

Análisis psicométrico de la Escala de Capacidad de Amar para adolescentes.

Trabajo Fin de Grado de Psicología

Cristina Navarro Viader

Tutorizado por María del Carmen Capote Morales

Curso Académico 2022/2023

Universidad de La Laguna

## RESUMEN

Este estudio pretende validar el cuestionario de Capacidad de amar de adultos (Cáceres, 2016) en adolescentes, para ello se realiza un análisis de la validez de la escala, un análisis factorial exploratorio y una validez convergente con la Escala de Autocompasión (Neff, 2014). Se calcula la fiabilidad mediante el coeficiente Alfa de Cronbach, el análisis factorial exploratorio mediante el método de rotación Varimax y para la validez convergente, una correlación de Pearson entre los dos cuestionarios. La muestra de 204 adolescentes, entre 12 y 16 años, 82 hombres y 119 mujeres, residentes en las Islas Canarias, cumplimentan el cuestionario vía telemática y en aula. Los resultados reflejan que la escala consta de tres factores (*deseo profundo de amar, apertura en la relación y aislamiento en la relación*) que explican el 46,3% de la varianza total, con una fiabilidad de 0,865 y con correlaciones significativas entre las escalas utilizadas para analizar la validez convergente. Se puede constatar que el cuestionario de Capacidad de amar es válido y fiable, proporcionando información relevante a la hora de comprender el desarrollo emocional en esta etapa y facilitar el diseño de programas de intervención.

## Palabras Clave

Adolescente, Autocompasión, Capacidad de Amar, Fiabilidad, Validez.

## ABSTRACT

This study aims to validate the Adult Capacity for Love questionnaire (Cáceres, 2016) in adolescents by analysing the validity of the scale, an exploratory factor analysis and convergent validity with the Self-Compassion Scale (Neff, 2014). Reliability was calculated using Cronbach's alpha coefficient, exploratory factor analysis using the Varimax rotation method and for convergent validity, a Pearson correlation between the two questionnaires. The sample of 204 adolescents between 12 and 16 years of age, 82 males and 119 females, resident in the Canary Islands, completed the questionnaire online and in the classroom. The results show that the scale consists of three factors (deep desire to love, openness in the relationship and isolation in the relationship) which explain 46.3% of the total variance, with a reliability of 0.865 and significant correlations between the scales used to analyse convergent validity. It can be confirmed that the Ability to Love questionnaire is valid

and reliable, providing relevant information for understanding emotional development at this stage and facilitating the design of intervention programmes.

Key Words

Adolescent, Self-compassion, Loving Capacity, Reliability, Validity.

## INTRODUCCIÓN

En la actualidad, se constata el incremento de conflictividad en las relaciones interpersonales y en la salud mental, manifestados en las relaciones de contexto familiar, social y laboral/escolar que presentan una carencia de afecto y amor, lo que implica la necesidad de desarrollar la capacidad de amar que se encuentra en el interior de las personas que, a su vez, se reflejan en los comportamientos expresados hacia estas relaciones.

Durante la etapa de la adolescencia se presenta una búsqueda de identidad, autonomía, resolución de conflictos emocionales, etc. En este período es esencial el desarrollo de hábitos sociales y emocionales que, a su vez, son importantes para el bienestar mental de los adolescentes, pudiéndose ver afectada por diversos factores como la calidad de vida familiar, las relaciones con sus compañeros y la presión social. Dentro de los trastornos emocionales, los más comunes en esta etapa evolutiva son el trastorno de ansiedad y depresión. Los datos indican que un 3,6% de adolescentes entre 10 y 14 años y un 4,6% entre 15 y 19 años presentan trastorno de ansiedad y el 1,1% entre 10 y 14 años y el 2,8% entre 15 y 19 años padecen depresión, esto causa una dificultad a la hora de asistir a la escuela, en el estudio y en la realización de las tareas, además favorece el aislamiento y soledad, lo que puede llevar al suicidio (OMS, 2021). Por otro lado, las conductas suicidas han sufrido un incremento tras el COVID-19, llegando a alcanzar un 34,5% de incidencia en el año 2022, el cual se sigue manteniendo actualmente. Esto conlleva una serie de factores de riesgo como el acoso, cyberbullying y otras dificultades en el ámbito escolar (21,4%), el maltrato físico (14,7%), el maltrato psicológico (10,4%), agresión sexual (7,2%) y la violencia de género (3%). Asimismo, se destacan tres problemas asociados a esta conducta: Las autolesiones (13,7%), los problemas psicológicos como la depresión, ansiedad y trastornos de la alimentación (8,7%) y problemas de conducta (4,4%) (Fundación ANAR, 2022), siendo el suicidio la cuarta causa de muerte entre los adolescentes entre 15 y 19 años. (OMS, 2021). Sigüenza, Quezada y Reyes (2019) realizaron una investigación sobre el nivel de la autoestima de los adolescentes donde se concluyó que el 50,7% presentan un nivel alto de autoestima, el 30,52% un nivel medio y el 18,51% un nivel bajo. Por otro lado, Llamazares y Urbano (2020) compararon las habilidades sociales y la autoestima, descubriendo que en las habilidades sociales existe una falta de asertividad, lo que provoca dificultades en la expresión de ideas y emociones, derivando en

inseguridad y en la evaluación de la autoestima detectaron que el alumnado que tenía asignaturas pendientes presentaban niveles bajos de autoestima, lo que nos informa que este tipo de alumnado se valora negativamente, igual que a sus habilidades y competencias académicas e intelectuales. Frieiro, González y Domínguez (2021) estudiaron la autoestima de estudiantes de secundaria y encontraron que, los adolescentes con baja autoestima tienen mayor riesgo de peor salud física y mental, peor proyección laboral y económica y mayor probabilidad de comportamientos delictivos. Esto puede reflejarse en problemas en las relaciones ya que necesitan afecto, amor, comprensión, gestión emocional, etc.

En cuanto a la capacidad de amar, se encuentran diferentes perspectivas sobre este constructo. El amor ha sido investigado en la psicología (sobre todo la psicología social), debatido dentro de la filosofía y es una de las claves dentro de la religión.

Según la religión, el profeta dijo “Nacemos para el amor y somos un proyecto de amor en las manos de Dios, el Amor con mayúsculas. A decir verdad, jamás el alma humana encontrará su descanso y su estabilidad mientras no se dé a sí misma en beneficio de los demás”. Con esta afirmación podemos interpretar que, para la religión, el amor es la necesidad básica del ser humano, que este reclama amor durante toda su vida y, si esta necesidad no se satisface, no se descansará (Vidal, 2019).

Desde el punto de vista de la filosofía, el amor tiene dos explicaciones. Por un lado, la idea de que el origen del amor está en el conocimiento y la voluntad personal, la cual revela la esencia de las personas. Por otro lado, el amor como manifestación de una donación de las personas hacia los demás (Vanegas, 2022).

La psicología social es la que ha abordado este tema principalmente, donde enuncian que el amor es uno de los fenómenos que tienen más capacidad de impulsar comportamientos humanos, radicando en él los sentimientos más impetuosos (Yela, 2001). Asimismo, Sternberg (1989) aborda este constructo desde la psicología social, donde entiende que el amor se compone de tres elementos básicos: la intimidad, la pasión y el compromiso, los cuales se combinan para formar diversos tipos de amor. Esta relación se ve afectada por factores como la satisfacción en las relaciones, los momentos vitales, la cultura, la personalidad, produciendo cambios en la combinación de las variables. Además, debemos destacar el amor abordado desde una visión de conductas altruistas, es decir, comportamientos voluntarios que tienen la intención de ayudar a los demás.

Algunas teorías exponen que es una tendencia del ser humano innata y otras dicen que el ser humano es egoísta, por lo que proponen que las conductas prosociales son producto de la moral (Morales y Moya, 1997).

Desde el punto de vista de la psicología clínica, el amor se desarrolla por medio de las vivencias tempranas de apego, donde se establecen expectativas y creencias sobre el amor y las relaciones íntimas. De manera que, el apego que se desarrolla desde edades tempranas influye en la forma en que las personas creamos relaciones interpersonales y amorosas (Bowlby, 1989). Además, es relevante el constructo de la autoestima, la cual se caracteriza por sentimientos de respeto y aceptación, basándose en comparaciones con los demás, el juicio y evaluaciones de rendimiento y se relaciona con una actitud y relación saludable hacia uno mismo. Asimismo, propone un aspecto adicional de la consciencia, llevando a afirmar que “Somos apertura” (Cáceres, 2016).

Otro constructo a tener en cuenta es la autocompasión, donde Feldman y Kuyken (2011) incluyen la amabilidad, empatía, aceptación, coraje, tolerancia, ecuanimidad y bondad entre otros. Además, ser autocompasivo implica ser conscientes del sufrimiento de cada uno, sin evitarlo, de manera que se tenga el deseo de aliviar ese sentimiento mediante la bondad. También, incluye una comprensión del dolor, las insuficiencias y los fracasos de cada uno (Neff, 2003a). Por otro lado, Neff (2012) propuso tres líneas de acción como herramientas para enfrentarse a las emociones difíciles que puede sentir todo ser humano: la primera hace referencia a la capacidad de bondad que existe en cada persona, de manera que cada uno llegue a ser amable y cariñoso con uno mismo, la segunda se refiere a que el dolor forma parte de la vivencia de todos los seres humanos, es decir, es la humanidad compartida, la tercera, se refiere a la capacidad de darse cuenta de los propios pensamientos y emociones o, dicho de otra manera, mindfulness, la cuarta hace referencia a la desaprobación y crítica hacia los fallos de uno mismo, la quinta, se refiere al pensamiento de que los déficits de uno mismo lo alejan de los demás y, la última se refiere a la obsesión en lo negativo en una mala situación. Además, Cabrera (2013) informa que la capacidad de amar es un movimiento hacia fuera que se experimenta cuando una persona se vuelve consciente de la realidad que está viviendo, es decir, la capacidad de amar está vinculada con la consciencia. Cáceres (2016) define la capacidad de amar como una propiedad de la intencionalidad de la consciencia, la cual se caracteriza por ser un proceso relacional donde el sujeto

toma conciencia hacia algo (Heinämaa et al, 2007). El nivel alcanzado por la cultura en cuanto al desarrollo de la capacidad de amar ha sido limitado, debido a que no se han podido instaurar (en ámbitos familiares, educativos, social) vías donde las personas sean capaces de construir su capacidad de amar.

Para poder abordar todo esto, debemos nombrar algunos instrumentos que se pueden relacionar con la capacidad de amar pero que no miden el núcleo de la capacidad de amar.

En primer lugar, debemos nombrar la Escala de Bienestar y capacidad de ser conscientes (Cáceres, 2016), el cuál consta de 140 ítems diseñados para explorar la capacidad de ser conscientes, a través de cinco escalas: Capacidad de entender, capacidad de libertad, capacidad de amar, bienestar-malestar y sentido de la vida. En este estudio se utilizará la Escala de Capacidad de Amar, la cual consta de 20 ítems con tres factores: la apertura en la relación, el aislamiento en la relación y el deseo profundo de amar. Por otro lado, tenemos la Escala de Autocompasión (Neff, 2014) que es la que más podemos relacionar con la Escala de Capacidad de amar por el amor propio, el cual implica una actitud compasiva, comprensiva y amable con uno mismo. Esta escala consta de 18 ítems y seis factores: bondad con uno mismo, autojuicio, humanidad compartida, aislamiento, mindfulness y sobreidentificación.

Existen otros instrumentos que se pueden comparar con la escala utilizada en este estudio como es la Escala de Autoconcepto forma 5 (Musitu, 2014), que mide la autopercepción y valoración personal en las relaciones interpersonales y la relación con uno mismo, así como la autovaloración sobre la capacidad de amar y de ser amadas. Asimismo, la Escala TMMS-24 (Górriz et al 2021), se puede comparar con la Escala de Capacidad de Amar por la regulación emocional y la autopercepción emocional que influyen en las relaciones interpersonales y la relación con uno mismo. Otro instrumento comparable con la Escala de Capacidad de Amar es el VIA-IS (Azañedo, Fernández-Abascal y Barraca, 2014) por su relación con los rasgos de personalidad que influyen en la capacidad de amar y de ser amado, de hecho, en este instrumento, el amor se incluye en las fortalezas teológicas.

Con toda esta información podemos deducir que, los adolescentes necesitan ayuda, programas clínicos y educativos que les ayuden a desplegar su capacidad de amar por completo y, por ese motivo, se observa una necesidad de pruebas específicas y con validez científica para conocer y/o analizar la capacidad de amar de los

adolescentes, no solo en el sentir amor hacia sus relaciones interpersonales, sino el amar cómo ser conscientes de que son amados, de que aman y que saben lo que es amar a una persona y amarse a uno mismo. Por lo que, el objetivo principal de este trabajo es validar la Escala de Capacidad de Amar válida para adultos, en adolescentes.

## MÉTODO

- Objetivos, Preguntas de Investigación, Hipótesis.

El objetivo general de este trabajo es validar el cuestionario de la capacidad de amar de adultos (Cáceres, 2016) para adolescentes.

Los objetivos específicos son:

- Conocer la fiabilidad de la prueba utilizando Alfa de Cronbach.
- Conocer la validez de constructo del instrumento mediante análisis exploratorio (AFE).
- Conocer la validez convergente mediante la correlación entre la escala capacidad de amar de Cáceres (2016) y el cuestionario de autocompasión de Neff (2014) en adolescentes.

- Diseño/tipo de investigación- Justificación

Para comprobar la bondad psicométrica de la escala de Capacidad de Amar se comenzó calculando la fiabilidad mediante el coeficiente Alfa de Cronbach. Seguidamente se realizó un análisis factorial exploratorio (AFE), extrayéndose los componentes principales, utilizando el método de rotación, ortogonal y Varimax, con el paquete estadístico Jamovi. Finalmente, se analizó la validez convergente de esta escala, realizando una correlación de Pearson entre la Escala de Capacidad de Amar (Cáceres, 2016) y la Escala de Autocompasión de Neff (2014).

- Participantes/Muestra

En este estudio han participado 204 adolescentes, 40,2% hombres y 58,3% mujeres, con edades comprendidas entre 12 y 16 años, con una media de 15 años. Todos residentes en las Islas Canarias y el procedimiento de muestreo ha sido por conveniencia, mediante profesores colaboradores y difusión telemática. Además, el 52,5% reside en Gran Canaria, el 35,3% en La Palma, el 6,9% en Tenerife, el 4,4% en La Gomera y el 1% en Fuerteventura.

Tabla 1. *Análisis factorial exploratorio de la muestra*

		N	Porcentaje			
Género	Hombre	82	40,2%			
	Mujer	119	58,3%			
	Otros	3	1,5%			
	Total	204	100%			
Isla	Gran Canaria	107	52,5%			
	Tenerife	14	6,9%			
	La Palma	72	35,3%			
	La Gomera	9	4,4%			
	Fuerteventura	2	1%			
	Total	204	100%			
		Media	Desviación Estándar	Máximo	Mínimo	Total
Edad		15	1,07	16	12	204

- Instrumentos de Recogida de la Información

Los instrumentos utilizados para realizar esta investigación son: la Escala Capacidad de amar, el cual se encuentra dentro del cuestionario de Bienestar y capacidad de ser consciente (Cáceres, 2016) y la Escala de Autocompasión (Neff, 2014).

La Escala de Capacidad de Amar (Cáceres, 2016) consta de 20 ítems, los cuales se puntúan en base a una escala tipo Likert de 6 puntos, desde 1 (nada de acuerdo) hasta 6 (totalmente de acuerdo). Este cuestionario presenta diferentes manifestaciones del amor, la cual se refleja con el deseo de sentirse queridos/as y aceptados/as, en la apertura de la experiencias cuando se recibe y/o se da afecto y en la reacción cuando no reciben y/o dan afecto. Cuenta con tres factores: el primer factor es la apertura en la relación, el cual mide el movimiento interno de apertura en las relaciones y se manifiesta con vitalidad, energía, deseo de comunicarse y sentirse aceptado y con el sueño de tener una vida mejor (ítems 113, 28, 48, 23, 27, 77,73,37 y 61), el segundo factor es el aislamiento en la relación, mide la apertura como búsqueda de afecto que se da como consecuencia del sufrimiento, se manifiesta con falta de energía y vitalidad cuando no se puede dar o recibir afecto (ítems 22, 56, 67, 42, 105 y 88), finalmente, el último factor es el deseo profundo de amar, mide el movimiento que impulsa a una persona a amar, abarcando lo que

ocurre a nivel interno y a nivel externo, es decir, mide el deseo profundo e imprescindible de amar (ítems 140, 72, 133, 149 y 63).

Por otro lado, tenemos la Escala de Autocompasión (Neff, 2014), consta de 18 ítems que evalúan la tendencia general a responder con autocompasión. Se puntúa en una escala de tipo Likert de 5 puntos, donde 1 corresponde a casi nunca y 5 a casi siempre. Los ítems miden diferentes tipos de sufrimientos, cómo el sentimiento de insuficiencia personal, fracasos y errores y dificultades en la vida. Consta de seis factores: la bondad con uno mismo mide el trato comprensivo con los rasgos de la personalidad que no gustan de uno mismo (ítems 2 y 6), el autojuicio mide la desaprobación y crítica de los fallos y limitaciones de uno mismo (ítems 11 y 12), la humanidad compartida mide el ver los defectos de uno mismo como condición humana (ítems 5 y 10), el aislamiento mide el pensamiento de que los déficits de uno mismo lo alejan del resto de personas (ítem 4 y 8), el mindfulness mide la visión equilibrada que se tiene de una situación dolorosa (ítems 3 y 7) y la sobreidentificación mide la obsesión y fijación en lo negativo en una mala situación (ítems 1 y 9).

- Procedimiento

Primero se ha comenzado pasando a 4 adolescentes, entre 12 y 16 años, las escalas escogidas para realizar este estudio, de manera que se pudiese informar de problemas de comprensión. Seguidamente, se realizó un google form donde se pusieron las escalas elegidas y datos generales, a su vez, se contactó con centros a través de dirección y/o profesorado que se ofreciesen a pasar la escala. Una vez acabado el google form se comienza a distribuir telemáticamente, vía Whatsapp e Instagram y el profesorado de colaboración lo comienza a pasar en aula. Debemos destacar que la participación ha sido voluntaria y confidencial, tanto los cuestionarios pasados en aula como online.

Para el análisis de la muestra, se comienza realizando un análisis descriptivo de los datos generales. Después, se realizan los cálculos relacionados con el análisis factorial exploratorio de la Escala de Capacidad de Amar y finalmente se elabora la validez convergente de la Escala anterior y la Escala de Autocompasión. Todo estos cálculos se han realizado con el software estadístico Jamovi.

## RESULTADOS

Con el objetivo de corroborar el número de factores que mide esta escala se realizó un análisis factorial exploratorio (AFE), el cual se compone de un N total de 204 adolescentes. Primero se comenzó calculando la validez de constructo de la escala, lo cual consiste en calcular el test de esfericidad de Bartlett y el índice KMO, lo cual nos indica que la Capacidad de amar está formado por tres factores que explican el 46,3% de la varianza total. El primer factor explica un 19%, el segundo un 14,9% y el tercero un 12,4%.

Tabla 2. *Bondad de ajuste*

KMO Signif. Prueba Esfericidad de Bartlett		Porcentaje de varianza
Varianza explicada tras rotación de componentes (%)	Factor 1	19
	Factor 2	14,9
	Factor 3	12,4
	Total	46,3
	n	204

Por otro lado, la fiabilidad de esta escala se obtuvo mediante Alfa de Cronbach, dando 0,865. Sin embargo, como se observa en la tabla 3, al calcular la correlación ítem-rest se ha observado unas puntuaciones bajas, siendo el mínimo 0,242 y el máximo 0,629. Por otro lado, la comunalidad no fue inferior a 0,324, lo que nos permite afirmar que los factores obtenidos explican una proporción de la varianza observada.

Tabla 3. *Correlación ítem-rest y comunalidad*

	Item-rest Correlation	Uniqueness
(22) Toda mi vida he estado buscando afecto	0,418	0,735
(23) Tolero más los defectos-límites del otro en la medida que lo voy conociendo	0,265	0,782
(27) Deseo sentirme siempre lleno/a de energía y que no me afecten las cosas	0,410	0,529
(37) Siempre he buscado comunicarme, abrirme, o confiar plenamente en alguien. Sentirme comprendido/a y acogido/a como realmente soy	0,426	0,650

Tabla 4. *Correlación ítem-rest y comunalidad*

*Continuación.*

	Item-rest Correlation	Uniqueness
(28) Cuando quiero a alguien o me siento querido/a, me siento cercano/a, vitalizado/a y con ganas de considerarlo/a	0,398	0,472
(42) Si me incomunico-aíslo, sufro	0,428	0,604
(48) He necesitado <u>expresarme</u> , <u>sentirme comprendido/a y acogido/a</u> como soy	0,448	0,726
(56) No amo de forma permanente-fija, porque a veces soy alegre-vital y otras estoy dolido/a-resentido/a	0,242	0,583
(61) Imagino y me ilusiono con una vida mejor	0,336	0,488
(63) En el fondo deseo relacionarme para amar y que me amen	0,629	0,464
(67) Me he sentido aislado/a, incomunicado/a y me he visto con el impulso a <u>relacionarme</u>	0,350	0,708
(72) He descubierto que lo que me llena de verdad es amar	0,544	0,426
(73) Sueño con un mundo y una vida mejor que sea más justo, distinto al conocido	0,421	0,434
(77) Cuando amo o me aman me siento vivo/a, pleno de energía y contento/a	0,540	0,510
(105) Cuando no amo o no me aman me siento triste, desvitalizado/a y sin energía	0,593	0,373
(88) Si no amo, me apago, sufro	0,540	0,365
(113) Me encariño más con las personas en la medida que las voy conociendo	0,456	0,611
(133) Me gustaría poder amar sin límites, en cada momento de la vida	0,608	0,431
(140) Amar es imprescindible para mí	0,554	0,324
(149) Deseo profundamente, respetar y tratar con cariño todo lo que me suceda dentro y fuera	0,579	0,505

En la tabla 5 y 6 se puede ver la Matriz de Componentes rotados. Esto nos indica cómo se distribuyen los ítems en los tres factores. Podemos observar que el primer factor consta de 8 ítems, el segundo factor de 6 y el tercero de 6, esto se debe a que cada ítem presenta un peso elevado en un determinado factor, es decir, un ítem mide principalmente un factor en concreto.

Tabla 5. *Matriz de componentes rotados*

Ítems	Componente		
	1	2	3
(42) Si me incomunico-aíslo, sufro	0,505		0,373
(48) He necesitado <u>expresarme</u> , <u>sentirme</u> comprendido/a y acogido/a como soy	0,333		
(72) He descubierto que lo que me llena de verdad es amar	0,681	0,331	
(77) Cuando amo o me aman me siento vivo/a, pleno de energía y contento/a	0,552		
(105) Cuando no amo o no me aman me siento triste, desvitalizado/a y sin energía	0,726		
(88) Si no amo, me apago, sufro	0,757		
(133) Me gustaría poder amar sin límites, en cada momento de la vida	0,616	0,430	
(140) Amar es imprescindible para mí	0,785		
(23) Tolero más los defectos-límites del otro en la medida que lo voy conociendo		0,427	
(27) Deseo sentirme siempre lleno/a de energía y que no me afecten las cosas		0,630	
(37) Siempre he buscado <u>comunicarme</u> , <u>abrirme</u> , o confiar plenamente en alguien. <u>Sentirme</u> comprendido/a y acogido/a como realmente soy		0,546	
(28) Cuando quiero a alguien o me siento querido/a, me siento cercano/a, vitalizado/a y con ganas de considerarlo/a		0,685	
(113) Me encariño más con las personas en la medida que las voy conociendo		0,557	
(149) Deseo profundamente, respetar y tratar con cariño todo lo que me suceda dentro y fuera		0,542	
(22) Toda mi vida he estado buscando afecto		0,317	0,353
(56) No amo de forma permanente-fija, porque a veces soy alegre-vital y otras estoy dolido/a-resentido/a			0,621
(61) Imagino y me ilusiono con una vida mejor			0,676
(63) En el fondo deseo relacionarme para amar y que me amen	0,357	0,358	0,530
(67) Me he sentido aislado/a, incomunicado/a y me he visto con el impulso a <u>relacionarme</u>			0,489

Tabla 6. *Matriz de componentes rotados*

*Continuación.*

Ítems	Componente		
	1	2	3
(73) Sueño con un mundo y una vida mejor que sea más justo, distinto al conocido		0,343	<b>0,668</b>

Como se puede observar en la tabla 7, el primer factor, llamado *deseo profundo de amar*, mide el movimiento que promueve que una persona sea capaz de amar, refiriéndose tanto a lo que ocurre en su interior como en el exterior, es algo que le resulta imprescindible, la llena y es algo que le gustaría hacer siempre.

El segundo factor, llamado *apertura a la relación*, mide el flujo interno de apertura que se manifiesta en la relación. Es un movimiento dinámico que se crea con la experiencia y se manifiesta con vitalidad, energía cuando la persona da o recibe afecto, deseo de comunicarse y de sentirse aceptado.

Finalmente, el tercer factor, llamado *aislamiento en la relación*, mide el movimiento de apertura como búsqueda de afecto en consecuencia del sufrimiento. Es dinámico y se manifiesta con la falta de energía y vitalidad cuando no se puede dar o recibir afecto.

Tabla 7. *Nombre de los componentes obtenidos en la Escala de Capacidad de Amar*

Componente	Ítem
Deseo profundo de amar	(42) Si me incomunico-aíslo, sufro
	(48) He necesitado expresarme, sentirme comprendido/a y acogido/a como soy
	(72) He descubierto que lo que me llena de verdad es amar
	(77) Cuando amo o me aman me siento vivo/a, pleno de energía y contento/a
	(105) Cuando no amo o no me aman me siento triste, desvitalizado/a y sin energía
	(88) Si no amo, me apago, sufro
	(133) Me gustaría poder amar sin límites, en cada momento de la vida
(140) Amar es imprescindible para mí	

Tabla 8. *Nombre de los componentes de la Escala de Capacidad de Amar*  
*Continuación.*

Componente	Ítem
Apertura a la relación	(23) Tolero más los defectos-límites del otro en la medida que lo voy conociendo
	(27) Deseo sentirme siempre lleno/a de energía y que no me afecten las cosas
	(37) Siempre he buscado <u>comunicarme</u> , <u>abrirme</u> , o confiar plenamente en alguien. <u>Sentirme comprendido/a y acogido/a</u> como realmente soy
	(28) Cuando quiero a alguien o me siento querido/a, me siento cercano/a, vitalizado/a y con ganas de considerarlo/a
	(113) Me encariño más con las personas en la medida que las voy conociendo
	(149) Deseo profundamente, respetar y tratar con cariño todo lo que me suceda dentro y fuera
Aislamiento en la relación	(22) Toda mi vida he estado buscando afecto
	(56) No amo de forma permanente-fija, porque a veces soy alegre-vital y otras estoy dolido/a-resentido/a
	(61) Imagino y me ilusiono con una vida mejor
	(63) En el fondo deseo relacionarme para amar y que me amen
	(67) Me he sentido aislado/a, incomunicado/a y me he visto con el impulso a <u>relacionarme</u>
	(73) Sueño con un mundo y una vida mejor que sea más justo, distinto al conocido

Tras realizar los cálculos del análisis factorial exploratorio, se comienza a analizar la validez convergente entre la Escala de Capacidad de Amar y la Escala de Autocompasión. Para ello, se realizó una matriz de correlaciones entre las tres subescalas del cuestionario de capacidad de amar y las seis subescalas del cuestionario de autocompasión.

Como se puede ver en la tabla 9, si una persona afirma sentirse bondadoso consigo mismo y ve sus defectos como condición humana, reconoce tener un deseo profundo de amar. Además, si afirma ver las situaciones dolorosas de manera equilibrada, está afirmando ser abierto a la hora de demostrar y recibir afecto. Por último, si afirma ser crítico con los fallos y límites de uno mismo y, además los

desaprueba, si piensa que sus déficits lo alejan de los demás y se obsesiona y se fija demasiado en lo negativo de una mala situación, admite buscar afecto por situaciones de sufrimiento.

Tabla 9. *Coefficiente de Correlación de Pearson entre Escala de Capacidad de Amar y la Escala de Autocompasión*

		Deseo Profundo de Amar	Apertura en la relación	Aislamiento en la relación
Bondad con uno mismo	Pearson	0,176	0,117	-0,068
	p-value	0,012	0,097	<.001
Autojuicio	Pearson	0,206	0,184	0,422
	p-value	0,003	0,008	<.001
Humanidad Compartida	Pearson	0,296	0,171	0,046
	p-value	<.001	0,014	0,501
Aislamiento Autocompasión	Pearson	0,274	0,179	0,386
	p-value	<.001	0,029	<.001
Mindfulness	Pearson	-0,004	0,120	-0,089
	p-value	0,960	0,088	0,206
Sobreidentificación	Pearson	0,316	0,247	0,394
	p-value	<.001	0,001	<.001

Finalmente, con estos datos se puede deducir que, en la capacidad de amar (Cáceres, 2016), el deseo profundo de amar muestra significación en humanidad compartida, aislamiento y sobreidentificación, la apertura en la relación en sobreidentificación y el aislamiento en la relación en bondad con uno mismo, autojuicio, aislamiento y sobreidentificación desde la Escala de Autocompasión (Neff, 2014).

## DISCUSIÓN

Este estudio se ha centrado en validar el cuestionario de capacidad de amar de adultos (Cáceres, 2016), para adolescentes, analizando la fiabilidad, validez de constructo y convergente, debido a la necesidad actual de instrumentos que midan de manera nuclear la capacidad de amar.

Este instrumento es esencial para obtener datos fiables sobre la consciencia del amor que presentan los adolescentes y, así, diseñar programas, intervenciones y herramientas que permitan comprender el desarrollo emocional por el que se encuentran pasando durante la etapa de la adolescencia, que puedan identificar las dificultades emocionales para el establecimiento y mantenimiento de relaciones interpersonales saludables y ayuda a evaluar de manera más efectiva los programas diseñados para mejorar relaciones interpersonales y/o amorosas o programas de prevención de la violencia de género, maltrato físico y psicológico o de ciberbullying y mejorar salud mental, problemas que muestran los menores actualmente (OMS, 2021).

Tras los análisis realizados, podemos observar que el cuestionario de Capacidad de Amar (Cáceres, 2016) aplicado a adolescentes tiene unas características psicométricas similares a las obtenidas en el cuestionario pasado a adultos, por lo que podemos sostener que es válido y fiable para medir la capacidad de amar en esta etapa evolutiva.

En el cuestionario aplicado a adolescentes se obtuvo un coeficiente de Cronbach de 0,865, siendo cuatro centésimas por debajo de lo obtenido en el cuestionario pasado a adultos (0,909). Además, en el análisis factorial exploratorio se observó una estructura factorial similar al obtenido en los adultos, con algunas diferencias. En los adolescentes, el primer factor es el *deseo profundo de amar* el cual ocupa el tercer lugar en adultos, el segundo factor es *apertura en la relación*, ocupando el primer lugar en adultos y, finalmente, el factor *aislamiento en la relación*, siendo en los adultos el segundo factor. El porcentaje de varianza explicada por estos factores en adolescentes es del 46,3%, mientras que en los adultos se obtuvo una varianza del 55%.

Al ver la rotación del orden factorial obtenidos en los adolescentes se analizó una comparación de los ítems que presentan cada factor del cuestionario pasado en adolescentes y en adultos. Se pudo observar que, en el factor *deseo profundo de*

*amar*, tres ítems coinciden en ambos grupos, en el factor *apertura en la relación* coinciden cuatro ítems y en el factor *aislamiento en la relación* coinciden tres ítems. Más detalladamente se observa que los adolescentes les dan un peso mayor a diferentes ítems en determinados factores donde los adultos también presentan un peso en menor medida.

Por ejemplo, para el factor *deseo profundo de amar* en adolescentes, el ítem 42 (*Si me incomunico-aislo, sufro*), 48 (*He necesitado expresarme, sentirme comprendido/a y acogido/a como soy*), 77 (*Cuando amo o me aman me siento vivo/a, pleno de energía y contento/a*), 105 (*Cuando no amo o no me aman me siento triste, desvitalizado/a y sin energía*), 88 (*Si no amo, me apago, sufro*) y 63 (*En el fondo deseo relacionarme para amar y que me amen*) se dan también en adultos pero con un peso positivo y menor.

Por otro lado, el adolescente desplaza el ítem 149 (*Deseo profundamente, respetar y tratar con cariño todo lo que me suceda dentro y fuera*) hacia el factor *apertura en la relación*, donde los adultos también presentan un peso menor.

Finalmente, los ítems 61 (*Imagino y me ilusiono con una vida mejor*), 63 (*En el fondo deseo relacionarme para amar y que me amen*) y 73 (*Sueño con un mundo y una vida mejor que sea más justo, distinto al conocido*) los adolescentes los desplazaron hacia el factor *aislamiento en la relación*, donde los adultos también presentan un peso positivo y menor.

Con esta rotación de los ítems entre factores, podemos observar que los menores le dan una interpretación diferente que los adultos a determinados ítems, por eso, estos se colocan en diferentes factores. Esto se debe a que los adultos han pasado por vivencias y experiencias vitales por las que los adolescentes no han pasado todavía y han tomado una perspectiva de la vida diferente a los menores. Además, Cáceres (2016) informa que un cierto porcentaje de adultos que contestaron el cuestionario habían pasado por un proceso terapéutico, lo cuál les ayuda a tener otra perspectiva del amor, más enfocada a la apertura, en cambio, los adolescentes es probable que no habían pasado por ningún proceso de este tipo que, si lo sumamos con la etapa evolutiva en al que se encuentran y los porcentajes que muestra la OMS (2021) con respecto a los trastornos emocionales más comunes entre ellos, ven el amor más como un deseo ansiado. Además, cómo nos informan Frieiro, González y Domínguez (2021) los chicos y chicas con más problemas de

autoestima presentan más necesidad de afecto, coincidiendo con ese deseo de amor que se observa en este cuestionario.

Sin embargo, debemos destacar que los ítems que se rotaron de factores en los adolescentes cuentan con cierto peso en los adultos, con lo que podemos deducir que los adultos también perciben los ítems como los adolescentes, lo cual coincide con las diferencias entre las experiencias y vivencias por las que han pasado los adultos y que no han pasado los adolescentes.

En cuanto a la validez convergente, se realizó una matriz de correlaciones entre la escala de Capacidad de amar (Cáceres, 2016) y la escala de Autocompasión (Neff, 2014). Como se puede observar en la tabla 9, en el factor de la escala de capacidad de amar, *Deseo profundo de amar* correlaciona positiva y significativamente con los factores de la escala de autocompasión, *humanidad compartida*, *aislamiento* y *sobreidentificación*, es decir, el deseo de amar se puede asociar a que la persona simpaticé con el resto de personas, ya que la humanidad comparte esa necesidad de amar y de ser amados. Asimismo, ese deseo puede llevar al anhelo de amar debido a la falta de conexiones emocionales significativas, lo que impulsa que las personas se sientan aisladas y ese deseo tan intenso lleva a que se sobreidentifique con el sufrimiento de los demás. Por lo que, podemos interpretar que la humanidad compartida, el aislamiento y la sobreidentificación influyen en la necesidad de amar y compensar las dificultades emocionales debidas a la falta de conexión emocional con otras personas, que como dice Vidal (2019) si una persona no satisface esa necesidad de amar no logrará estabilidad.

En cuanto a la *apertura en la relación*, se relaciona positiva y significativamente con la *sobreidentificación*. Esto se debe a que las personas que presentan una mayor apertura en las relaciones interpersonales tienen una tendencia a sobreidentificarse con el sufrimiento de estas, de manera que son más propensas a involucrarse emocionalmente y a experimentar el sufrimiento de sus relaciones con una mayor intensidad. Esta sobreidentificación, donde las personas se involucran con los demás se puede comprender mediante las conductas prosociales, producto de la moral (Morales y Moya, 1997).

Finalmente, el *aislamiento en la relación* correlaciona positiva y significativamente con *autojuicio*, *aislamiento* y *sobreidentificación*. Esto nos informa de que una persona que se siente aislada en sus relaciones interpersonales tiende a autojuzgarse de manera más negativa debido a la falta de apoyo emocional que

percibe recibir. Además, si se siente aislado en sus relaciones, tiende a sentir una mayor dificultad para conectar consigo mismo, lo que lleva a una desconexión emocional interna y aislamiento consigo mismo. Asimismo, este aislamiento en las relaciones puede llevar a una identificación con el sufrimiento, de manera que pueda conectar emocionalmente con esa persona. Esto conlleva una probabilidad más elevada de generar depresión, lo que implica una mayor tendencia al aislamiento y soledad que, a su vez, puede llevar a conductas suicidas (OMS, 2021)

Por otro lado, tenemos una correlación negativa y significativa con la *bondad con uno mismo*, lo que nos sugiere que las personas que experimentan aislamiento en sus relaciones tienden a tener más dificultades para mostrar bondad y compasión hacia sí mismas, afectando a la percepción que se tiene de uno mismo y aumentando la autocrítica y dificultando un adecuado desarrollo de habilidades de autocuidado. Esto, favorece generar bajos niveles de autoestima, lo que lleva a la autovaloración negativa de sus habilidades académicas e intelectuales, una peor salud física y mental, peor proyección laboral y mayor probabilidad de comportamientos delictivos (Llamazares y Urbano, 2020 y Frieiro, González y Domínguez, 2021)

Por tanto, podemos ratificar que la escala de capacidad de amar aplicada a adolescentes presenta características psicométricas similares a la escala pasada a adultos, siendo ambas válidas y fiables para medir la capacidad de amar.

## CONCLUSIONES

Tras el análisis llevado a cabo en esta investigación, se procede a presentar las principales conclusiones y algunas sugerencias para investigaciones futuras.

En cuanto al objetivo general de este estudio, podemos sostener que el cuestionario de la capacidad de amar de adultos (Cáceres, 2016) permite evaluar la capacidad de amar de los adolescentes de forma válida y fiable. De manera que, podría utilizarse para futuras investigaciones de poblaciones tanto adolescentes como adultas que tengan por interés observar la capacidad de amar.

Con respecto a los objetivos específicos podemos concluir que:

- Se trata de un instrumento fiable para la población estudiada, ya que se ha obtenido una consistencia interna (Alfa de Cronbach) de 0,865.
- Presenta una correcta validez como se indican en los resultados obtenidos en el análisis factorial exploratorio.
- Por último, al realizar la validez convergente mediante la correlación de los factores de la Escala de Capacidad de Amar (Cáceres, 2016) y de la Escala de Autocompasión (Neff, 2014), se confirma la validez del estudio.

Finalmente, se procede a nombrar diversas limitaciones encontradas durante el periodo de realización del estudio y propuestas para investigaciones futuras:

- En primer lugar, uno de los obstáculos que se ha observado durante la ejecución de este proyecto ha sido el poco material teórico encontrado sobre la capacidad de amar e instrumentos que evalúen esta.
- Por otro lado, sería adecuado que, en futuros estudios similares, se ampliase la muestra, ya que, con una muestra mayor de adolescentes se podría realizar un análisis factorial confirmatorio, de manera que se pueda verificar que los datos empíricos se ajustan bien al modelo hipotetizado y examinar la validez de las medidas utilizadas.
- Además, sería interesante que se realizarán estudios para que el instrumento se pudiese aplicar a niños de primaria.
- Asimismo, se podría emplear para observar la eficacia y mejorar programas, cursos o intervenciones relacionados con una mejora del desarrollo emocional en las relaciones y con uno mismo.
- Finalmente, podrían realizarse estudios similares con las diferentes subescalas del cuestionario de Bienestar y capacidad de ser consciente (Cáceres, 2016), como son la capacidad de libertad y de entender.

## REFERENCIAS

- Azañedo, C. M., Fernández-Abascal, E. G. & Barraca, J. (2014). Character strengths in Spain: Validation of the Values in Action inventory of Strengths (VIA-IS) in a Spanish sample. *Clínica y Salud: Investigación Empírica en Psicología*, 25 (2), 123-130. <https://doi.org/10.1016/j.clysa.2014.06.002>
- Bowlby, J. (1989). *Una base segura: aplicaciones clínicas de una teoría del apego*. Barcelona: Paidós.
- Cabrera, B. (2013). Hacia una humanidad consciente. En F. Aguilera (coord.), *La rehumanización de la economía y la sociedad* (pp.179-193). Almería: Fundación Cajamar.
- Cáceres, L. B. (2016). *Construcción y análisis de un instrumento para explorar la capacidad de ser consciente y el bienestar asociado a ella*. [Tesis doctoral inédita]. Universidad de La Laguna
- Feldman, C., & Kuyken, W. (2011). *Compassion in the landscape of suffering*. *Contemporary Buddhism*, 12 (1), 143-155. doi: 10.1080/14639947.2011.564831.
- Fundación ANAR (2022). *Estudio ANAR sobre Conducta Suicida y Salud Mental: Sólo el 44% de los niños, niñas y adolescentes con conducta suicida ha recibido tratamiento psicológico*. <https://www.anar.org/estudio-anar-sobre-conducta-suicida-y-salud-mental-solo-el-44-de-los-ninos-ninas-y-adolescentes-con-conducta-suicida-ha-recibido-tratamiento-psicologico/>
- Frieiro, P., González, R. & Domínguez, J. (2021, septiembre). Autoestima en estudiantes españoles de secundaria: dimensiones e influencias de variables personales y educativas. *Publicaciones. Facultad de Educación y Humanidades del Campus de Melilla*, 51(2), 23-39. <https://doi.org/10.30827/publicaciones.v51i2.20915>
- Fromm, E. (2007). *La vida auténtica*. Barcelona: Paidós.
- García, F. & Musito, G. (2014). *AF-5 Autoconcepto Forma 5*. [https://web.teaediciones.com/ejemplos/af-5\\_manual\\_2014\\_extracto.pdf](https://web.teaediciones.com/ejemplos/af-5_manual_2014_extracto.pdf)
- García-Campayo, J., Navarro-Gil, M., Andrés, E., Montero-Marin, J., López-Artal, Lorena y Demarzo, M. (2014). Validation of the Spanish versions of the long (26 items) and short (12 items) forms of the Self-Compassion Scale (SCS). *Health and Quality of Life Outcomes*, 12 (4).
- Górriz, A. B., Etchezahar, E., Pinilla-Rodríguez, D. E., Giménez-Espert, M. C. & Soto-Rubio, A. (2021). Validation of TMMS-24 in Three Spanish-Speaking Countries:

- Argentina, Ecuador and Spain. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18 (18), 9753. <https://doi.org/10.3390/ijerph18189753>
- Heinämaa, S., Lähteenmäki, V., & Remes, P. (2007). Introduction. En S. Heinämaa, V. Lähteenmäki, & P. Remes (Eds.), *Consciousness: from perception to reflection in the history of philosophy* (4) (pp. 1-23). Springer Science & Business Media.
- Llamazares, A. & Urbano, A. (2020, mayo). Autoestima y habilidades sociales en adolescentes: el papel de variables familiares y escolares. *Pulso: revista de educación*, 43, 99-117. <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/204387/Autoestima.pdf?sequence=1>
- Morales, J. F., & Moya, M. (1997). Procesos interpersonales. En J. F. Morales (coord.), *Psicología Social* (pp. 393-491). Madrid: McGraw-Hill.
- Morera, Y. (2003). *Dimensiones de soledad en una muestra de estudiantes de la Universidad de La Laguna. Memoria de Licenciatura*. Universidad de La Laguna. Santa Cruz de Tenerife. España.
- Neff, K. D. (2003a). *Self-compassion: an alternative conceptualization of a healthy attitude towards oneself*. *Self Identity*, 12, 85–101.
- Neff, K. (2003b). Development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and identity*, 2 (3), 223-250. <https://doi.org/10.1080/15298860309027>
- Neff, K. (2012). *Sé amable contigo mismo*. Barcelona: Paidós.
- OMS (2021). *Salud mental del adolescente*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Sigüenza, W. G., Quezada, E. & Reyes, M. L. (2019, mayo). Autoestima en la adolescencia media y tardía. *Revista Espacios*, 40 (15), 19. <https://www.revistaespacios.com/a19v40n15/a19v40n15p19.pdf>
- Sternberg, R. J. (1989). *El triángulo del amor. Intimidad, pasión y compromiso*. Barcelona: Paidós.
- Venegas, S. E. (2022, agosto). El amor en la filosofía de Maurice Nédoncelle. *Tópicos*, 64, 261-277. <https://doi.org/10.21555/top.v640.2539>
- Vidal, J. M. (10 de febrero de 2019). *Capacidad de amar y ser amado*. Religión Digital. [https://www.religiondigital.org/entre\\_el\\_cielo\\_y\\_la\\_tierra/CAPACIDAD-AMAR-AMADO\\_7\\_2093860632.html](https://www.religiondigital.org/entre_el_cielo_y_la_tierra/CAPACIDAD-AMAR-AMADO_7_2093860632.html)
- Yela García, C. (2001). *El amor desde la psicología social*. Madrid: Pirámide.

## ANEXOS

Mensaje adjunto con el enlace del cuestionario.

Hola, estamos realizando un trabajo de investigación (TFG) en la universidad de la laguna para conocer la capacidad de amar de adolescentes entre 12 y 16 años. Le invitamos a colaborar y agradecemos su participación.

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSf8LyFFJe3w58ZiTIK9vEriVI4NNzpaer-gRKglqM-yB6Um2A/viewform?usp=sf\\_link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSf8LyFFJe3w58ZiTIK9vEriVI4NNzpaer-gRKglqM-yB6Um2A/viewform?usp=sf_link)