

¿El entorno digital evoca ciclos de ansiedad en las relaciones románticas?

27/06/2023

Desde el Centro de Investigación Mente, Cerebro y Comportamiento de la Universidad de Granada (UGR), un grupo de investigadoras integrantes del Laboratorio de Psicología Social y Género (<https://psygender-ugr.es/>) y miembros del grupo de Psicología de los Problemas Sociales (HUM-289), han llevado a cabo una investigación con el propósito de examinar algunos factores que podrían dirigir a la perpetración de ciberviolencia en la pareja entre la población joven.



Los resultados principales indicaron que las personas con alto apego ansioso a la pareja—caracterizadas por una necesidad constante de reciprocidad, cercanía e intimidad, así como por el miedo al abandono—, ejercen con mayor frecuencia comportamientos ciberabusivos en sus relaciones. Tales comportamientos incluyen conductas de cibercontrol, dirigidas a controlar y vigilar a la pareja a través de los medios digitales (e.g., controlar su paradero, acceder a sus cuentas personales o revisar su teléfono móvil sin su consentimiento) y manifestaciones explícitas de ciberagresión directa, cuya intencionalidad implica infligir daño (e.g., insultar a la pareja, amenazarla o humillarla a través de las tecnologías). Además, los hallazgos proporcionan una explicación plausible a la relación existente entre el apego ansioso y la perpetración de cibercontrol en la pareja. Concretamente, los resultados indicaron que las personas con apego ansioso realizan un mayor seguimiento electrónico de la pareja en redes sociales, es decir, tienden a chequear su actividad online en busca de información (e.g., prestan atención a las actualizaciones del perfil de la pareja, ven las fotos que publica, o leen los comentarios que ésta recibe por parte de otras personas usuarias).

Este hábito en el entorno online, más que aliviar las preocupaciones sobre la

relación, parece elicitar elevados niveles de celos románticos; esto es, pensamientos y sentimientos negativos de inseguridad que se experimentan como resultado de percibir una amenaza, real o imaginaria, a la relación sentimental. Por ejemplo, los y las jóvenes con apego ansioso a la pareja pueden sentir que su relación está siendo amenazada y, en consecuencia, experimentar celos cuando su pareja recibe comentarios alagadores de personas del sexo contrario en sus perfiles o cuando estiman que su pareja está coqueteando con personas externas a la relación. Estas tesituras que se gestan en las redes sociales parecen precipitar, a su vez, comportamientos de cibercontrol hacia la pareja (pero no de ciberagresión directa). En este sentido, el cibercontrol que ejercen los y las jóvenes con apego ansioso podría considerarse una estrategia de afrontamiento desadaptativa para gestionar las inseguridades sobre el estado de la relación, cuando chequean la actividad de sus parejas en redes sociales y experimentan celos románticos.

En conclusión, según los hallazgos obtenidos, el apego ansioso a la pareja es un factor de riesgo que precipita dinámicas disfuncionales y ciberviolencia en las relaciones, requiriendo, por tanto, una especial atención en la comprensión e intervención de la ciberviolencia en la pareja a edades tempranas.

Referencia completa:

Sánchez-Hernández, M. D., Herrera, M. C., & Expósito, F. (2023). Does the Digital Environment Evoke Anxiety Cycles in Romantic Relationships? The Roles of Social-Interpersonal and Individual Factors in Cyberdating Abuse Perpetration. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 1-18.
<https://doi.org/10.1080/10447318.2023.2204275>

Investigadora/es de contacto:

M. Dolores Sánchez-Hernández (@email)

M. Carmen Herrera (@email)

Francisca Expósito (@email)