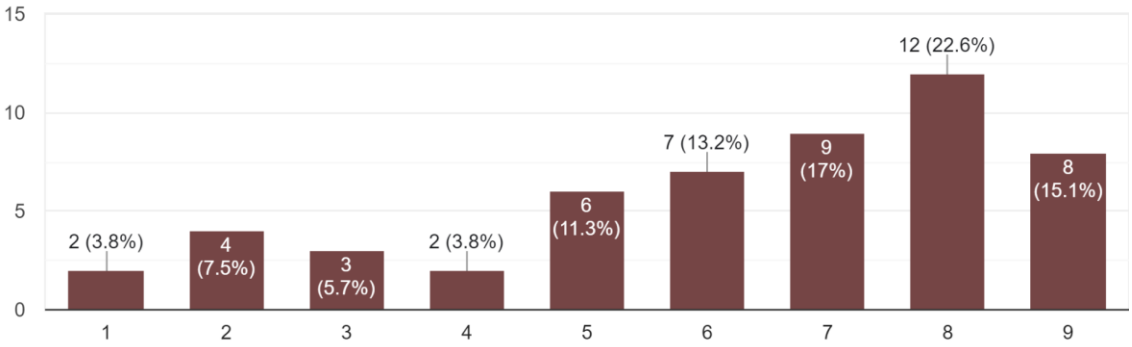
Aún en los momentos en que resulta difícil tratar con _____, permanezco comprometido/a con nuestra relación.

53 respuestas



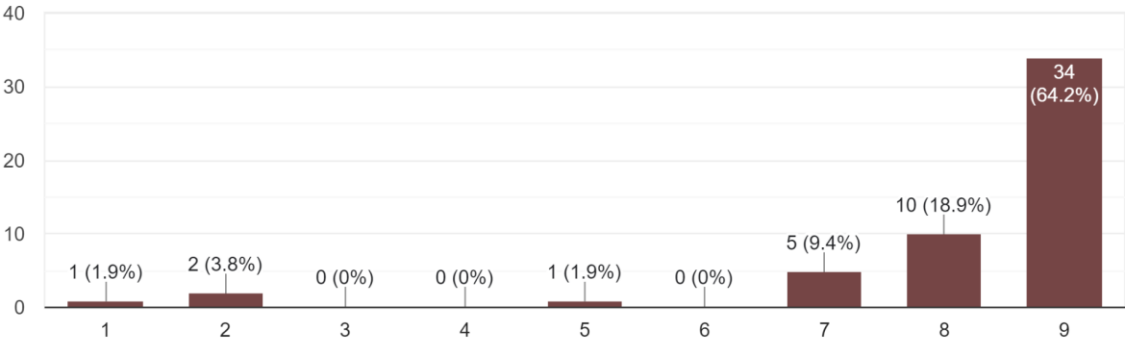
Existe algo casi mágico en mi relación con _____.

53 respuestas



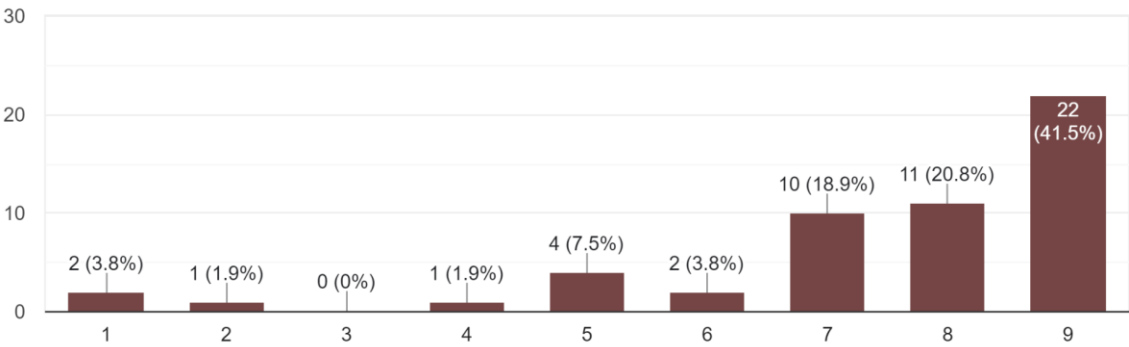
Permanecería con _____ incluso en tiempos difíciles.

53 respuestas



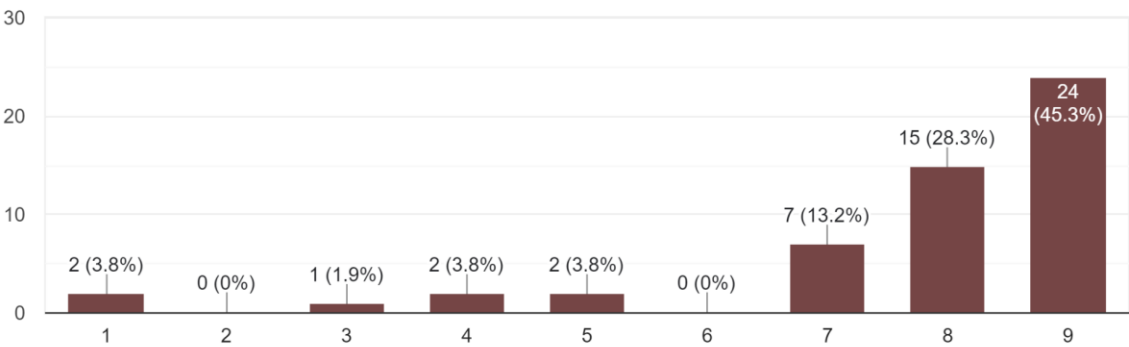
Admiro a _____.

53 respuestas



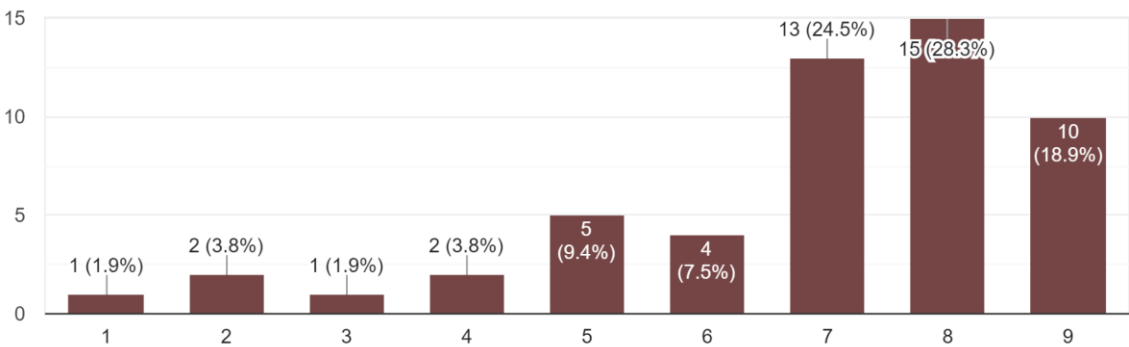
Estoy seguro de mi amor por _____.

53 respuestas



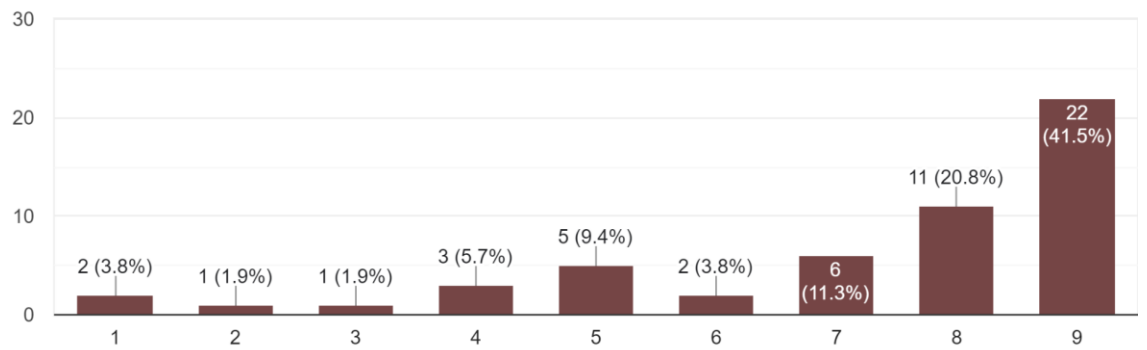
Siento que realmente comprendo a _____.

53 respuestas



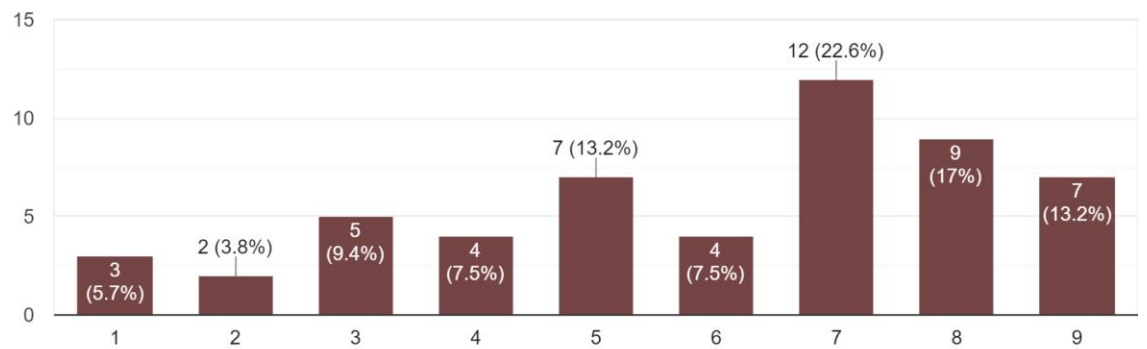
Recibo considerable apoyo emocional de _____.

53 respuestas



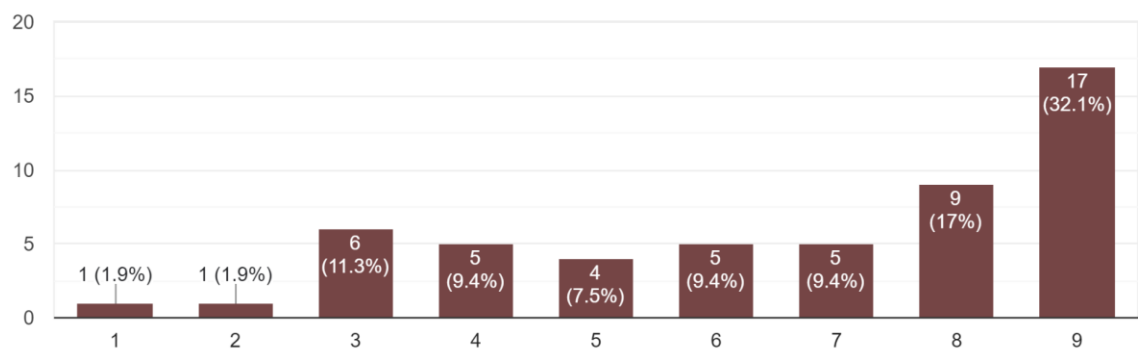
No puedo imaginarme la vida sin _____.

53 respuestas



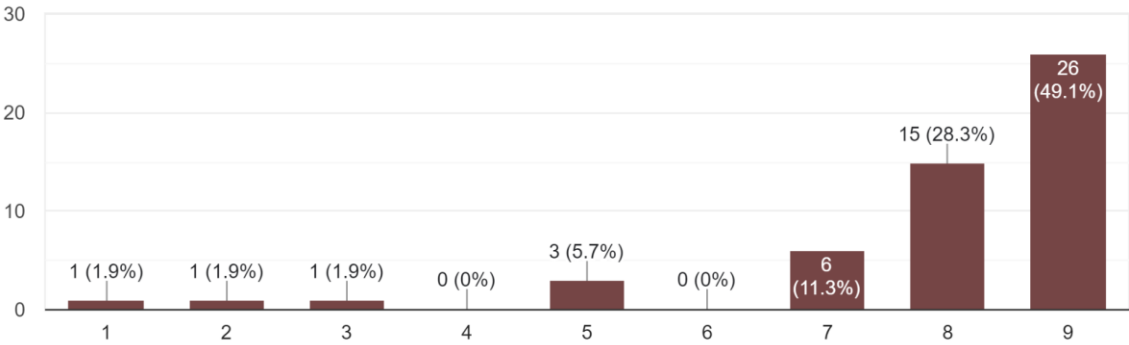
Sé que tengo que cuidar de _____.

53 respuestas



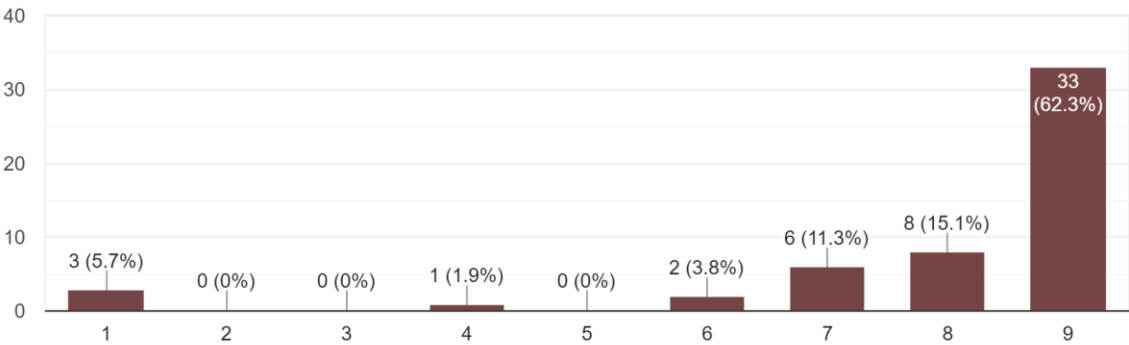
Adoro a _____.

53 respuestas



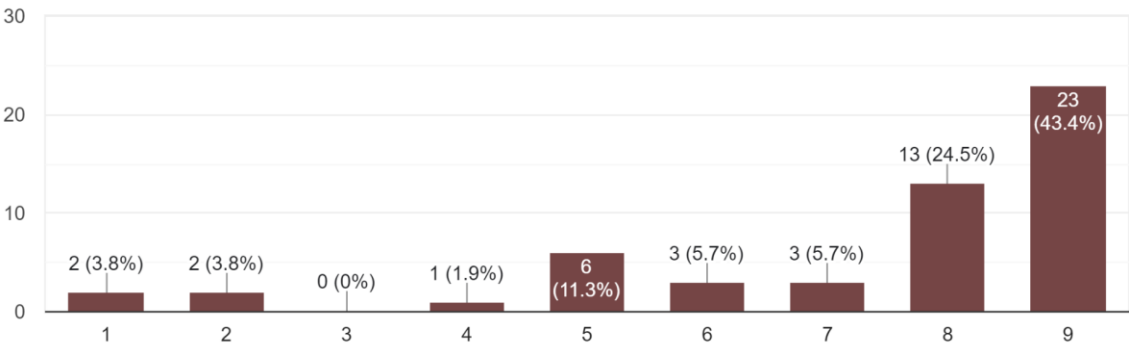
Puedo contar con _____ en momentos de necesidad.

53 respuestas



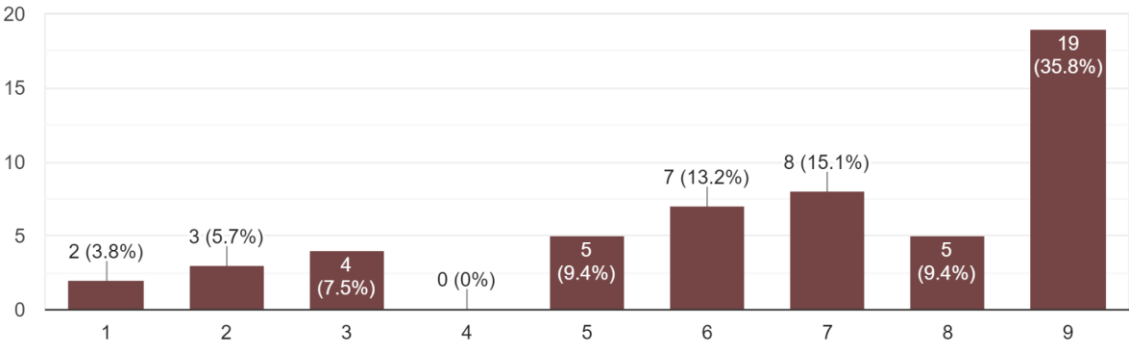
Espero que mi amor por _____ se mantenga durante el resto de mi vida.

53 respuestas



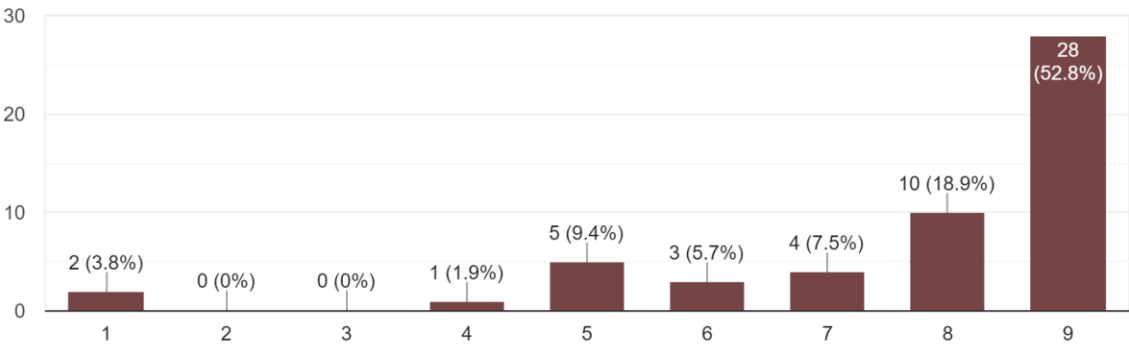
No puedo imaginar la ruptura de mi relación con _____.

53 respuestas



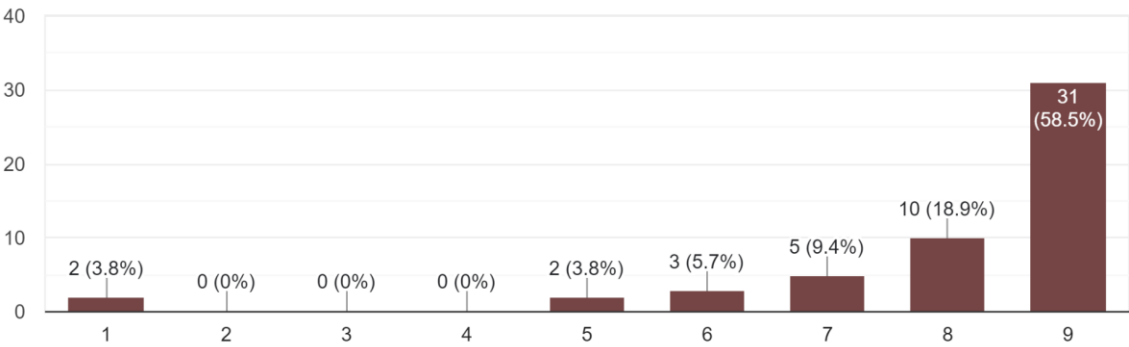
Tengo una relación cómoda con _____.

53 respuestas



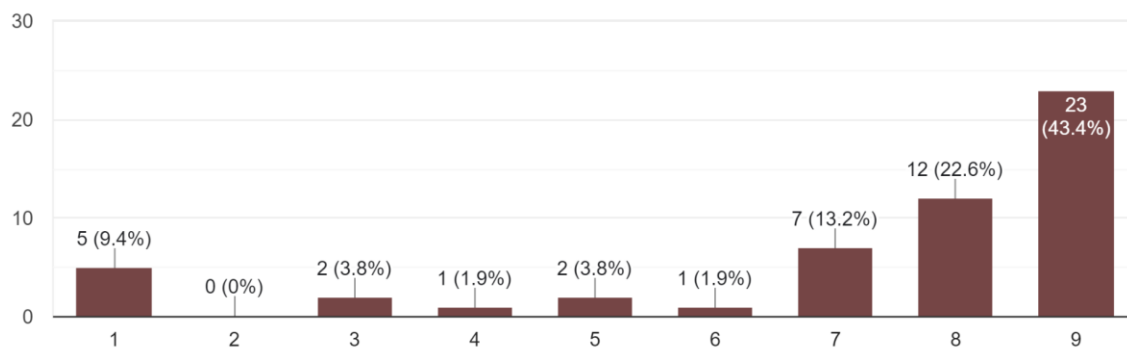
Disfruto especialmente el contacto físico con _____.

53 respuestas



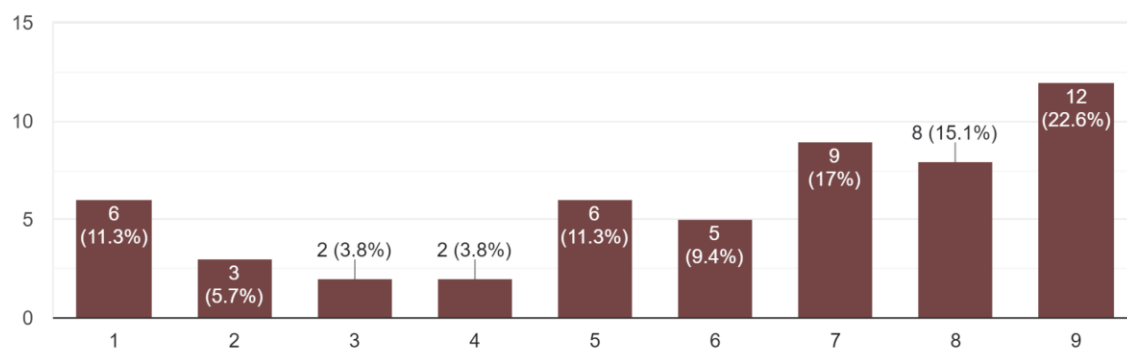
Considero mi relación con _____ permanente.

53 respuestas



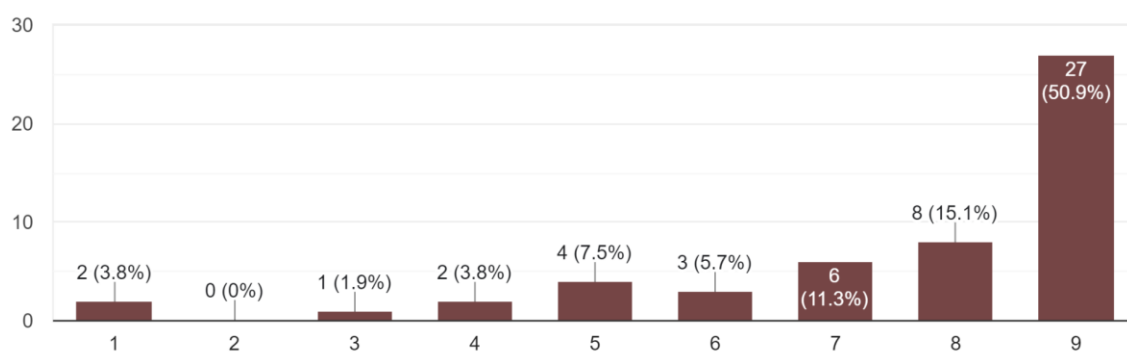
Cuando veo películas románticas o leo libros pienso en _____.

53 respuestas



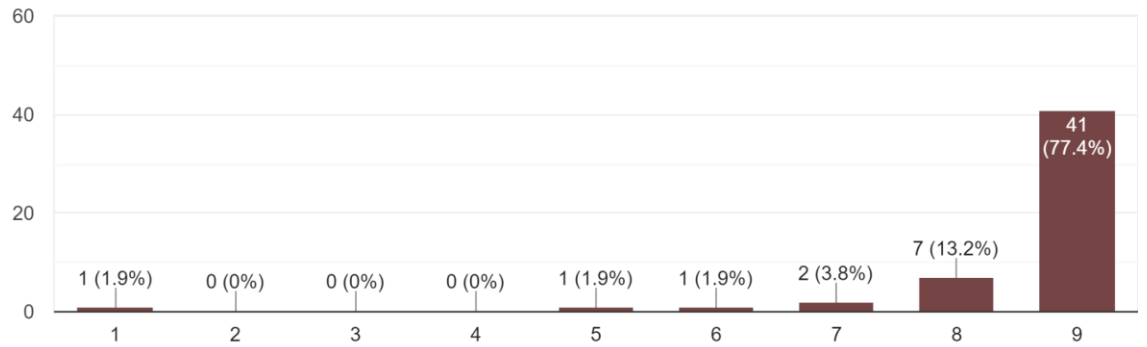
Considero mi relación con _____ una buena decisión.

53 respuestas



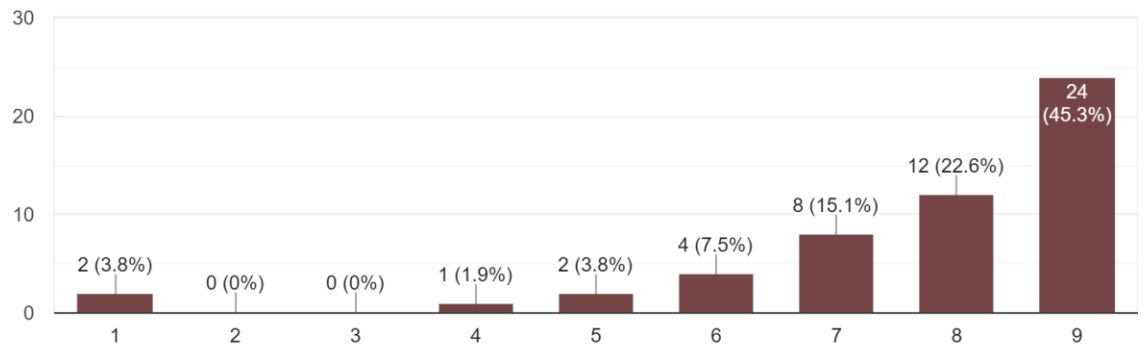
_____ puede contar conmigo en momentos de necesidad.

53 respuestas



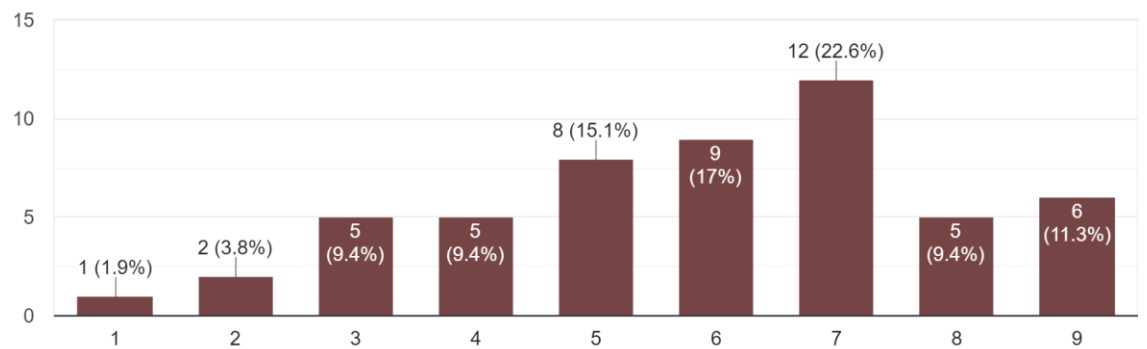
Me siento emocionalmente próximo a _____.

53 respuestas



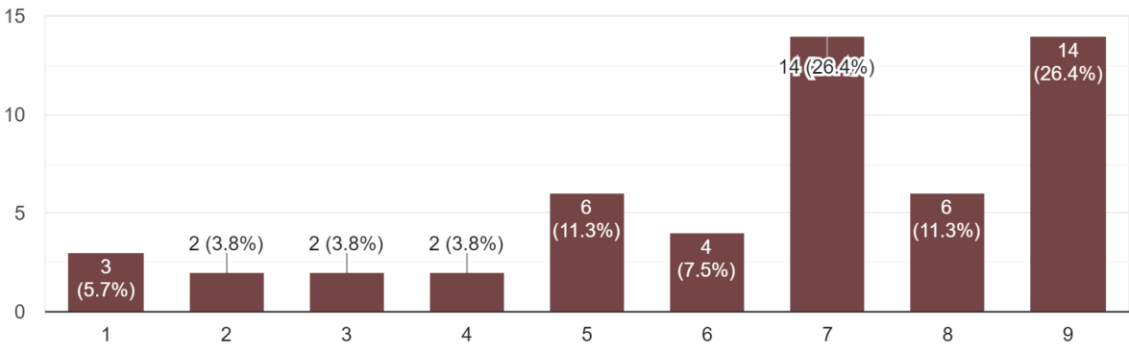
Me encuentro pensando en _____ frecuentemente todo el día.

53 respuestas



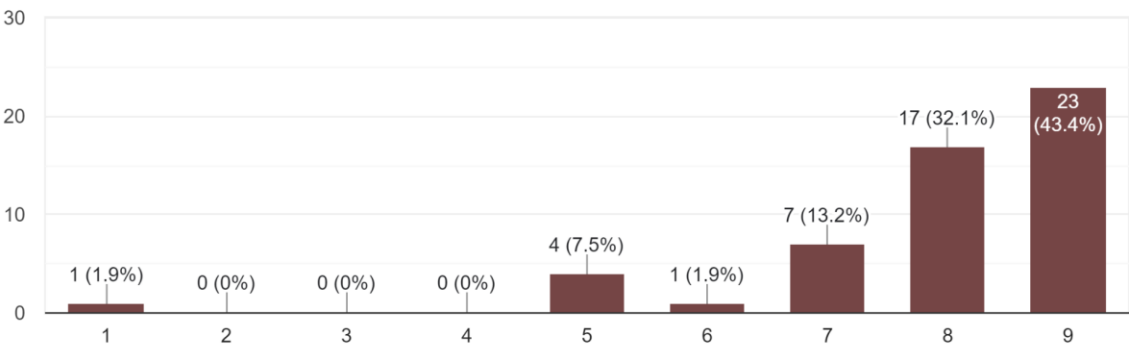
No podría permitir que algo se interpusiera en mi compromiso con _____.

53 respuestas



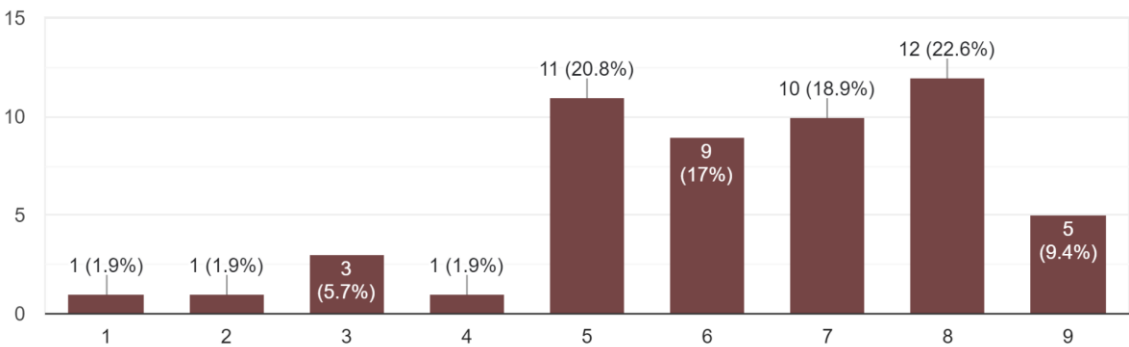
Doy considerable apoyo emocional a _____.

53 respuestas



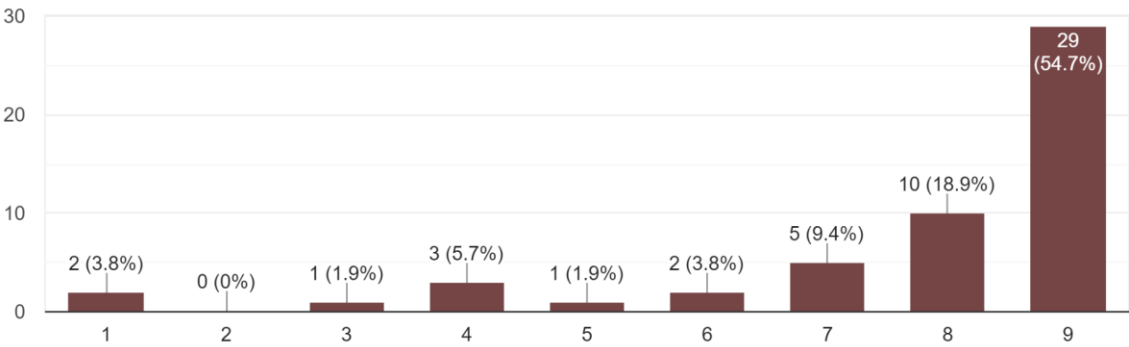
El solo hecho de ver a _____ me excita.

53 respuestas



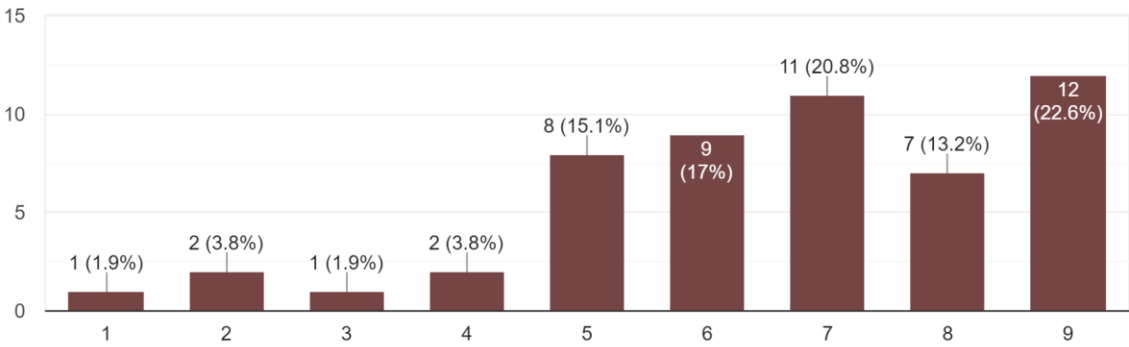
Considero sólido mi compromiso con _____.

53 respuestas



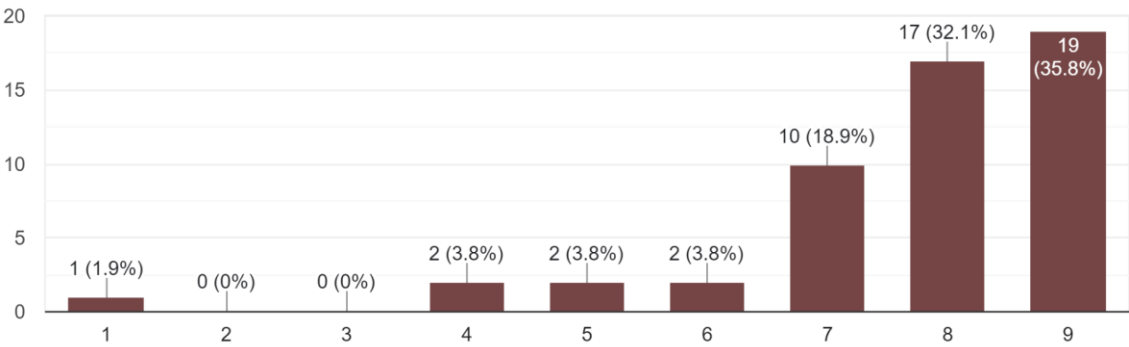
Fantaseo con _____.

53 respuestas



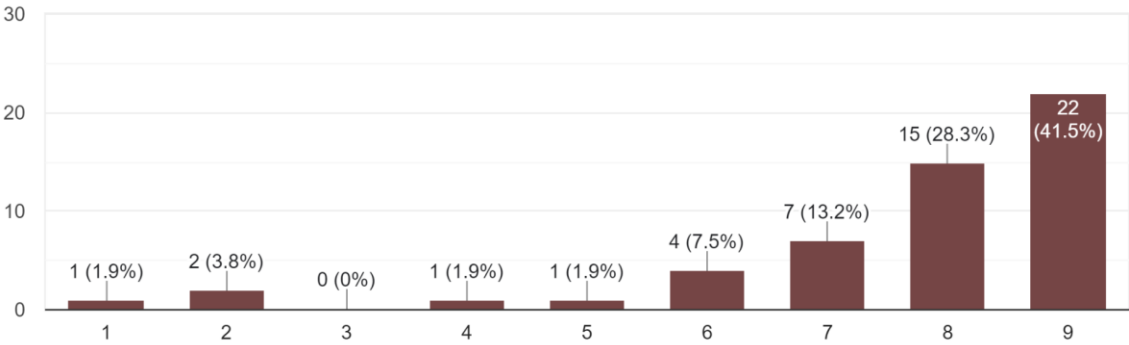
Experimento una real felicidad con _____.

53 respuestas



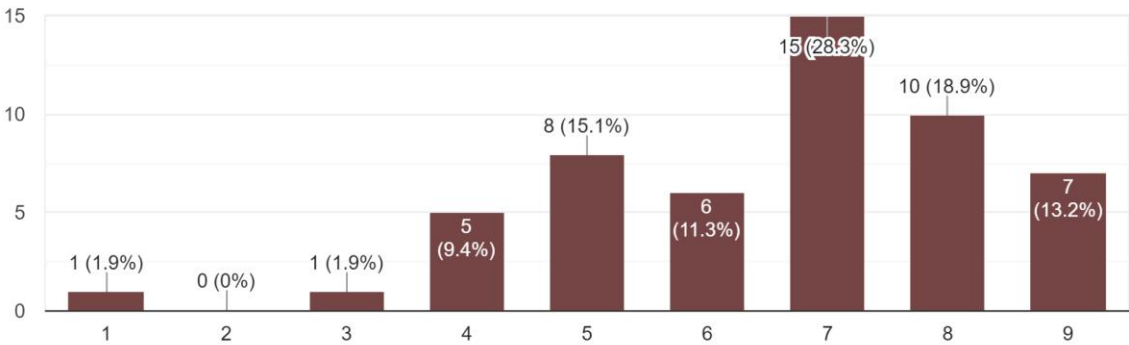
Siento responsabilidad hacia _____.

53 respuestas



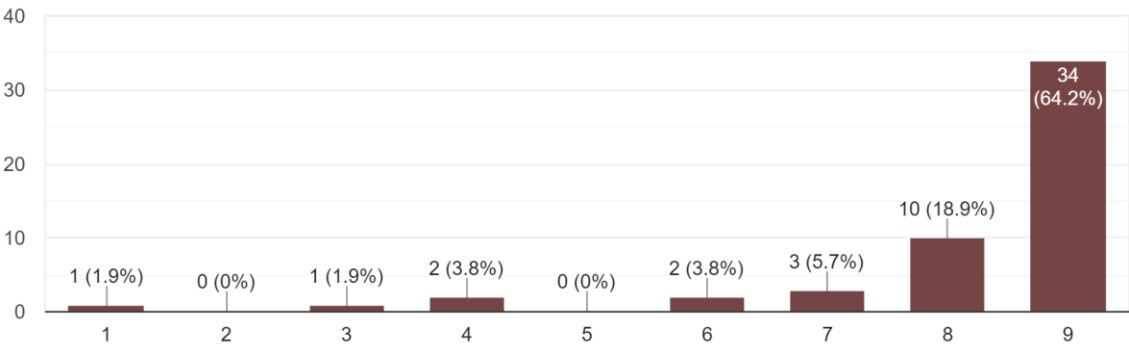
Mi relación con _____ es muy apasionada.

53 respuestas



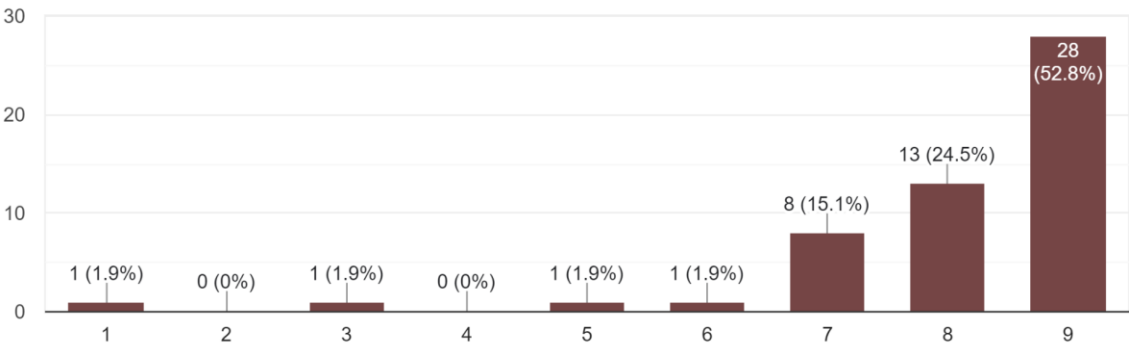
Comparto información profundamente personal acerca de mí mismo/a con _____.

53 respuestas



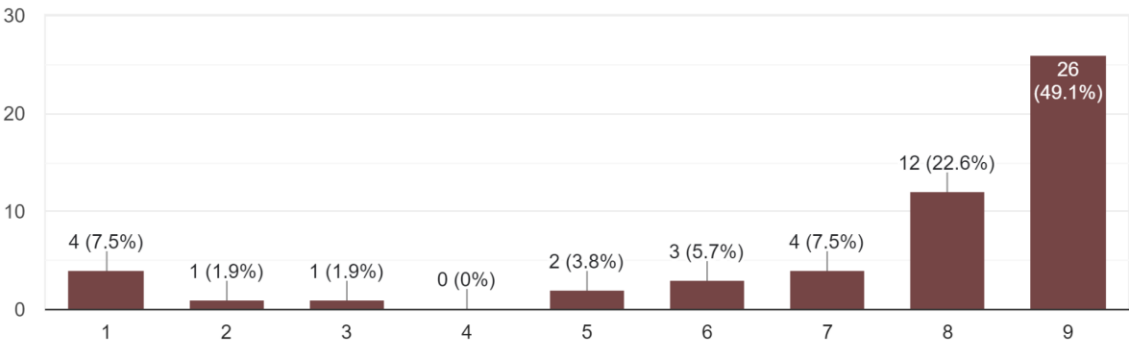
Encuentro a _____ muy atractivo/a personalmente.

53 respuestas



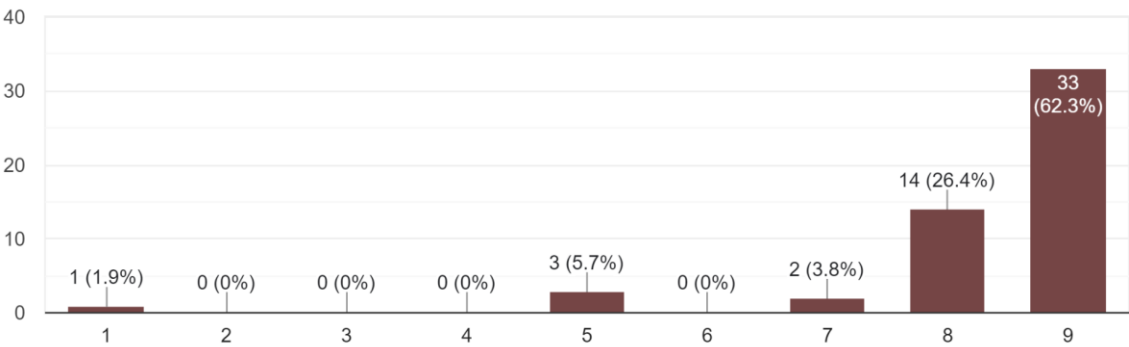
Debido a mi compromiso con _____, no dejaría que otras personas se inmiscuyeran entre nosotros.

53 respuestas



Valoro a _____ en gran medida dentro de mi vida.

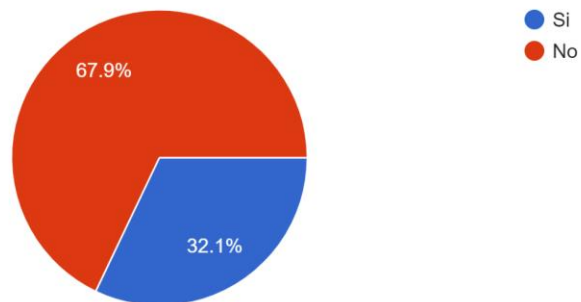
53 respuestas



Resultado aplicación del Inventario de Autoestima de Coopersmith

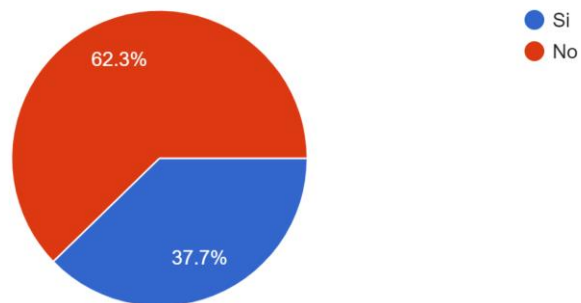
Generalmente los problemas me afectan muy poco.

53 respuestas

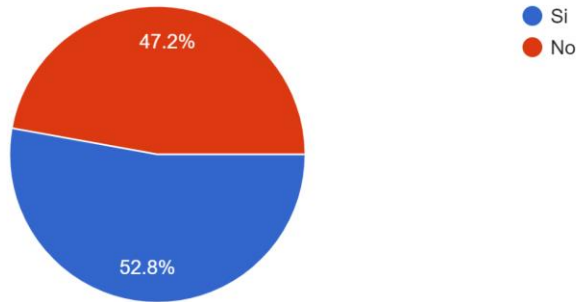


Me cuesta mucho trabajo hablar en público.

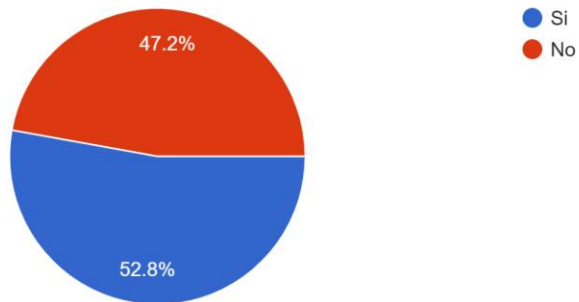
53 respuestas



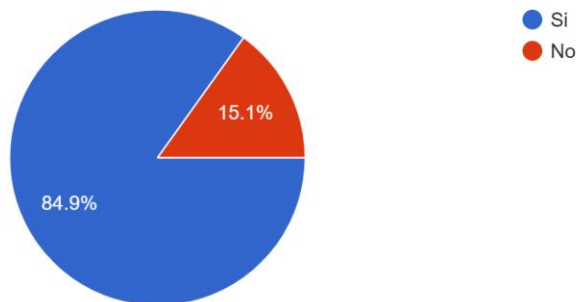
Si pudiera cambiaría muchas cosas de mí.
53 respuestas



Puedo tomar una decisión fácilmente
53 respuestas

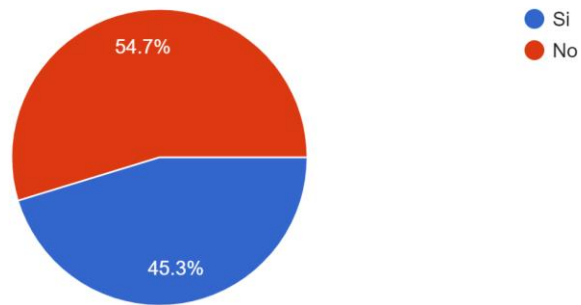


Soy una persona simpática
53 respuestas



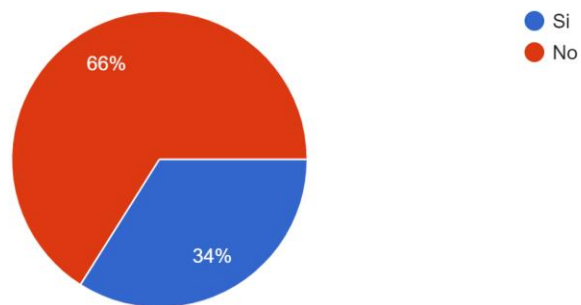
En mi casa me enoja fácilmente

53 respuestas



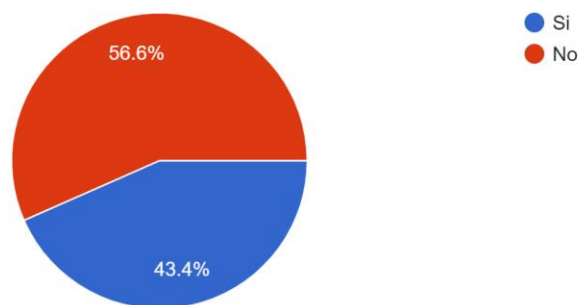
Me cuesta trabajo acostumbrarme a algo nuevo.

53 respuestas

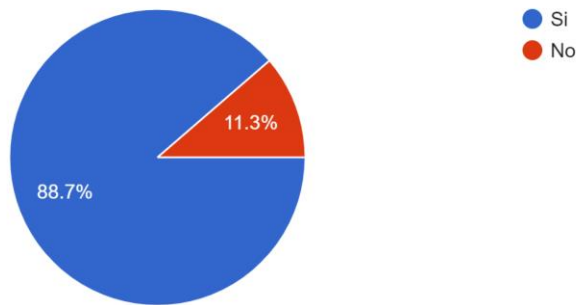


Soy popular entre las personas de mi edad

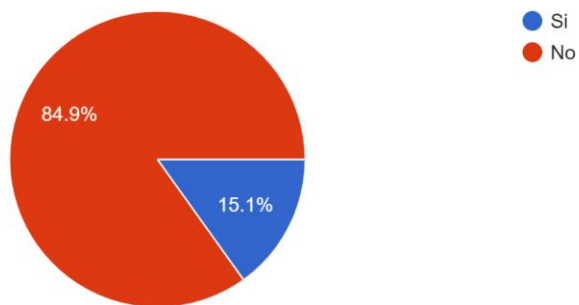
53 respuestas



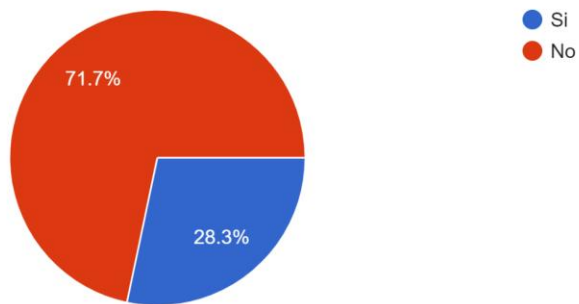
Mi pareja generalmente toma en cuenta mis sentimientos
53 respuestas



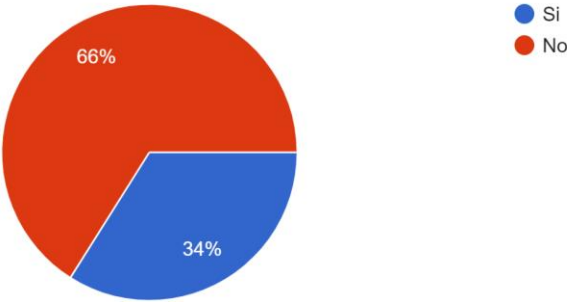
Me doy por vencido/a muy fácilmente.
53 respuestas



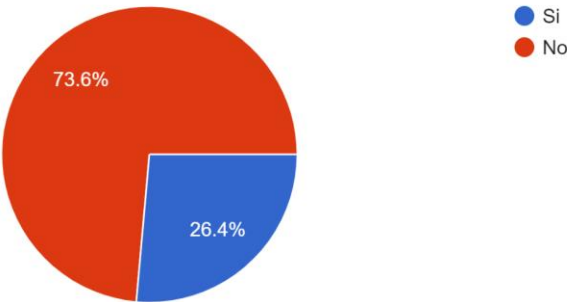
Mi pareja espera demasiado de mí.
53 respuestas



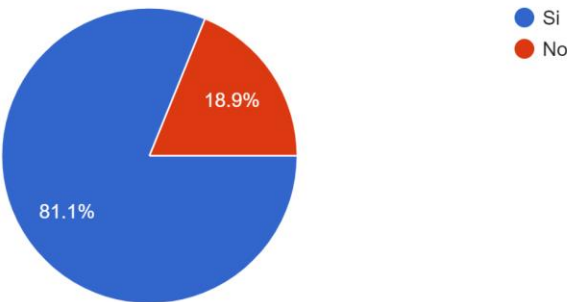
Me cuesta mucho trabajo aceptarme como soy.
53 respuestas



Mi vida es muy complicada.
53 respuestas

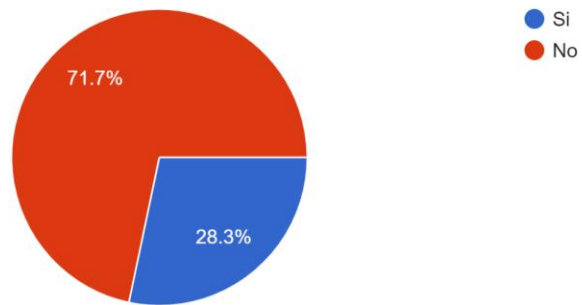


Mi pareja casi siempre acepta mis ideas
53 respuestas



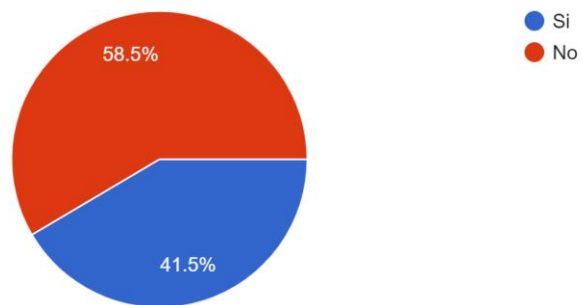
Tengo mala opinión de mí mismo/a.

53 respuestas



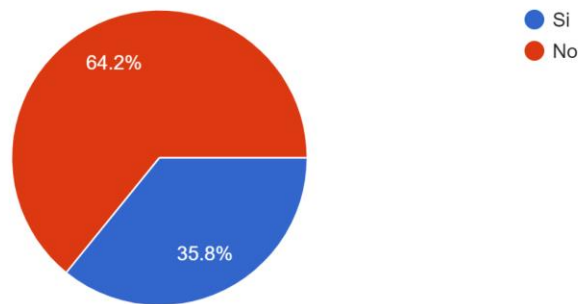
Muchas veces me gustaría irme de casa.

53 respuestas

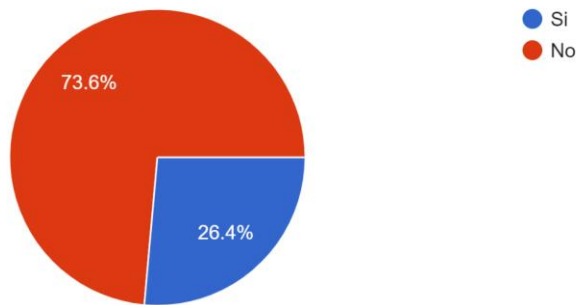


Con frecuencia me siento a disgusto en mi trabajo.

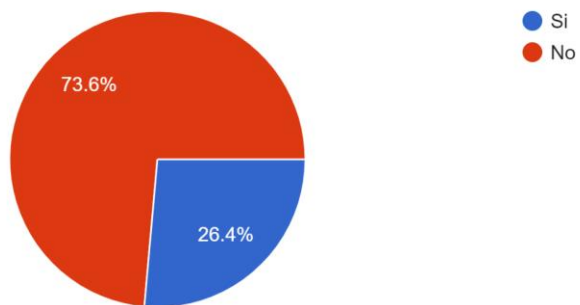
53 respuestas



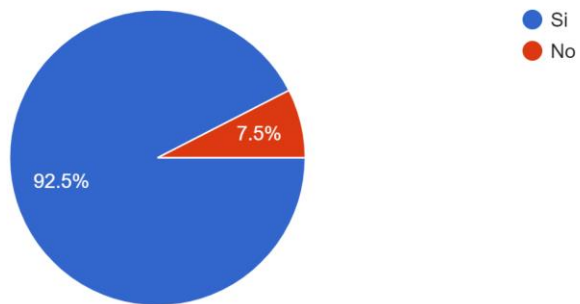
Soy menos guapo/a que la mayoría de la gente.
53 respuestas



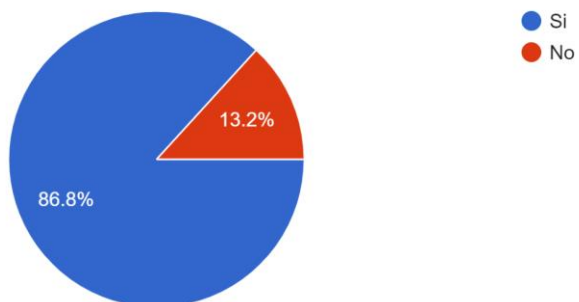
Los demás son mejor aceptados que yo.
53 respuestas



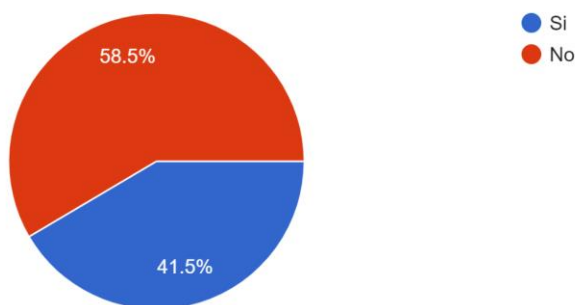
Mi pareja me comprende.
53 respuestas



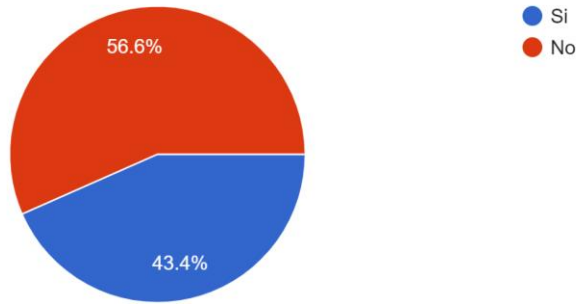
Si tengo algo que decir, generalmente lo digo.
53 respuestas



Con frecuencia me desanimo en lo que hago.
53 respuestas



Muchas veces me gustaría ser otra persona.
53 respuestas



Se puede confiar muy poco en mí.
53 respuestas

