El desafío del rechazo: Cómo el amor no correspondido moldea a los adolescentes

Isabella Lozano Trujillo

Nisi Alejandra Castaño

Juan Pablo Rojas

Paulina Varona

Facultad de Ciencias Humanas, Universidad Icesi

Psicología

Profesora. Alejandra Ordoñez

12 de Septiembre del 2024

**PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN**

¿De qué manera el amor no correspondido impacta el desarrollo personal y emocional de los adolescentes universitarios entre los 17 y 22 años?

**ANTECEDENTES**

Para la correcta recolección de información y de datos pertinentes para la investigación, se hizo una profunda investigación y revisión bibliográfica. En esta se pretendía buscar investigaciones que estuvieran relacionadas con el amor no correspondido y sus impactos en la adolescencia. Ahora bien, los criterios utilizados para la búsqueda se enfocaron en tres aspectos fundamentales: En primer lugar, el año de publicación, pues, se pretendía tener un amplio margen de años, para de esta forma observar si se presentaban cambios en los mismos. En segundo lugar, la calidad de la investigación, esto se tuvo en cuenta, pues debido al contexto de la presente investigación (universitario - académico), las investigaciones debían ser publicadas en revistas de esta misma índole (divulgación científica -académica). Y, en tercer lugar, que abarcaran la temática escogida. Para esto, se utilizaron determinados términos de búsqueda, aquí algunos de ellos: “Amor no correspondido y adolescentes”, “Adolescentes y desamor”, “Implicaciones del amor no correspondido”. Esto se hizo en fuentes y bases de datos especializadas, estas fueron google académico, Dialnet y SciELO.

Después de hacer las respectivas búsquedas, se encontraron 12 investigaciones, las cuales tenían una temporalidad de entre el año 2000 hasta el 2024. Los documentos investigativos fueron elaborados desde múltiples disciplinas: 8 artículos en psicología, 2 artículos de educación y 1 artículo en antropología y sociología respectivamente; como se puede evidenciar, todas comparten la característica de hacer parte de las ciencias sociales. De igual manera, de estas 12 investigaciones, 10 fueron artículos de investigación y 2 del artículo de revista. Ahora bien, en cuanto a los métodos usados, la mayoría de las investigaciones (8) tuvieron un enfoque cualitativo, mientras que únicamente 4 fueron cuantitativas. Esto entre otras cosas, permite evidenciar que el tema del amor no correspondido y sus implicaciones ha sido mayoritariamente abordado por las ciencias sociales y desde un enfoque cualitativo. Es decir, fueron investigaciones que en general se enfocan en la interpretación de datos no numéricos, buscando explorar experiencias, significados, y perspectivas desde una perspectiva más profunda.

En cuanto a la información recopilada en las investigaciones, se encontraron diversos aspectos que permitieron la división de las mismas en dos categorías: Por una parte, se evidenciaron investigaciones que se centraban en las **creencias del amor romántico**, estos documentos se caracterizaron por mostrar cómo varían las creencias a lo largo de la vida respecto al amor y el desamor, esto teniendo en cuenta aspectos sociodemográficos (género, edad e historia de vida). Un ejemplo de lo anterior fue lo evidenciado por Enrique Bonilla y Esther Rivas (2021) en la discusión de su investigación**:**

Los hombres muestran que, aunque valoran la importancia del amor en sus vidas, su felicidad no depende de la tenencia de pareja. Por otro lado, una parte de las mujeres, aseguraron que tener una relación íntima es un requisito indispensable para alcanzar la felicidad. (Bonilla y Algovia, 2021, p.252)**.**

De igual manera, esta categoría abarcaba distintas definiciones que han dado diversos autores sobre la cuestión de ¿Qué es el amor? Esto se puede evidenciar en lo mencionado por Raymond Bergner, así: “El amor romántico, entonces, es paradigmáticamente una relación en la que dos personas se otorgan mutuamente un lugar de enorme honor, valor y centralidad en sus mundos”. (Bergner, 2000, p.5).

Por otra parte, se evidenciaron investigaciones que se centraban en las **consecuencias del amor romántico**, dentro de esta categoría se aprecian tres temáticas principales, por un lado está la importancia que se le da a la dependencia emocional como una consecuencia del amor no correspondido, ya que, se plantea esta como el estado en el cual un individuo es susceptible a sentimientos como celos, posesión, miedo. Otra temática importante sería, los cambios comportamentales, aquí se destacó las implicaciones neurológicas que nacen como resultado del amor no correspondido, seguidamente, en una de las investigaciones se comparó a nivel neurológico las adicciones y el amor romántico, poniendo estos dos como iguales, se mencionó en este que “Todas las formas de abuso de sustancias, incluyendo alcohol, (...) y tabaco activan las vías de recompensa, al igual que comportamientos adictivos. Las consecuencias anteriormente mencionadas se activan hombres y mujeres que están felizmente enamorados, incluyendo también a los rechazados” (Fisher. H., et al, 2016, p. 1). Por último, se habló acerca del duelo amoroso, esto haciendo referencia a el proceso o el dolor por el que pasan los adolescentes cuando son rechazados románticamente o en su defecto pierden un objeto amoroso, así mismo, se señala que el duele tiene como origen el otro que ha dejado de amar y ha traicionado lo que se tenía depositado en el.

Ahora bien, también hay que tener en cuenta que los estudios utilizados en este artículo pueden tener ciertas debilidades en lo que respecta a la investigación que se quiere hacer. Una debilidad bastante notable es que esta temática ha sido muy poco investigada por fuera de la disciplina psicológica, que a pesar de ser una rama que puede construir mucho frente a este tema, también sería importante que se analice desde la perspectiva de otras competencias, como la antropología, sociología, etc. De igual manera también se puede denotar la falta de investigaciones situadas en un contexto cultural, ya que, de todas las que se tienen solo una muestra énfasis en una comunidad, esto, puede llevar a que no se tomen en cuenta ciertas características contextuales tanto en el ámbito emocional como comportamental a la hora de sobrellevar el amor no correspondido.

A pesar de lo anterior, las investigaciones aportan un recorrido conceptual bastante constructivo, ya que, estas muestran diferentes factores que se deben de tener en cuenta a la hora de hablar del amor no correspondido como “dependencia interpersonal”, “adicción natural”, “duelo”, además de esto los artículos exponen tanto consecuencias como cambios comportamentales variados y muy bien explicados, dando así también una base fuerte, frente a el análisis de las consecuencias que el amor no correspondido puede traer. Cabe recalcar, que a pesar de que las investigaciones logran su cometido a cabalidad, hay ciertas áreas aún no han sido muy exploradas. En primer lugar, de acuerdo a lo mencionado en las debilidades, se nota una laguna bastante grande en la contextualización cultural en esta problemática a la hora de su estudio. De la misma manera otro espacio que no ha sido lo suficientemente explorado, es de la manera en la cual el amor no correspondido en la adolescencia puede afectar el desarrollo mental o emocional en el adulto, pudiendo así, analizar las consecuencias no inmediatas, sino, situadas en el futuro.

**PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

El tema del amor ha sido profundamente investigado a lo largo de la historia de la humanidad, debido a su importancia universal y su intrínseca relación con la vida humana. Desde los primeros relatos mitológicos, como el cuento de Eros y Psique en la antigua Grecia, hasta las elaboraciones filosóficas de pensadores como Platón, Sócrates y Aristóteles, el amor ha sido un objeto de fascinación constante. Sin embargo, su significado ha variado a lo largo del tiempo, influenciado por los cambios políticos, sociales y económicos que han definido cada época histórica. Así, el amor ha sido conceptualizado tanto desde perspectivas biológicas como sociales, abriendo debates sobre si se trata de una emoción innata o una construcción cultural. Estos enfoques han permitido una amplia comprensión de sus distintas manifestaciones y significados.

No obstante, mientras el amor recíproco ha captado la mayor parte de la atención académica y cultural, el amor no correspondido ha quedado ubicado en un segundo plano en términos de investigación científica y filosófica. Aunque en la vida cotidiana este fenómeno es una experiencia común, especialmente durante la adolescencia, no ha recibido el mismo nivel de análisis. El amor no correspondido genera profundas implicaciones psicológicas y emocionales, y su impacto puede ser especialmente relevante durante la adolescencia, una etapa clave en la formación de la identidad emocional y social de los individuos.

En esta etapa, el amor no correspondido puede actuar como un factor determinante en el desarrollo socioemocional de los adolescentes, afectando su autoestima, su capacidad de establecer relaciones afectivas futuras y su bienestar general. Según Zambrano et al. (2024), el amor no correspondido puede oscilar desde un deseo inocente y pasajero hasta convertirse en una obsesión patológica que afecta negativamente la estabilidad psicológica de quienes lo experimentan. Para quienes son objeto de este tipo de afecto, también pueden generarse sentimientos de culpa, enojo e incomodidad, lo que evidencia que sus efectos no se limitan únicamente a quien experimenta el rechazo.

Además, las expectativas sociales y culturales alrededor del amor romántico, especialmente las idealizadas en el contexto del noviazgo adolescente, intensifican las emociones vinculadas al amor no correspondido. La sociedad tiende a promover la idea del amor como una experiencia perfecta y recíproca, particularmente en los jóvenes, reforzando la creencia de que las relaciones románticas deberían ser intensas, apasionadas y correspondidas en igual medida. Cuando estas expectativas no se cumplen, los adolescentes pueden experimentar desilusión, frustración y un profundo sentido de fracaso personal. La literatura sugiere que estas decepciones pueden tener un impacto duradero en la forma en que los adolescentes ven las relaciones en el futuro y en cómo se relacionan consigo mismos y con los demás.

Este estudio, por tanto, pretende explorar las implicaciones del amor no correspondido en la adolescencia, un tema que ha sido relativamente descuidado en comparación con el enfoque en el amor recíproco y las relaciones románticas saludables. Al centrarnos en este fenómeno desde una perspectiva psicológica y social, buscamos comprender cómo las creencias y expectativas sobre el amor influyen en la experiencia del rechazo amoroso, y cómo este impacto puede variar en función del contexto cultural y las características individuales de cada adolescente. Además, analizaremos cómo estas experiencias influyen en el desarrollo emocional, cognitivo y conductual de los adolescentes, considerando aspectos como la dependencia emocional, los cambios en el comportamiento y las fases del duelo asociadas con la pérdida de una expectativa amorosa.

Este enfoque interdisciplinario nos permitirá entender con mayor profundidad cómo el amor no correspondido afecta no solo el bienestar emocional de los adolescentes, sino también su capacidad de construir relaciones saludables en el futuro. De esta forma, la investigación contribuirá a enriquecer el conocimiento existente en el ámbito de la psicología, proporcionando nuevas perspectivas y abriendo el camino para futuras investigaciones que exploren el complejo tejido emocional y social que caracteriza al amor no correspondido en la adolescencia.

**OBJETIVO GENERAL**

Analizar el impactodel amor no correspondido en el desarrollo personal y emocional de adolescentes universitarios de entre 17 y 22 años.

**OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

* Conocer las experiencias de amor no correspondido que han vivido los estudiantes universitarios de entre 17 y 22 años.
* Analizar las implicaciones emocionales o subjetivas que experimentan los adolescentes universitarios al enfrentar un amor no correspondido
* Comprender cómo el amor no correspondido impacta en el desarrollo socioemocional de los adolescentes universitarios.

**REFERENTES CONCEPTUALES**

En el contexto de esta investigación, es fundamental comprender cómo el amor no correspondido afecta el desarrollo emocional y social de los adolescentes. El amor no correspondido se presenta como una experiencia dolorosa que implica una desigualdad entre los sentimientos de una persona hacia otra, genera un profundo impacto psicológico. Este tipo de amor, aunque no necesariamente significa la ausencia de relación entre ambas personas, destaca por la falta de reciprocidad en los sentimientos, lo que desencadena una serie de consecuencias emocionales en los jóvenes, en particular durante la adolescencia, una etapa crucial de su desarrollo.

Cuando un adolescente experimenta amor no correspondido, puede enfrentarse a sentimientos intensos de dependencia emocional, como celos, posesión y miedo, lo que puede tener efectos en su bienestar mental. Investigaciones han mostrado que el rechazo romántico puede desencadenar cambios comportamentales e incluso reacciones neurológicas similares a las que se observan en personas con adicciones. Además, el duelo amoroso, es decir, el proceso emocional que atraviesan los adolescentes al ser rechazados puede dejar una huella significativa, afectando no solo el presente, sino también su desarrollo emocional a largo plazo, con posibles repercusiones en su vida adulta.

El desarrollo emocional es de gran importancia en lo que respecta al tema del amor no correspondido , pues es la clave de la comprensión y gestión de las emociones a lo largo de la vida. En la adolescencia, etapa en la que las emociones son intensas y complejas, los jóvenes aprenden a regular y expresar lo que sienten. En el caso de este tipo de amor, el desarrollo emocional se pone a prueba, ya que los adolescentes deben enfrentarse a sentimientos de rechazo, tristeza y frustración. Esta experiencia puede influir en su capacidad para regular emociones futuras y enfrentar desafíos emocionales con resiliencia. El manejo adecuado de estas emociones durante la adolescencia es crucial para el bienestar emocional en la vida adulta.

Adicionalmente, el desarrollo social juega un papel muy importante. Hace referencia a la adquisición de habilidades y comportamientos necesarios para interactuar de manera efectiva dentro de la sociedad. A lo largo de la adolescencia, esta etapa se vuelve particularmente importante, pues es cuando los individuos empiezan a establecer relaciones interpersonales más complejas, como las relaciones románticas. En el contexto del amor no correspondido, el desarrollo social puede verse afectado por cómo los adolescentes manejan el rechazo, lo que puede influir en sus futuras interacciones y en su capacidad para formar relaciones saludables. Las experiencias de rechazo o desamor pueden llevar a cambios en la manera en que los jóvenes se relacionan con los demás, afectando su confianza y su capacidad para establecer lazos sociales fuertes.

**MÉTODO**

Para la elección del enfoque y el diseño de la investigación, se realizó una exhaustiva revisión y comparación de los diferentes enfoques (como estudio de caso, fenomenológico, teoría fundamentada, etnografía, etc.), considerando las características y especificaciones que implica el tema escogido. Teniendo esto en cuenta, el diseño más pertinente, y el elegido, fue el cualitativo desde una aproximación etnográficaetnográfico. Esto se debe a que la investigación busca conocer las experiencias (subjetivas) relacionadas con el impacto del dolor del amor no correspondido. Para esto, este enfoque es adecuado porque permite captar creencias, significados y prácticas que podrían pasar desapercibidos en otros métodos de investigación. Además, brinda una comprensión más rica y matizada de las experiencias y comportamientos de los participantes, lo que contribuye a la respuesta de los objetivos y la pregunta de investigación.

Los instrumentos elegidos para la investigación fueron la entrevista semiestructuradasy el grupo focal. Aunque esta combinación no suele ser común, ofrece la oportunidad de obtener resultados más profundos y, por lo tanto, realizar un análisis más exhaustivo. Por un lado, se eligió el grupo focal porque permite la generación de debates y discusiones que aportan nuevas perspectivas, enriqueciendo el tema y abriendo la posibilidad de crear nuevas hipótesis. Además, facilita la identificación de temas comunes y patrones que no serían tan evidentes en entrevistas individuales. Por otro lado, se seleccionó la entrevista semiestructurada para ahondar en las experiencias más íntimas y personales de los participantes; dada su naturaleza conversacional, este instrumento fomenta una relación de confianza y comodidad entre el entrevistador y el participante, lo que puede resultar en respuestas más sinceras y abiertas. De este modo, mediante la combinación de estos dos instrumentos, se logrará una mayor confiabilidad en los resultados.

En cuanto a la selección de los participantes, se optó por el muestreo intencional (muestreo por conveniencia o no probabilístico), lo que implica elegir a los participantes de manera deliberada en función de sus características específicas. En este caso, el criterio de selección fue: adolescentes universitarios de entre 17 y 22 años que hayan experimentado un amor no correspondido. La muestra estuvo compuesta por 6 participantes, tanto para el grupo focal como para las entrevistas. Es importante aclarar que esta muestra es suficiente para obtener la información necesaria, ya que el objetivo es lograr una comprensión profunda de las experiencias de los participantes; y en este sentido, la calidad y profundidad de los datos es el criterio empleado.

Ahora bien, respecto al procedimiento, se citó a los participantes en una sala de estudio de la universidad a la que asisten (seleccionada por su comodidad y la familiaridad con los estudiantes). Se les leyó y explicó detenidamente el consentimiento informado, destacando el compromiso con la confidencialidad y el anonimato. Se les solicitó permiso para grabar el audio de las sesiones (tanto del grupo focal como de las entrevistas) Y se indicó que la duración no excedería los 40 minutos y que podían retirarse en cualquier momento si lo deseaban.

**MODELO DE ANÁLISIS**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Objetivo 1**  Conocer las experiencias de amor no correspondido que han vivido los estudiantes universitarios. | **Categoría de análisis**  **Experiencias de amor no correspondido:** Recopilar la manera en la cual los adolescentes experimentaron un amor no recíproco hacia otra persona. | **Técnicas:** Entrevistas/grupo focal  **Fuentes:** estudiantes de la universidad Icesi |
| **Objetivo 2**  Analizar las implicaciones emocionales o subjetivas que experimentan los adolescentes universitarios al enfrentar un amor no correspondido | **Categoría de análisis**  **Implicaciones emocionales o subjetivas:** Afectaciones del amor no correspondido a nivel emocional y subjetivo  **Subcategorías**  **Emocional:** cómo se ven afectadas sus emociones  **Subjetivo:** Cómo se ve afectada su vivencia individual | **Técnicas:** Entrevistas/grupo focal  **Fuentes:** Estudiantes de la universidad Icesi |
| **Objetivo 3**  Comprender cómo el amor no correspondido impacta en el desarrollo socio-emocional de los adolescentes universitarios. | **Categoría de análisis**  **Impacto en el desarrollo socio-emocional:**  Consecuencias del amor no correspondido en las relaciones emocionales | **Técnicas:** Entrevistas/grupo focal  **Fuentes:**  Estudiantes de la universidad Icesi |

**DESCRIPCIÓN CATEGORÍAS DE ANÁLISIS**

Para este se han propuesto tres categorías de análisis diferentes, en primer lugar, está la categoría Experiencias de amor no correspondido. Esta categoría va a centrarse en la recopilación de las experiencias personales que los adolescentes manifiestan que han tenido frente al tema del amor no correspondido por medio de las entrevistas y el grupo focal. De esta manera, estas experiencias se van a poder identificar cuando los sujetos expresan sus vivencias relacionadas con esto, por ejemplo, se podría esperar que mencionen cosas comocuánto tiempo esta situación estuvo vigente, de qué manera ocurrió la situación, cómo se desenvolvió en dicha experiencia, etc.

La siguiente categoría es Implicaciones emocionales o subjetivas esta busca hacer énfasis en las implicaciones que tuvo la experiencia emocional y subjetivamente, centrándose así en las consecuencias más personales que esto tuvo en ellos. Esta categoría se puede ver expresada cuando los sujetos manifiesten las afectaciones que esto tuvo en su relación con ellos mismos, un ejemplo de lo anterior se podría ver en afirmaciones como “me volví una persona más insegura”, “no quiero volver a enamorarme”, “estuve muy desanimado después de eso”. De esta manera se va a apreciar cómo este tipo de experiencias afectan de manera subjetiva a las personas.

Por último, se va a utilizar la categoría Impacto en el desarrollo socioemocional la cual se va a referir al impacto que tienen estas experiencias en la manera en la que los adolescentes crean lazos amorosos con un otro, esto refiriéndose más que todo a el impacto que tiene en la capacidad o disposición de entrar en una relación amorosa. Esto se puede ver expresado cuando los sujetos mencionen la manera en la cual han sido sus demás experiencias amorosas después de la situación de amor no correspondido, pudiendo apreciar esto en afirmaciones como “he tenido dificultades para iniciar una relación”, “no me siento preparado para conocer a otra persona”, “no siento que sea capaz de hacer que me amen”.

Nota: ¡Buen trabajo! 4,5.

**Bibliografía**

Sánchez Aragón, R. (2007). Significado psicológico del amor pasional: Lo claro y lo oscuro. Interamerican Journal of Psychology, 41(3), 391-402.

Galicia Moyeda, I. X., Sánchez Velasco, A., & Robles Ojeda, F. J. (2013). Relaciones entre estilos de amor y violencia en adolescentes. , 30(2), 211-235

Bonilla-Algovia, E. y Rivas-Rivero, E. (2021). Creencias sobre el amor romántico y las relaciones íntimas: implicaciones en jóvenes de la Comunidad de Madrid. Informes Psicológicos, 21(2), pp. 243-257<http://dx.doi.org/10.18566/infpsic.v21n2a15>

FisherHE, Xu X, AronA andBrown LL (2016) Intense, Passionate, Romantic Love: A Natural Addiction? How the Fields That Investigate Romance and Substance Abuse Can Inform Each Other. Front. Psychol. 7:687. doi: 10.3389/fpsyg.2016.00687

Raymond M. Bergner. (2000). Love and Barriers to Love: An analysis for Psychotherapists and others. *American Journal Of Psychotherapy*, *54*(1).