

LA INFLUENCIA DE LOS ESTILOS DE APEGO EN RELACIONES DE PAREJA Y LA SATISFACCIÓN MARITAL

Lizeth Pérez Mamani

Universidad Adventista de Bolivia

Resumen

El presente artículo concluye que existe asociación entre las características del apego y la satisfacción marital, siendo más marcada entre los estilos inseguros y la baja satisfacción marital. Una parte de la investigación ha demostrado, además, que dicha asociación está moderada por las características de la pareja.

Palabras clave: Relación de pareja, estilos de apego, satisfacción marital.

La autora es Licenciada en Psicología en la Universidad Mayor Real y Pontificia de San Francisco Xavier de Chuquisaca.
mariposalp@gmail.com

Diversos enfoques de la psicología consideran a la familia como una de las relaciones afectivas más importantes que establece el ser humano. Pese a que éste se desenvuelve dentro de una amplia esfera social constituida por múltiples ámbitos, la familia sigue siendo un factor determinante para el crecimiento y bienestar de la persona, tanto en el ámbito físico como en el psicológico, además de ser generadora de pautas para el desarrollo y evolución de la subsiguiente generación.

Sin embargo, en la sociedad actual el número de divorcios va en aumento, trayendo consigo la separación de las familias. Según el estudio del Business Insider entre el 2001 y 2013, los países europeos encabezan el ránking. Bélgica se sitúa en el primer lugar con un 71%, seguida de Portugal con el 68%, Hungría 67, República Checa con el 66 % y España 61% en la tasa de rupturas matrimoniales. Cabe resaltar que dentro de la investigación no se incluyeron algunos países asiáticos y africanos (Ariza 2015)

Mientras que los países latinoamericanos se encuentran entre las naciones con menos divorcios. Chile se sitúa en el último lugar con un porcentaje del 3 %, Guatemala con un 5 y Colombia con una tasa del 9% (Ariza 2015).

Además de los países latinoamericanos, Italia y Polonia, tiene un bajo registro de divorcios, naciones que son principalmente católicas (Ariza 2015).

En Bolivia de cada 10 matrimonios 7 terminan en divorcio. Debido a estos datos, se promulgó el 26 de agosto de 2013, la Ley 394, que en su artículo 2, indica que el Ministerio de Educación debe incluir en el calendario cívico escolar el Día de las Familias el 15 de mayo e implementar actividades de sensibilización y concienciación en los alumnos en conmemoración a la fecha desde el 15 al 27 de mayo (Uriona 2012).

Un informe de la Coordinadora de la Mujer y sus instituciones afiliadas indica que en el 2012 se registró un promedio de 16 di-

vorcios por día en el país. Sólo en el 2011 hubo 5.887 divorcios en Bolivia, donde el departamento de La Paz registró 1.553, seguido de Santa Cruz con 1.407 y Cochabamba con 1.383, según datos del Servicio de Registro Cívico (Sereci). Mérida citado por Zapana señala que son tres los factores fundamentales que coadyuvan al alto índice de divorcios en Bolivia: la falta de comunicación, el desconocimiento del verdadero significado de la familia y la violencia intrafamiliar (Uriona 2012).

Se considera que existen ciertos factores que propician el divorcio. Entre ellos, la calidad de relación de pareja, el número de hijos, así como su sexo y edad, la situación económica, las expectativas de la pareja a corto y largo plazo, su vida laboral, su preferencia socioeconómica y cultural, la edad en la cual contraen matrimonio.

De la misma forma, existen otros factores que se van descuidando dentro de la relación marital. La calidad del matrimonio depende en gran parte del grado de satis-

facción y complementariedad que se le pueda dar a las expectativas de cada uno de los cónyuges, en los cuales intervienen todas las profundas necesidades y deseos del psiquisimo individual.

Por su parte, investigadores como Solares, Benavides, entre otros, aseguran que la satisfacción marital determina en gran medida la duración y mantenimiento de la unión, así como su buen funcionamiento. Tomando en cuenta las múltiples demandas de la crianza infantil, no es sorprendente que la satisfacción marital tienda a disminuir después de la llegada del primer hijo, tal como indican Cowan, Heming y Miller, estos investigadores en el año de 1991 han encontrado que con el nacimiento de los niños se presenta una disminución en la satisfacción marital y un aumento en los conflictos entre los cónyuges (Mora, Rivera, & Gómez, 2013).

La satisfacción marital se ha transformado en un tema de preocupación para terapeutas de parejas, psicólogos, investigado-

res y profesionales del área de la salud, dado los hallazgos que indican que las parejas que mantienen conflictos sostenidos presentan graves consecuencias en su salud física y emocional (Guzmán y Contreras 2012).

Las personas con estilo de apego seguro son las que reportan los niveles de satisfacción más alta y las con estilos desentendidos, los más bajos; no se encontraron diferencias en la satisfacción marital según sexo, edad, escolaridad, afiliación religiosa, presencia de hijos, ni tiempo de la relación marital (Guzmán y Contreras 2012).

Desde los estudios de Bowlby en 1979, se han ido realizando diferentes investigaciones tanto desde una perspectiva teórica como empírica, continuando posteriormente Hazan y Shaver en el año 1987. Estas diferentes investigaciones mencionan que las parejas experimentaban el amor como un estado que puede tener altibajos, pero que en general se mantiene constante. Además, tendían a tener relaciones de más largo plazo. En contraste, las

personas con mayor ansiedad en el apego, eran más propensas a experimentar celos, obsesión o atracción sexual extrema. Por su parte, las personas con alta evitación describían sus relaciones caracterizadas por el temor a la cercanía y por frecuentes altibajos emocionales (Rivera Ottenberger y Heresi Milad 2011).

Por este motivo, las personas inseguras en el apego disfrutaban menos de sus relaciones. Por su parte, Feeney y Noller el 2001 encontraron que las personas evitativas en el apego eran más propensas a decir que nunca se han enamorado, a no comprometerse y a tener bajos ideales en el amor. En cambio, las personas con alta ansiedad tendieron a reportar más preocupación obsesiva y dependencia emocional del otro. Al contrario, las personas con mayor seguridad en el apego reportaron los mayores niveles de satisfacción marital, confianza y los menores niveles de expectativas insatisfechas respecto de sus parejas. En cambio las personas con apego inse-

guro tienden a desplegar menos conductas de cuidado hacia el otro y a tener expectativas más negativas respecto del apoyo de la pareja, lo que redundaría en una menor satisfacción (Rivera Ottenberger y Heresi Milad 2011).

En Chile se han encontrado resultados en la misma línea, concretamente en un estudio conducido con una muestra de matrimonios se encontró que las dimensiones de ansiedad y evitación del apego operan disminuyendo la satisfacción marital (Rivera, Cruz y Muñoz 2001).

En España se obtuvieron datos donde se reveló que la satisfacción de la pareja estaba entre la mayor puntuación en ansiedad y menor puntuación en evitación – apego preocupado. Los estilos de amor que poseen una correlación positiva con la satisfacción marital son el amor ágape seguido de eros. Concluyendo que para tener una buena satisfacción marital debe tener un modelo positivo del otro y un modelo negativo del self, en que la pareja debe

preocuparse del bienestar del otro (Lucariello y Fajardo 2010).

En definitiva, los estudios revisados permiten concluir que existe asociación entre las características del apego y la satisfacción marital, siendo más marcada entre los estilos inseguros y la baja satisfacción marital. Una parte de la investigación ha demostrado, además, que dicha asociación está moderada por las características de la pareja. Sin embargo, se requieren más estudios que profundicen en dicha asociación, ya que según los investigadores estudiados la calidad de las relaciones de pareja están asociadas en gran medida a los estilos de apego de los individuos.

Bibliografía

- Ariza, F. (21 de Septiembre de 2015). *El tiempo*. Recuperado el 21 de 01 de 2015, de <http://www.eltiempo.com/columbia/tasa-de-divorcios-en-el-mundo/14046179>
- Guzmán, M., & Contreras, P. (Mayo de 2012). Estilos de apego en relaciones de pareja y su asociación con la

Lizeth Pérez

satisfacción marital. *PSIKHE*, 21(1), 69-82.

Lucariello, E., & Fajardo, M. I. (2010). El apego en la satisfacción marital. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 99-110.

Mora, M., Rivera, M., & Gómez, M. (2013). *La satisfacción marital y los recursos psicológicos en las parejas con y sin hijos pequeños en pro del bienestar familiar*. Recuperado el 21 de 01 de 2015, de http://www.revistauaricha.umich.mx/Articulos/uaricha_1022_079-096.pdf.

Rivera Ottenberger, D., & Heresi Milad, E. (Abril de 2011). Integración de la teoría del apego y modelos basados en la evidencia en la

comprensión de la satisfacción marital. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, XX, 57-65.

Rivera, D., Cruz, C., & Muñoz, C. (Julio de 2001). Satisfacción en las relaciones de pareja en la adultez emergente: el rol del apego, la intimidad y la depresión. *Terapia Psicológica*, 29, 77-83.

Uriona. (28 de Septiembre de 2012). *En Bolivia se producen 16 divorcios al día, la mayoría no entra al Registro Cívico*. Obtenido de Sol de Pando.com: <http://www.soldepando.com/en-bolivia-se-producen-16-divorcios-al-dia-la-mayoria-no-entra-al-registro-civico/>