

## 5.3: Cómo se desarrollan las familias

Nuestras familias nos son tan familiares que a veces podemos dar por sentado la idea de que las familias se desarrollan con el tiempo. Las **familias nucleares**, esas unidades centrales de padres e hijos, no aparecen de la noche a la mañana. Los padres se encuentran, se cortejan o salen con alguien, y toman la decisión de tener hijos. Incluso entonces la familia no deja de cambiar. Los niños crecen y se van de casa y los roles cambian una vez más.

### Intimidad

En un sentido psicológico, las familias comienzan con la intimidad. La necesidad de intimidad, o relaciones cercanas con otros, es universal. Buscamos relaciones cercanas y significativas a lo largo de nuestras vidas. La apariencia de nuestras relaciones íntimas adultas en realidad proviene de la infancia y nuestra relación con nuestro cuidador principal (históricamente nuestra madre), un proceso de desarrollo descrito por la **teoría del apego**. Según la teoría del apego, los diferentes estilos de cuidado dan como resultado, diferentes “apegos” de relación. Por ejemplo, las madres receptivas, madres que calman a sus bebés que lloran, producen bebés que tienen **apegos seguros** (Ainsworth, 1973; Bowlby, 1969). (AGREGAR ENLACE AL VIDEO) Alrededor del 60% de todos los niños sienten apego de forma segura. Como adultos, las personas seguras confían en sus modelos de funcionamiento, conceptos de cómo funcionan las relaciones, que fueron creados en la infancia, como resultado de sus interacciones con su cuidador principal (la madre), para fomentar relaciones íntimas adultas felices y saludables. Los adultos apegados de forma segura se sienten cómodos dependiendo de los demás y dependiendo de ellos.



Figura 5.3: Según la teoría del apego, el tipo de atención que recibimos cuando somos niños podrá tener una influencia significativa en las relaciones íntimas que tenemos como adultos.<sup>[1]</sup>


Como puede imaginar, los padres inconsistentes o despectivos también afectan el estilo de apego de sus bebés (Ainsworth, 1973), pero de una forma diferente. En los primeros estudios sobre el estilo de apego, se observó a los bebés interactuando con sus cuidadores, luego separados y finalmente reunidos. Alrededor del 20% de los niños observados eran “resistentes”, lo que significa que estaban ansiosos incluso antes, y especialmente durante la separación; y el 20% fueron “evasivos”, lo que significa que evitaron activamente a su cuidador después de la separación (es decir, ignorando a la madre cuando se reunieron). Estos patrones de apego en la infancia pueden afectar la forma en que las personas se relacionan entre sí en la edad adulta. Los adultos **ansiosos** se preocupan de que otros no los amen, y a menudo se sienten frustrados o enojados cuando sus necesidades no se satisfacen. Parece que los adultos **evitativos** no se preocupan demasiado por sus relaciones íntimas y se sienten incómodos al depender de ellos mismos o depender de otros.

Tabla 5.1 - Apego en la infancia e intimidad del adulto

Patrón de Apego	Descripción
Seguro	“Me resulta relativamente fácil acercarme a los demás y me siento cómodo dependiendo de ellos y que ellos dependan de mí. A menudo no me preocupa que me abandonen o que alguien se acerque demasiado a mí.”

Patrón de Apego	Descripción
<b>Ansioso-Evitativo</b>	“Me siento algo cómodo estando cerca de los demás; Me resulta difícil confiar en ellos por completo, es difícil permitirme depender de ellos. Estoy nervioso cuando alguien se acerca demasiado y, a menudo, las parejas amorosas quieren que sea más íntimo de lo que me siento cómodo.”
<b>Ansioso-Resistente</b>	“Me parece que otros son reacios a acercarse tanto como me gustaría. A menudo me preocupa que mi pareja realmente no me quiera o no quiera quedarse conmigo. Quiero fusionarme completamente con otra persona, y este deseo a veces asusta a la gente.”

La buena noticia es que nuestro apego se puede cambiar. No es fácil, pero cualquiera puede "recuperar" un apego seguro. Este proceso a menudo requiere la ayuda de otra persona confiable y de apoyo, para que la persona insegura logre [coherencia](#) y de que se dé cuenta de que su educación no es un reflejo permanente del carácter o un reflejo del mundo en general, ni lo impide que sea digno de amor o que otros sean dignos de confianza ([Treboux, Crowell, & Waters, 2004](#)).



**¡Hora de repaso!**

Según el cuadro anterior, ¿en qué categoría te encuentras actualmente? ¿Estuviste siempre en este nivel? ¿Qué relaciones en tu vida influyeron donde estás ahora? ¿Cómo influye la etapa en la que te encuentras en otros con quienes interactúas?

## Citas, cortejo y convivencia

Una diferencia importante en la forma en que las personas encuentran un compañero en estos días es la forma en que usamos la tecnología para expandir y restringir el [mercado matrimonial](#), el proceso por el cual las parejas potenciales comparan los activos y los pasivos de los candidatos disponibles y eligen la mejor opción ([Benokraitis, 2015](#)). Comparar el matrimonio con un mercado puede parecer poco romántico, pero piense en ello como una forma de ilustrar cómo las personas buscan cualidades atractivas en una pareja. La tecnología moderna nos ha permitido expandir nuestro "mercado" al permitirnos buscar parejas potenciales en todo el mundo, a diferencia de los días en que la gente dependía principalmente de los grupos de citas locales. La tecnología también nos permite filtrar los candidatos no deseados (aunque disponibles) desde el principio, en función de factores como intereses compartidos, edad y otras características.

El uso de filtros para encontrar la pareja más deseable es una práctica común, lo que hace que las personas se casen con otras personas muy similares a ellos, un concepto llamado [homogamia](#); lo contrario se conoce como [heterogamia](#) ([Burgess & Wallin, 1943](#)). En su comparación de la homogamia educativa en 55 países, [Smits \(2003\)](#) encontró un fuerte apoyo para las personas con educación superior que se casan con otras personas con educación superior. Como tal, la educación parece ser un filtro fuerte que las personas usan para ayudarlas a seleccionar una pareja. Los filtros más comunes que utilizamos, o, dicho de otro modo, las características en las que nos centramos más en posibles parejas, son la edad, la raza, el estatus social y la religión ([Regan, 2008](#)). Otros filtros que utilizamos incluyen compatibilidad, atractivo físico (tendemos a elegir personas que son tan atractivas como nosotros) y proximidad (por razones prácticas, a menudo elegimos personas cercanas a nosotros) ([Klenke-Hamel & Janda, 1980](#)).

En muchos países, la tecnología se usa cada vez más para ayudar a las personas solteras a encontrarse, y esto puede ser especialmente cierto para los adultos mayores que están divorciados o enviudan, ya que hay pocas actividades estructuradas socialmente para solteros mayores. Por ejemplo, las personas más jóvenes en la escuela generalmente están rodeadas de muchos posibles compañeros de citas de una edad y antecedentes similares. A medida que envejecemos, esto es menos cierto, ya que nos enfocamos en nuestras carreras y nos encontramos rodeados de compañeros de trabajo de diferentes edades, estados civiles y antecedentes.



Figura 5.4: En algunos países, muchas personas están unidas y comprometidas al matrimonio a través de arreglos realizados por padres o agentes profesionales de matrimonio.<sup>[2]</sup>

En algunas culturas, sin embargo, no es raro que las familias de los jóvenes hagan el trabajo de encontrar una pareja para ellos. Por ejemplo, en el Mercado de Matrimonios de Shanghai se dirigen al Parque del Pueblo en Shanghai, China, un lugar donde los padres de adultos solteros se reúnen los fines de semana para intercambiar información sobre sus hijos en un intento de encontrarles cónyuges adecuados (Bolsover, 2011). En India, el mercado matrimonial hace uso de los intermediarios matrimoniales u oficinas matrimoniales para emparejar solteros aptos (Trivedi, 2013). Para muchos occidentales, la idea del matrimonio arreglado puede parecer desconcertante. Puede parecer que elimina el romance de la ecuación y viola los valores sobre la libertad personal. Por otro lado, algunas personas a favor del matrimonio arreglado argumentan que los padres pueden tomar decisiones más maduras que los jóvenes.

Si bien tales intrusiones pueden parecer inapropiadas en función de su educación, para muchas personas del mundo se espera e incluso se agradece dicha ayuda. En la India, por ejemplo, "los matrimonios arreglados por los padres se prefieren en gran medida a otras formas de elección matrimonial" (Ramsheena & Gundemeda, 2015, p. 138). Por supuesto, la casta religiosa y social de uno juega un papel en determinar cuán involucrada puede estar la familia.

En cuanto a otros cambios notables en la actitud observados en todo el mundo, se ha documentado un aumento en la convivencia. La convivencia se define como un acuerdo en el que dos personas viven juntas románticamente, aunque no estén casadas (Prinz, 1995). La convivencia es común en muchos países: las naciones escandinavas de Islandia, Suecia y Noruega informan los porcentajes más altos, y los países más tradicionales como India, China y Japón informan porcentajes bajos (DeRose, 2011). En los países donde la convivencia es cada vez más común, se ha especulado sobre si la convivencia es ahora parte de la progresión natural del desarrollo de las relaciones románticas: citas y cortejo, luego convivencia, compromiso y finalmente el matrimonio. Sin embargo, si bien muchos acuerdos de convivencia conducen finalmente al matrimonio, muchos no lo hacen.

## Compromiso y matrimonio

La mayoría de las personas se casarán en su vida. En la mayoría de los países, el 80% de los hombres y las mujeres se han casado a la edad de 49 años (Naciones Unidas, 2013). A pesar de lo común que sigue siendo el matrimonio, este ha experimentado algunos cambios interesantes en los últimos tiempos. En todo el mundo, las personas tienden a casarse más tarde en la vida o, cada vez más, otras no lo hacen en absoluto. Las personas en los países más desarrollados (por ejemplo, Europa nórdica y occidental), por ejemplo, se casan más tarde en la vida, a una edad promedio de 30 años. Esto es muy diferente, por ejemplo, al país económicamente en desarrollo de Afganistán, que tiene una de las estadísticas más bajas de edad promedio para el matrimonio, con 20,2 años (Naciones Unidas, 2013). Otro cambio visto en todo el mundo es una brecha de género en términos de edad cuando las personas se casan. En todos los países, los hombres se casan más tarde que las mujeres. Desde la década de 1970, la edad promedio de matrimonio de las mujeres ha aumentado de 21.8 a 24.7 años. Los hombres han visto un aumento similar en la edad en el primer matrimonio.



Figura 5.5: Si bien el matrimonio es común en todas las culturas, los detalles del "Cómo" y "Cuándo" a menudo son bastante diferentes. Ahora, el "Quién" del matrimonio está experimentando un cambio importante a medida que las leyes se actualizan en un número creciente de países y estados para dar a las parejas del mismo sexo los mismos derechos y beneficios a través del matrimonio similar al de las parejas heterosexuales.<sup>[3]</sup>

Como se ilustra, el proceso de cortejo puede variar mucho en todo el mundo. Ocurre igual con un [compromiso](#): un acuerdo formal para casarse. Algunas de estas diferencias son pequeñas, como en qué mano se usa un anillo de compromiso. En muchos países se usa en mano la izquierda, pero en Rusia, Alemania, Noruega e India, las mujeres usan su anillo en la mano derecha. También hay diferencias más evidentes, como quién hace la propuesta. En India y Pakistán, no es raro que la familia del novio le proponga matrimonio a la familia de la novia, con poca o ninguna participación de los propios novios. En la mayoría de los países industrializados occidentales, es tradicional que el hombre proponga a la mujer.

#### ¡Hora de repaso!

¿Qué tipos de tradiciones, prácticas y rituales de compromiso son comunes de dónde vienes? ¿Cómo están cambiando?

Matthews y Hamilton comparten que "las familias que eligen renunciar a tener hijos se conocen como familias libres de hijos, mientras que las familias que quieren, pero no pueden concebir se denominan familias sin hijos". ¿Qué piensas sobre los términos "libre de hijos" y "sin hijos"?

### ¿Hijos?

¿Quieres tener hijos? ¿Ya tienes hijos? Cada vez más, las familias posponen tener hijos o no los tienen. Las familias que eligen renunciar a tener hijos se conocen como familias [libres de hijos](#), mientras que las familias que quieren, pero no pueden concebir se denominan [familias sin hijos](#). A medida que más jóvenes siguen su educación y carrera, la edad en el primer matrimonio ha aumentado; Del mismo modo, también lo ha hecho la edad en que las personas se convierten en padres. La edad promedio de las madres primerizas es de 25 años en los Estados Unidos (en comparación con 21 años en 1970), 29.4 en Suiza y 29.2 en Japón ([Matthews & Hamilton, 2014](#)).

La decisión de convertirse en padre o madre no debe tomarse a la ligera. Hay aspectos positivos y negativos asociados con la crianza de los hijos que deben considerarse. Muchos padres informan que tener hijos aumenta su bienestar ([White & Dolan, 2009](#)). Los investigadores también han descubierto que los padres, en comparación con sus contemporáneos que no son padres, son más positivos sobre sus vidas ([Nelson, Kushlev, English, Dunn, & Lyubomirsky, 2013](#)). Por otro lado, los investigadores también han descubierto que los padres, en comparación con los que no lo son, tienen más probabilidades de estar deprimidos, informan niveles más bajos de calidad marital y sienten que su relación con su pareja es más formal que íntima ([Walker, 2011](#)).

Si te conviertes en padre, tu estilo de crianza, que se analiza en el próximo capítulo, afectará el éxito futuro de tu hijo en las relaciones románticas y de crianza.

[1] [Imagen](#) por [Muriel HEARD-COLLIER](#) licencia bajo [CC BY-NC-ND 2.0](#)

[2] La [imagen](#) de [\[Ananabanana\]](#) tiene licencia [CC BY-NC-SA 2.0](#)

[3] [Imagen](#) por [Bart Vis](#) licencia bajo [CC BY 2.0](#)