



Comprobación de la teoría triangular del amor y la satisfacción vital: comparación de dos grupos de edad

César Bugallo Carrera ¹⁻³, Cristina Gómez Cantorna ²

Resumen

Objetivos: Comprobar la intensidad de cada uno de los componentes de la Teoría Triangular del Amor de Sternberg en adultos mayores (AM) de 55 años, analizar su relación con la satisfacción con la vida y realizar una comparación entre los resultados obtenidos en este grupo de edad con los obtenidos en un grupo de adultos jóvenes (AJ).

Metodología: se ha utilizado un diseño transversal de medida intersujeto. Se realizó un análisis descriptivo comparando los dos grupos y un análisis de correlación de Pearson para analizar la relación existente entre las variables: edad; pasión; intimidad; compromiso; y satisfacción con la vida. Se han administrado dos pruebas: la Escala Triangular del Amor de Sternberg y la Escala de Satisfacción con la Vida de Diener.

Resultados: El grupo de AM ha manifestado un menor nivel de intimidad con sus parejas, un menor nivel de pasión y de compromiso, y manifestaron una menor satisfacción con sus vidas. Se ha encontrado una correlación negativa de la variable edad con la intimidad y la pasión. *Conclusiones:* los AM perciben en sus relaciones amorosas menor intimidad, pasión, compromiso, y satisfacción con la vida que los AJ.

Palabras clave: Sternberg, Amor, Edad, Satisfacción, Diener

Abstract

Objectives: To verify the intensity of each of the components of Sternberg's Triangular Theory of Love in 55-year-old older adults, to analyze their relationship with life satisfaction and to make a comparison between the results obtained in this age group with those obtained in a group of young adults.

Methodology: a cross-sectional intersubject measurement design was used. A descriptive analysis was carried out comparing the two groups

and a Pearson correlation analysis was carried out to analyze the relationship between the variables: age; passion; privacy; commitment; and satisfaction with life. Two tests have been administered: the Sternberg Triangular Love Scale and the Diener Satisfaction with Life Scale.

Results: The older adults group has shown a lower level of intimacy with their partners, a lower level of passion and commitment, and they showed less satisfaction with their lives. A negative

ISSUE N°1
JUNIO
2022

Recibido:
11/01/2022

Aceptado:
14/03/2022

(1) Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación de la Universidad de Santiago de Compostela. Contacto: César Bugallo Carrera. Facultade de Psicoloxía, Departamento de Psicoloxía Evolutiva e da Educación. Rúa Xosé María Suárez Núñez, s/n. Campus vida. 15782 Santiago de Compostela. Correo electrónico: cesar.bugallo.carrera@usc.es

(2) Departamento de Enfermería de la Universidad de Vigo.

(3) Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer e outras demencias de Fisterra e Soneira -AFAFeS-

Comprobación de la teoría triangular del amor y la satisfacción vital: comparación de dos grupos de edad

correlation of the age variable with intimacy and passion has been found.

Conclusions: the older adults perceive less intimacy, passion, commitment, and satisfaction with life in their love relationships than the young adults.

Keywords: Sternberg, Love, Age, Satisfaction, Diener

Introducción

El interés por investigar las denominadas relaciones amorosas a lo largo de la historia ha sido escaso, a pesar de la gran relevancia que tienen en todos los aspectos de la vida, afectando a ámbitos como el psicológico, el emocional o el sociológico.

Sin embargo, la situación está cambiando, probablemente por razones muy variadas: el reconocimiento de la posibilidad de su abordaje científico, la demanda de conocimientos por parte de los profesionales de la psicología o la necesidad de su estudio para la explicación de otros fenómenos relacionados (Serrano y Carreño, 1993).

En efecto, a pesar del escaso interés por investigar las relaciones amorosas podemos decir que, actualmente, contamos con diversas teorías desarrolladas por prestigiosos investigadores sobre el origen y el desarrollo de dichas relaciones así como de sus componentes (Shaver, Hazan y Bradshaw, 1988; Lee, 1973). La más comúnmente aceptada hoy en día, por ser la más completa y la que mejor y más claramente explica las relaciones amorosas es la Teoría Triangular del Amor desarrollada por Sternberg (1986, 1987, 1998).

Sternberg plantea que en la relación amorosa existen tres componentes que en realidad expresan la estructura habitual de la mente humana (Diessner, Frost, Smith, 2004) la pasión, la decisión/compromiso, y la intimidad. Este autor explica su teoría mediante una metáfora geométrica, en la cual cada uno de estos componentes ocupa un vértice de un triángulo. El tamaño del área es proporcional a la cantidad de amor sentido por la persona, y la forma geométrica determinada por la interrelación de los diferentes elementos explicaría el peso de cada elemento en la relación, de tal modo que ambos aspectos determinarán cuánto y cómo siente una persona hacia otras (Serrano y Carreño, 1993). En una relación de pareja, pueden

surgir discrepancias entre lo que experimenta un miembro y lo que experimenta el otro, puesto que estos tres componentes van evolucionando de manera diferente a lo largo del tiempo modificando las relaciones amorosas (Sternberg, 2000).

Sternberg entiende por intimidad aquellos sentimientos dentro de una relación que promueven el acercamiento, el vínculo y la conexión como: el afecto; revelaciones mutuas; o secretos compartidos únicamente por la pareja (Mazadiego y Norberto, 2011) En cuanto a la pasión, la define como el estado de intenso deseo de unión con el otro y de expresión de deseos y necesidades, tales como: la autoestima; la entrega; la pertenencia; la sumisión y la satisfacción sexual (Pinto, 2008). Finalmente, Sternberg considera a la decisión y al compromiso como el componente que mantiene la relación amorosa a través de los períodos difíciles, dando confianza para volver a otros mejores. Este último componente consiste en dos aspectos, uno a corto plazo (la decisión de amar a una persona) y otro a largo plazo (el compromiso para mantener ese amor). Estos dos aspectos no necesariamente tienen lugar simultáneamente, aunque, tanto temporal como lógicamente, la decisión suele preceder al compromiso (Calayatud, 2011).

De esta manera para Sternberg (Sternberg, 1989) existirían 8 tipos de amor posibles de acuerdo a las combinaciones de estos factores, siendo más probable que se mantenga en el tiempo una relación basada en dos o tres elementos frente a una basada en un único elemento (tabla 1, ver en Anexo).

Según Sternberg (1989) estos son los tipos de amor existentes (tabla 1):

1. No amor: es la ausencia de intimidad, de la pasión, y de la decisión/compromiso.
2. Cariño (solo intimidad): se caracteriza por existir únicamente la intimidad como componente, la pasión y el compromiso a largo plazo no existen en este caso.
3. Encaprichamiento (solo pasión): es lo que se describe como “amor a primera vista”. Tan solo existe la parte emocional, la atracción física es lo primordial, su duración suele ser relativamente corta.
4. Amor vacío (solo compromiso): existe una unión por compromiso, pero la pasión y la intimidad han

Bugallo Carrera, Gómez Cantorna

muerto. No sienten nada uno por el otro, pero hay una sensación de respeto y reciprocidad. En los matrimonios arreglados, las relaciones suelen comenzar con un amor vacío.

5. Amor romántico (intimidad + pasión): este tipo de parejas están unidas emocionalmente y físicamente, mediante la pasión, pero no en el compromiso de estar juntos, un ejemplo sería un amor de verano o relaciones de muy corta duración.

6. Amor sociable o de compañía (intimidad + compromiso): este tipo de amor se suele dar en parejas de larga duración. La pasión ha desaparecido pero se mantiene un gran cariño y compromiso con el otro. Suele suceder con las personas con las que se comparte la vida, aunque no exista deseo sexual ni físico. Es más fuerte que el cariño pues existe el compromiso entre ambos. Se suele dar en la familia y en los amigos profundos.

7. Amor fatuo o loco (pasión + compromiso): se da en relaciones en las que el compromiso es motivado en su mayor parte por la pasión, sin la estabilidad que proporciona la intimidad. Suelen ser relaciones rápidas en las que todavía una o ambas partes no han decidido confiar el uno en el otro.

8. Amor completo (pasión + compromiso + intimidad): es la forma más completa de amor, ya que existe pasión sexual, confianza y afecto emocional y compromiso para permanecer unidos. Sin embargo, Sternberg señala que mantener un amor consumado puede ser aún más difícil que llegar a él. Destaca la importancia de traducir los componentes del amor en acciones. Como él mismo dijo: “Sin expresión, hasta el amor más grande puede morir” (Sternberg, 1987) Así, el amor consumado puede no ser permanente, por ejemplo, si la pasión se pierde con el tiempo, puede convertirse en un amor sociable.

Objetivos

Lo que se propone en esta investigación es comprobar la intensidad de cada uno de los elementos de la Teoría Triangular del Amor en sujetos mayores de 55 años y realizar una comparación con un grupo de menores de

55 años, así como analizar su relación con la edad y la satisfacción con la vida, entendida ésta como la valoración positiva que la persona hace de su vida en general, o de aspectos particulares de ésta (Diener, 1994; Diener, Suh, Lucas y Smith, 1999; García, 2002).

Método

Participantes:

La muestra está formada por 67 participantes de los cuales 29 corresponden al grupo de mayores de 55 años reclutados en el cuarto ciclo universitario de la Universidad de Santiago de Compostela (USC) con edades comprendidas entre los 55 a 77 años ($M= 63,03$; $SD= 6,55$), siendo el 44,83% hombres y el 55,17% mujeres, con una relación amorosa de 12 meses como mínimo ($M= 468,44$; $SD= 65,60$). 38 corresponden al grupo de menores de 55 años reclutados en el grado de Enfermería de la USC con edades comprendidas entre 18 y 31 años ($M= 23,28$; $SD= 4,59$), siendo el 33,16% hombres y el 66,84% mujeres y, que al igual que en el otro grupo, deben mantener una relación amorosa de 12 meses como mínimo ($M= 54,13$; $SD= 37,19$).

Instrumentos:

Se aplicaron dos instrumentos:

- Escala Triangular de Sternberg (1986) (TTE). Dicha escala consta de 45 ítems, y está construida en formato tipo Likert, con un rango de 1 a 9, donde 1 corresponde a “en absoluto” y 9 a “extremadamente”. Las puntuaciones altas indican un peso elevado de los componentes intimidad, pasión, o decisión-compromiso en la relación y las puntuaciones bajas un peso bajo de dichos componentes. Cada factor se conforma por 15 ítems, para obtener la calificación se suman las puntuaciones en cada uno de ellos.
- Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS) de Diener, Emmons, Larsen y Griffin (1985). Este instrumento es el más utilizado para medir la satisfacción con la vida (Clemente, Gandoy-Crego, Bugallo-Carrera, Reig-Botella y Gómez-Cantorna, 2020) La escala muestra una estructura unidimensional y unas adecuadas propiedades psicométricas. Este ins-

Comprobación de la teoría triangular del amor y la satisfacción vital: comparación de dos grupos de edad

trumento ha sido traducido a numerosos idiomas (Martín-Albo y Domínguez, 2010). En nuestro país ha sido traducida y validada al español en una muestra de estudiantes adolescentes (Atienza, Pons, Balaguer y García-Merita, 2000) y posteriormente validada en una muestra de sujetos mayores (Atienza, Pons, Balaguer y García-Merita, 2002). En el presente trabajo se utiliza la versión adaptada al español que consta de 5 preguntas con 5 posibilidades de respuesta, desde muy en desacuerdo hasta muy de acuerdo.

Procedimiento:

Se administró una batería de pruebas que comprende: un consentimiento informado con unas instrucciones sobre el estudio; un cuestionario sociodemográfico; la Escala Triangular de Sternberg (1986); y la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS) de Diener, Emmons, Larsen y Griffin (1985).

El diseño de investigación utilizado es un diseño transversal ya que nos permite comparar en un único momento temporal distintos grupos de edad. En un primer momento se hace un análisis descriptivo comparando los componentes del amor y la satisfacción con la vida de los dos grupos que componen este estudio en función de las puntuaciones obtenidas en los dos instrumentos administrados.

Para efectuar el análisis de los datos se realiza una correlación de Pearson, considerando como variables independientes la edad y la satisfacción, y como variables dependientes la intimidad, la pasión, y el compromiso. Para ello se utilizó el programa IBM SPSS 20.

Resultados

Para interpretar los resultados se debe tener en cuenta que la puntuación máxima en cada uno de los componentes del amor, es decir, la pasión; el compromiso; y la intimidad, es de 135 y la puntuación mínima es de 15, de modo que una puntuación de un componente cuanto más se acerque a 135 significa un mayor peso de dicho elemento en la relación amorosa, y cuanto más se acerque a 15 significa un peso menor. En cuanto a la satisfacción con la vida se debe tener en cuenta que la puntuación máxima es de 25 frente a la mínima que es de 5, de modo que una puntuación cerca-

na a 25 significa una mayor satisfacción con la vida y una puntuación más cercana a 5 una menor satisfacción. Teniendo en cuanto lo dicho, pasamos a comentar los resultados:

- El grupo de los menores de 55 años obtiene una puntuación en la intimidad ($M=123,32$; $SD=9,33$) más elevada que el grupo de mayores de 55 años ($M=105,34$; $SD=25,23$).
- El grupo de los menores de 55 años obtiene una puntuación en la pasión ($M=106,55$; $SD=16,17$) más elevada que el grupo de mayores de 55 años ($M=88,38$; $SD=29,54$).
- El grupo de los menores de 55 años obtiene una puntuación en el compromiso ($M=118,58$; $SD=13,32$) más elevada que el grupo de mayores de 55 años ($M=105,57$; $SD=26,20$).

Esta teoría permite realizar una representación de los triángulos de ambos grupos que permiten observar la cantidad de amor sentido por cada grupo así como el peso de cada uno de los componentes en la relación amorosa (figura 1, ver Anexo).

Se puede comprobar que:

- El amor sentido es superior en el grupo de los menores de 55 años puesto que el área de su triángulo es superior que el de los mayores.
- En el caso de los menores de 55 años, en su relación amorosa, tiene un mayor peso la intimidad, seguido del compromiso, y por último, la pasión, aunque la cantidad de los tres componentes es elevada.
- En el grupo de los mayores de 55 años la intimidad y el compromiso pesan prácticamente por igual, sin embargo la pasión tiene un peso inferior en la relación.
- El grupo de los menores de 55 años obtiene una puntuación en la satisfacción con la vida ($M=20,00$; $SD=2,71$) más elevada que el grupo de los mayores de 55 años ($M=18,57$; $SD=3,25$).
- Existe una relación negativa de la variable Edad con las variables Intimidad y Pasión, es decir, a mayor edad menor es la intimidad y la pasión percibida.

Bugallo Carrera, Gómez Cantorna

- Existe una relación positiva de la variable Satisfacción con la vida con las variables Intimidad, Pasión, y Compromiso, es decir, cuanto mayor es la intimidad, la pasión, y el compromiso sentido por la persona, mayor es su satisfacción con la vida.

Discusión

Los tres componentes del amor establecidos por la TTE se incrementan con la satisfacción, esto va en la misma línea que lo hallado por Serrano y Carreño (1993) y por Clemente et al. (2020).

Al igual que Serrano y Carreño (1993) se comprueba que tanto la intimidad como la pasión disminuye con la edad o al menos se modifica en sus expresiones. En cuanto al compromiso no se ha encontrado una correlación negativa con la edad. Estos resultados son parcialmente concordantes con los de Reeder (1996) que halló que los tres componentes de Sternberg se reducen significativamente con la edad. En nuestro caso esta reducción no se encuentra en el compromiso, de tal modo que el tipo de amor más predominante con los años es el amor vacío.

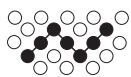
En cuanto a la intimidad con la edad tiende a disminuir, esto puede ser debido, como defiende Calatayud (2009), al resultado del aumento de la vinculación interpersonal entre la pareja. Es decir, como resultado de su acercamiento, los miembros de la pareja se conocen cada vez más entre sí, están más interconectados, de manera que pueden dejar de reconocer que el otro está presente. Así la relación pasa a poseer una gran cantidad de intimidad oculta, con el peligro de que las personas implicadas en ella dejen de reconocerla, es decir, que no sean conscientes de que existe esa gran intimidad, y se decepcionen con la relación.

Este estudio tiene una limitación en cuanto al diseño utilizado. Se emplea un diseño transversal en lugar de un diseño longitudinal que sería más apropiado para nuestro tipo de estudio ya que nos permitiría observar la evolución de los diferentes elementos a lo largo del tiempo (Yela, 1997). Desgraciadamente esta limitación también es muy común en las investigaciones psicosociales debido a la escasez de recursos (tanto económicos como temporales) (Diener, 1994). Asimismo, se debe tener en cuenta el posible “efecto cohorte” es decir, cabe la posibilidad de que la

causa de un cambio esté no tanto en las diferencias de edad sino en el momento del nacimiento (Veiga de Cabo y Zimmermann Verdejo, 2008).

Conclusiones

- Los tres componentes del amor establecidos por la TTA se incrementan con la satisfacción.
- En la relación amorosa de los menores de 55 años el componente con mayor peso es la intimidad, seguido del compromiso, y por último la pasión. Asimismo, manifiestan sentir una mayor intimidad, pasión, y compromiso que los mayores de 55 años de modo que el amor sentido también es superior. Sin embargo, en los mayores de 55 años los componentes con mayor peso son la intimidad y el compromiso que pesan casi lo mismo, seguidos de la pasión que es el componente con un menor peso en la relación.
- Con los años la intimidad y la pasión sentidas disminuyen, sin embargo el compromiso se mantiene estable a lo largo del tiempo.
- Cuanto mayor es la intimidad, la pasión, y el compromiso sentidos mayor es la satisfacción con la vida.



Comprobación de la teoría triangular del amor y la satisfacción vital: comparación de dos grupos de edad

Anexo

Tipos de amor según Sternberg

Tipo de amor	Intimidad	Pasión	Compromiso
No amor			
Cariño	X		
Encaprichamiento		X	
Amor vacío			X
Amor romántico	X	X	
Amor sociable	X		X
Amor fatuo		X	X
Amor consumado	X	X	X

Fuente: elaboración propia

Bugallo Carrera, Gómez Cantorna

Tabla 2

Resultados

		Intimidad	Pasión	Compromiso
Edad	Coefficiente correlación de Pearson	-,435**	-,333**	-,250*
	Significación (bilateral)	,000	,007	,045
	N	65	65	65
Satisfacción	Coefficiente correlación de Pearson	,424**	,443**	,391**
	Significación (bilateral)	,000	,000	,001
	N	66	66	66

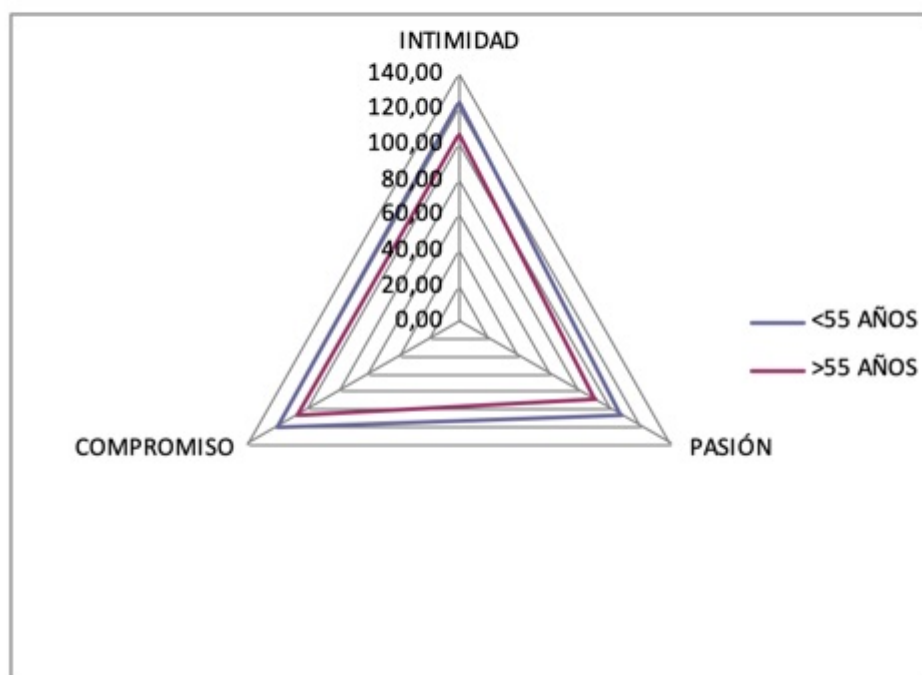
** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral)

* La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral)

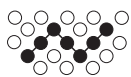
Comprobación de la teoría triangular del amor y la satisfacción vital: comparación de dos grupos de edad

Figura 1.

Estructura tridimensional relacional según Sternberg



Fuente: elaboración propia



Bugallo Carrera, Gómez Cantorna

REFERENCIAS

1. Atienza, F. L., Pons, D., Balaguer, I., & García-Merita, M. (2000). Propiedades psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida en adolescentes. *Psicothema*, 314-319.
2. Calatayud Arenes, M. P. (2009). Las relaciones de amor a lo largo del ciclo vital: cambios generacionales.
3. Clemente, M., Gandoy -Crego, M., Bugallo-Carrera, C., Reig-Botella, A., & Gomez-Cantorna, C. (2020). Types of love as a function of satisfaction and age. *PsyCh journal*, 9(3), 402-413.
4. Diener, E. (1994). El bienestar subjetivo. *Intervención psicosocial*, 3(8), 67.
5. Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment*, 49(1), 71-75.
6. Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological bulletin*, 125(2), 276.
7. Diessner, R., Frost, N., & Smith, T. (2004). Describing the neoclassical psyche embedded in Sternberg's triangular theory of love. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 32(7), 683-690.
8. García, C. Y. (1997). Curso temporal de los componentes básicos del amor a lo largo de la relación de pareja. *Psicothema*, 9(1), 1-15.
9. Lee, J. A. (1973). *The Colors of Love: An Exploration of the Ways of Loving*, Don Mills.
10. Martín, M. Á. G. (2002). El bienestar subjetivo. *Escritos de psicología*, (6), 18-39.
11. Martín-Albo, J., & Domínguez, E. (2010). Propiedades psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida en sujetos practicantes de actividad física. *Revista de psicología del deporte*, 19(2), 291-304.
12. Mazadiego, T., & Norberto, J. (2011). El amor medido por la escala triangular de Sternberg. *Psicolatina*, 22, 1-10.
13. Pinto, B. (2008). Amor y personalidad en universitarios Aymaras del departamento de La Paz. Universidad de Granada.
10. Pons, D., Atienza, F. L., Balaguer, I., & García-Merita, M. (2002). Propiedades psicométricas de la escala de satisfacción con la vida en personas de tercera edad. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*.
11. Reeder, H. M. (1996). The subjective experience of love through adult life. *The International Journal of Aging and Human Development*, 43(4), 325-340.
12. Serrano, G. & Carreño, M. (1993). La teoría de Sternberg sobre el amor. Análisis empírico. *Psicothema*, 5(1), 151-167.
13. Shaver, P. R., Hazan, C., & Bradshaw, D. (2021). The integration of three behavioral systems. *Attachment Theory and Research: A Reader*, 74.
14. Sternberg, R. (1989). *El triángulo del amor*. Argentina: Paidós.
15. Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological review*, 93(2), 119.
16. Sternberg, R. J. (1987). Liking versus loving: A comparative evaluation of theories. *Psychological Bulletin*, 102(3), 331.
17. Sternberg, R. J. (1998). *Cupid's arrow: The course of love through time*. Cambridge University Press.
18. Sternberg, R. J. (2000). *La experiencia del amor: la evolución de la relación amorosa a lo largo del tiempo*. Barcelona: Paidós.
19. Veiga de Cabo, J., & Zimmermann Verdejo, M. (2008). Modelos de estudios en investigación aplicada: conceptos y criterios para el diseño. *Medicina y seguridad del trabajo*, 54(210), 81-88.