

## El amor medido por la Escala Triangular de Sternberg

Teresa de Jesús Mazadiego Infante  
*tmazadiego@yahoo.com.mx*

José Raúl Norberto Garcés  
*jabular20@hotmail.com*

Facultad de Psicología, Universidad Veracruzana  
Poza Rica, Veracruz, México

**Resumen.** El objetivo fue conocer las relaciones interpersonales amorosas de una muestra estratificada incidental estudiantes universitarios y comparar estos resultados con los obtenidos por Sternberg (1990, 1998) en cuanto a las dimensiones de intimidad, compromiso y pasión. Se aplicó la Escala Triangular del Amor (Sternberg, 1986) en 15 Facultades de la Zona Norte de la Universidad Veracruzana, a mil estudiantes en un rango de 19 a 31 años de edad, 512 hombres y 488 mujeres. Los resultados indicaron una fiabilidad del instrumento de .728 a través del Alpha de Cronbach y al comparar las dimensiones obtenidas contra las que reportó Sternberg, se encontró que los hombres canadienses y norteamericanos muestran un amor que se rige por la intimidad y el compromiso, en cambio los estudiantes universitarios veracruzanos, se rigen por el amor donde prevalece la intimidad y la pasión, sin el compromiso que pueda traer alguna consecuencia de sus conductas amorosas.

**Palabras clave:** Escala de Sternberg, intimidad, compromiso, pasión, relaciones interpersonales.

**Resumo.** O objetivo foi determinar os relacionamentos amorosos de uma amostra estratificada estudantes universitários incidentais e comparar estes resultados com aqueles obtidos por Sternberg (1990, 1998) como para as dimensões do compromisso, intimidade e paixão. Nós aplicamos a Escala Triangular do Amor (Sternberg, 1986) em 15 Faculdades da Zona Norte da Universidade de Veracruz, a um mil estudantes de 19 a 31 anos de idade, 512 homens e 488 mulheres. Os resultados indicaram uma confiabilidade do instrumento de 0,728 através do Alpha de Cronbach. A comparação das dimensões obtidas contra os quais relataram Sternberg descobriu que os homens canadenses e americanos mostram um amor que é regido pela intimidade e compromisso, mais estudantes universitários do Veracruz são regidas pelo amor onde prevalece a intimidade e paixão, sem o compromisso que o comportamento pode trazer.

**Palavras-chave:** Escala de Sternberg, intimidade, compromisso, paixão, relacionamentos.

**Abstract.** The aim was to find loving relationships from a stratified sample incidental college students and compare these results with those obtained by Sternberg (1990, 1998) with regard to the dimensions of intimacy, commitment and passion. Was applied Triangular Love Scale (Sternberg, 1986) in 15 colleges of the North Zone of the Universidad Veracruzana, a thousand students in a range of 19-31 years old, 512 men and 488 women. The results showed a .728 of instrument reliability through Cronbach's Alpha and comparing measured dimension against which reported Sternberg, found that Canadian and American men show a love that is governed by intimacy and commitment; in the university students, prevails where intimacy and passion without the compromise.

**Keywords:** Scale Sternberg, intimacy, commitment, passion, relationships



## INTRODUCCIÓN

El estudio del amor de la pareja, ha sido abandonado científicamente, así como las diversas relaciones interpersonales que se puedan presentar en las relaciones afectivas de una pareja y por largo tiempo, en la historia de la psicología ha tenido escaso interés. Aunque pueden encontrarse escritos psicológicos sobre el tema desde finales del siglo pasado, lo cierto es que ha faltado un fundamento de conocimientos suficientemente desarrollado sobre el tema. Las relaciones amorosas con todo lo que implican, psicológica y emocionalmente, son extremadamente importantes en la vida de cualquier ser humano, sin embargo, son pocos los estudios científicos que sobre este tema se abordan.

En investigaciones antropológicas realizadas por Jankowiak y Fisher (1992) encontraron evidencias del amor romántico en 147 culturas estudiadas (90%) del total de las culturas investigadas. Actualmente las relaciones amorosas implican hablar de sentimientos, comportamientos, valores y una constelación de emociones relacionados entre sí, que van desde la euforia hasta la más profunda desesperación, emociones que afloran en la relación amorosa al vincularse al ser amado.

La pasión es uno de los sentimientos más poderosos de una relación, pudiéndose afirmar que todo ser humano ha experimentado en algún momento de su relación el frenesí, el amor desbordante y la desesperación del amor romántico (Fisher, 2004, 2005). Sánchez Aragón (2004) investigó a través de definiciones y similitudes teóricas acerca del amor y sus matices, planteando que la pasión se presenta cuando se inicia la relación romántica-pasional con la atracción, seguido de un período de enamoramiento, culminando con el deseo de tener a su fuente pasional. Mencionando cuatro etapas o estadios por los que el amor puede pasar. El primer estadio en una relación romántica, que dependerá de las circunstancias de esa relación particular, de la cultura, de la experiencia romántica-pasional y de la personalidad de cada uno.

El segundo estadio del enamoramiento, se conceptualiza como el deseo intenso por explorar, tocar, relacionarse sexualmente, en donde el fantasear e inquietarse por la posibilidad de ver y escuchar a la persona amada, permite una expansión psicológica incomparable que estimula la sensualidad (Bacharan y Simonnet, 2005; Yela, 2000). Sánchez, Aragón y Retana Franco (2005) y Young (2000) hacen referencia a la estabilidad dentro de la relación saludable la que implica dos aspectos: a) la *consistencia*, que se refiere a la percepción de



tranquilidad que debe ofrecer cada uno a su pareja; y b) la *continuidad*, que se refiere al mantenimiento de la relación amorosa a través del tiempo. Cuando estos dos aspectos no se dan, se puede caer en la tercera etapa: el amor enfermizo, obsesivo, que se manifiesta como la urgencia de comunicarse y/o ver a la persona amada y el deseo de morir si se es rechazado. Sperling y Berman (1991) hacen referencia a este amor, como una necesidad de mantener el vínculo con ansiedad, incorporando dimensiones conductuales y afectivas del amor pasional en estrecha interdependencia.

En una cuarta fase Cupach y Spitzberg (1998) sugieren que esta fase enfermiza implica persecución, presión para lograr su atención, interfiriendo en la privacidad física del otro. Estas dos últimas fases se pueden evitar cuando la estabilidad emocional está dada por la percepción o la opinión que se le expresa a la pareja (Graciano y Musser, 1982; Snyder, Tanke y Berscheid, 1977).

En un estudio previo Sternberg y Barres (1985), señalan que el mejor indicador de la satisfacción de la pareja es la similitud en el triángulo que propone, debiendo darse esta similitud tanto a nivel real, percibido e ideal, entendiendo así el amor en una relación donde cada uno aporta.

Sternberg (1986) cuando propuso su Teoría del Amor intentó abarcar la dinámica de los sentimientos en sus

diversas expresiones o tipos de amor. De acuerdo al conjunto de sentimientos, emociones y valores, Sternberg elaboró una Escala que permitiera conocer si en las relaciones amorosas se presenta la *intimidad* entendida como aquellos sentimientos dentro de una relación que promueven el acercamiento, el vínculo y la conexión como el afecto, revelaciones mutuas, secretos compartidos únicamente por la pareja. El *compromiso* con el ser amado considerado como la decisión de amar a determinada persona con el compromiso por mantener ese amor, esto es, la decisión consciente de amar, compartir su cotidianidad, estar juntos en pensamiento y puede darse a corto plazo cuando se toma la decisión de estar enamorado, ó a largo plazo, cuando el compromiso implica la decisión de cultivar y mantener la relación amorosa. La *pasión* se conceptúa como aquel estado de intenso deseo de unión con el otro, siendo la expresión de deseos y necesidades, de hacer referencia a la atracción física, al deseo sexual de estar con la otra persona.

Las diferentes etapas o tipos de amor pueden ser explicados con diferentes combinaciones de estos elementos. De acuerdo al autor, una relación basada en un solo elemento es menos probable que se mantenga que una basada en dos o en los tres. Son 7 formas de amor las que propone Sternberg: 1. *Cariño*: Considerado como el afecto íntimo que caracteriza las verdaderas amistades, en donde se siente un vínculo y una



cercanía con la otra persona, pero no existe pasión física, ni compromiso a largo plazo.

2. *Encaprichamiento*: Es lo que comúnmente se siente como "amor a primera vista". Sin intimidad ni compromiso, este amor puede desaparecer en cualquier momento.
3. *Amor vacío*: Existe una unión por compromiso, pero la pasión y la intimidad han 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.
4. *El Amor romántico* es aquel donde las parejas están unidas emocionalmente; principalmente es la mujer la que muestra un amor profundo (como en el caso del *cariño*), pero en este tipo de amor, ella está dispuesta a darlo todo sin esperar nada a cambio, su amor se traduce en acciones que benefician a su pareja; puede presentar fantasías eróticas donde la pasión es el desahogo de sus necesidades de sentirse amada y tomada físicamente.
5. *El Amor sociable* se encuentra frecuentemente en matrimonios en los que la pasión se ha ido, pero hay un gran cariño y compromiso con el otro. Suele suceder con las personas con las que se

comparte la vida, aunque no existe deseo sexual ni físico. Es más fuerte que el cariño, debido al elemento extra que es el compromiso. Se encuentra en la familia y en los amigos profundos, que pasan varios años viviendo juntos en una relación sin deseo sexual.

6. *Amor fatuo*: Se da en relaciones en las que el compromiso es motivado en su mayor parte por la pasión, sin la estabilizante influencia de la intimidad.
7. *El Amor consumado* es la forma completa del amor. Representa la relación ideal hacia la que todos quieren ir pero que aparentemente pocos alcanzan. Sin embargo, Sternberg señala que mantener un amor consumado puede ser aún más difícil que llegar a él. Enfatiza la importancia de traducir los componentes del amor en acciones, pues si uno de los dos no es recíproco y ello causará, que hasta el amor más grande pueda terminar. El amor consumado puede no ser permanente. Por ejemplo, si la pasión se pierde con el tiempo, puede convertirse en un *amor sociable*. Las combinaciones que propone Sternberg sobre los diferentes tipos de amor se muestran en la Tabla 1.

Tabla 1. Combinaciones de intimidad, pasión y compromiso

Tipo de amor	Intimidad	Pasión	Compromiso
Cariño	x		
Encaprichamiento		x	
Amor Vacío			x
Amor Romántico	x		x
Amor Sociable	x		x
Amor Fatuo		x	x
Amor consumado	x	x	x

Se evaluaron para ello, las estructuras de amor de los dos sujetos que constituían cada pareja y se compararon los triángulos formados por sus niveles de I, P y C. La estimación de las semejanzas entre ambos y su influencia en la satisfacción de los dos miembros de la pareja se realizó abarcando distintos niveles (real, percibido e ideal) para cotejar diferencialmente el valor predictivo de cada uno de ellos y el papel que juegan sus diferencias en cuanto a la evolución de su relación.

Así Sternberg (1990), realizó una investigación en Estados Unidos y Canadá sobre la Escala Triangular del Amor, donde midió estas tres dimensiones: la pasión, el compromiso y la intimidad en las relaciones de pareja. Los sujetos que participaron con Sternberg, también participaron en otros instrumentos

paralelos como el Cuestionario de Satisfacción con su relación de pareja, Escalas de Amor y de Cariño de Rubin (1973) y la Escala Triangular del amor, donde señalaron el tipo de relación que sostenían y la importancia que cada ítem tenía para que su relación fuera ideal. Los resultados mostraron que las puntuaciones más altas en cuanto a la realidad de la relación fueron obtenidas por el componente Intimidad, seguido de Compromiso y Pasión. En cuanto a la importancia percibida por los sujetos para cada uno de los componentes, las puntuaciones siguieron el mismo orden, no encontrándose diferencias significativas de género.

El *objetivo* de la presente investigación fue aplicar la Escala Triangular del Amor de Sternberg en un muestreo estratificado incidental de mil estudiantes universitarios para conocer sus relaciones interpersonales amorosas y comparar estos resultados con los obtenidos por Sternberg.

## MÉTODO

### Participantes

La Escala se aplicó a mil estudiantes de la Universidad Veracruzana, de ambos sexos, cuyas edades fluctuaron entre los 19 y los 31 años. El tipo de muestreo fue estratificado incidental, estableciéndose que en cada Facultad se encuestaría una muestra de 79 estudiantes que cumplieran con el criterio de la muestra.



Criterio de la muestra: Que tuvieran una relación amorosa de un año mínimo y que fueran parejas heterosexuales.

Aunque se quiso obtener la muestra mediante el muestreo probabilístico estratificado, porque así permitiría no únicamente que cada uno de sus elementos tuviera la oportunidad de pertenecer a la muestra, sino que aumentaría la precisión de la muestra para cada estrato, para

reducir al mínimo la varianza de la media muestral, si el tamaño de la muestra para cada estrato era proporcional a la desviación estándar del estrato (Hernández, Fernández y Baptista, 2006), no fue posible, debido a que no todos los docentes dieron el permiso de aplicación, por lo que se realizó el muestreo estratificado pero incidental y por lo tanto no se satisfizo el tamaño planeado. Se aplicó la siguiente fórmula para la obtención de la muestra, donde:

$$n' = \text{tamaño de la muestra} = \frac{\text{Varianza de la muestra}}{\text{Varianza de la población}}$$

$$n' = \frac{S^2}{V^2} \quad S^2 = \text{varianza de la muestra y } V^2 = \text{varianza de la población}$$

$$S^2 = p(1 - p) = .5(1 - .5) = 0.25$$

$$V^2 = (.05)^2 = 0.0025$$

$$n' = 0.25/0.0025 = 100$$

$$n = \frac{n'}{1 + n'/N} = \frac{100}{1 + 100/377} = \frac{100}{1.2652} = 79 \text{ estudiantes para conformar el tamaño de la muestra}$$

Fueron 15 las Facultades que participaron: la Unidad de Ciencias de la Salud (Psicología, Medicina, Enfermería, Odontología y Prótesis Dental); el área Humanista (Pedagogía, Derecho y Trabajo Social); del área de Exactas (Ingeniería Civil, Ingeniería Química, Ingeniería Ambiental, Ingeniería Mecánica, Arquitectura); y del área Económico-Administrativo (Contabilidad y

Comercio). Todas las Facultades pertenecientes a la Universidad Veracruzana, Zona Norte.

### Instrumento

Evalúa la capacidad de describir, de predecir y de diagnosticar basada la Escala en la Teoría del Amor de Sternberg (1986). El instrumento original constó de 45 ítems, 15 para cada uno de los tres componentes; siendo construida la Escala en formato tipo Likert, en un rango de 1



a 9 en el original. La validación que realizó Sternberg la llevó a cabo con 101 sujetos: 50 hombres y 51 mujeres, quienes mantenían relaciones heterosexuales y cuyas edades estuvieran comprendidas entre los 18 y 71 años, en este estudio participaron personas casadas o que tuvieran una relación amorosa mínima de un año.

Para esta investigación, se ocupó exclusivamente la Escala Triangular del Amor de Sternberg (1986) se piloteó con 20 estudiantes de la Facultad de Psicología que no participaran posteriormente, donde se pudo registrar que varias de las preguntas tenían similitud o creaban confusión, por lo que se eliminaron 7 preguntas: tomando 1 de la dimensión *Intimidad*, 1 de la dimensión *Pasión* y cinco preguntas de la dimensión *Compromiso*. Por lo que la Escala quedó reducida a 38 preguntas.

**Procedimiento**

I Fase: Solicitud de permisos a las diversas Instituciones educativas a través de Oficio, mencionando el objetivo de la investigación.

II Fase: Aplicación de la Escala en las 15 Facultades de la Universidad Veracruzana Zona Norte, a través de un muestreo estratificado incidental.

III Fase: Creación de la base de datos y análisis estadístico a través del software estadístico SPSS versión 15.

**RESULTADOS**

La Escala en general tuvo una fiabilidad de .728 a través del Alpha de Cronbach y por dimensiones:

Tabla 2. Fiabilidad por dimensiones

Dimensión	Alpha en la presente investigación	Dimensión	Alpha obtenido por Sternberg
Intimidad	.4491	Intimidad	.439
Pasión	.4882	Pasión	.351
Compromiso	.2483	Compromiso	.420

La tabla 2 muestra fiabilidades similares en la dimensión de la *intimidad*, siendo ligeramente más alta la obtenida en la presente investigación que la reportada por Sternberg (1990). En la dimensión *pasión* resultó más alta a comparación de lo obtenido por Sternberg. Y en la dimensión *compromiso*, fue la más baja de las tres dimensiones de los resultados obtenidos en la presente investigación, también baja comparado con lo reportado por Sternberg (1998).

Tabla 3. Participantes por género

	Hombres	Mujeres	Total
En la presente investigación	512	488	1000 universitarios
Sternberg	50	51	101 adultos

La tabla 3 muestra una comparación por género, de los participantes en el



presente estudio con lo reportado por Sternberg (1990, 1998).

Tabla 4. Porcentajes en las dimensiones por género

	Dimensión Intimidad	Dimensión Pasión	Dimensión Compromiso
Hombres	55%	51%	23%
Mujeres	45%	49%	77%
Totales	100%	100%	100%

La tabla 4, muestra los porcentajes de las dimensiones, siendo la más alta la dimensión de la *intimidad* en los hombres, en comparación con las otras dos dimensiones y superando a las mujeres dentro de la propia dimensión. La dimensión más baja en los hombres fue la de *compromiso*.

En las mujeres al contrario de los hombres, la dimensión más alta es la de *compromiso*, en comparación con las otras dos dimensiones y en comparación con los hombres, los superaron significativamente. Las dos dimensiones que salieron similares fueron la *pasión* y la *intimidad*, siendo en ambas inferiores a lo reportado por los hombres.

## DISCUSIÓN

La fiabilidad general de la Escala Triangular del Amor, reporta una buena consistencia interna, por lo que puede ser generalizada en su aplicación. En lo que respecta a las

fiabilidades por dimensiones resultaron confiables, sin embargo, surge la duda sobre el equilibrio en los ítems originales de la Escala, por lo que se recomendaría, volver a pilotear la Escala original y hacer un análisis estadístico más profundo para modificar los reactivos sin quitarlos.

Con frecuencia se considera que los sentimientos de las personas implicadas en las relaciones amorosas son el único ingrediente necesario para el buen funcionamiento de las mismas. Sin embargo, su desarrollo se ve afectado por un considerable número de aspectos cuyas combinaciones son de gran interés teórico y práctico. Los hipotéticos triángulos que forman la *intimidad*, la *pasión* y el *compromiso* a *nivel real, percibido e ideal* ofrecen la posibilidad de abundar en la complejidad del amor.

Se logró el objetivo planteado, además de conocer qué dimensiones predominan en las relaciones de pareja en la muestra de estudiantes universitarios, donde los hombres prefieren la *intimidad* con *pasión* sin comprometerse, dejando en claro que los sentimientos de apoyo, de bienestar, de compañerismo, no son importantes para esta muestra puesto que prefieren la *intimidad* con su pareja y las relaciones sexuales sin *compromiso* alguno (Bacharan y Simonnet, 2005; Fisher, 2004, 2005; Sánchez Aragón, 2004; Yela, 2000).





En cambio las mujeres prefieren el compromiso, el amor romántico con menos pasión y sin tanta intimidad, porque actualmente el número de estudiantes mujeres universitarias que se embaraza se ha ido incrementando, por lo que se sugieren programas de prevención del embarazo, sexo controlado y paternidad responsable. Las mujeres buscan la estabilidad emocional a través del *compromiso* del hombre (Sánchez, Aragón y Retana Franco, 2005) para no llegar a un enamoramiento enfermizo provocado por los desaires, el desapego, desvalorización y humillación que recibe la mujer que se entrega (Cupach y Spitzberg, 1998; Sperling y Berman, 1991), además de la pérdida de la estabilidad emocional provocada por la falta de percepción del hombre o la falta de comunicación de expresiones de amor que necesita escuchar de su pareja (Graciano y Musser, 1982; Snyder, Tanke y Berscheid, 1977; Young, 2000).

Además al comparar los resultados de la presente investigación con la realizada en Estados Unidos y Canadá, los hombres estadounidenses y canadienses muestran tener un amor que se rige por la intimidad y el compromiso, mostrando un amor que va mas allá de la atracción física y el sexo; en cambio los estudiantes universitarios veracruzanos, se rigen por el amor donde prevalece la intimidad y la pasión, sin el compromiso que pueda traer alguna consecuencia de sus

conductas amorosas, como el embarazo de su pareja; además, otorgan al contacto físico/sexual mayor importancia que la relación emocional. La diferencia cultural muestra dos formas diferentes de relacionarse amorosamente.

A diferencia del estudio que realizó Sternberg con parejas, edades que llegaban hasta los 71 años, la muestra universitaria estuvo compuesta de solteros en un rango de edad de 19 a 31 años, pero se coincidió en la fiabilidad de la dimensión de intimidad donde fue similar a lo reportado por Sternberg (1990, 1998). Tampoco se utilizaron otros instrumentos paralelos, únicamente fue empleada la Escala Triangular del Amor de Sternberg.

El fenómeno del enamoramiento es necesario investigarlo a mayor profundidad siendo un proceso importante tanto para la salud emocional de las parejas como para su realización como personas, enfatizando que la comunicación en la pareja es sumamente importante por el impacto psicológico que deja en hombres y mujeres, para el logro de la satisfacción marital.

## REFERENCIAS

- Bacharan, N. y Simonnet, D. (2005). *El amor explicado a nuestros hijos*. España: Debolsillo
- Cupach, W.R. & Spitzberg, B.H.(1998). Obsessive relational intrusión and stalking. In B.H. Spitzberg & W.R. Cupach (Eds.). *The dark side of close relationships*.



- Mahwah, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates
- Fisher, H. (2004). *Por qué amamos. Naturaleza y química del amor romántico*. México: Taurus
- Fisher, H.(2005). *Por qué amamos*. España: Taurus
- Graciano W.G. & Musser, L.M. (1982). The joining and parting of the ways. In Duck, S. (1982). *Personal Relationships, 4: dissolving personal relationships* ( pp. 75-106). London: Sage
- Hernández, S.R., Fernández, C.C. y Baptista, L.P.(2006). *Metodología de la investigación*. Capítulo 3. México: McGraw Hill
- Jankowiak, W. & Fisher, E. (1992). A cross-cultural perspective on romantic love. *Ethos*. 31, 149-155
- Rubin, Z. (1973). *Liking and loving: an invitation to social psychology*. New York: Holt, Rinehart and Winston
- Sánchez Aragón, R. (2004). *Salud mental y violencia en la pareja: efectos positivos y negativos de la pasión*. II Informe no publicado del Proyecto CONACYT 40621
- Sánchez, Aragón, R. y Retana Franco, B. (2005, septiembre). *Expectativas y Percepción de Estabilidad en las Relaciones Amorosas*. Ponencia presentada en III Congreso Mexicano de Relaciones Personales realizado en Acapulco-Guerrero.
- Snyder, M., Tanke, E. & Berscheid, E. (1977). Social perception and interpersonal behavior: on the self fulfilling nature of social stereotypes. *Journal of Social and Personal Relationships*, 35, 337-348
- Sperling, M. & Berman, W. (1991). An attachment classification of desperate love. *Journal of Personality Assessment*, 56 (1), 45-55
- Sternberg, R. (1986). Triangular theory of love. *Psychological Review*, 93 (2), 119-135
- Sternberg, R. (1990). *El triángulo del amor, intimidad, pasión, compromiso*. México: Paidós
- Sternberg, R. (1998). *Love is a History*. USA: Oxford University Press
- Sternberg, R. J. y Barnes, M. L. (1985). Real and ideal others in romantic relationships: is four a crowd?. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49, 6, 1586-1608.
- Yela, C. (2000). *El amor desde la psicología social; ni tan libres, ni tan racionales*. Madrid: Pirámide
- Young, M. (2000). Sexual satisfaction among married woman. *American Journal of Health Studies*. Spring