

Atracciones subyacentes del vínculo de mejores - amigos y sus implicaciones en relaciones románticas

Underlying attractions of the bind of best friends and its implications in romantic relationships

Artículo recibido el 16 de octubre y aceptado el 13 de noviembre de 2018.

DOI: <https://doi.org/10.62364/jn8gz803>

Resumen. La amistad entre sexos opuestos puede adoptar distintas tonalidades por la fuerza de su vínculo afectivo. El objetivo de este estudio fue conocer los tipos de atracción interpersonal subyacentes en la relación de amistad y sus implicaciones en las relaciones románticas de pareja de largo plazo. Para ello, se elaboró un instrumento sobre las distintas maneras de expresarse amor, el cual se aplicó a 231 estudiantes universitarios que reportaron tener una relación vigente de mejores amigos y responder en función de la misma. Los resultados arrojaron siete maneras de atracción interpersonal, mismas que se nutren en las relaciones de largo plazo, cuya dinámica en secuencia espiral es una propuesta de este estudio para favorecer aquellas relaciones románticas más susceptibles de experimentar situaciones alienadoras, como las que buscan un compromiso mutuo durante un tiempo considerable.

Indicadores. Mejores-amigos; Amistad; Pareja; Atracción interpersonal; Relaciones románticas.

Abstract. The friendship between opposite sexes may culminate in a relationship of different intensity. The aim of this study was to know the types of interpersonal underlying attraction, the emotional bind of best friends and their implications at long-term romantic relationships. An instrument was designed on the different ways for expressing love, and it was applied to 231 university students who reported to have a best friendship relation and to respond according to it. The results showed seven ways of interpersonal attraction, which are nurtured in long-term relationships. Its dynamics in spiral sequence, as it is proposed by the authors, fosters those romantic relationships more susceptible to experience alienating situations, such as those that seek a long-term mutual commitment.

Keywords. Best-friends; Friendship; Couple; Interpersonal-attraction; Romantic-relationships.

Daniela Ortiz de Zárate Baduy, Luis Fernando Rodríguez Meyer y Angélica Ojeda García

Universidad Iberoamericana, Ciudad de México

Departamento de Psicología, Prolongación Paseo de la Reforma Núm. 880,

Col. Lomas de Santa Fe, Ciudad de México, México, tel/fax: (55)59-50-40-00,

correos electrónicos: dany_9544@hotmail.com, luisfermax@hotmail.com y

angelica.ojeda@ibero.mx.

INTRODUCCIÓN

La amistad entre sexos opuestos es un tema que histórica y culturalmente se ha estudiado durante décadas debido a que su estructura y la dinámica de su interacción permiten considerarla como la relación esencial que antecede a la formación de la pareja, incluso de la familia (Guerrero y Chavez, 2005). Aunque la amistad no se considera una relación romántica, el presente trabajo buscó responder las siguientes preguntas: ¿La intimidad en la relación de mejores amigos produce en su dinámica una atracción de tipo erótico-pasional, aunque no de compromiso? ¿Los mejores amigos fortalecen su vínculo justo por el compromiso que desarrollan al estar el uno para el otro?”. Así, el objetivo fue describir cómo es que este tipo de relación puede controlar tales sentimientos y describir sus ventajas como un modelo de vinculación emocional de largo plazo a seguir en las relaciones de pareja en la unidad familiar.

Implicaciones de la amistad desde su estatus de amigos y mejores amigos

La Figura 1 es una adaptación de los tres elementos que integran el modelo teórico del llamado “triángulo del amor” de Sternberg (2000): pasión, intimidad y compromiso, elementos que integran también las relaciones que son significativas para la vida, como pueden ser los mejores amigos. Por ende, la figura es una propuesta de cómo podría hablarse de tres tipos de amistad según el dominio de alguno de los elementos mencionados. Lo anterior da pie a distinguir una amistad por pasión, por intimidad o por compromiso hacia a una persona.

Para Sternberg (2000), una relación interpersonal adquiere la cualidad y la dinámica de una relación equilibrada cuando están presentes en

ella los tres elementos teóricos mencionados, los cuales son independientes entre sí, de modo que no hay entre ellos ningún orden jerárquico. De ahí que su símbolo teórico se ejemplifique con un triángulo equilátero. Para fines del presente artículo, el caso de los mejores amigos puede ocurrir en cualesquiera de sus vértices. Según el dominio es el nombre con el que se identifica la relación interpersonal de que se trate. Así, la figura representa los tres tipos de amistad que, según su presencia, fuerza, dirección e intensidad como vínculo afectivo, constituirán el tipo de relación que se pretenda desarrollar.

El presente trabajo tuvo como propósito analizar solo uno de los vértices de la Figura 1, esto es, la amistad generada por el elemento de intimidad, bajo el nombre de “relación interpersonal de mejores-amigos-de-sexo-opuesto”. La importancia de su estudio se debe a que diversos autores refieren que este tipo de relación es el mejor ejemplo de un triángulo equilátero del amor; en ella son necesarios los tres momentos de la amistad que podrían ocurrir, provocando cierta estabilidad e interconexión entre sus integrantes; es decir, ni queda limitada a la pura relación erótica pasional, ni descorbijada de un compromiso que los enlace para toda la vida (Kirkpatrick y Hazan, 1994). Debido a su tendencia al equilibrio, es a esta relación a la que paradójicamente se le cuestiona la posibilidad de que sus integrantes escalen a una relación de tipo romántica, cuya intención sea la de compartir una vida e incluso formar una familia más adelante. Mas ¿qué sucede en su dinámica interior para que pueda escalar?

La explicación más atinada se ofrece en torno al proceso de interacción que se da por hecho ante el lazo de la atracción interpersonal (Sternberg, 2000). A ésta, como resultado de su

medición y evaluación se le puede distinguir de distintas maneras: por su expresión, por su intensidad y por la dirección de sus respuestas ante las demandas del otro. De acuerdo con Taylor, Peplau y Sears (1994), un vínculo emocional no romántico o pasional estaría compuesto predominantemente por: *a)* pensamientos de gusto por “cuidar” al otro miembro de la relación, y para ello hacer lo que se deba hacer; *b)* sentimientos de bienestar, de compañerismo, de energía y entusiasmo mutuo, e incluso de complicidad para implementar cosas nuevas y aventuras de primera vez, esto es, tener un “hombro en el cual descansar” ante una dificultad, y *c)* conductas de intimidad en el diálogo, confianza, profundidad en la comunicación, apoyo y tolerancia para aceptar al otro como es, con sus defectos y virtudes, conductas que fácilmente pueden desquebrajarse cuando se ha vivido una relación de pareja bajo el mismo techo durante mucho tiempo.

La amistad es considerada como el lazo afectivo que se expresa en la etapa inicial de las relaciones de pareja. Sus características y dinámica dan la pauta, el sustento, la fuerza y la motivación para avanzar o evolucionar a un grado mayor en la relación afectiva que se construye. De ahí que se haya pretendido explorar los tipos de atracción que pueden haber en una relación de mejores-amigos-de-sexo-opuesto y ser una guía para salvaguardar una relación de pareja al paso de los años (Sprecher y Regan, 2000).

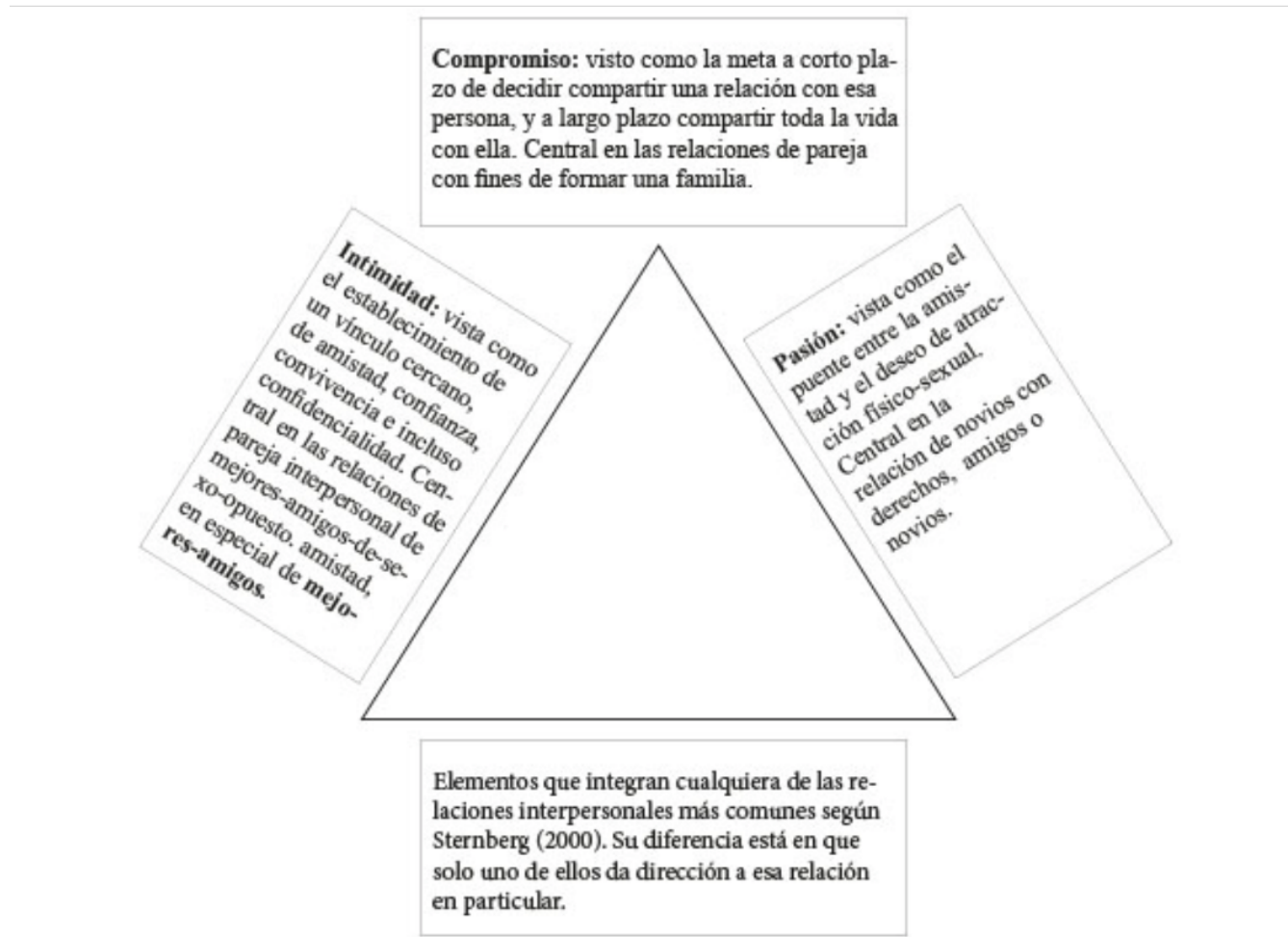
Dinámica de la relación de mejores amigos-de-sexo-opuesto

La investigación sobre la dinámica de mejores-amigos-del- sexo- opuesto no niega que existan en este tipo de relaciones sentimientos de atracción erótico-sexual, pero apunta a que la mayor diferencia con las relaciones románticas es que

en estas últimas dichos sentimientos no crecen ni florecen (Taylor et al., 1994). Sprecher y Regan (2000) han señalado que los mejores-amigos-de-sexo-opuesto (MASO en lo sucesivo) tienden a desarrollar intimidad emocional y cognitiva por encima de la intimidad erótica y pasional. Por su parte, Bredow, Cate y Huston (2008) afirman que el aspecto clave que impide una transición así es que este tipo de amistad suele generar una red social compartida que delimita su convivencia e interacción cotidiana, lo que le impide crecer o alimentar sentimientos erótico-pasionales entre los miembros de la pareja. Contrariamente, Akbulut y Weger (2016), basados en la teoría de la adaptación interactiva (IAT) para el entendimiento de las relaciones en transición de Burgoon, Stern y Dillman (1995), explican que ese escalamiento y apaciguamiento de los sentimientos eróticos-pasionales no suelen ocurrir justamente por su cualidad de amistad y de mejores amigos, estatus que limita su interacción. Como se puede apreciar en el proceso de la intimidad, para hacer crecer una relación parece que los MASO le apuestan más a generar confianza, compartir aventuras, darse energía y motivarse en la vida mutuamente. El hecho de tener una red social compartida parece ser también un factor crucial que le da sintonía, armonía y estatus a la relación, reforzando con ello el lazo de mejores amigos.

Akbulut y Weger (2016), como estudiosos de los procesos interaccionales, refieren que entre los MASO el proceso social de construir una amistad ocurre por dos situaciones que se intersectan: la primera es la percepción de que lo que se da se recibe, en tanto que hay una respuesta del otro miembro (reciprocidad), en la misma dirección que demanda el otro, aunque con diferente intensidad o fuerza (compensación). La *reciprocidad* es vista entonces como la respuesta que

Figura 1. Diagrama adaptado de los tres elementos que distinguen las relaciones afectivas en la teoría del triángulo del amor de Sternberg (2000).



surge ante las conductas del otro miembro y que va en la misma dirección que demandan. Luego entonces, en el caso de los MASO, actúa delimitando la respuesta a las conductas de acercamiento y deja expresar únicamente aquellas que refuerzan el vínculo, pero siempre bajo cierto autocontrol emocional respecto a la atracción interpersonal que existe en toda relación –aun en sus primeras etapas– y de manera bidireccional por ambos integrantes de una pareja (Burgoon et al., 1995). De acuerdo con Akbulut y Weger (2016), en la relación de los MASO es necesario

un estado de alerta constante que actúe como un agente de control para regular el despertar emocional de atracción por el amigo y que delimite las respuestas ante las demandas del otro y de las propias, precisamente por la misma relación que sostiene el estatus de amigos, independientemente de que exista reciprocidad con las demandas de acercamiento del otro miembro de la relación. Ese mismo estado de alerta deberá regular las respuestas ante los deseos, gustos, motivaciones y preferencias del otro, pues genera en cada integrante la apreciación de que su relación es un

estado de confort, comodidad, gusto, agrado, cercanía y atracción, que se limita a ésta (Sternberg, 2000), y actúa sólo en la medida de darle fuerza, cercanía, dirección, durabilidad y compromiso en el tiempo a esa relación de amigos.

La segunda situación es la *compensación*, que es la capacidad cognoscitiva para responder de manera opuesta a las señales en la intimidad. Implica la conjugación de tres funciones ejecutivas: cierto nivel de conciencia, atención constante y toma de decisiones (Burgoon et al., 1995). De esta suerte, aunque una relación de mejores amigos no parezca tener la intención de escalar a una relación romántica, las metas que conducen a la amistad reflejan ser la base que puede dar estabilidad en el largo plazo a las relaciones interpersonales en general, justamente por el nivel de autocontrol y conciencia que implican. Al mismo tiempo, elementos como el erotismo, la atracción físico-sexual o el deseo de la cercanía son factores que pueden poner en un estado de ambivalencia, confusión o incertidumbre a las relaciones de mejores amigos.

Sternberg (2000) denomina “similitud alineada” a la reciprocidad porque los intereses, gustos y actitudes de ambos integrantes caminan en una misma dirección, mientras que a la compensación la llama “complementariedad” porque se construye por conciencia y voluntad de cada integrante, y en ella se buscan acuerdos y se adopta una posición de flexibilidad que tiene como meta lograr el buen funcionamiento de la relación.

Dinámica de las relaciones interpersonales de pareja

Sternberg (2000) define la atracción interpersonal como la disminución de la distancia física y emocional entre dos personas debida a la representación mental que se tenga de la otra

como atractiva. La perseverancia hacia el objeto de atracción tendrá una intensidad directamente proporcional al nivel del despertar emocional que genere esa persona y la relación que se tenga con ella.

En otra visión del fenómeno, la teoría del intercambio social refiere que una persona resultará atractiva si las recompensas que se derivan de tal relación son mayores que sus costos (Ubillos, Páez y Zubieta, 2005). Reid, Davis y Green (2013) encontraron que los participantes en su estudio reportaban una mayor atracción hacia aquellos con quienes se percibían más similares o alineados. De hecho, para estos autores, el establecimiento de una buena relación interpersonal ocurre por la relación entre similitud y atracción.

La teoría de la alienación surge de la paradoja de que en las relaciones interpersonales hay muchos aspectos desalienados, como conflictos, emociones negativas y desacuerdos. La pregunta de por qué una actitud de alienación genera afiliación y atracción tiene como respuesta la similitud, cuya expresión señala que entre mayor es, mayor será la atracción y la actitud alienada, entendiéndose la misma como un buen manejo de la información y la habilidad de razonar lo que sucede dentro de la relación (Davis y Rusbult, 2001). Baron y Byrne (2005) refieren, partiendo del punto de vista de la teoría psicosocial, que conforme aumenta la semejanza entre los integrantes de una relación, aumenta también la atracción entre ellos, y lo evidencian de la siguiente manera: *a)* la persona integrante de una relación que suele hacer sentir bien a la otra, tenderá a gustarle, y a la inversa; *b)* cuando la persona está presente, se activan los sentimientos positivos de la otra, quien la categorizará cognitivamente como simpática; por el contrario, cuando ante su presencia se activen sentimientos

negativos, esa persona será calificada como anti-pática, y *c*) ante las mismas características, una persona con apariencia física agradable resultará más atractiva que otra con menor atractivo físico. Sternberg (2000) refiere que el atractivo físico puede hacer que aumente la apreciación de los atributos positivos del otro integrante de la relación, sobre todo con el paso del tiempo y el trato de reciprocidad-similitud y compensación-complementariedad que construyan.

Ubillos et al., (2005) consideran que los cinco rasgos más valorados en las etapas de construcción de una relación interpersonal inicial son los de ser sincero, honesto, comprensivo, leal y digno de confianza. Asimismo, refieren que las características de personalidad mejor evaluadas son la comprensión, la lealtad, la capacidad para captar los sentimientos de los demás, la sinceridad y la alegría.

Otro factor que influye en el desarrollo de relaciones afectivas es la proximidad, que no solo hace que las personas lleguen a conocerse, sino que también las personas físicamente más cercanas sean también las más accesibles. Con la exposición repetida, los sentimientos de ansiedad ante lo ignoto decrecen y esa persona hasta entonces desconocida se va haciendo gradualmente más familiar. Así, la proximidad puede aumentar la familiaridad, y ésta a su vez la atracción. La mera exposición produce un efecto de reforzamiento subliminal que conlleva una mayor atracción hacia el estímulo. Otra ventaja de la proximidad es que las personas que comparten ciertos espacios suelen tender a parecerse más en otros aspectos, como la ideología que sustentan, las aspiraciones que tienen o los problemas que atraviesan (Ubillos et al., 2005).

Todos los rasgos anteriores se acrecientan al comienzo de toda relación interpersonal; no obstante, ante un exceso de proximidad también aumenta la posibilidad de una saturación que genere cierta repulsión, y la persona decida entonces alejarse de la otra aumentando la distancia física entre ambos, lo que disminuirá su anterior atracción (Sternberg, 2000).

Rennebohm, Seebeck y Thoburn (2017) apuntan que uno de los aspectos menos estudiados, pero más necesarios para mantener y reforzar una relación y encaminarla hacia su estabilidad a largo plazo, son los intereses en común. Una explicación de lo anterior proviene de la teoría de sistemas y los modelos ecológicos, que refieren que el funcionamiento de las relaciones está interconectado interpersonal, intrapersonal, comunal y contextualmente (Brock y Lawrence, 2014; Thoburn y Sexton, 2016), lo que inequívocamente da como resultado una relación con intereses recíprocos y una conciencia en común.

Otra explicación la proporciona Sternberg (2000) al decir que los obstáculos y las barreras que aparecen en las relaciones interpersonales provocan que las personas mantengan un estado de conciencia tal que haga que luchen aún más por su prosperidad, cercanía, madurez, felicidad y fortaleza en el largo plazo.

Las relaciones interpersonales suceden a manera de un ciclo entre lo que las hace crecer y las nutre complementariamente y lo que las pone a prueba. Al sistema intrapersonal lo representa el apego; al interpersonal, el ajuste diádico (también conocido como actitud de alineación), y al comunal o contextual los intereses sociales compartidos e igualmente el ajuste diádico (Rennebohm et al., 2017).

Díaz-Loving (1996) señala que las relaciones interpersonales pueden ser una fuente de conflicto,

tensión y desilusión, no obstante que las vivencias positivas y negativas con los otros son necesarias para completar el ciclo de vida de toda relación interpersonal. Refiere, asimismo, que el amor, como base de esas relaciones, es probable que pase primero por una serie de obstáculos y dificultades antes de estabilizar emocionalmente la relación. Ha reportado que si las personas viven experiencias negativas con quienes son importantes para ellas, la calidad de tal vínculo emocional-relacional afectará el proceso de adaptación a la relación del miembro que así lo percibe, pero no al grado de que no la logre establecer.

En resumen, al parecer toda relación interpersonal o vínculo emocional cercano se forja a partir de un trabajo racional y de una evaluación subjetiva e intersubjetiva de lo que sucede dentro de la relación, en su día a día, sobre el actuar (p. e., intentar hacer cosas con la persona que las atrae), el pensar (p. e., atribuir a esa persona numerosas características positivas) y el expresar emociones (p. e., sentirse tristes cuando no pueden estar con esa persona), en virtud de la intensidad y la calidad de la convivencia con el otro miembro de la relación, cuyo resultado será una expresión actitudinal con carga emocional positiva (en términos de un discurso dominado por el amor, la aceptación y el sentir una influencia experiencial positiva) o negativa (un discurso dominado por sentimientos de odio, de rechazo y una vinculación asimismo negativa) por parte de cada integrante.

Lee (1977) describe un modelo teórico que enlista seis estilos de atracción interpersonal que buscan establecer el vínculo emocional en nombre del amor: (i) *agápico*, el de quienes se relacionan con el otro miembro de la pareja pensando en renunciar a sus necesidades y ver únicamente las del otro; (ii) *pragmático*, el de quienes buscan

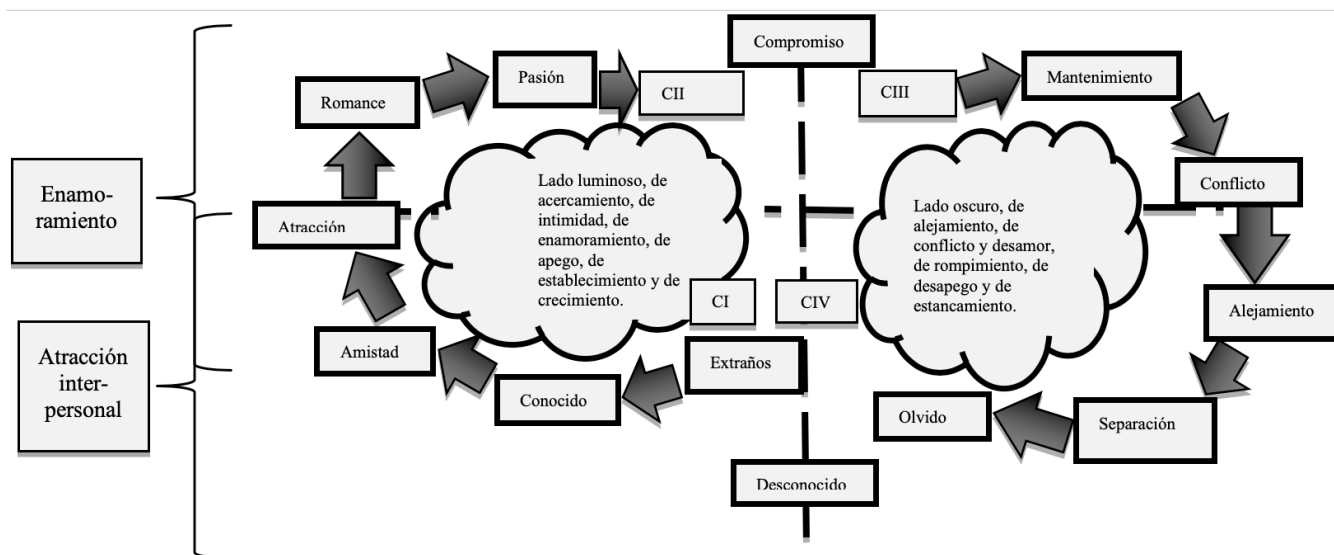
relacionarse bajo el estatus y estándar que socialmente se da a cada tipo de relación; por ejemplo, la de mejores amigos debe quedar en eso: la de mejores amigos; (iii) *maníaco*, el de quienes sienten una enorme dependencia hacia el otro, por lo que buscan estar siempre cerca de éste y saber todo lo que hace o deja de hacer; ante cualquier vacío de información imaginan lo peor; (iv) *amistoso* o *storge*, el de quienes se relacionan buscando nutrir la relación, pero a partir de lo que cada uno desea o necesita, del gusto por conocerse, de aprender del otro y de buscar la convivencia haciendo cosas diferentes; (v) *lúdico*, el de quienes se relacionan a través de la broma y el juego y muestran un escaso compromiso por permanecer un largo tiempo al lado de la pareja; (vi) *erótico*, el de quienes tienen como prioridad atender aspectos relativos al acercamiento físico-sexual y erótico en la convivencia, antes que el mero gusto de conocerse y convivir.

Las relaciones causales tienen dos maneras de verse: la primera como el paso por etapas que se deben atravesar para llegar a una relación romántica, etapas en las que se tienen diversas experiencias para desarrollar sentimientos románticos, y la segunda como una forma única de relación basada en la necesidad, compromiso y responsabilidad que se quiera asumir (Rodríguez, Blais, Lavoie, Adam y Goyer, 2015).

El ciclo de vida en pareja visto como modelo de relación interpersonal

Díaz-Loving (1996) plantea un modelo estructural, sistemático, empírico y funcional de las relaciones de pareja para entender las dinámicas que pueden ocurrir en las relaciones interpersonales en general. Una representación visual de éste se puede apreciar en la Figura 2.

Figura 2. Modelo estructural del ciclo de vida de pareja de Díaz-Loving (1996), complementado con las distintas acepciones que se han adaptado para los fines del presente trabajo.



Fuente: Diagrama recreado por los autores partiendo de la teoría del ciclo de pareja de Díaz-Loving (1996). Las líneas punteadas significan que son permeables, pero a la vez dividen el sistema o la relación de pareja en cuatro cuadrantes. CI = Cuadrante inicial y que forma la base de una amistad como mejores amigos, muy conveniente a regenerarse en el CIV. CII = Cuadrante caracterizado por una convivencia romántica-pasional y erótica-sexual. CIII = Cuadrante de mantenimiento en las relaciones a largo plazo bajo el mismo techo. CIV = Cuadrante de conflicto constante y separación entre parejas que han vivido por mucho tiempo bajo el mismo techo.

La imagen de dicho modelo abarca dos partes separadas por la línea punteada vertical, aunque ambas simbolizan un todo. Una de ellas está integrada por CI y CII y la otra por CIII y CIV, donde los primeros son descritos como el tiempo que implica formar una relación, y que generalmente es positivo por ser un proceso constructivo; la segunda integra las etapas que permiten que una relación se mantenga en el tiempo o se termine, por lo que es la parte negativa o destructiva de las relaciones interpersonales. Cada una recibe un nombre que indica complementariedad entre ellas: ciclo de luz-oscuridad, ciclo de acercamiento-alejamiento de la pareja, ciclo de amor-desamor, ciclo de establecimiento-disolución y ciclo de apego-desapego, éste último incluido por Ojeda, Estevéz y González (2014). El nombre que le da su autor a cada una de las etapas que

integran el ciclo de vida ejemplifica la intensidad y el compromiso presentes en la relación; cuya presencia es secuencial e indica que la etapa subsecuente integra a las previas. Dicha figura se lee en la dirección de las manecillas del reloj, iniciando con la etapa de desconocido/extraño hasta la de olvido.

Para entender la división por cuadrantes de la citada Figura 2, se retoma la definición de atracción interpersonal de Sternberg (2000), que la refiere como cualquier conducta que acerque a las personas y reduzca su distancia física y emocional por experimentar un estado emocional de confort al percibir una semejanza con el otro, y por dar fortaleza a la relación al apreciar el apoyo incondicional del otro en momentos difíciles. Es por esta mirada teórica que la figura se divide

en los citados cuadrantes. Ahí, los cuadrantes I y II (en lo sucesivo CI y CII) se caracterizan por la cualidad de buscar la similitud con el otro y, al ir la obteniendo, la atracción interpersonal aumenta; es decir, esta cualidad aparece más en las etapas iniciales, cuando se está aprendiendo a conocer al otro y coincidir, lo que resulta agradable y refuerza la relación. Quienes se perciben similares tienden a sentirse más atraídos. Los cuadrantes III y IV (CIII y CIV) quedan pautados por la complementariedad. Resolver todo tipo de situaciones al lado de la persona a quien se le tiene confianza, con la que se pasa el tiempo y se confía en ella, es de gran ayuda y aumenta el vínculo emocional y la atracción interpersonal. Así, según la citada teoría triangular del amor (Sternberg, 2000), cada uno de los vértices representan el CI, CII y CIII por ser los cuadrantes que integran aspectos que permiten que una relación interpersonal se establezca. El CIV es un cuadrante que incluye aspectos que reflejan la “no relación”, es decir, la separación y el olvido.

Los cuadrantes que reflejan las relaciones interpersonales no son independientes sino acumulables, ya que se trata de relaciones que, cuando la atracción crece, la relación pasa a otro nivel de vínculo emocional. Entonces, el CI equivale a todas aquellas relaciones interpersonales en su etapa inicial entre sexos opuestos, a vínculos emocionales no pasionales compuestos por pensamientos relativos a la necesidad de cuidar a la pareja y de confiar en ella por un sentimiento de bienestar, por la dificultad de concentrarse y por el sentimiento de ‘flotar en las nubes’, y en menor medida por reacciones físicas intensas y por conductas de intimidad, apoyo y tolerancia al otro (Taylor et al., 1994).

En las etapas que integran el grupo conformado del CI y CII, lo representan con mayor fuerza los vínculos con carga emocional de tipo

sexual y pasional, caracterizadas por sentimientos intensos o incontrolables de atracción hacia la persona deseada, ansiedad y malestar cuando está ausente, fuerte activación fisiológica y deseo sexual, pensamientos obsesivos o rumiación sobre el objeto amado y cierto patrón de conductas, tales como expresar los afectos a la persona deseada, apoyarla física y emocionalmente y aceptarla de un modo incondicional (Ubillos et al., 2005). Finalmente, el grupo integrado por los cuadrantes del CI al CIII representa las relaciones románticas, cuyas etapas y cualidades que las distinguen hacen de la misma la mejor manera de sobrellevar la relación en el tiempo.

Se ha visto que las relaciones de largo plazo se mantienen en el CIII, casi olvidando aquello que las hizo crecer y que nutrió el vínculo emocional, o bien permanecen en un estado precario de equilibrio en el limbo entre el CIII y el CIV (Díaz-Loving, 1996).

Por lo anterior, el propósito del presente trabajo fue determinar los tipos de atracción que subyacen al vínculo emocional de mejores amigos y sus implicaciones en las relaciones románticas de largo plazo.

MÉTODO

Muestra

La muestra se constituyó mediante un muestreo no probabilístico de tipo intencional, conformándose por 231 estudiantes universitarios en un rango de edad de 18 a 30 años de edad, con media de 21.6 años y desviación estándar de 2.63, quienes para participar debían asegurar que mantenían una relación de MASO con un rango de tiempo determinado al momento de responder la encuesta en línea, hallándose que 4.8% de la muestra la

tenían entre 1 y 11 meses, 49.4% de 1 a 5 años, 27.3% entre 6 y 10 años, 12.1% entre 11 y 15 años y 6.5% entre 16 y 20 años.

Instrumentos

Los instrumentos utilizados para este estudio fueron una tercera parte del Inventario sobre Estilos de Amor (IEAA) de Ojeda (2006), compuesto de 82 reactivos, con una confiabilidad de .85 a .94, y el Inventario de Estilos de Amor de Hendrick y Hendrick (1986), con ítems distribuidos en seis factores que corresponden a los estilos de amor de Lee (1977) y cuya confiabilidad va de .57 a .67. De estos instrumentos se tomaron los tres reactivos más altos por factor y se sumaron a la dimensión conceptual que explica la teoría y que conforma una variable o indicador de la atracción en las relaciones interpersonales que se consideraron importantes en este trabajo. En algunas dimensiones se incluyeron nuevos reactivos relativos al despertar emocional, la atracción física, la semejanza, la similitud, la reciprocidad, y los valores más apreciados en una relación. Así, el instrumento final constó de 54 reactivos.

Procedimiento

La aplicación de los instrumentos se realizó a través de un software en línea, usando para ello la técnica denominada “bola de nieve”. En la primera parte de la encuesta en línea se aseguró a los participantes el anonimato de la información que proporcionarían, la que se usaría únicamente para fines de investigación. Las reglas de inclusión fueron que, en el caso de que tuvieran un mejor amigo o amiga con por lo menos un año de relación, éstos también respondieran los instrumentos, para lo que deberían ponerse de acuerdo en una palabra que los identificara para que, sin conocer sus nombres, los investigadores supieran que

quienes escribían la misma palabra (un hombre y una mujer) eran mejores amigos. Al captarse la muestra esperada se analizaron los datos, se recodificaron y se procesaron mediante el programa SPSS, versión 23.0.

RESULTADOS

Para responder al objetivo del presente estudio, primero se analizaron las características psicométricas del instrumento utilizado. Al someterlo a un análisis de frecuencias y observar el sesgo por respuestas y por reactivo, fueron solo cinco los que no discriminaron. El resto se sometió a un análisis factorial por componentes principales con rotación varimax. El análisis arrojó siete factores con carga factorial igual o mayor a .40, mismos que explican 48.48% de la varianza (Tabla 1).

Los datos de la Tabla 1 permiten ver que en la relación de los MASO hay tipos de atracciones con diferentes características, desde la atracción agápica hasta la atracción por convivencia familiar. De algún modo todos participan en la redefinición que la persona puede hacer de sí misma. Hecho lo anterior, se buscaron diferencias entre el tipo de atracción subyacente al vínculo emocional de los MASO por sexo y tiempo en la relación. La Tabla 2 muestra las diferencias estadísticamente significativas en el tiempo de la amistad solo cuando se trata de un MASO por atracción de amistad o despertar emocional entre quienes llevaban entre 1 y 5 años de amistad, pero no para quienes llevaban más tiempo, dos situaciones que enfatizan la importancia de la convivencia y del sentirse comfortable al lado del otro durante el periodo inicial de toda relación interpersonal.

Tabla 1.

Definición conceptual y características psicométricas de los factores que integran la atracción subyacente al vínculo de MASO en la muestra.

Factor	Descripción	α	M	D.E.	N
1	Atracción por amistad	.88	65.42	5.88	14
La integran aquellos pensamientos y acciones que típicamente se esperan de un amigo o amiga, al grado de involucrarse y hacer todo lo necesario en nombre de esa amistad; se busca que crezca y se fomenten la reciprocidad y la compensación en términos de construirla con base en la presencia de similitud, cariño, confianza, lealtad, compromiso, cercanía y seguimiento continuo.					
2	Atracción físico-erótica	.85	19.71	7.32	7
La integran todos aquellos pensamientos y emociones que hacen referencia a sentir, en menor escala, una pasión acompañada por sentimientos intensos como parte de la atracción interpersonal que los coloca en una posición de agrado, confort, gusto por conocerse y estar cerca.					
3	Atracción agápica	.87	21.35	5.62	6
La integran pensamientos y conductas que reflejan una renuncia absoluta al propio bienestar por el bienestar del otro, así como una entrega total y desinteresada a la relación y la amistad.					
4	Atracción por despertar emocional	.76	16.87	2.87	4
La integran pensamientos y conductas que hacen referencia a las emociones que se experimentan cuando la otra persona se encuentra cerca.					
5	Atracción por convivencia familiar	.67	12.11	2.65	4
Se refiere a la aceptación, por parte de ambas familias, del mejor amigo/a y la convivencia que esto conlleva: viajes, comidas familiares, visitas, etc.					
6	Atracción por similitud	.71	16.74	2.52	4
La similitud puede tener diversas formas, de las que varias de ellas se han vinculado a una mayor atracción interpersonal, mismas que pueden ser la semejanza actitudinal y la de personalidad.					
7	Atracción por ser uno mismo	.63	12.46	2.04	3
Hace referencia al nivel de similitud que puede tener la pareja, lo que la hace sentirse como una sola persona.					

Tabla 2.

Diferencia de medias entre el tiempo de relación de amistad y los tipos de atracción que subyacen en el vínculo de mejores amigos, para la muestra estudiada.

Factores	Tiempo de amistad	M	D.E.	<i>t</i>	Sig
Mejores amigos	Menos de 1 año	63.5	7.6	- .981	.002
	1-5 años	65.8	4.49		
Despertar emocional	Menos de 1 año	15.9	4.18	-1.108	.001
	1-5 años	17.33	2.64		

Nota: Tabla generada a partir del análisis de la *t* de Student para comparar grupos de edad y diferencias con los tipos de atracción.

DISCUSIÓN

De acuerdo con los resultados de consistencia y robustez, tamaño de la muestra y factores resultantes, parece que en la muestra estudiada de los MASO ocurre, según su orden, una atracción que, como su nombre lo indica, integra y fortalece el vínculo de mejores-amigos, concepción que delimita todas las acciones subsecuentes (Akabulut y Weger, 2016; Bredow et al., 2008; Burgoon et al., 2005; Sprecher y Regan, 2000), una de tipo ágape (cf. Hendrick y Hendrick, 1986), una de tipo físico-erótico (Sternberg, 2000), una por el gusto de sentir emociones positivas cerca del otro, una de atracción por similitud en distintos atributos que hacen de ésta un objeto de mayor atracción, una alimentada por la convivencia e involucramiento con la familia del otro y, por último, una atracción que establece un vínculo entre los miembros de la pareja que los define simbióticamente como “uno mismo” (Díaz-Loving, 1996). Todas ellas se denominan “atracciones” porque buscan reducir la distancia física entre los mejores amigos del sexo opuesto, reflejan intereses comunes y generan un despertar emocional, sobre todo en las primeras etapas del tiempo de la relación. Lo anterior

ejemplifica en conjunto el citado triángulo equilátero de la Figura 1.

Los datos obtenidos apoyan la hipótesis previa de que existe cierta atracción de tipo físico-erótica entre los mejores amigos de sexo opuesto, aunque solamente para forjar su vínculo y hacer del otro un objeto atractivo a la vista y el gusto por conocer, estar, convivir, compartir y demás, que no es el que se alimenta en primer lugar; no obstante, su ocurrencia indica cierto riesgo, como puede ser el terminar como amigos “con derechos” o establecer relaciones formales de largo plazo (tal como se representa en uno de los vértices de la Figura 1), aunque esta última posibilidad puede ocurrir (Sternberg, 2000). La atracción físico-erótica parece ser un rasgo característico presente y necesario para que surjan y se definan las relaciones afectivas cercanas y significativas.

Ya Guerrero y Chávez (2005) refieren que para lograr un buen funcionamiento familiar las vivencias previas en pareja son la base de la dinámica posterior. En este estudio, los datos muestran una tendencia que indica que de la amistad, seguida por la atracción interpersonal propiamente dicha, hasta la identificación de la pareja

como uno mismo, son los tipos de acercamiento que al parecer fortalecen la relación de mejores amigos en un tiempo indefinido.

Finalmente, tras un análisis de la secuencia del ciclo de las relaciones interpersonales descrito por Díaz-Loving (1996), quien enfatiza que al paso del tiempo aparece en ellas el “lado oscuro” más intenso, las presentes autoras, basadas en los resultados de este estudio, sugieren que la dinámica de las relaciones de los MASO pueden ser una guía acerca de qué aspectos hay que fomentar y qué actitudes deben adoptarse en las relaciones románticas a lo largo del tiempo, sobre todo cuando se pretende estar bajo el mismo techo durante mucho tiempo. Como se vio aquí, las diferencias en la magnitud de la amistad y el fomento de emociones positivas parecen ocurrir con mayor fuerza durante los primeros cinco años de la relación.

Más que secuenciar etapas de contenido específico, como lo hace el modelo de Díaz-Loving (1996), nutrir una relación depende de renovar en el tiempo todo lo que suma y fortalece la atracción interpersonal entre quienes comparten un techo, lo que solo se logra con cada una de las siete maneras de acercamiento físico y emocional que se revelan en las relaciones de los MASO, mismas que aparecen en una secuencia espiral: la amistad en toda su extensión conceptual como la base de la relación, el fomento del agrado visual y físico-erótico, el dar sin esperar nada a cambio y participar en eventos familiares de uno y otro miembro de la pareja, pues ello contribuye a la identificación y el establecimiento de similitudes que fortalecen su unión. Es éste un ejercicio que debería renovarse cada lustro, compartiendo, conviviendo y teniendo intereses en común, con miras a nutrir el “lado claro” e impedir que el oscuro ensombrezca la vitalidad con la que surgió la relación romántica.

REFERENCIAS

- Akbulut, V. y Weger, H. (2016). Predicting responses to bids for sexual and romantic escalation in cross-sex friendships. *Journal of Social Psychology*, 156(1), 98-114.
- Baron, R. y Byrne, D. (2005). *Psicología social* (10ª ed.). Madrid: Pearson.
- Bredow, C.A., Cate, R.M. y Huston, T.L. (2008). Have we met before? A conceptual model of first romantic encounters. En S. Sprecher, A. Wenzel y J. Harvey (Eds.): *Handbook of relationship initiation* (pp. 3-28). New York: Psychology Press.
- Brock, R.L. y Lawrence, E. (2014). Intrapersonal, interpersonal, and contextual risk factors for overprovision of partner support in marriage. *Journal of Family Psychology*, 28, 54-64. doi: 10.1037/a0035280.
- Burgoon, J.K., Stern, L.A. y Dillman, L. (1995). *Interpersonal adaptation: Dyadic interaction patterns*. New York: Cambridge Press.

- Davis, J.L. y Rusbult, C.E. (2001). Attitude alignment in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 65-84.
- Díaz-Loving, R. (1996). Una teoría bio-psico-socio-cultural de la relación de pareja. *Revista de Psicología Contemporánea*, 3(5), 18-29.
- Guerrero L., K. y Chávez A., L. (2005). Relational maintenance in cross—sex friendships characterized by different types of romantic intent: An exploratory study. *Western Journal of Communication*, 64(4), 339-358. doi: 10.1080/10570310500305471.
- Hendrick, C. y Hendrick, S. (1986). A theory and method of love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(2), 392-402.
- Kirkpatrick, L.A. y Hazan, C. (1994). Attachment styles and close relationships: A four-year prospective study. *Personal Relationships*, 1(2), 123-142.
- Lee, J. (1977). A typology of styles of loving. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 3, 173-182.
- Ojeda G., A. (2006). Inventario de Estilos de Amor para Adultos (IEAA). En M. L. Campos V. y M. R. Luna P. (Comps.): *Instrumentos de evaluación en terapia familiar y de pareja* (pp. 200-222). México: Pax-México.
- Ojeda G., A., Estevéz C., J.L. y González R., G. (2014). “Ser pareja” es aprender del lado oscuro de su relación y fortalecer su vínculo apego-desapego. *De Familias y Terapias*, 23(37), 89-93.
- Reid, C.A., Davis, J.L. y Green, J.D. (2013). The power of change: Interpersonal attraction as a function of attitude similarity and attitude alignment. *Journal of Social Psychology*, 153, 700-719.
- Rennebohm, S.B., Seebeck, J. y Thoburn, J.W. (2017). Attachment, dyadic adjustment, and social interest: an indirect effects model. *Journal of Individual Psychology*, 73(3), 208-224.
- Rodríguez, C., Blais, M., Lavoie, F., Adam, B. y Goyer, M. (2015). The structure of casual sexual relationships and experiences among single adults aged 18-30 years old: A latent profile analysis. *Canadian Journal of Human Sexuality*, 24(3), 215-227.
- Sprecher, S. y Regan, P.C. (2000). Liking some things (in some people) more than others: Partner preferences in romantic relationships and friendships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 19, 463-481. doi: 10.1177/0265407502019004048.
- Sternberg, R. (2000). *El triángulo del amor*. México: Paidós.
- Taylor, S.E., Peplau, L.A. y Sears, D.O. (1994). *Social psychology* (8th ed.) New York: Pearson.
- Thoburn, J.W. y Sexton, T.L. (2016). *Family psychology: Theory, research, and practice*. Santa Barbara, CA: Praeger.
- Ubillos, S., Páez, D. y Zubieta, E. (2005). Relaciones íntimas: atracción, amor y cultura. En I. Fernández S., S. Ubillos L., E. Zubieta y D. Páez R. (Coords.): *Psicología social, cultura y educación* (pp. 511-536). Madrid: Pearson Educación.