

Universidad de Pamplona
Facultad de salud
Departamento de psicología



Dependencia Emocional en las Parejas Homosexuales y Heterosexuales de la Ciudad de
Pamplona.

Psicólogas en Formación:
Yesica Paola Leguizamón Mendoza
Amada Esther Gutiérrez Mestre

Pamplona.

2017

Universidad de Pamplona
Facultad de salud
Departamento de psicología



Dependencia Emocional en las Parejas Homosexuales y Heterosexuales de la Ciudad de
Pamplona.

Psicólogas en Formación:
Yesica Paola Leguizamón Mendoza
Amada Esther Gutiérrez Mestre

Director:
Ps. Esp. Julio Humberto Annicchiarico Lobo

Pamplona.

I-2017

**DEPENDENCIA EMOCIONAL EN LAS PAREJAS HOMOSEXUALES Y
HETEROSEXUALES DE LA CIUDAD DE PAMPLONA.**

TABLA DE CONTENIDO

RESUMEN	8
ABSTRACT	9
INTRODUCCIÓN	10
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	12
Formulación del problema	16
OBJETIVOS	19
Objetivo general	19
Objetivos específicos	19
JUSTIFICACIÓN	17
ESTADO DEL ARTE	20
Local.	20
Nacional.	22
MARCO TEÓRICO	26
Capítulo I: Enfoque Sistémico	26
Capítulo II: Ciclo Vital	37
Capítulo III: vínculos afectivos	47
Capitulo IV - Orientación e identidad sexual	62
METODOLOGÍA	69
Población	69
Muestra	69
Diseño	69
Tipo de investigación	70
Instrumentos	70
PRESENTACIÓN DE RESULTADOS	74
Entrevista semiestructurada	74
Relato de vida	77
DISCUSION DE RESULTADOS	79
CONCLUSIONES	84
RECOMENDACIONES	87
BIBLIOGRAFÍA	89
APENDICES	93

Apéndice 1. Entrevista semiestructurada	93
Apéndice 2. Relato de vida	96
Apéndice 3. Consentimiento informado	98

TABLA DE APENDICES

Apéndice 1. Entrevista semiestructurada

Apéndice 2. Relato de vida

Apéndice 3. Consentimiento informado

RESUMEN

La presente monografía pretende explorar la interacción y desarrollo de la dependencia emocional en parejas de adultos jóvenes homosexuales y heterosexuales de la ciudad de Pamplona, mediante estudios de caso, que permitan el entendimiento de la dinámica de la relación en dichas parejas y el establecimiento de pautas orientadas a un mejor manejo emocional y de independencia. Es un estudio cualitativo de tipo descriptivo, los participantes fueron 3 mujeres y 1 hombre pertenecientes a relaciones heterosexuales y homosexuales a quienes se les aplicó la entrevista semiestructurada que consta de cinco categorías: dinámica de la pareja, dependencia, autoestima, toma decisiones, personalidad (sumisa-dominante), necesidad afectiva y económica. Y un relato de vida con las categorías de dependencia, autoestima, toma de decisiones y una categoría emergente denominada desarrollo y estilos de crianza. Se identificó en los participantes índices de dependencia en cuanto a sus parejas actuales, de igual forma, un desequilibrio en sus roles conyugales, además, los roles no están definidos y la jerarquía está relacionada con una personalidad dominante que es quien lidera la relación y toma las decisiones y una personalidad sumisa en este caso los investigados quienes aceptan las reglas y no optan por otras opciones, a causa de el mismo apego inseguro que desarrollan.

Palabras clave: Dependencia, Emocional, Homosexualidad, Pareja, Sistémico, Estructural, Minuchin

ABSTRACT

The following monograph aims to explore the interaction and development of the emotional dependence of homosexual and heterosexual young adult couples in Pamplona, Colombia, through case studies, which allow the understanding of the dynamics of the relationship in such couples and the establishment of oriented guidelines for a better emotional management and independence. This is a qualitative and descriptive study, the participants were three women and a man belonging to heterosexual and homosexual relationships, they were interviewed by means of semi structured interviews consisting of six categories: the dynamics of the couple, dependence, self-esteem, decision making, (submissive-dominant) personality and affective and economic needs. Besides a life story regarding the categories of dependence, self-esteem, making decisions and an emergent category called development and upbringing styles. In addition, levels of dependence in the participants were identified according to their current couples, likewise, an imbalance in their conjugal holons, indefinite roles and the hierarchy is related to a dominant personality from the one who leads the relationship and makes decisions; and a submissive personality, in this case, the investigated ones who accept the rules and do not choose other options, because of the same insecure attachment that they develop.

Key Words: Dependency, Emotional, Homosexuality, Couple, Systemic, Structural, Minuchin

INTRODUCCIÓN

La familia según Minuchin (como se cita en Espinal, Gimeno y Gonzalez 2003), es el conjunto de demanda funcional que originan los modos en que interactúan los miembros en una familia como un sistema, conceptualizando el mismo como un conjunto de reglas y principios sobre una materia, que ordenadamente relacionada entre si contribuyen a un fin determinado; en este sentido la familia como el primer sistema de interacción y socialización del ser humano denota un estudio relevante, en esta investigación es importante tener como base el enfoque sistémico puesto que juega un papel primordial dentro de la familia teniendo en cuenta que esta es constituida por una pareja.

En general es también, un sistema humano en crisis, es decir, en cambio constante, que influye permanentemente y de forma recíproca en sus miembros, por lo tanto, según Minuchin, la familia es un grupo natural que, en el curso del tiempo, ha elaborado pautas de interacción, las cuales constituyen la estructura familiar que a su vez, rige el funcionamiento de los miembros de la familia, define su gama de conductas y facilita su interacción recíproca. La familia precisa de una estructura viable para realizar sus tareas esenciales: apoyar el desarrollo afectivo y madurativo de los miembros que la conforman y proporcionar a éstos un sentimiento de pertenencia.

Para Lafuente (2000), la relación afectiva paterno-filial es el asiento fundamental de los sentimientos de seguridad o inseguridad, que presiden respectivamente las vinculaciones de buena y mala calidad. Cabe mencionar que el primero en desarrollar una teoría de apego a partir de los conceptos que aportara la psicología del desarrollo, con el objeto de describir y explicar por qué los niños se convierten en personas emocionalmente apegadas a sus primeros cuidadores, así como los efectos emocionales que resultan de la separación, fue John Bowlby. Esto nos permite tener un acercamiento para comprender como surge la dependencia emocional en los adultos y su procedencia desde la infancia, de ella se dice que es un trastorno de la personalidad que se caracteriza por la creencia en

el paciente de no valer lo suficiente y de buscar su seguridad continuamente en los otros y en factores externos, sin confiar en su criterio interno y sus recursos. (García 2010).

La presente investigación pretende explorar la interacción y desarrollo de la dependencia emocional en parejas de adultos jóvenes homosexuales y heterosexuales de la ciudad de Pamplona mediante una investigación de tipo cualitativa, para que por medio de esta los adultos jóvenes conozcan acerca de sus emociones y de lo que posiblemente pueden estar presentando en sus relaciones de pareja. Los capítulos que se mencionaran para tener un referente conceptual amplio que contribuya con el esclarecimiento del tema, van desde la explicación de lo que es dependencia, vínculo afectivo y relación de pareja, pasando por el abordaje del ciclo vital y el enfoque sistémico en la familia.

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

Planteamiento y descripción del problema

La dependencia emocional se origina en la niñez por no la falta cariño de forma apropiada de las personas más significativas para el niño: sus padres, hermanos o las personas más cercanas, lo que genera en el menor una baja autoestima la cual se puede acrecentar durante el período escolar (contrario que el niño tenga la suerte de estar rodeado de excelentes educadores) y durante la adolescencia. En la adultez el dependiente emocional recrea situaciones en las que asume el rol de sumiso intentando siempre complacer a los demás con el fin de mantener el vínculo afectivo con los otros a toda costa y evitar así un posible rechazo que teme con pavor (Sánchez, 2010).

Es fácil mantener y alimentar la dependencia emocional toda la vida si la persona carece de la lucidez necesaria para no dejarse impactar por las expectativas creadas por el sistema y la sociedad con las que le bombardean a través de los medios de comunicación y la publicidad. A fin de cuentas, los dependientes emocionales suponen para el capitalismo unos clientes magníficos que nutrirán, a la industria quirúrgica, cosmética, farmacéutica, textil, alimenticia entre otras. El dependiente emocional acepta desprecios y maltrato como algo normal y tiende a sentirse atraído por personas que aparentan una gran seguridad en sí mismas y que tienen una personalidad dominante (Sánchez, 2010).

Infortunadamente, el dependiente emocional no ha conocido lo que es el amor genuino entre dos personas que se respetan y se intercambian afecto, tiene dificultad en tomar las riendas de su vida y espera que aparezca esa persona especial que le hará feliz y acabará con su soledad y angustia vital. La inevitable ruptura de la relación es un verdadero trauma que le catapulta a un desequilibrio emocional grave puesto que carece de una fuente de equilibrio interna. A menudo el dependiente emocional sólo recuerda momentos de verdadera felicidad en su vida los comienzos de una relación amorosa, sin valorar otros aspectos vitales de gran importancia como la amistad, la salud, la estabilidad laboral, la satisfacción intelectual (Sánchez, 2010).

Tras una ruptura según Sánchez (2010), el dependiente emocional tiende a reaccionar de dos maneras: buscando desesperadamente una nueva pareja que llene el vacío de la anterior y le reafirme su valía o aislándose completamente por temor a que le maltraten de nuevo. Entre las maneras de aislarse se encuentran la toma de sustancias tóxicas, el exceso de trabajo/estudios, la depresión, la obsesión por una espiritualidad que tape sus necesidades más humanas u otros tipos de conductas exageradas. Existen algunas posibles causas para ser dependiente tales como:

baja autoestima generada en la infancia las causas de la dependencia emocional se encuentran durante la infancia en la relación primaria del niño con sus padres o personas significativas del entorno. Por diversas razones, bien sea por dejadez, por abuso de autoridad o incluso por una protección extrema del niño, los padres no logran infundir en el niño la confianza y la estima en sí mismo, que, de adulto, continuará buscando en los demás. (Sánchez, 2010)

Por otra parte, tenemos conceptos como el chantaje emocional durante la infancia: al dependiente emocional se le enseña de niño que se le ama mientras cumpla con las expectativas que los padres o las personas significativas que le rodean tengan sobre él. Cualquier intento de afirmarse o de demostrar su individualidad por parte del niño es reprobado o castigado. Sus alas se cortan y el dependiente emocional aprende rápido a no crear conflicto o a no molestar para asegurarse el afecto que necesita. (Sánchez, 2010)

Manipulación y sentimientos de culpa: mediante la culpa se manipula al niño a que mantenga la actitud deseada. Es frecuente oír a madres que se lamentan de múltiples dolores que achacan al “disgusto” que le han dado sus hijos o sus maridos y es frecuente oír sentencias en un tono desproporcionado de padres autoritarios a sus hijos como “calla y obedece”, “aquí se hace lo que yo mando”, etc. Fallos en la construcción de la

autoestima: La autoestima del niño, así como su capacidad para estar solo se construyen a través del reflejo, del espejo de la confianza que sus padres le otorgan.

El niño que tiene fallos durante esta etapa porque recibe mensajes contradictorios sobre su capacidad por parte de los padres no logra interiorizar esas cualidades y necesita que el adulto esté siempre a su lado para sentirse seguro. (Sánchez, 2010)

La dependencia crea un tipo de relación tóxica, a menudo, no sólo por causa del dependiente sino también por causa de la persona que elige a un dependiente como pareja y que lo necesita para llenar asimismo un vacío. Esta dinámica puede desencadenar en relaciones muy destructivas en las que las dos personas están enganchadas al otro, aunque se destruyan. Las relaciones más destructivas son, de hecho, las formadas por dos dependientes emocionales, uno, dependiente dominante, normalmente narcisista, incapaz de dar amor quizá porque sufrió de niño una decepción que le marcó y le hizo concluir que no era seguro poner todo su amor en una sola persona, y un dependiente sumiso que recibió un amor ambivalente (manifestaciones extremas de amor alternadas con discusiones e insultos) que le hizo concluir que tenía que comportarse como se esperaba de él en lugar de ser él mismo. (Sánchez, 2010)

En las relaciones tóxicas que generan esta dependencia, ambos buscan amor, pero ninguno se ama a sí mismo. Este tipo de relación es llamada, por algunos autores “relación evasiva/ansioso”, Curiosamente, y desafortunadamente, pese a ser muy destructiva se la ha interpretado como el mayor exponente del verdadero amor tanto en novelas como en canciones. Consiste en la siguiente dinámica: Narcisista dominante y dependiente necesita una pareja en la que reflejar una imagen maravillosa de sí mismo por lo que conquista a su pareja (sumiso dependiente) mediante atenciones exageradas que el sumiso dependiente interpreta como manifestaciones de amor irrefutable. De esta manera el sumiso se aferra a este nuevo amor al que devuelve dichas manifestaciones y al que se engancha como a una droga. Sánchez (2010).

Es bien sabido que establecer relaciones de pareja en la vida, es fundamental y necesario para los seres humanos, pero en muchos casos cuando se es dependiente se tiende a padecer y soportar el maltrato, por otra parte, se puede presentar en cualquier tipo de relación íntima: matrimonio, cohabitación o noviazgo, y tanto los perpetradores como las víctimas pueden ser hombres o mujeres, jóvenes o ancianos, homosexuales, bisexuales o heterosexuales (APA, 1996; Rennison & Welchans, 2000). En el fondo de toda relación de maltrato existe desequilibrio y abuso de poder: una de las partes exhibe conductas cuyo propósito es el de controlar a la otra (APA, 1996; Johnson & Ferraro, 2000; Poirier, 1997).

La dependencia emocional es una necesidad extrema de carácter afectivo que una persona siente hacia su pareja a lo largo de sus diferentes relaciones. (Cursando con una sintomatología que incluye comportamientos de sumisión, pensamientos obsesivos, sentimientos de intenso abandono etc.). Este patrón de necesidades incluye creencias acerca de la visión de sí mismo y de la relación con otros, tales como creencias sobrevaloradas frente a la amistad, la intimidad y la interdependencia. Además, creencias sobre las emociones generadas por las relaciones cercanas e íntimas, por la soledad y la separación. Podemos decir que es una adicción a las relaciones de pareja, no obstante, se considera que es mucho más que una adicción, aunque se caracteriza precisamente por el establecimiento de uniones amorosas, tan intensas como las adicciones. (Mireles, 2013).

Así mismo trae consigo para el individuo afectado consecuencias y efectos, que pueden ocasionar acciones significativas dentro de lo que son las relaciones de pareja como la explotación, la dominación e incluso en muchas ocasiones los malos tratos pueden aparecer. Con todo esto, se activa un círculo vicioso por el que la persona todavía se lleva peor consigo misma y busca de manera más insistente un suministro afectivo externo, una ruptura de pareja puede conllevar al suicidio, al homicidio, depresión y distimia, entre otras. (Castello, 2005).

Para comprender exactamente el significado de dependencia, se debe percibir como una “necesidad” que nos mantiene atada a una persona. Si la relación desaparece o termina se piensa que no pueden continuar con sus vidas de una forma normal, ya que en

esa persona se han puesto esperanzas e ilusiones y es en ese momento, donde inconscientemente la dependencia con lleva a que todas las metas pasen a un segundo plano, dando mucha más relevancia a las necesidades de la pareja que a las de sí mismo.

La anterior mencionada en su definición más puntual, es un concepto distorsionado de amor, lo que implica que se ha asociado al amor con el dolor; la causa más directa para padecer dependencia emocional, se origina en la crianza puesto que el entorno familiar es el lugar donde se da el proceso de enseñanza-aprendizaje, y partiendo de ahí se adquiere el rol que se va a desempeñar de adulto. Por ende, es importante la manera como sus padres transmiten el afecto a sus hijos dado que, si se hace de una manera sobreprotectora, en los primeros años del ciclo vital se va crear en el niño un apego disfuncional, que resultara afectándole el resto de su vida pese a que en muchos casos es muy difícil modificar este patrón que ya se adquirió con anterioridad.

Formulación del problema

Con base a lo que se ha mencionado anteriormente surge la pregunta que guía la presente investigación:

¿Cómo es la interacción y desarrollo de la dependencia emocional en parejas de adultos jóvenes homosexuales y heterosexuales de la ciudad de Pamplona?

JUSTIFICACIÓN

Este estudio fue realizado con el propósito de explorar la interacción y desarrollo de la dependencia emocional en parejas de adultos jóvenes homosexuales y heterosexuales de la ciudad de Pamplona, a través de un estudio de caso que permitió entender la dinámica de las interacciones en dicha pareja, teniendo en cuenta aquellas parejas que tienen una necesidad afectiva extrema y continua que obliga a los que la padecen a satisfacerla. Las relaciones afectivas son de gran importancia durante las diferentes etapas del ciclo vital, especialmente en la adolescencia donde dichas relaciones se diversifican; esto quiere decir que además de la importancia de las relaciones con padres, cobran prioridad las relaciones con pares, como consecuencia de esto los adultos jóvenes establecen relaciones de carácter significativo con personas que no pertenecen al núcleo familiar, uno de los principales intereses en este sentido es el llegar a establecer y a mantener relaciones de tipo romántico de manera exitosa convirtiéndose en dependencia emocional.

Cabe resaltar que existen muchos factores tanto internos como externos, se puede hacer mención del factor sociocultural que interviene sobre el modo en el que la persona se enfrenta y vive sus relaciones de parejas, este aspecto abarca el entorno familiar, social, cultural y genético en los que se desarrolla el individuo y que pueden verse involucrados dentro de la relación afectiva y de esta forma orientar la dinámica de una relación.

Esta investigación es importante en las relaciones de pareja específicamente en las jóvenes, ya que a través de dicha exploración se pudo conocer y describir el desarrollo, las características, y la dinámica de una relación dependiente, de igual forma se hace necesaria debido al maltrato físico y psicológico que se desencadena como causa de un apego emocional inseguro en las parejas. Una vez se establezcan las pautas se genera una mejor relación de pareja, de igual forma, se evidencia en la población niveles de autoestima más altos, se disminuye la inseguridad y se fomenta su calidad de vida.

A través de los instrumentos que se desarrollaron se contribuyó a esta ciencia, un amplio conocimiento del manejo de emociones en las parejas con casos reales que facilita la implementación de estrategias en el abordaje de este trastorno.

Por otra parte, el dependiente emocional mantiene enfrentamientos y rupturas con familiares y amigos por seguir manteniendo el apego, nunca llega a ser feliz y padece problemas de ansiedad, depresión y un cierto desprecio por sí mismo, por esta razón es necesario que se implementen pautas para un mejor manejo emocional y de independencia, estas disminuirán a futuro estándares de suicidio, maltrato físico o psicológico, rupturas familiares, bajo desempeño laboral o académico y fortalecerá un sentido de vida en la sociedad.

OBJETIVOS

Objetivo general

Explorar la interacción y desarrollo de la dependencia emocional en parejas de adultos jóvenes homosexuales y heterosexuales de la ciudad de Pamplona, mediante estudios de caso, que permita el entendimiento de la dinámica de la relación en dichas parejas y el establecimiento de pautas orientadas a un mejor manejo emocional y de independencia.

Objetivos específicos

Describir la dinámica y desarrollo de la dependencia emocional de las parejas homosexuales y heterosexuales.

Identificar las similitudes y diferencias entre parejas homosexuales y heterosexuales con rasgos de dependencia emocional.

Proponer estrategias que conlleven al establecimiento de vínculos afectivos adecuados como propuesta para la disminución de la dependencia emocional.

ESTADO DEL ARTE

Local.

Villamiel, N. Montenegro, Y. (2009) Manejo de la inteligencia emocional en las relaciones de pareja. Monografía realizada como requisito de grado para obtener el título de psicólogo de la universidad de Pamplona.

El presente estudio contempla un diseño cualitativo de investigación que tuvo como objetivo describir el manejo de la inteligencia emocional en una pareja heterosexual de 25-45 años de la ciudad de Pamplona Norte de Santander. Los instrumentos que se utilizaron fueron la entrevista semiestructurada, observación participante, e historia de vida en lo que concierne a las preguntas utilizadas en la entrevista realizada a nivel individual y posteriormente grupal estuvieron encaminadas a recabar información sobre los temas de autodomínio, confiabilidad, escrupulosidad, adaptabilidad e innovación; como componentes de la inteligencia emocional, así mismo preguntas concernientes a la satisfacción de pareja. Los resultados obtenidos fueron insatisfacción por parte del conyugue hombre, quien ha reducido su afecto por los constantes conflictos a causa de la falta de confianza en su pareja, sin embargo; con ayuda de la observación participante se evidenció incongruencia entre lo que dice y hace siendo esto un aspecto positivo para solución de la problemática. Por otra parte, la conyugue mujer mostró disposición al cambio.

Becerra, J. Royero, A. (2013). Dependencia afectiva y la salud mental en las relaciones de pareja. Miografía presentada como requisito de grado para obtener el título de psicólogo de la universidad de Pamplona.

Esta monografía de tipo investigativa se enmarca dentro del estudio cualitativo descriptivo, tiene como objeto, analizar la relación entre dependencia afectiva y salud mental en las relaciones de pareja, los participantes fueron tres parejas de estudiantes de

octavo semestre de la universidad de pamplona cuyas edades oscilan entre 20 y 28 años a los cuales se les realizo, un grupo focal y una entrevista semiestructurada. No resulto sencillo analizar la relación entre la dependencia afectiva y salud mental de estos dos componentes debido a que son escasas las investigaciones que sustentan la relación directa de estos, sin embargo, es posible inferir que muchas de las características propias de la dependencia emocional establecen coherencia con aquellos factores que resultan nocivos para la salud mental como el bajo auto concepto y la perdida de la confianza en sí mismos la disminución de la interacción social y la modificación social e intereses personales.

Fonseca, D. García, S (2010). Inteligencia emocional: una alternativa para prevenir el maltrato psicológico en pareja. Monografía presentada como trabajo de grado para obtener el título de psicólogo de la universidad de Pamplona.

Este estudio cualitativo exploratorio tiene como objeto prevenir el maltrato psicológico en pareja, describiendo como tres parejas de estudiantes de psicología de la universidad de pamplona provenientes de cuatro regiones colombianas cuyas edades oscilan entre 20 y 24 años utilizan la inteligencia emocional en sus como alternativa preventiva del maltrato psicológico, realizando en cuestionario, un grupo focal y taller reflexivo. En las parejas se evidencio la no utilización de la inteligencia emocional en sus relaciones y que la forma más común de inferir maltrato psicológico por las mujeres es utilizando palabras ofensivas, desvalorizantes y humillantes, mientras que los hombres poseen control emocional y evitan los conflictos. Se observó cómo limitate la falta de expresión a profundidad de las formas de inferir maltrato de hombre, posiblemente por el temor de ser puestos en evidencia.

Nacional.

Hoyos, M. Londoño, N. (2006). Construcción y validación del cuestionario de dependencia emocional en población colombiana. Grupo de investigación estudios clínicos y sociales en psicología universidad san buenaventura-Medellín, Colombia.

El propósito de esta investigación fue construir y validar un instrumento para evaluar Dependencia emocional. La muestra estuvo conformada por 815 participantes del Área Metropolitana de Medellín - Colombia, 506 (62.1%) mujeres y 309 (37.9%) hombres, con edades entre los 16 y los 55 años. De los 66 ítems iniciales que contenía la prueba, fueron excluidos a través del análisis factorial 43 de ellos por no cumplir con los criterios para la selección. El cuestionario final quedó conformado por 23 ítems y seis factores. El Alfa de Cronbach de la escala total fue de 0,927, con una explicación de la varianza del 64.7%. Factor 1: Ansiedad de separación (7 ítems, $\alpha = 0.87$), Factor 2: Expresión afectiva de la pareja (4 ítems, $\alpha = 0.84$), Factor 3: Modificación de planes (4 ítems, $\alpha = 0.75$), Factor 4: Miedo a la soledad (3 ítems, $\alpha = 0.8$), Factor 5: Expresión límite (3 ítems, $\alpha = 0.62$) y Factor 6: Búsqueda de atención (2 ítems, $\alpha = 0.7.8$). Se encontraron diferencias significativas con relación al sexo en las diferentes sub-escalas; las puntuaciones de las mujeres en Expresión afectiva de la pareja y Miedo a la soledad fueron mayores, mientras que los hombres reportaron puntuaciones superiores en Búsqueda de atención. Con relación a la edad se encontró que las sub-escalas Modificación de planes y Expresión límite puntuaban más alto en adolescentes y adultos jóvenes.

Niño, D. León, N. (2015). Relación entre dependencia emocional y afrontamiento en estudiantes universitarios, psicología, psicoanálisis y conexiones. Departamento de psicología Medellín, Colombia.

La presente investigación se realizó con el objetivo de identificar la relación entre Dependencia Emocional y Estrategias de Afrontamiento. La muestra estuvo conformada por 110 estudiantes universitarios pertenecientes a la carrera de psicología con edades entre 18 y 33 años; se utilizó la Escala de Estrategias de Coping Modificada (EEC-M),

y el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE), validados en población colombiana. El diseño de esta investigación es no experimental de tipo descriptivo-correlacional. El análisis de los resultados se realizó a partir del coeficiente de correlación de Spearman y el programa estadístico SPSS 20.0, y muestra una correlación positiva moderada entre la Dependencia Emocional y la Estrategia Reacción agresiva, y, una correlación negativa entre dependencia emocional y las estrategias solución de problemas y Reevaluación positiva.

Londoño, N. Zapata, J. (2007). Distorsiones cognitivas en personas con dependencia emocional. Universidad de San Buenaventura, Medellín.

Objetivo: Establecer las distorsiones cognitivas que mejor discriminan las personas que presentan dependencia emocional. Método: La muestra estuvo conformada por 116 participantes, 59 mujeres (50.9%) y 57 hombres (49.1%), con una edad media de 30.84 años (D.S = 9.150; rango 18 - 55), personas laboralmente activas pertenecientes al área Metropolitana de la ciudad de Medellín – Colombia. Se utilizaron el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) y el Inventario de Pensamientos Automáticos (IPA). Se analizaron las diferencias significativas de las distorsiones cognitivas con pruebas no paramétricas para dos muestras independientes: Grupo 1: personas sin dependencia emocional (SDE); y Grupo 2: personas con dependencia emocional (CDE). Posteriormente se realizó un análisis discriminante con aquellas variables que fueron significativas. Resultados: Dos variables fueron significativas en la función discriminante: la distorsión cognitiva Deberías = 0,889; y la Falacia de control = 0,836. Discusión: Las personas dependientes emocionalmente justifican sus necesidades afectivas de acuerdo con los deberías relacionados con el amor romántico, y generan un procesamiento de información con predominio de control, que les garantiza acceder rápidamente a su pareja.

Internacional.

Arquiza, J. (2012). Diseño y validación del inventario de dependencia emocional – IDE. Realizado en la universidad nacional mayor de san juan marcos, Lima, Perú.

El propósito de esta investigación fue construir y validar un instrumento que reúna las propiedades psicométricas adecuadas para medir la dependencia emocional. La muestra total estuvo conformada por 757 participantes de Lima-Perú (398 mujeres y 359 varones), con edades entre los 18 y 55 años. Del total de reactivos iniciales, fueron eliminados más del 75% de ellos a través de procedimientos sistemáticos, quedando la prueba final conformada por 49 ítems. Los resultados muestran que el Inventario de Dependencia Emocional (IDE), tiene indicadores de confiabilidad y evidencias de validez de constructo adecuados.

Pérez, K. (2011). Efectos de la dependencia emocional en la autoestima de mujeres de veinte y cinco a cincuenta y cinco años de edad que tienen una relación de pareja. Informe realizado como trabajo de grado para obtener el título de psicólogo clínico.

El objetivo fundamental es descubrir los efectos de la dependencia emocional en la autoestima de mujeres en relación de pareja. El problema identificado es la desvalorización y dependencia emocional de mujeres maltratadas sistemática y existencialmente por sus parejas. La hipótesis dice: hay factores de la autoestima que son afectados en mayor medida en las mujeres maltratadas con dependencia emocional, a menor autoestima mayor dependencia emocional, que se sustenta teóricamente en la teoría integrativa de Castello, que considera al ser humano como ser multidimensional, donde la dependencia emocional la define como necesidad extrema de carácter afectivo en las diferentes relaciones de pareja, basada en una teoría de los sentimientos, para lo cual se plantean los capítulos siguientes: dependencia emocional: maltrato , relaciones de pareja y sus fases, causas, violencia de género, diagnóstico; autoestima. Investigación correlacional cuantitativa, no experimental, se ha evaluado niveles de dependencia emocional, autoestima y afectación de factores de autoestima, a un grupo de veinticuatro mujeres con aquellas características, con test, acorde a los métodos: deductivo, estadístico

y clínico, después de haberlas entrevistado y encuestado con fines diagnósticos. Se ha probado la hipótesis de forma muy significativa. Se recomienda aplicar terapia psicológica, a fin de crear asertividad y mecanismos de defensa para que concienticen que es una alteración afectiva y un problema social.

Espinal, E. Zych, I. Rodríguez, A. (2015). *Ciberconducta y dependencia emocional en parejas jóvenes*. Universidad de Córdoba, España.

El uso de las TIC y de los cibermedios está llevando a una nueva forma de socialización y comunicación entre los jóvenes. El medio virtual se ha convertido en un nuevo escenario para relacionarse en el que también surge y se mantienen relaciones de pareja. A su vez, las relaciones entre las parejas jóvenes pueden ser muy satisfactorias, aunque varios estudios también han descrito la existencia de diversos problemas tales como algunas conductas inadecuadas hacia la pareja o la existencia de la llamada dependencia emocional. Por ello, en el presente trabajo se describe el uso de diferentes cibermedios entre los jóvenes y su relación con los niveles de dependencia emocional. Primero, se aplicó un cuestionario sobre el uso de los cibermedios, propio y percibido en la pareja. Conjuntamente, se aplicó el test IRIDS-100 de dependencia emocional. Ambos instrumentos fueron respondidos por 100 estudiantes de edades comprendidas entre 19 y 32 años matriculados en la Universidad de Córdoba. Los resultados han mostrado un uso elevado, tanto propio como percibido en las parejas, de WhatsApp, Facebook, Twitter y Youtube. Igualmente, se ha encontrado la existencia de correlaciones positivas entre el uso propio y percibido en la pareja de Tuenti y Youtube y la dependencia emocional. Dado que los cibermedios han cambiado la forma de relacionarse de los jóvenes, con sus iguales y con sus parejas, los datos de este trabajo contribuyen al estudio de este tema, proponiendo a su vez nuevas líneas de investigación relacionadas con la dependencia emocional expresada a través de la ciberconducta.

El estado de arte es fundamental en la realización y desarrollo de una investigación debido a que permite la sustentación y orientación teórica de diferentes estudios relacionados que se han ejecutado a nivel internacional, nacional y localmente. De estos se puede referenciar marco teórico, revisar metodología y sirven como guía de la investigación.

MARCO TEÓRICO

Capítulo I: Enfoque Sistémico

El sistema es un conjunto organizado de elementos que interactúan entre sí o son interdependientes, formando un todo complejo, identificable y distinto. Retomando los postulados de diversas fuentes se puede indicar que el enfoque sistémico surge a mediados del siglo XX después de la segunda guerra mundial, donde se presentaba un paradigma científico para la psicología, la terapia sistémica enfatizada en la agrupación y relación de elementos con el fin de comprenderlos en su interacción contextual y consigo misma. Esta nueva corriente ofrece una concepción armónica en lugar de la concepción lineal y unidireccional tradicional. En el campo de la salud mental siempre se había pensado en la enfermedad en términos lineales con explicaciones causales, se buscaba el descendente del problema y después se aplicaban tratamientos o medicamentos para detener esta conducta y así cambiarla. La nueva manera circular o multicausal de observar los fenómenos, apunta, que, en el caso de los sistemas vivos, no se pueden establecer marcadores lineales, ya que dentro de una familia, por ejemplo, los miembros actúan y reaccionan unos sobre otros de maneras impredecibles porque cada acción y reacción cambia continuamente la naturaleza del contexto. (Ulises, 2012).

En los años 50, algunos psicoterapeutas que observaban a sus pacientes identificados como sintomáticos en el marco de una familia, comenzaron a preguntarse si podía decirse que la familia se comportaba como un sistema, es decir, una totalidad que funcionaba según reglas particulares de comunicación. Investigaron la comunicación verbal y no verbal de los grupos familiares, observándolos a través de la Cámara Gesell o de videograbaciones, y descubrieron que los comportamientos sintomáticos cumplían la función de equilibrar o desequilibrar el sistema. Pensar la familia como sistema implica poner el foco de atención en lo que sucede entre sus integrantes, en los patrones de interacción que se generan entre ellos en el presente, y también en los mecanismos de auto perpetuación o de cambio. (Perinat, 2007).

En 1954, se fundó la Sociedad para la investigación de Sistemas Generales, cuya función principal residía en impulsar el desarrollo de modelos teóricos y la búsqueda de isomorfismos y correspondencias entre diferentes disciplinas, para promover la unidad científica. El Reduccionismo, lo lineal y lo individual, cedían el paso, a lo global lo circular y lo interdisciplinario, donde la TGS iba incorporando conceptos de otras disciplinas afines que se desarrollaban paralelamente (Retroalimentación, comunicación, información) hasta consolidarse lo que hoy se conoce como Teoría Sistémica. (Garberí, s.f.).

La teoría general de los sistemas aplicada a la terapia familiar permite una nueva concepción de los problemas, del comportamiento y de sus relaciones. Esta nueva concepción de sistemas se basa en la consideración del pensamiento contextual y la organización sistémica circular, de tal manera que, la conducta de un miembro de la familia afecta o está relacionada con el total de miembros de la familia. Así pues, la terapia familiar surge como un apoyo a profesiones como la psiquiatría, psicología, pedagogía y sexología. A finales de la década de 1930 se independiza como una disciplina con fundamentos teóricos. Este movimiento inicia en Alemania entre 1929 y 1932 con Hirschfeld y en Estados Unidos, en 1930 con Popenoe. Otro pionero de la terapia familiar fue la Dra. Emily Mudd quien estableció la práctica de terapia familiar en Filadelfia y desarrolló el primer programa de evaluación. (Ulises, 2012).

Este método en Psicología modifica el abordaje terapéutico en cuanto a la forma de realizarlo, la duración de los tratamientos y el rol del Psicólogo; y dada sus características, no es imprescindible la presencia de todo el grupo, sino que pueden participar algunos de los miembros y hasta solamente uno de ellos; porque en todo sistema, el cambio de una de sus partes produce una modificación en todas las demás, dando lugar a otro sistema con una nueva configuración. Se trata de una psicoterapia breve, con objetivos limitados al motivo de la consulta, donde el paciente no es pasivo, sino que es considerado un cliente que también tendrá a su cargo la responsabilidad de los resultados. (De Shazer, 2005)

El Psicólogo, dentro de este enfoque, también tiene una participación activa y no pasiva como tienen los tratamientos tradicionales, orientando el discurso, con una intención práctica, que brinde alternativas, señale las emociones que surjan y pueda detectar valores y entender qué es lo que no le permite ser feliz a ese individuo. Este modo terapéutico se centra más en las posibilidades que en las debilidades, destaca lo positivo más que lo negativo, apoya los cambios y los propios objetivos del sujeto para que logre tener una mayor perspectiva de su realidad y pueda encontrar una salida alternativa. Esta forma de Psicoterapia se puede realizar en una sola sesión de dos horas de duración, pero en general se llega a extender hasta ocho sesiones de una hora; cuando se considera que en una sola entrevista no se pueden cumplir los objetivos. (De Shazer, 2005)

Cabe destacar que esta forma de tratamiento no se trata de atender a un paciente que está enfermo sino de una persona que tiene dificultades de adaptación, de relación, de comunicación, que sólo necesita salir de su confusión y ver más claro para poder seguir su camino solo, sin apoyos. Más que solucionar problemas, se aprende a vivir con los problemas, porque vivir la vida intensamente es crear compromisos y relacionarse adecuadamente y las dificultades son los desafíos que se necesitan para sentirse vivo. Todos tienen problemas, que no difieren significativamente de los de los demás, la cuestión no son los problemas sino cómo cada uno vive los problemas. (Millán, 2002)

La persona se encuentra inserta en un sistema siendo los miembros de esta interdependientes, por tanto un cambio en un miembro afecta a todos. No se considera la patología como un problema del individuo, si no como “patología de la relación”, el punto de partida es el principio de que toda conducta es comunicación. Por tal razón el síntoma como tal tiene conducta comunicativa además es un fragmento del comportamiento que ejerce efectos profundos sobre todos lo que rodean el paciente y a su vez cumple la función de mantener en equilibrio el sistema. La terapia va dirigida específica y activamente a intervenir este síntoma. La terapia familiar trata de modificar el equilibrio de la relación patogénica entre los miembros de esta a fin de facilitar nuevas formas de interacción, un síntoma de cualquier miembro de la familia en un momento determinado

se ve como expresión de un orden familiar disfuncional, para comprenderlo se debe tener en cuenta no solo al portador sino también a toda la familia o grupo. (Cibanal, 2006).

Siguiendo a Minuchin y Fishman 1985 (como se cita en Viveros y Vergara, 2014), la estructura de la familia es un conjunto de demandas invisibles funcionales que organizan los modos de interacción; pero la dinámica familiar se expresa en términos contrarios, en el sentido que ésta última no es estática, sino movediza y variable. En este sentido, la dinámica interna no es lo mismo que la estructura familiar. Según lo anterior la dinámica de pareja puede variar dependiendo de la situación y las adversidades que afronte, su respuesta siempre va ser diferente y se mantiene en constante cambio.

Escuelas del enfoque sistémico

En este apartado se abordarán las diferentes escuelas del enfoque sistémico, estas permiten el trabajo de los psicólogos a partir de diferentes perspectivas y técnicas. Según Cibanal, (2006). Se describen las siguientes:

Transicional.

Ackerman, Bloch, Boszszormeny-Nagy, framó. Este modelo busca integrar conceptos dinámicos tradicionales con planteos sistémicos; su objetivo es la reestructuración psicológica del paciente y pone énfasis en la exploración del pasado en el contenido de la comunicación, la interpretación y la transferencia como instrumento de cambio.

Existencial.

Satir, Duhl, Kempler y Wtaker. Se propone el crecimiento y la expansión de la persona y en la terapia se acentúan la experiencia en el presente entre el terapeuta y los miembros de la familia, como instrumento de cambio. Satir tomo como sistema y comunicación de escuela de Palo Alto, a los que integro conceptos gestálticos (Perls) y

técnicas de grupos de encuentro. Desarrollo la técnica de la “escultura de familia” donde los miembros transforman sus emociones y percepciones de la familia en un cuadro viviente donde todos expresan una metáfora de la visión familiar.

Corriente Sistémica.

Bowen, Minuchi, Haley. Se propone el cambio familiar como contexto social y psicológico de sus miembros, poniendo en la terapia el énfasis en los procesos interpersonales disfuncionales. Minuchin, Haley; ha desarrollado nuevos modelos para estudiar la influencia de la familia en el mantenimiento de los síntomas psicósomáticos del niño. En el terreno de enseñanza, su equipo entreno terapeutas no profesionales para ver en qué medida se pueden actualizar las experiencias y cualidades de quien no tiene educación académica. Estableció reglas de supervisión en vivió donde el encargado observa a través de un espejo unidireccional, pudiendo comunicarse con el terapeuta y este con él por teléfono como forma inmediata.

Principales escuelas del enfoque sistémico

La psicología es una ciencia que se ocupa de estudiar la conducta humana, por ende el psicólogo es el profesional universitario encargado de desarrollar distintas actividades, siendo una de ellas la psicología clínica. Dentro de esta área los psicólogos realizan diferentes tareas: psicodiagnóstico, orientación vocacional, diagnóstico y tratamiento de problemas relacionados con estrés, ansiedad, depresión, fobias, autoestima, problemas vinculares y comunicacionales, problemas de aprendizaje y conducta en niños y adolescentes, etc. El trabajo del psicólogo se lleva a cabo a través de entrevistas psicológicas que, según el caso, pueden ser individuales, de pareja y/o familiares. La forma de realizar las mismas depende en gran parte del modelo teórico que utilice el psicólogo o terapeuta.

La psicología sistémica, conocida también como terapia breve estratégica, es una de las formas de hacer psicología clínica. Desde este enfoque se trabaja focalizando en la resolución de problemas, se busca alcanzar un acuerdo con el consultante sobre un

objetivo concreto, específico, observable y posible de ser alcanzado. A lo largo de las entrevistas y a través de preguntas el psicólogo guiará y orientará al consultante (un individuo, una pareja o una familia) en la búsqueda de alternativas que le permitan afrontar de manera nueva y diferente aquella situación que se presenta como problemática. (Ortega, 2001).

Modelo de Palo Alto.

Los iniciadores de este modelo fueron terapeutas vinculados al Mental Research Institute de Palo Alto (California). Los fundadores de esta escuela son Jackson, Watzlawick Y Weakland. Según este modelo, una conducta para que llegue a ser sintomático ha de presentar las siguientes características: 1. Los problemas comienzan por una dificultad de la vida cotidiana, generalmente ligada a un momento de transición, que se maneja de una forma pobre. No es necesaria una situación traumática para explicar la aparición de un síntoma. 2. La conducta se hace reiterativa. 3. El contexto social "mantiene" dicha conducta. 4. El contexto social aplica diferentes soluciones al problema, que lejos de solucionarlo lo perpetua. Los autores de la escuela de Palo Alto piensan que las conductas problemáticas es mejor considerarlas (para su mejor transformación) en términos de un comportamiento que es mantenido por los intentos de solucionarlo. (Cibanal, 2006).

La meta terapéutica fundamental es la de introducir alguna variación en el esquema de solución del problema que viene utilizando el paciente en relación con su propio síntoma, o los allegados en relación con el síntoma del paciente. Esta meta viene definida tanto por el paciente (o cliente) que señala cuál es el cambio mínimo que supondría estar en el camino de la solución del problema, como por el terapeuta que ha de diagnosticar cuál es el tipo básico de solución intentada por el paciente. En este contexto la meta es cambiar el tipo de solución intentada por la estrategia opuesta. Las formas de introducir este cambio pueden darse de diversas maneras entre estas el cambio mínimo, la filosofía de intervención de la escuela de Palo Alto no acepta el pretender cambiar dramáticamente una situación, confía más bien en un cambio pequeño que afecte

a la secuencia de solución del problema. Utilización de las características del paciente, de sus valores su ideología, incluso su lenguaje, para vehicular en sus propias claves la intervención. Permanente búsqueda de una " posición inferior". Es decir, se evita la confrontación directa con el paciente. De esta manera, la posición "por debajo" favorece la maniobrabilidad del terapeuta y la posibilidad de atribuir fácilmente los méritos del éxito al cliente. (Cibanal, 2006).

Modelo Estructural.

Los autores representativos de este modelo son Minuchin, Montalvo Y Fishman. El objetivo terapéutico es a reorganización de la estructura familiar. Dice Minuchin que no existe diferencia entre los problemas que tiene que afrontar una familia "normal", y los de una familia presuntamente "anormal": ésta última es aquella que enfrenta los requerimientos de cambio internos y externos con una respuesta estereotipada. En una entrevista clínica esa rigidez se hace perceptible en la estructura familiar. Según una fórmula que ya se ha hecho clásica la estructura es "el conjunto invisible de demandas de los miembros de una familia " Por lo tanto, lo que se intenta observar es cómo una familia está organizada. La familia es un sistema que opera a través de pautas transaccionales. (Cibanal, 2006).

Las repeticiones de las transacciones generan pautas acerca de qué manera relacionarse, cuándo y con quién. Minuchin, hace un especial hincapié en que la evaluación (o diagnóstico), ha de realizarse desde la experiencia de unión del terapeuta con la familia. Este modelo se fija más en el patrón interaccional que en el síntoma. Este último se explica como la respuesta de defensa de un cuerpo; todos los organismos cuando se ven sometidos a determinadas circunstancias reaccionan adaptándose al cambio, estas conductas de adaptación pueden llegar a ser los síntomas. El cambio se produce cuando una situación es desequilibrada. La concepción de Minuchin parece establecerse, por tanto, en los siguientes hechos: La familia se configura en torno a un equilibrio cuyo reflejo temporal es la estructura que el terapeuta elicita durante la entrevista. La situación no cambiará si dicho equilibrio no es desafiado. Es el terapeuta el que tiene que desafiar

y por lo tanto desequilibrar la familia. Producido el desequilibrio la familia vuelve a reequilibrarse sobre otros presupuestos más sanos. (Cibanal, 2006)

Un tema clave en el enfoque estructural de Minuchin es el concepto de "Límites Entre Subsistemas". El sistema familiar se diferencia y desempeña sus funciones a través de sus subsistemas. Los individuos son subsistemas en el interior de una familia. Las díadas, como la de marido-mujer o madre-hijo, pueden ser subsistemas. Los subsistemas pueden ser formados por generación, sexo, interés o función. Cada individuo pertenece a diferentes subsistemas en los que posee diferentes niveles de poder y en los que aprende habilidades diferenciadas. Los límites de un subsistema están constituidos por las reglas que definen quiénes participan, y de qué manera. La función de los límites reside en proteger la diferenciación del sistema. Para que el funcionamiento familiar sea adecuado, los límites de los subsistemas deben ser claros. La claridad de los límites en el interior de una familia constituye un parámetro útil para la evaluación de su funcionamiento. Así, el "subsistema conyugal" tendrá límites cerrados para proteger la intimidad de los esposos. El "subsistema Parental" tendrá límites. Claros entre él y los niños, permitiendo el acceso necesario entre ambos subsistemas.

Otro concepto con el que trabaja Minuchin es el de "HOLON". Según, A. Roestler, refiriéndose a esta dificultad conceptual, señaló que "para no incurrir en el tradicional abuso de las palabras todo y parte, uno se ve obligado a emplear expresiones torpes como SUBTODO o TODO-PARTE". Creó un término nuevo "para designar aquellas entidades de rostro doble en los niveles intermedios de cualquier jerarquía": la palabra holón, del griego holos (todo) con el sufijo on (como en protón o neutrón), que evoca una partícula o parte. El término de Koestler es útil en particular para la terapia de familia porque la unidad de intervención es siempre un holón. Cada holón -el individuo, la familia nuclear, la familia extensa y la comunidad es un todo y una parte al mismo tiempo no más lo uno que lo otro y sin que una determinación sea incompatible con la otra ni entre en conflicto con ella. La familia nuclear es un holón de la familia extensa, esta lo es de la comunidad, y así. Cada todo contiene a la parte, y cada parte contiene también el liprograma" que el todo impone. La parte y el todo se contienen recíprocamente en un proceso continuado,

actual, corriente, de comunicación e interrelación. Según Minuchin podríamos considerar varios HOLONES: "holón individual", "holón conyugal", "holónparental", "holón de los hermanos". (Cibanal, 2006).

Escuela de Milán.

La escuela de Milán se desarrolló en la década de 1971 a 1980 a través de las investigaciones del equipo formado por Mara Selvini, Prata, Boscolo Y Cecchin. Al finalizar esa década, el equipó se disuelve en dos: Mara Selvini y Prata permanecieron juntas algunos años más; Boscolo y Cecchin crean otro Instituto. El equipo de Milán desarrolla, para la coordinación de la sesión terapéutica, tres directrices:

Elaboración de hipótesis: Por elaboración de hipótesis se entiende la capacidad del terapeuta para construir una hipótesis basada en las informaciones que posee. Con esa hipótesis el terapeuta determina el punto de partida de su propia investigación. Si la hipótesis resultara errada, se deberá formular otra basada en las informaciones recogidas durante el trabajo de verificación de la hipótesis anterior. Antes de la primera entrevista con la familia, y en base a las informaciones recogidas en la "ficha telefónica", el equipo terapéutico se reúne para elaborar una primera hipótesis. Al empezar la primera sesión con una hipótesis ya construida, el terapeuta puede tomar la iniciativa, actuar con orden, controlar, interrumpir, guiar y provocar transacciones, evitando. Así, el quedar atrapado en conversaciones desprovistas de valor informativo. (Cibanal, 2006)

Circularidad: Por circularidad se entiende la habilidad del terapeuta para realizar preguntas circulares. Se trata de indagar de qué modo ve un tercero una relación diádica. Es decir, todo miembro de la familia será invitado a decir cómo ve la relación entre los otros dos miembros. Al proponer preguntas de tipo circular, además de obtener informaciones, se alcanza simultáneamente el objetivo de introducir en la familia "inputs", conexiones entre distintos hechos, permitiéndole adquirir una nueva visión del problema. (Cibanal, 2006).

Neutralidad: Por neutralidad se entiende la capacidad del terapeuta de no tomar partido por ninguno y de no preferir evaluación alguna. Cuanto más asimila el terapeuta la epistemología sistémica, más interesado está en provocar realimentaciones y recoger informaciones, y menos en hacer juicios moralistas de cualquier clase. El hecho de emitir un juicio cualquiera, sea de aprobación o de desaprobación, implica, implícita e inevitablemente, una alianza con alguna de las partes. El equipo de Milán también pone especial cuidado en captar y neutralizar lo antes posible cualquier tentativa de coalición, seducción o relación privilegiada con nosotros realizada por algún miembro o subgrupo de la familia.

El terapeuta sólo puede ser efectivo en la medida en que se coloque y mantenga en un nivel diferente (metanivel) del de la familia. Un concepto importante desarrollado por el equipo de Milán es el de "JUEGO". Es por eso, que aquello que ha de diagnosticarse (lo enfermo), es el "juego familiar". Si trazáramos una línea imaginaria, en un extremo podría estar la "secuencia" y en el otro el "mito familiar". El "Juego familiar" ocuparía un lugar intermedio entre ambos, aunque más próximo al mito.

La secuencia define una interacción cara a cara, fácilmente observable, que se repite transcurrido un intervalo de tiempo relativamente corto, de segundos a una hora. Las secuencias son encadenamiento de conductas que se estereotipan, justamente la repetición está hablando de algún tipo de regla por la que se rigen. Los mitos son reglas sistematizadas. Los mitos son reglas en cuanto que se han sistematizado. El mito se percibe como pensamiento, como el estilo de la familia de percibir la realidad y percibiéndose y en este sentido funcionan como filtro.

El mito contiene las reglas de mayor grado de abstracción que dirigen el funcionamiento familiar, por lo tanto, cualquier tipo de secuencia de rango inferior queda subsumida dentro de ella. Las conductas, las rutinas familiares, tienen su justificación última en el mito. La secuencia es lo más observable y el mito es lo más inferido. Si la secuencia son conductas interactivas, el mito lo componen reglas. El juego familiar, se

utiliza como una hipótesis operativa, es decir, como un diagnóstico sobre el que basar una intervención. (Cibanal, 2006).

En conclusión el enfoque sistémico utiliza un método de psicología el cual trabaja o aborda la problemática en conjunto con la familia o demás personas involucradas, debido a que para este enfoque el cambio de una de sus partes produce una modificación en todas las demás, es decir, que cada sociedad o contexto en el que se encuentre la persona predispone su comportamiento por lo tanto se hace necesario el trabajo grupal para su modificación.

Capítulo II: Ciclo Vital

Etapas del ciclo vital.

Cuando hablamos de ciclo vital nos referimos a las etapas que las personas atraviesan en general a lo largo de la vida, desde el nacimiento hasta la muerte. Pasar de una etapa a otra implica un cambio, y todo cambio en sí mismo se puede considerar una crisis; no solo en las personas que la están atravesando, sino también en el grupo familiar y la sociedad. Dentro de estas etapas se encuentran: constitución de la pareja, nacimiento y crianza, hijos en edad escolar, adolescencia, salida de los hijos del hogar y casamiento, etapa madura, y ancianidad. (García y Estremero 2003).

Constitución de la pareja.

Con la formación de una pareja queda constituido un nuevo sistema, que será el inicio de una nueva familia. Esta pareja tendrá características propias, y a su vez cada uno de sus conyugues traerá creencias, costumbres, modalidades y expectativas que habrán heredado de sus familias de origen, al formar un nuevo sistema tendrán que examinar cada una de estas y negociar, para crear una nueva identidad en pareja y así aceptar sus diferencias y mantener las individualidades.

Ferrari, 2002 (como se cita en García, 2003) afirma en su libro Salud Mental en Medicina “El vínculo que se constituye en una relación de pareja es algo más que la suma de las características personales de cada uno de sus integrantes. Entre los miembros de una pareja se establece un espacio vincular único e inédito, derivado de la conjunción de la totalidad de los elementos que deben compartir y que se van especialmente en la clínica de las relaciones sexuales, de la vida cotidiana en común, y de un proyecto compartido de futuro.

En la evolución de una pareja habrá diferentes etapas, momentos de tranquilidad y otros de crisis. Es normal que la pareja pase por una etapa inicial donde ambos se hacen impermeables a las cosas externas (amigos, familia, trabajo). Es una etapa que permite consolidar la unión en lo emocional, social, y sexual. Este aislamiento inicial irá variando con el tiempo y la evolución de la pareja. Su persistencia en el tiempo nos debería alertar y hacer pensar en alguna disfunción. Zilgman y Arbiser (s.f.) en su capítulo de “El Ciclo Vital Familiar” mencionan algunas de las perturbaciones que frecuentemente pueden verse en las parejas:

Alianza privilegiada con la familia de origen de uno o ambos miembros, esto acarrea una dificultad para asumir el rol de esposo/a, padre/madre y es habitual ver que el hijo es entregado a los progenitores (abuelos) como ofrenda o como pasaporte a la exogamia (salida del hogar).

Trasferencia del rol de progenitor en el otro miembro de la pareja: la llegada del hijo es vivida como una competencia por el cariño del otro.

Alianza fraternal entre los conyugues como forma de poder salir del hogar de origen, impide a inclusión del hijo como tal.

Búsqueda compulsiva de un tercero para consolidar la unión de la pareja que todavía no ha sido lograda.

Nacimiento y Crianza.

El nacimiento de un hijo crea muchos cambios tanto en la relación de pareja como en toda la familia. Aparecen nuevos roles y funciones: madre, padre (función materna y función paterna); y con ellos los de la familia extensa: abuelos, tíos, primos, etc. Las funciones de los padres se diferencian para poder brindarle al niño la atención y cuidados que necesita. La madre se unirá con el bebé, interpretando y descifrando sus demandas de cuidado y alimentación. Esta unión es normal y necesaria para la buena evolución de toda

la familia. Durante este período el padre es un observador que participa activamente desde afuera sosteniendo esta relación y haciendo el nexo entre madre-hijo/mundo exterior. Llegará el momento donde el hombre deberá recuperar a su mujer como pareja y a su hijo en relación a él.

La incorporación de un hijo en la familia provoca inevitablemente mucha tensión en la pareja ya que son frecuentes los reproches, la depresión, cansancio de ambos padres, dificultad para ponerse de acuerdo en cómo y cuándo hacer las cosas, es un momento de vuelco hacia la familia extensa.

A veces esto es tomado con alegría y en forma positiva y en otras aumenta la tensión o los conflictos, algunos de los Problemas frecuentes son: Persistencia de la unión madre-bebé a lo largo del tiempo, Intolerancia por parte del padre de ocupar un lugar secundario en esta tríada durante los primeros meses y la Excesiva participación de la familia extensa en el cuidado del bebé, con la consecuente dificultad de los padres para adaptarse al nuevo escenario.

Hijos en Edad Escolar.

Esta es una etapa crucial en la evolución de la familia. Es el primer desprendimiento del niño del seno familiar. Se unirá a una nueva institución con maestros y compañeros y realizará nuevas actividades fuera del hogar. En cierta medida es la puesta a prueba de todo lo que la familia inculcó en los primeros años al niño (límites, relación con la autoridad y pares, si es correcto preguntar o no, etc.). La red social del niño se amplía y se comenzará a relacionar con otros adultos significativos (maestros).

Estas nuevas experiencias pueden ser transmitidas al niño como algo bueno, donde el crecimiento tiene una connotación positiva o pueden ser vividas como una pérdida o un abandono, lo cual hará que el niño se encuentre en una situación muy conflictiva (de elección entre familia y afuera) y dificulte su adaptación. Por otro lado, los padres tendrán por primera vez una imagen externa de su hijo, la imagen que le transmitirán los maestros.

Los problemas frecuentes son: En ciertas familias con muchas dificultades para realizar cambios, En algunas familias los puede enfrentar a imágenes que no les gusta, haciendo responsable al colegio o los maestros de ellas y/o provocando cambios frecuentes de colegio, que dificulta más la adaptación del niño. - Otras familias depositan a los niños en la escuela demandándole a ésta funciones que les corresponde a los padres cumplir.

Adolescencia.

La adolescencia es una etapa de grandes crisis para la mayoría de los individuos y las familias. Se producen magnos cambios en todos los integrantes del núcleo familiar y en la relación de éstos con el exterior. El adolescente sufre una gran crisis de identidad. Su cuerpo sufre cambios y aparecen los caracteres sexuales secundarios bien definidos (Ej: cambios en la voz, vellos). Comienza a ampliar su contacto con el mundo externo y el espacio geográfico en el que se mueve, lugares donde los padres no son invitados a participar.

Es una etapa de grandes turbulencias emocionales para el adolescente que atraviesa el desafío de transformarse en adulto (dejando la imagen idealizada de los padres de la infancia), definir su identidad sexual y conquistar cierto grado de autonomía en lo emocional y mental. Las relaciones con sus pares, su grupo, pasan a ser primordiales en la vida del adolescente. El grupo ayuda a elaborar todos los cambios que le van sucediendo y ayuda a separarse de sus padres. Es importante para el adolescente sentir que se puede alejar de su casa sin perder a los padres, lo que intenta confirmar con sus actos de rebeldía. Por momentos el adolescente se torna un ser de difícil manejo y comprensión por parte de los padres, la familia y la sociedad en general.

No debemos olvidar que en esta etapa los padres a su vez están pasando por la crisis de la edad media, momento en el cual aparece la incertidumbre de ya no ser joven, hay una evaluación de todo lo realizado hasta el momento en todos los planos y enfrenta a los padres nuevamente como pareja. Para el adolescente es importante la presencia de los límites firmes (con posibilidad de renegociarlos de acuerdo al crecimiento), con

espacio para que ellos experimenten y se equivoquen, teniendo la oportunidad de recurrir a sus padres si los necesitara. Esto lo hace sentir seguro. La ausencia de límites hace que el adolescente se sienta solo, desamparado y da lugar a que aparezcan conductas de riesgo (violencia, embarazos no deseados, drogas, etc.) con el propósito de captar la atención de sus padres.

Algunos de los problemas frecuentes son: Dificultad de los padres para poner los límites adecuados. Esto lo podemos ver en padres que se transforman en “amigos” de sus hijos, sin una clara diferencia de roles, dejando “huérfano” al adolescente. Y Dificultad para permitir la salida (desprendimiento) del adolescente del seno familiar.

Adulto Joven.

En esta etapa culmina el proceso de separación-individuación que se inicia en la infancia con la primera individuación (con ella se establece la sensación de estabilidad y capacidad para relacionarse con otros) y se continua con la segunda individuación, o separación psicológica de los padres en la adolescencia, lo cual se evidencia con la capacidad de tomar decisiones. La etapa que corresponde a la edad adulta temprana es intimidad contra aislamiento, en ella, los jóvenes adultos deben lograr la capacidad de intimar y establecer compromisos con los demás, si no lo logran, permanecerán aislados y solos. Para llegar a ella, es decir, la intimidad, es necesario encontrar la identidad en la adolescencia. El compromiso crítico de esta etapa es el de la reciprocidad verdadera en la pareja amorosa y la virtud que se alcanza es el amor, este es devoción mutua que subyaga para siempre el antagonismo inherente de las funciones divididas. Erik Erikson (como se cita en Jiménez 2012) quien divide al amor en esta etapa en cinco expresiones: Philip Rice (como se cita en Jiménez, 2012)

1. Amor romántico: expresado a través de ternura o apasionamiento, y caracterizado por sentimientos intensos.
2. Amor erótico: donde la atracción sexual, sexo y amor son interdependientes; en una relación sexual satisfactoria fortalece el amor de pareja

3. Amor dependiente: la mutua dependencia como necesidad de estar juntos, aunque en casos extremos podría llegar a transformarse en obsesión o comportamiento neurótico.

4. Amor filial: basado en compañía o interés común.

5. Amor altruista: en el que el interés y preocupación genuinos, así como el dar y recibir son mutuos.

Desarrollo de la personalidad.

A pesar de los cambios que se van experimentando con el paso de los años, existen rasgos de personalidad que se mantienen relativamente estables, pues son rasgos básicos característicos de todas las etapas de la vida, de tal forma que quien es simpático en la adolescencia, probablemente sea agradable a los 40 años o si alguien es de carácter abierto a los 20 años, probablemente sea abierto 10 años después, lo anterior no significa que la personalidad sea estática, ya que existen aspectos que evidencian cambios importantes, como la autoestima, la autorregulación y la estabilidad emocional.

Un cambio habitual durante la madurez es la tendencia a expresar aspectos de la personalidad que se habían reprimido durante la adolescencia o juventud; donde pueden cambiar su modelo estereotipado, pasando a ser más enérgicos, competitivos e independientes, Maslow (como se cita en Jiménez, 2012) considera a una persona madura con algunas características de personalidad, como la tolerancia, la espontaneidad, la aceptación de sí mismo y los demás, la integridad, la no superficialidad, el sentido del humor y la autonomía, “en quien las potencialidades del hombre se han realizado y desarrollado.

Toma de decisiones.

La toma de decisiones es el proceso de aprendizaje natural o estructurado mediante el cual se elige entre dos o más alternativas, opciones o formas para resolver diferentes situaciones o conflictos de la vida, la familia, empresa, organización. (Rodríguez y

Martínez, 2011). Según lo anterior, la toma de decisiones denota la oportunidad de elegir una alternativa que genere oportunidades y acciones positivas para la persona y su red social.

Por otra parte la toma de decisiones según Betancur, (citado en Rodríguez y Martínez, 2011). Es: Tomar una decisión siempre comienza por elegir entre decidir o no decidir. Al decidir, Viajar de un lugar A a B. Estamos asumiendo el compromiso con los resultados que se quieren alcanzar, mientras que al no decidir demostramos estar interesados en que las cosas sucedan, pero sin hacer nada para lograr los resultados deseados. Es decir, que las personas asumen una serie de responsabilidades al elegir entre una opción u otra.

Para la toma de decisiones es necesario conocer, comprender, analizar un problema, para así poder darle solución; en algunos casos por ser tan simples y cotidianos, este proceso se realiza de forma implícita y se soluciona muy rápidamente, pero existen otros casos en los cuales es necesario realizar un proceso más estructurado que puede dar más seguridad e información para resolver el problema. (Rodríguez y Martínez, 2011)

Según lo anterior, se hace necesario la revisión del entorno, el ambiente, las consecuencias y factores que contextualizan el problema o situación para de esta manera da una solución adecuada y positiva para el individuo.

Autoestima.

La autoestima es parte de la identidad personal y está profundamente marcada por la condición de género que determina en gran medida la vida individual y colectiva de las mujeres, tanto de manera positiva como de forma nociva. Según Lagarde (como se cita en Branden, s.f.), repensar la autoestima desde el feminismo ha generado un campo teórico comprometido con los intereses de las mujeres.

La autoestima para Jiménez (2015) es el amor propio, lo cual no significa quererse porque sí, ni creerse el mejor, sino que implica conocerse a sí mismo, saber cuáles son las virtudes y los puntos débiles, saber las herramientas se tienen para reaccionar ante las situaciones y cuáles son los recursos que se pueden aprender. El amor propio implica que ha habido un viaje a nuestro interior, que hemos tenido una conversación con nosotros mismos y que hemos conseguido hacer las paces con cada uno de nuestros “yo”. “El amor propio depende únicamente de ti, de cómo te veas tú, y no de lo que opinen los demás”.

Condición física en la edad adulta temprana.

Se entiende por condición física el conjunto de cualidades de los órganos que nos permiten realizar un trabajo durante el mayor tiempo posible, retrasando la aparición de la fatiga y disminuyendo el riesgo de lesiones.” En un afán de tener una mejor condición física o de conservarla, los adultos jóvenes pueden caer en el consumo de anabólicos, esteroides o suplementos nutricionales, así como de realizar prácticas o rutinas de ejercicio extenuantes que causan daño a los huesos o las articulaciones.

Salida de los Hijos del Hogar y Casamiento.

Esta nueva etapa está marcada por la capacidad de la familia de origen para desprenderse de sus hijos y de incorporar a nuevos individuos como el cónyuge y la familia política. Los hijos entrarán en una nueva etapa donde deberán formar su propia familia, con las características que vimos al inicio del capítulo, para poder continuar el ciclo vital. Desde el punto de vista de los padres, se enfrentan con la salida definitiva de los hijos del hogar. Hasta ahora se había agrandado el círculo social y afectivo en que se movía el/la joven, pero seguía siendo la familia de origen la única y la de pertenencia.

A partir de este momento los padres deberán reconocer a la nueva familia como diferente y con características propias, aceptando la incorporación de otros en la vida familiar. Problemas frecuentes - Algunas familias atraviesan esta etapa con mucha

dificultad. Las parejas que dejan “todo” por la crianza de los hijos pueden acusar a éstos de dejarlos solos, cuando en realidad lo que hay es una dificultad en la pareja (antes padre y madre) para reencontrarse, estar solos o aceptar el paso del tiempo. El hecho de que los hijos logren la salida del hogar, y el modo en que se realiza esta salida, podrá ser favorecido o no por las familias de origen.

Edad Madura.

La pareja se enfrentará a nuevos desafíos. Por un lado, el reencuentro entre ellos, dado por la salida de los hijos del hogar y por el cese laboral. De las características de este encuentro dependerá que la pareja continúe unida o no. Por otro lado, deberán afrontar cambios no solo en lo individual sino también a nivel familiar. El fin de la vida laboral (jubilación) que por algunos es tomado como el inicio de una nueva etapa, donde tendrán la oportunidad de realizar cosas postergadas durante la juventud, disfrutar de los nietos y seguir generando proyectos, para otros es el fin de su vida activa y el paso hacia una etapa “improductiva”.

Dentro de las familias aparecerán nuevos roles: abuelo/a. Este nuevo rol les permite a los padres, ahora abuelos, tener un contacto más libre y placentero con los nietos que lo que tenían con sus propios hijos.

Ancianidad.

Cada uno de los integrantes sufrirá cambios a nivel corporal (mayor fragilidad, enfermedades crónicas, etc.) y/o emocional (pensamientos con respecto a la muerte, pérdida de seres queridos, etc.). Todo esto requiere de un tiempo de procesamiento. En esta etapa del ciclo vital suele haber un revés en cuanto a quién proporciona los cuidados físicos, emocionales e incluso económicos de los padres. Las características de estos nuevos vínculos dependerán de cómo se establecieron las relaciones a lo largo de la historia familiar. Por otro lado son los abuelos los encargados de transmitir la historia, ritos y costumbres a las nuevas generaciones, ayudando así a establecer su identidad

individual y familiar. Esto los pone a ellos en un lugar privilegiado, que hoy en día es descuidado por las familias y la sociedad en general.

Capítulo III: vínculos afectivos

Pareja.

Es una relación significativa, consensuada, con estabilidad en el tiempo, con un referente obvio, el cual es el matrimonio; pero existen parejas humanas que no coinciden con los límites que aquel impone. La pareja humana no es pareja, en el sentido de no ser igual; supone la diferencia. Tampoco es semejante, ni parecida, ni similar, ni idéntica, ni lisa; está llena de facetas. No es tampoco una organización homogénea monótona. Tampoco es continua, ni es tersa o suave, aunque su definición nos lleva a pensar en esos sinónimos. Por el contrario, la pareja humana supone contrastes, variaciones e inestabilidades que pretenden la estabilidad. (Espriella.2008)

Se podría pensar que la pareja es una estructura simple, por el menor número de integrantes que otros sistemas humanos; pero dadas las características citadas, observamos una organización humana compleja, diferente a los individuos que la conforman. Caillé (como se cita en Espriella, 2008) afirma que “Además de compleja, la diada es paradójica”. Y esto último porque se considera, por ejemplo, que ella es mayor (o diferente) que la suma de sus integrantes o que es una organización estable, pero cambia.

Etapas de la pareja.

Enamoramiento.

Según Ortega 1985 (Choliz y Gómez, 2002), define el enamoramiento como un “estado anómalo de la atención, un estado inferior del espíritu, o una imbecilidad transitoria”. Con respecto a la percepción del enamoramiento, se ha observado que tanto para varones como para mujeres el estar enamorado se vincula con pensar mucho en el

ser amado, la necesidad de estar juntos y la presencia de sentimientos profundos. En la adolescencia temprana se observa que los varones dan más importancia a la atracción mutua mientras que las mujeres ponen el énfasis en la posibilidad de compartir y el compañerismo. Castro, 2004 (Galicia, Sánchez y Robles, 2013)

Amor.

Es el sentimiento sosegado, que da seguridad, estabilidad, tranquilidad y que nos hace agradable la convivencia con la pareja. Los estilos amorosos se aprenden a través de las reglas y prácticas culturales de la relación de pareja. Algunas culturas dan mayor énfasis a las funciones pragmáticas mientras otras resaltan los aspectos pasionales de la experiencia amorosa. La tipología de Lee (1988) ha sido empleada para analizar la relación entre estilos de amor y diversos factores sociales, culturales y estructurales, así como variables tales como el género y la edad Ferrer, Bosch, Navarro, Ramis y García, 2008 (como se cita en Galicia, Sánchez y Robles, 2013)

La relación de pareja es una dinámica relacional humana que va a estar dada por varios parámetros dependiendo de la sociedad donde esa relación sea una realidad. Estudiar el fenómeno de ser pareja amerita conocer el contexto cultural en donde ambos individuos han sido formados y donde se desenvuelven, ya que esto influirá directamente en la forma en que ambos ven y actúan dentro de una relación.

Por otro lado, Díaz, 1999 (como se cita en Estévez, 2013) planteo doce etapas que componen el proceso de iniciarse y vivir en pareja siendo diez modificadas por Sánchez, 2010 (como se cita en Estévez, 2013) para cualquier tipo de relación interpersonal significativa, de las cuales haremos mención de seis:

1. *Extraños/conocidos*, es la etapa en donde la persona tiene idea nula de la posibilidad y riqueza que puede ganar en la relación social significativa que inicia. Desde el estudio de Sánchez, 2002 (como se cita en Estévez, 2013) esta etapa fue definida como el inicio de la relación, pero donde todavía no existe una relación como tal, hay

desconocimiento de la persona, se es más objetivo, se evalúa al otro a partir del físico, lo que puede o no despertar la atracción posterior, hay curiosidad e interés por conocer al otro, no hay sentimientos ni emociones positivas, predomina la desconfianza, pena, timidez, temor, incomodidad e inseguridad.

Ante la presencia de ese extraño, es común responder con indiferencia, precaución o cautela, el acercamiento es paulatino a través de pláticas triviales y se establece inconscientemente un juego de aceptación- rechazo, que va desde manifestar conductas de coqueteo, como pasivas.

2. *conocidos*, es la etapa en la que se categoriza a la persona como alguien que podría convertirse en un conocido, se caracteriza por cierto grado de familiaridad y por conductas de reconocimiento, por ejemplo: sonrisas, saludos a nivel superficial, manteniendo un bajo grado de cercanía e intimidad.

Sánchez, 2000 (como se cita en Estévez, 2013) la describe como la etapa en la que se incrementa el interés por conocer a la persona y buscar posibles afinidades, no se perciben defectos y se pretende establecer una relación, en principio de amistad, se empiezan a sentir algunas emociones como confianza limitada, agrado o simpatía, tranquilidad, alegría, seguridad, atracción, aunque también puede haber incomodidad y nerviosismo. Es decir, Se busca acercamiento, aunque limitado, se responde con conductas más abiertas, se es más sincero, respetuoso, amable, si la persona no es agradable, se es indiferente y el ciclo se interrumpe.

3. *Amistad*, es la etapa en la que se inicia el convivir, compartiendo el gusto por interactuar y pasar tiempo al lado de la persona significativa.

Sánchez, 2000 (como se cita en Estévez, 2013) la refiere como la etapa de mayor valor para todo ser humano, es una etapa que necesariamente se debe cultivar, es el inicio de un paso más firme, es caracterizado por el deseo de conocer más a fondo a la persona y a su vida, se es solidario, leal, incondicional, reciproco, se acepta al otro y se es

empático. En ella se busca mayor acercamiento, pláticas con mayor intimidad, se es sincero, abierto, respetuoso, comprensivo, el contacto físico se traza bajo el ser amable con el otro y honesto.

4. *Atracción /Admiración*, es el ciclo donde se empieza a descubrir el lado claro de la otra persona, se le admira en algo y se reconoce sus enseñanzas.

Para Sánchez, 2000 (como se cita en Estévez, 2013) es la primera etapa de amor, en la cual hay interés de la persona, pues hay gusto físico e intelectual de una hacia la otra, se fijan los sentidos en alguien y se tiene el deseo de forjar una relación más que de pura amistad, se piensa continuamente en la otra persona y/o en la relación. Es decir, En esta etapa se es común idealizar y admirar al otro, con un trasfondo sexual, se despiertan emociones intensas bajos los estigmas de: agrado por estar con la persona, la necesidad de acercarse físicamente a ella, nerviosismo, pena, locura, pasión y placer.

5. *Pasión*, es la etapa en la que se responde al amor de manera fisiológica y hay una interpretación cognoscitiva de intensidad que define la relación como más cercana, con cualidades como romántica y pasional.

Sánchez, 2000 (como se cita en Estévez, 2013) la define como una etapa plena y vital, de enamoramiento que incluye romance, es caracterizada por la irracionalidad donde lo más importante es la persona pues ocupa todos los pensamientos, hay un gusto desmedido que se ve plasmado en el interés por el bienestar de la persona, se idealiza y se buscan afinidades.

6. *Romance*, es el periodo en la que se hace lo que sea por mantener la relación viva, llena de color, energía, se es cuidadoso con los detalles y es un patrón tratar de nutrir todos los días la relación.

Sánchez, 2000 (como se cita en Estévez, 2013) lo refiere como la etapa de enamoramiento profundo, pues se le ha definido como el “ideal vivido”, caracterizada por

una indescriptible mezcla de irracionalidad, solides, compromiso y amistad, lo que produce que todo se vea color de rosa.

7. *Compromiso*, es la fase en la que existen acuerdos, obligaciones y responsabilidades hacia la relación, pero el objetivo personal es querer permanecer al lado de la pareja y construir proyectos de manera conjunta.

Sánchez, 2000 (como se cita en Estévez, 2013) la delinea como el periodo en el que se inicia con la decisión de formar una relación sólida, con convección de pareja, en donde se toman las cosas con más formalidad, se piensa más en el futuro, en el deseo de formar una familia.

La línea de trabajo de Robert J. Sternberg.

La teoría triangular del amor del psicólogo estadounidense Robert Sternberg (como se cita en Mazadiego y Garcés, 2011) caracteriza el amor en una relación interpersonal según tres componentes diferentes; intimidad, pasión y compromiso. La intimidad, entendida como aquellos sentimientos dentro de una relación que promueven el acercamiento, el vínculo, la conexión y principalmente la auto revelación. La pasión, como estado de intenso deseo de unión con el otro, como expresión de deseos y necesidades. La decisión o compromiso, la decisión de amar a otra persona y el compromiso por mantener ese amor. 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.

Las siete formas del amor.

Sternberg (como se cita en Maureira, 2011) establece tres bases fundamentales del amor: intimidad, pasión y compromiso. Para él los diferentes tipos y etapas del amor pueden ser explicados mediante las combinaciones de estos tres elementos, se pueden

explicar desde la perspectiva de los grados de sentimiento que se expresan los seres humanos entre sí y comprenden la Falta de amor donde no existe pasión ni intimidad ni compromiso. Es así como establece siete tipos de amor:

Cariño, Es la relación donde existe un alto grado de intimidad, de verdadera amistad, pero sin la pasión y el compromiso a largo plazo. No es una forma de amor, puesto que no existe amor en ninguna de sus manifestaciones. El cariño, en este caso, no debe tomarse en un sentido trivial. Este es el cariño íntimo que caracteriza las verdaderas amistades, en donde se siente un vínculo y una cercanía con la otra persona, pero no pasión física ni compromiso a largo plazo.

Encaprichamiento, Es una relación con alto grado de pasión, pero sin intimidad y compromiso, por lo cual tiende a disolverse con facilidad. El encaprichamiento que es lo que comúnmente se siente como “amor a primera vista”. Sin intimidad ni compromiso, este amor puede desaparecer en cualquier momento.

Amor vacío, Es la relación con un alto grado de compromiso, pero sin intimidad y sin pasión). En el 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. Amor romántico, donde las parejas románticas están unidas emocionalmente (como en el caso del cariño) y físicamente, mediante la pasión.

Amor sociable, Es la relación en donde existe la intimidad y el compromiso, pero no hay pasión. Esto es común en los matrimonios de larga duración. El amor sociable o de compañía, que 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 muchos tiempos juntos en una relación sin deseo sexual.

Amor fatuo, Es la relación basada en la pasión y el compromiso. Amor fatuo o loco que 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.

Amor consumado, que 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. El amor consumado puede no ser permanente. Por ejemplo, si la pasión se pierde con el tiempo, puede convertirse en un amor sociable.

Por esta razón nosotros establecemos dos tipos de componentes en la relación de pareja: un componente biológico y tres componentes sociales:

El componente biológico.

La neurobiología actual nos entrega información sobre el proceso del amor romántico como una función dada por ciertas estructuras cerebrales y por neurotransmisores específicos que son necesarios para la experiencia amorosa. Desde un punto de vista biológico el amor es la necesidad fisiológica de una pareja exclusiva para la cópula, la reproducción y la crianza, y cuya satisfacción genera placer; La atracción y el amor es un proceso biológico que dependerá de la estructura cerebral de cada individuo

Los componentes sociales.

Toda relación de pareja se basa en tres componentes sociales: el compromiso, la intimidad y el romance, que poseerán características propias dependiendo de la cultura en donde se lleven a cabo dichas prácticas.

Es importante no confundir el amor con la relación de pareja, siendo el primero el funcionamiento de circuitos cerebrales que al ser dañados o inhibidos terminan con la experiencia amorosa, situación que también ocurre en forma natural con el transcurso del tiempo como cualquier sistema motivacional frente al mismo estímulo, en contraste con la relación de pareja donde el amor es uno, pero no el único, de sus componentes, Siendo el compromiso, la intimidad y el romance fundamentales para mantener la relación cuando el amor disminuye.

Teoría del vínculo y apego emocional.

El desarrollo de la Teoría del Apego y el concepto de vínculo están estrechamente unidos a la figura del psicoanalista británico John Bowlby (1907-1990). El doctor Bowlby trabajaba en el Departamento Infantil de la Clínica Tavistock en Londres, cuando en 1948 la Organización Mundial de la Salud (WHO) le encomendó la tarea de investigar las necesidades de los niños sin hogar, huérfanos y separados de sus familias, producto de la Segunda Guerra Mundial. El concepto de apego alude a la disposición que tiene un niño o una persona mayor para buscar la proximidad y el contacto con un individuo, sobre todo bajo ciertas circunstancias percibidas como adversas. Esta disposición cambia lentamente con el tiempo y no se ve afectada por situaciones del momento. La conducta de apego, en cambio, se adopta de vez en cuando para obtener esa proximidad. (Repetur y Quezada, 2005).

La conducta de apego es definida por Bowlby, 1983 (como se cita en Repetur y Quezada, 2005) como cualquier forma de conducta que tiene como resultado el logro o la conservación de la proximidad con otro individuo claramente identificado al que se considera mejor capacitado para enfrentarse al mundo. Esto resulta sumamente obvio cada vez que la persona está asustada, fatigada o enferma, y se siente aliviada en el consuelo y los cuidados. Según lo anterior, el apego se establece entre dos personas en el que se intercambian sentimientos que pueden ser positivos o negativos.

Vínculo afectivo.

La conducta de apego puede manifestarse en relación con diversos individuos, mientras que el vínculo se limita a unos pocos. El vínculo puede ser definido como un lazo afectivo que una persona o animal forma entre sí mismo y otro, lazo que los junta en el espacio y que perdura en el tiempo. El sello conductual del vínculo es la búsqueda para conseguir y mantener un cierto grado de proximidad hacia el objeto de apego, que va desde el contacto físico cercano bajo ciertas circunstancias, hasta la interacción o la comunicación a través de la distancia, bajo otras circunstancias. (Repetur y Quezada, 2005).

El vínculo de pareja se constituye en uno de los más importantes que construyen las personas en sus vidas. Tal relevancia implica, por un lado, la revisión de esquemas personales, sobre el concepto que se ha creado sobre este y, por otro, la disposición de aprender cosas nuevas y, con estas, asumir actitudes que tienen que ver con varios aspectos. Dentro de estos, podrían mencionarse los siguientes: i) aceptar a la persona tal cual es, en tanto algunos rasgos no atenten contra la dignidad de la otra, ii) mantener apertura constante a la comunicación, en particular, en momentos de crisis, iii) conocerse y valorarse a sí mismos, antes de conocer y valorar al otro, iv) mantener o crear detalles que, de antemano, se sabe producen gratificación en la pareja, v) respetar compromisos adquiridos y vi) tratar de vivenciar cosas, a través del movimiento de roles como una de las estrategias. Cada uno de esos elementos, debidamente desarrollados, se constituye, a su vez, en recomendaciones que, de ser adecuadamente implementadas, facilitan la creación de vínculos más saludables y duraderos. (Ortega, 2012).

Apego emocional.

La dependencia emocional es una necesidad afectiva extrema y continua, que obliga a las personas que la padecen a satisfacerla en el ámbito de las relaciones de pareja; en consecuencia, gran parte de la vida de estas personas gira en torno al amor. Aunque este fenómeno puede aparecer puntualmente en la vida de un individuo (es decir, sólo en

una de sus relaciones), lo más normal es que sea una constante en él; por lo tanto, la mayor parte de sus relaciones de pareja presentarán un patrón característico regido por la mencionada necesidad afectiva extrema. Es importante destacar que esta dependencia o necesidad no debe ser de tipo material, económico o fundamentada en una minusvalía o indefensión personal del sujeto, sino que tiene que ser específicamente emocional para que podamos hablar de este fenómeno psicopatológico. (Castello, 2005).

En principio, puede parecer que, aunque haya una necesidad amorosa mucho más fuerte de lo normal, la dependencia emocional no debería ser motivo de desadaptación, sufrimiento o insatisfacción. Nada más lejos de la realidad. Los dependientes emocionales no dirigen sus demandas hacia cualquier persona, sino que se fijan en determinadas características que les resultan atractivas. En concreto, buscan personas egocéntricas, peculiares, seguras de sí mismas, dominantes y poco afectuosas para emparejarse con ellas. Puede llamar la atención que este tipo de individuos sean los predilectos para unas personas que tienen unas demandas afectivas descomunales, pero es que precisamente se fijan en ellos porque los idealizan, los encumbran hasta extremos difíciles de imaginar, viendo prácticamente dioses o seres excepcionales donde sólo hay sujetos que, muchas veces, hacen la vida imposible a sus parejas. Estos individuos son todo lo contrario que los dependientes emocionales, al menos en lo que a autoestima y valoración de sí mismos se refiere, de ahí la idealización incondicional que efectúan las personas con dependencia emocional. (Castello, 2005).

Los dependientes emocionales, en consecuencia, viven por y para su pareja, que, como ya hemos expuesto, acepta esta entrega y sumisión incondicionales de muy buen grado. Ambos miembros de la relación convendrán en que la persona importante de la pareja es el compañero del dependiente emocional. Lo negativo de esta situación es que este desequilibrio aumentará a pasos agigantados, hasta el punto de que el dependiente emocional será prácticamente un súbdito de su pareja. Ésta aprovechará la circunstancia para explotar y dominar a su antojo en el seno de la relación, tanto por su propia personalidad como por la sumisión y admiración con la que se encontrará por parte del mismo dependiente. (Castello, 2005).

Apego seguro.

Las figuras de apego experimentan una preocupación sincera por el cuidado de su bebé, y son capaces de expresar de manera perceptible por su bebé esta preocupación. Las figuras de apego no sólo sienten esta preocupación sincera, sino que además son capaces de reconocer las necesidades de su bebé con bastante precisión y las satisfacen sin ser invasivos y sin ser demasiado despreocupados. (Barroso, 2011). Estos niños se convierten en adultos que se sienten seguros en las relaciones interpersonales, incluidas las de máxima intimidad, en las que podrán identificar las situaciones que pueden fomentar daño, y las que generan bienestar.

Apego inseguro.

Las figuras de apego en este caso no son tanto hostiles como insensibles. Pero en otras ocasiones (cuando la figura de apego se encuentra feliz, animada, tranquila, o siente la apetencia de relacionarse con el niño) se muestra sensible, afectuosa y competente reconociendo la necesidad exacta de su bebé y satisfaciéndola de manera afectiva y cálida. Sin embargo, estos estados de la figura de apego, que oscilan entre insensible-sensible no dependen de las conductas del bebé, dependen de cuestiones relacionadas con la figura de apego, que el bebé no puede conocer y por tanto prever. (Barroso, 2011). Estos niños se convierten en personas que experimentan malestar, emociones de enojo y tristeza muy fuertes, producto de una sensación de abandono, inseguridad y baja autoestima.

Desarrollo de la dependencia emocional.

La dependencia emocional se desarrolla en el individuo según diversos factores. La mayoría de los estudios (Bornstein, 1992; Schore, 1994; Castello, 2000; Goleman, 2006; Bornstein, 2011) lo asocian a la sobreprotección de los padres, sin importar la

cultura. Es decir, el autoritarismo parental se vincula con la generación de dependencias en los niños, adolescentes y adultos. Si en las relaciones parentales no se ocasiona la capacidad de ofrecer al niño comportamientos independientes y autónomos, sobreprotegiendo y evitando todo acto de construcción de su ser por sí mismo (en especial en la adolescencia), el individuo tiene una alta probabilidad de engendrar una dependencia emocional hacia los demás. Es decir, la incapacidad de que el infante se desarrolle autónomamente y aprenda por ensayo – error durante este período crítico. (Rodríguez, s.f.)

Las modalidades de padres autoritarios se relacionan con el apego inseguro denominado por Bowlby, 1958 (como se cita en Rodríguez, s.f.) donde el niño es muy dependiente de su figura paternal, teniendo una ansiedad y miedo constante de separación.

La teoría de Schore, 1994 (como se cita en Rodríguez, s.f.) destaca la importancia de las relaciones interpersonales (como la anteriormente citada de los padres) en la remodelación del cerebro. A través de la afirmación, mundialmente reconocida, de la teoría de la neuroplasticidad, Schore nos muestra que el cerebro va moldeándose significativamente, movilizandocircuitos neuronales, por personas cercanas y relaciones interpersonales, en especial las negativas. Así pues, una mala experiencia amorosa o familiar puede provocar una desconfiguración en nuestro sistema cerebral. Una vez definido el estilo de apego durante la infancia se desarrolla similarmente en la edad adulta, manteniéndose estable e influyendo en nuestras relaciones interpersonales. Si se produce un apego inseguro florecerá incorrectamente la corteza orbifrontal, limitando la capacidad de regulación de emociones inquietantes como: miedo, enfado, etc.

Las características del niño con apego inseguro son muy similares a las del dependiente emocional buscando la proximidad y con desasosiego a perderla. La dependencia emocional tiene una relación directa con el apego ansioso, pero al viceversa no se produce Castillo, 2000 (como se cita en Rodríguez, s.f.).

Shaver, 1999, (como se cita en Rodríguez, s.f.) aplica la teoría del apego de Bowlby a las relaciones interpersonales adultas, identificando variadas tipologías. Aproximadamente el 20% de las parejas caen en relaciones ansiosas, personas indignas de amor que se preocupan excesivamente por el paradero de su pareja y se encuentran en un vacío sin ellas. Tienen grandes sentimientos de sufrir abandonos y una obsesión rumiante excesiva. No solo se aplica a las parejas, sino que experimenta sensaciones similares en las relaciones amistosas y familiares. Esta preocupación excesiva en mantener la relación interpersonal produce una ausencia de felicidad y confianza proclive de una ruptura inmediata.

Por otro lado, el rechazo produce dependencia interpersonal. Todos esperamos conectar con las personas que intervienen en el transcurso de nuestra vida. Cuando en una relación no se presta la suficiente atención, un individuo no asume su parte de compromiso, se genera siempre un sentimiento de desamparación que puede favorecer dependencias emocionales. Este sentimiento negativo tiene un origen neuronal situado en la corteza cingulada anterior (CCA) siendo la misma región que se activa cuando se produce un daño físico Goleman, 2006 (como se cita en Rodríguez, s.f.). Por lo tanto, cuando se produce el rechazo social se activan los mismos circuitos cerebrales que avisan de un posible daño físico. Por esta razón, el cerebro se ha modulado de tal forma que el dolor de la pérdida de un ser querido o de la exclusión se asemeja cognitivamente al impacto físico: “me han partido el corazón”, “se me fue la vida”.

Características de los dependientes emocionales.

Los dependientes emocionales son individuos muy motivados a complacer a otras personas para lograr protección y apoyo. Generalmente, reúnen un perfil psicológico donde se dejan influir, significativamente, por las opiniones de los demás para cumplir sus expectativas y deseos. Sin embargo, cuando el individuo adquiere el rol de complacer a un compañero o la figura de autoridad, normalmente, el dependiente opta por complacer a la autoridad Bornstein, 1992 (como se cita en Rodríguez, s.f) ya que es el personaje capaz de ofrecer mayor orientación, apoyo y protección. Por esta razón, podemos

generalizar que presentan un déficit de habilidades sociales, con ausencia de asertividad, un alto índice de egoísmo y una exclusividad impuesta.

El dependiente emocional transforma el amor en dolor, el placer en disgusto. Su mayor defecto a nuestro parecer, es su escasa estima, la preocupación excesiva por los demás, obviando el ítem más relevante del ser, su persona, ante la siguiente tesis es fácil poder deducir que los sentimientos se encuentran a “flor de piel” en sus relaciones y que la indiferencia o la ruptura pueden llegar a ser más dañinas que para el resto de los individuos, el rechazo es la principal fuente de dependencia emocional en las relaciones interpersonales. A nadie le agrada la idea de ser repudiados u alejados, en algunos casos para mitigar ese dolor, los dependientes acuden al alcohol u otras drogas permitiendo calmar químicamente su enojo, ansiedad o depresión, ayudando a sosegar cogniciones que le atormentan. (Rodríguez, s.f.).

Dependencia afectiva por áreas.

Área cognitiva.

Este apartado describe las características cognoscitivas (de pensamiento) o sus limitaciones y carencias de sujetos con DA. El objetivo es analizar si la persona es capaz de interpretar adecuadamente su entorno social y hace razonamientos, inferencias y atribuciones apropiadas, incluidas las competencias de regulación verbal. Indagar los pensamientos, las reglas, marcos y filosofías respecto a una relación en pareja, es el objetivo fundamental en el abordaje de esta problemática. De esta manera, es común encontrar un miedo desproporcionado a estar solo, pensamientos de no valer nada, de no merecer amor, que la pareja es infiel, entre muchos otros que tienden a variar dependiendo del consultante y sus quejas Collins y Feeney, 2004 (como se cita en Martínez y Acosta, 2013).

Área conductual.

Se pueden observar comportamientos encaminados a disponer del otro, a expresar emociones intensas y a complacer por medio de la atención exclusiva a la pareja, dejando de lado necesidades e intereses personales incluso de manera obsesiva, tal como podría presentarse dentro de un trastorno obsesivo compulsivo. Esto se refleja en las conductas de reparación y comprobación que suelen presentar estos individuos (v. g. llamadas o mensajes continuos, revisión de redes sociales, de objetos personales, entre otras), Bogerts, 2005 (como se cita en Martínez y Acosta, 2013).

Estos comportamientos suelen ser resultado de la evitación que hace la persona a establecer contacto con sus experiencias privadas (v. g. pensamientos sobre lo que está haciendo su pareja, ansiedad al estar solo, estados emocionales de tristeza o preocupación) y se comporta deliberadamente para alterar, tanto la forma o frecuencia de tales experiencias, como las condiciones que las generan. (Martínez y Acosta, 2013).

Área emocional.

Esta área caracteriza las competencias de la persona para identificar estados emocionales y afectivos en sí mismo y en los demás, así como la capacidad para relacionarlos con el contexto. También permite relacionar las congruencias entre la situación y los parámetros topográficos (intensidad, duración, frecuencia) de estos estados, los repertorios de autorregulación y de expresión emocional (Muñoz & Novoa-Gómez, 2010 citado en Martínez y Acosta, 2013).

Para concluir la dependencia emocional es un proceso que se puede desarrollar a lo largo de la vida de la persona, presenta diversos factores económicos, sociales, religiosos y culturales. La baja autoestima y sobreprotección de los padres es uno de estos que interfieren en el sano desarrollo emocional del individuo. De igual forma existen diferentes tipos de apego como lo es el apego seguro e inseguro.

Capítulo IV - Orientación e identidad sexual

Es relevante tener en cuenta que los seres vivos poseemos una identidad sexual la cual viene definida en el momento del nacimiento de una persona por sus cualidades físicas o genéticas que nos permiten identificar como hombre o mujer, algo muy distinto a la identidad de género, relacionada con el sentimiento que el propio individuo tiene acerca de si mismo/a (se siente hombre o mujer, indistintamente de sus rasgos físicos identificativos). Esta identidad comporta dos roles de género tanto en hombres como en mujeres, en los hombres a lo largo de la historia se les ha atribuido la fuerza, vigorosidad, son vistos como activos y poco sentimentales, a las mujeres en cambio, se les ha ido identificado otro rol como pasivas, un poco débiles excesivamente sentimentales y como responsables del cuidado del hogar. (García. 2013)

La orientación sexual se manifiesta como un sentimiento profundo y esencial, es una vivencia muy estable en la mayoría de las personas, y que una vez que se establece suele mantenerse constante a lo largo de la vida, la orientación sexual no se transmite de padres a hijos, de hecho empezamos a gestar nuestra orientación sexual en la infancia y la desarrollamos fundamentalmente en la adolescencia, es en esta etapa de nuestra vida cuando la mayoría de las personas tomamos conciencia de hacia dónde se dirige nuestro deseo sexual. Sin embargo, hay también quien descubre su orientación sexual homosexual o bisexual en la edad adulta. El proceso de construcción de la orientación sexual es muy similar en heterosexuales y homosexuales; el deseo, la atracción, el enamoramiento, el placer sexual, es el mismo para heterosexuales, homosexuales y lesbianas. (Mujika y Uretra. 2007)

El comportamiento sexual son aquellas acciones que una persona realiza en el ámbito sexual. Una persona puede mantener relaciones sexuales con alguien de su mismo sexo sin ser homosexual. Ahora bien, profundizando un poco la orientación sexual como tal en el ser humano es la elección que hacen las personas siendo conscientes de lo que desean para su vida sentimental, de pareja, va en función de a quién desean, de quién se enamoran o con quién querrían mantener relaciones sexuales las personas de un

determinado sexo, no lo determina la identidad sexual. Por ello, se han establecido tres tipos:

- *Orientación heterosexual*: las personas por las que se siente atracción son las pertenecientes al sexo contrario.

- *Orientación homosexual*: las personas del mismo sexo son por las que la persona se siente atraído.

- *Orientación bisexual*: indistintamente, al individuo le atraen personas de ambos sexos.

Pero ¿Qué es la homosexualidad? Siguiendo a Ugarte (2006) vamos a definir la homosexualidad (del griego homós = que significa igual y no proviene de la palabra homo que significa hombre y el latín sexualis) como “la atracción sexual y emocional hacia personas del mismo sexo, que como tal, lleva implícita – aunque no siempre de forma exclusiva. (García. 2013) – el deseo sexual, las fantasías eróticas, la vinculación emocional y las conductas sexuales deseadas con personas del mismo sexo” Dentro del colectivo homosexual podemos distinguir dos grupos:

- Gais: hombres que son atraídos por otros hombres.

- Lesbianas: mujeres que se sienten atraídas por otras mujeres.

La pareja homosexual a igual que la heterosexual, elige con quien va a estar teniendo en cuenta tres elementos que son fundamentales: psicológicos, sociales y culturales, esto con el fin de tener un mejor desarrollo de la misma, cabe mencionar que la dinámica de las parejas heterosexuales marca una pauta significativa para las parejas homosexuales, es decir los roles de género (masculino, femenino) son tomados como modelos de las relaciones homosexuales, por ej.: pasivo: femenino, activo: masculino. Por otro lado, otras se estructuran con base en la edad, (joven-adulto) aquí por lo general la jerarquía y la autoridad la tendrá casi siempre el de mayor edad, así como también en casi

todos los casos es quien asume el rol de activo en la pareja. Sin embargo, en las edades jóvenes se busca tener relaciones con los pares y dentro de estas desarrollar la igualdad en aspectos como toma de decisiones, responsabilidad, ejecución de actividades, empoderamiento, respeto, entre otras. Ramos (2011)

Dentro del desarrollo de las relaciones existen unas normas o límites como son:

Parejas cerradas: consideran la exclusividad sexual un valor, la no exclusividad es motivo de ruptura, ya que por lo regular hay infidelidad.

Parejas abiertas: cada miembro de la pareja asume con el consentimiento del otro(a), cierto grado de independencia para mantener relaciones sexuales externas a su relación, sin que esto sea considerado infidelidad.

Etapas de la relación.

Sensibilización: se empieza a reconocer que se siente “algo”, que se es “diferente”. Toma de conciencia de deseos hacia al mismo sexo: se asume su propia orientación sexual, pero no se acepta el concepto de “homosexual” siendo frecuente la siguiente afirmación (me gustan las personas de mí mismo sexo, pero no soy un homosexual).

Reconocimiento y autodefinition como homosexual: “soy homosexual” Existe la necesidad de conocer y estar en contacto con personas de su misma preferencia sexual, se mantiene una clara doble vida con una importante ocultación de la homosexualidad en el entorno próximo.

Aceptación de la propia homosexualidad: se concede un significado muy positivo al hecho de ser homosexual, y en este sentido se describe como una característica más importante de sí mismo(a). Se tienen críticas hacia la sociedad, en las cuales identifican dos grupos diferentes, los heterosexuales y los homosexuales.

Integración de la homosexualidad como parte de la identidad personal y social: Únicamente se concede a la homosexualidad un significado sexual, se la sitúa en el lugar que debe, no como la primera o una de las primeras características de sí mismo(a). La homosexualidad no interfiere y no mediatiza las relaciones interpersonales ni la propia vida.

Funciones en la pareja.

Funciones de comunicación: Dentro de esta se encuentran la comunicación clara, directa y congruente, la adjudicación y asunción de roles, que consta de congruencia, satisfacción y flexibilidad. Dentro de la satisfacción sexual se halla la frecuencia en la actividad sexual afecto, toma de decisiones y respeto mutuo en las relaciones.

Función de afecto: Manifestaciones físicas, calidad de convivencia. reciprocidad.

Función de toma de decisiones: dentro de están se conocen la toma de decisiones conjuntas y la toma de decisiones individual. Hace poco se aprobó o se dio un paso trascendental para las parejas del mismo sexo como fue la aprobación del matrimonio homosexual, derecho por el cual se venía luchando hace muchos años y que hasta hace poco está funcionando a nivel mundial, la fase de matrimonio o fase de expansión, fases del ciclo vital de la pareja o familia.

Ahora bien, las relaciones de parejas heterosexuales no poseen características diferentes a las homosexuales, tanto el hombre como la mujer tienen conductas de acuerdo al entorno en el que se hallan desarrollado, hasta el siglo XVIII la sexualidad era legítima solo para la reproducción dentro del matrimonio y la familia patriarcal, basada en el discurso de la moral judeocristiana. La única conducta sexual permitida era la coital dentro del matrimonio. El placer sexual era algo prohibido y pecaminoso, que era controlado con la culpa. La mujer debía ser pura y casta, cuestión que los hombres debían cuidar, ya que ellas en su fragilidad no lo podían hacer. Los hombres si podían mantener

mayor actividad sexual, él era proveedor y la mujer ama de casa, situación que con el paso de los años ha ido cambiando poco a poco y en las últimas décadas con mayor rapidez, las luchas de las mujeres por sus propios derechos han llevado a una mayor libertad en cuanto a la expresión y el placer sexual.

La heterosexualidad refiere no solamente una orientación sexual, sino como una poderosa institución dentro de la sociedad patriarcal, la pareja heterosexual hombre y mujer, se encuentran en la búsqueda de su complemento y su completud. El enamoramiento nace cuando se logra conocer cualidades del otro que se carecen, de esa forma nace una nueva familia, uniéndose con vínculos de las familias de origen. Tiempos atrás la unión en matrimonio monógama y reproductora fue un centro normativo, que dejaba por fuera el resto de sexualidades, lo que actualmente ha cambiado de manera significativa, brindándole la oportunidad a otras sexualidades de elegir por esta opción. Pero se debe tener en cuenta que el proyecto de esta unión nace para toda la vida; muchas parejas optan por tener hijos que luego traerán nietos y convertirán a esta pareja en abuelos, por lo que están sujetos a cambios por el ciclo vital. Platone (2007).

Sin embargo, la “cultura popular” posee una visión heterocentrista acerca de los homosexuales, donde todos tienen las mismas características solo por su orientación sexual y se desconoce que son tan iguales y a la vez tan diferentes como los heterosexuales. Se define al homosexual en términos de su sexualidad con atributos promiscuos y en constante búsqueda de relaciones sexuales ocasionales. Se cree que intenta ocultar su infelicidad con relaciones ocasionales, definiéndolos como ermitaños y bizarros. Se supone que toma como objeto sexual a sujetos heterosexuales que lo rechazan, ya que no tiene juicio de discriminación. Es siempre afeminado y se le asocia directamente con la penetración anal. Aún existe una creencia generalizada de que el homosexual está condenado a una vida desgraciada, destinado a culminar sus días suicidándose o convertido en un viejo baboso que pagar por sexo. Esta es una visión heterocentrista donde el único camino válido es el heterosexual y el resto es desviación, perversión y enfermedad. Araguez (2012) los sujetos homosexuales tienen inestabilidad en sus relaciones afectivas, su emotividad está caracterizada por depresiones,

nerviosismo, problemas relacionales y psicosomáticos, que nada tiene que ver con la supuesta discriminación por parte de la sociedad. Considera que son incapaces de madurar y ser adultos. No son felices interiormente expresa el autor, también considera que las parejas homosexuales no tienen derecho a unirse en matrimonio porque son contra natural y por lo tanto no son fundantes naturales de familias. Estos no estarían en condiciones de brindar un ámbito adecuado para la procreación y educación de sus hijos.

Los roles masculinos y femeninos que en la sociedad se consideran “naturales” son expresiones culturales y económicas. Muñoz.1996 (como se cita en Araguez.2012) El mito del género es uno de los mitos centrales en la sociedad patriarcal, este regula la distribución del poder relacionada directamente con el género y el sexo. Esta división entre hombres y mujeres parecía necesaria, natural y universal. Ya que crea roles bien diferenciados: lo masculino y lo femenino como opuestos. Scala.2005 (como se cita en Araguez. 2012)

A manera de conclusión, las parejas homosexuales y las parejas heterosexuales presentan los mismos problemas, porque no se puede discriminar y creer que las parejas homosexuales van a desarrollar rasgos de personalidad, conductas, sentimientos, emociones, toma de decisiones celos, dominio sobre el otro, infidelidad, malentendidos, entre un sinnúmero de situaciones, y pensar que los heterosexuales no, y viceversa. La verdad es poco lo que importa el género de la pareja porque hablamos de emociones humanas que no están sujetas a distinción. El amor es un sentimiento universal, pero la forma de entenderlo depende de cada persona.

Pudiera parecer que el principal problema de las parejas heterosexuales, que son las diferencias entre hombres y mujeres debido a la falta de comunicación, estaría resuelto en el caso de las parejas homosexuales. Pudiera parecer que una pareja de dos mujeres, por ejemplo, se entenderían mejor porque hablan el mismo idioma, pero la realidad es que no es tan fácil. De esto deducimos que lograr una relación estable es tan complicado para los homosexuales como para los heterosexuales, y el motivo no es otro que esa forma de amar institucionalizada en la que prima el sentido de pertenencia y posesión y la idea

errónea de que vivir en una relación de pareja es una continua lucha de poderes. Vélez (2016).

Lo innegable es que no existen diferencias entre las relaciones de pareja homosexuales y las relaciones heterosexuales. mujer y hombre, hombre y hombre o mujer y mujer, poseen las mismas características y cualidades dentro de la relación de pareja, infaliblemente cada pajora independientemente de la orientación sexual que posea, debe cuidar esa relación para que se mantenga en el tiempo, esa es la base y la cualidad que se comparte todos en las relaciones sentimentales.

METODOLOGÍA

Población

La población seleccionada para la realización de este estudio fueron parejas en el ciclo vital de adultez joven que tengan establecida una relación afectiva ya sea heterosexual u homosexual. No se establece un número exacto de la población puesto que no puede ser medida en plenitud.

Muestra

La elección de los sujetos a investigar se realizó por métodos de conveniencia de una muestra que comprendiera parejas en edades de 20 y 30 años de edad, el total de la muestra fue de un hombre y tres mujeres en la etapa de adultez joven. El muestreo por conveniencia o por selección intencionada consiste en la elección por métodos no aleatorios de una muestra cuyas características sean similares a las de la población objetivo. En este tipo de muestreos la “representatividad” la determina el investigador de modo subjetivo. (Casal y Mateu, 2003).

Criterios de inclusión: los criterios a tener en cuenta para seleccionar a los cuatro participantes a investigar fueron los siguientes: Adultos jóvenes desde los 20 a 30 años. Con relación de pareja estable en la actualidad.

Diseño

Descriptivo, se utilizó para este tipo de estudio ya que el objetivo se inclina hacia explorar la interacción y desarrollo de la dependencia emocional en parejas de adultos jóvenes homosexuales y heterosexuales de la ciudad de Pamplona. El método empleado fue el “Estudio de caso”, donde se usan dos casos a la vez para estudiar y describir una realidad. Este permite producir un razonamiento inductivo a partir del estudio, y una entrevista semiestructurada. Este tipo de estudio se basa en la observación, en la cual no se interviene o manipula el factor de estudio, de igual forma pretende identificar y

describir fenómenos de salud y/o enfermedad, mediante la observación y medición de los mismos, intentando dar respuesta a las preguntas básicas de la investigación. (García, 2004).

Tipo de investigación

En esta investigación es pertinente utilizar el método cualitativo ya que esta emplea muestras pequeñas y métodos de recolección de datos que no son cuantificables, además este método permite realizar análisis profundos acerca de un fenómeno, dando paso a la descripción de las características o razones por las cuales ocurre o se causa la problemática (Castillo, 2003). Este tipo de investigación se efectúa con un corte transversal dado que mide la prevalencia de la exposición y del efecto en la muestra poblacional en un solo momento temporal.

Instrumentos

Entrevista semiestructurada.

La entrevista semiestructurada aplicada consta de 47 preguntas abiertas, cuyo objetivo es explorar la interacción y desarrollo de la dependencia emocional en parejas de adultos jóvenes homosexuales y heterosexuales de la ciudad de Pamplona. Esta entrevista está constituida por cinco categorías, estas son dinámica de la relación de pareja, dependencia, personalidad (sumisa- dominante), autoestima y toma de decisiones, necesidad afectiva y económica. De esta manera se pretende llegar a recolectar información relevante para poder hacer un análisis de los resultados que esta herramienta nos facilite para llevar a cabo los objetivos propuestos inicialmente en esta monografía de investigación.

Las entrevistas semiestructurada, por su parte se basan en una guía de asuntos o preguntas y el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar conceptos u obtener mayor información sobre los temas deseados (es decir no

todas las preguntas están predeterminadas). Hernández, Fernández & Baptista (2010). (Ver Apéndice 1)

Relato de vida.

La historia de vida es una estrategia de la investigación, encaminada a generar versiones alternativas de la historia social, a partir de la reconstrucción de las experiencias personales. Se constituye en un recurso de primer orden para el estudio de los hechos humanos, porque facilita el conocimiento acerca de la relación de la subjetividad con las instituciones sociales, sus imaginarios y representaciones simbólicas. La historia de vida permite traducir la cotidianidad en palabras, gestos, símbolos, anécdotas, relatos, y constituye una expresión de la permanente interacción entre la historia personal y la historia social. Puyana (s.f.)

En el relato de vida el entrevistador permite al entrevistado ampliar la respuesta a cada pregunta enunciada, el relato de vida posee de tres (3) categorías las cuales constan de nueve (9) a trece (13) preguntas dando un total de treinta y tres (33).

La finalidad de este instrumento es poder conocer un poco más de la vida del entrevistado, específicamente en las etapas de infancia y adolescencia, donde por lo general surgen experiencias que marcan un precedente frente a lo que es el desarrollo del apego. (Ver Apéndice 2)

Categorías de investigación.

Al recopilar los datos cualitativos, se debe generar un análisis de los resultados obtenidos en cada uno de los puntos de la entrevista semiestructurada. A continuación, se hace una descripción de cada una de las categorías abordadas.

Dinámica de la relación de pareja: En esta categoría se analiza la dinámica de la pareja, lo que permite conocer la interacción y percepción de la relación en los dos casos

analizados, se parte de principios fundamentales como la descripción de la relación, el tiempo que comparten, la resolución de conflictos y los planes a futuro.

Dependencia y apego: en este apartado se destaca la necesidad afectiva extrema y continua de la pareja. Como ejemplo el perdonar en repetidas ocasiones una infidelidad, el miedo de terminar la relación y suplicar o pensar en el suicidio en algunos casos.

Autoestima y Toma de decisiones: Con las preguntas que se encuentran inmersas en esta categoría se quiere indagar acerca de cómo es la toma de decisiones y el concepto de la autoestima en la relación de pareja en cuanto a sus gustos e intereses individuales o con su familia y amigos.

Personalidad (sumisa-dominante): Dentro de la presente categoría se encuentran preguntas que están enfocadas en la recolección de información acerca del tipo de personalidad que asume la persona en la relación de pareja, en cuanto a situaciones dominantes o sumisas.

Necesidad afectiva y económica: en esta categoría se abordan preguntas enfatizadas a la búsqueda y necesidad de amor por parte de una persona y la ayuda económica que recibe por parte de la pareja que se convierte en una necesidad.

Además de las categorías enunciadas anteriormente, en el relato de vida se incluyó una categoría extra para analizar la dinámica familiar desde los estilos de crianza y como esta aporta para el desarrollo del apego.

Desarrollo y estilo de crianza: nos dirigimos exactamente a los patrones de crianza utilizados por sus padres o cuidadores, y a la manera como fue el desarrollo en el ente familiar, social, y cultural de la persona.

Procedimiento

En primer lugar, se seleccionaron por el método de conveniencia un hombre con relación de pareja homosexual, dos mujeres con relación de pareja heterosexual y por último una mujer con pareja homosexual de la ciudad de Pamplona. Para iniciar se hizo un acercamiento a los participantes informándoles acerca de la temática a investigar y posteriormente se solicitó el consentimiento de los mismos para formar parte de dicho estudio como participantes. En una primera sesión se realizó de manera individual la entrevista perteneciente al relato de vida a la mujer de 21 años, seguidamente al hombre de 24 años, luego la mujer de 24, terminando con la de 23 con el fin de recolectar información de desarrollo, estilos de crianza, autoestima y tipos de apego referente a la infancia y adolescencia de los participantes.

Por último, se llevó a cabo en una segunda sesión la aplicación de la entrevista semiestructurada referente a las categorías de dinámica de la relación de pareja, toma de decisiones, dependencia, tipo de personalidad (sumisa-dominante), necesidad afectiva y económica en los participantes. De igual forma se iban realizando las observaciones no participantes en cada una de las sesiones.

PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

Entrevista semiestructurada

Categorías.

1. Dinámica de la pareja.

En este apartado según la entrevista se evidencio que la dinámica de la pareja la primera participante manifiesta tener una relación de 4 años y medio la cual describe como adecuada, ratifica que piensa en ella todo el tiempo, cada segundo y que está segura de los sentimientos porque su pareja viene a verla, dice no tener los mismos amigos y que las discusiones generalmente se presentan por la distancia y lo resuelven hablando. Por otra parte la segunda pareja heterosexual manifiesta tener una relación de pareja de 5 años, la cual describe como una relación de amigos, amantes, compromiso y confianza está segura de los sentimientos de su pareja pues describe que son personas maduras, refiere que al momento de tener diferencias las resuelven hablando, respetándose y con mucha tolerancia. De igual forma menciona que realizan actividades los dos y con sus amigos como pasear, salir a comer o actividades familiares.

En esta categoría los participantes de las parejas homosexuales describen su relación como estable, seguros de los sentimientos de su pareja de igual manera de lo que ellos sienten, expresan que comparten a diario con sus parejas, y que mutuamente se han aportado cosas positivas al crecimiento personal y académico, sin embargo, una de las personas entrevistadas dice que en su relación no se presentan discusiones, y que poco hablan de sus diferencias.

2. Dependencia y apego.

Para esta categoría en las parejas heterosexuales hay una notoria diferencia debido a que la primera refiere haber pedido en repetidas ocasiones el reanudar la relación con su pareja actual por discusiones o infidelidades y refiere no concebir la vida sin él pues

menciona que lo necesita para ser completamente feliz. A diferencia de la otra pareja que manifiesta tener una relación muy abierta y que en ningún momento pediría volver con alguien que le ha sido infiel o la ha traicionado de otras maneras, dice que si en algún momento la relación termina sus sueños y propósitos a nivel profesional y personal no terminarían.

En este apartado teniendo como base la entrevista, se pudo evidenciar que ambas parejas homosexuales son dependientes a sus parejas, cuentan que necesitan constantemente saber que está haciendo su pareja, donde y con quienes, una de las personas entrevistadas en la cual se evidencia más la dependencia, comenta que necesita constantemente la compañía de su pareja y que estaría dispuesto a perdonarle las infidelidades que su pareja cometa pero que no lo dejaría.

3. Autoestima y toma de decisiones.

En este apartado se evidencia que ambas participantes son las que toman la mayoría de decisiones en la relación heterosexual, pero con la diferencia de que la primera participante lo hace debido a que su pareja no opina en cuanto las actividades que van a realizar juntos, pero en la toma de sus decisiones personales si es un poco insegura y siempre lo comenta primero con él para no generar discusiones o problemáticas, pues, manifiesta que los gustos e intereses de su pareja son más importantes que los de ella. A diferencia de la otra participante quien considera que sus intereses y proyectos son más importantes que los de su pareja y que al momento de tomar una decisión que involucre la relación se debe hacer en conjunto.

En esta categoría, los entrevistados de las parejas homosexuales expresan que junto a sus parejas toman las decisiones importantes, pero aclaran que los gustos de sus parejas son más importantes que los de ellos y que cuando no están de acuerdo en una decisión de igual manera permiten que su pareja decida. Cabe mencionar que una de las personas entrevistadas nos pone en conocimiento que dedica poco tiempo a si misma por pensar en que estar haciendo su pareja, y que su estudio se ve severamente afectado,

puesto que viaja constantemente a visitar a su pareja, porque la relación es a distancia, y cuando tiene que cumplir con sus deberes académicos piensa en su pareja.

4. Personalidad (sumisa-dominante).

En esta categoría las parejas heterosexuales en cuanto a su personalidad; la primera participante manifiesta haber situaciones en las que miente y se hace la víctima con el fin de llamar la atención de su pareja pues refiere que lo necesita todo el tiempo además ha soportado infidelidades y discusiones fuertes de su pareja, relata que en un momento en el que sintió que su relación había terminado su estado físico empezó a deteriorarse y llegó al punto de bajar de peso y despreocuparse por el resto de sus responsabilidades y labores. La segunda participante mantiene una personalidad neutra en cuanto a su relación no se siente inferior ni superior a su pareja y manifiesta que no ha tenido la necesidad de fingir para obtener la atención del mismo en ningún momento.

En este rango ambas parejas homosexuales expresan que han padecido de nerviosismo, tristeza, insomnio, pérdida de peso, a causa de una posible ruptura o distanciamiento con su pareja, una de las personas entrevistados expresa que cuando se presentan discusiones con su pareja, recibe maltrato físico y verbal, pero que sin embargo siente que su pareja le merece de la misma forma.

5. Necesidad afectiva y económica.

En las dos parejas heterosexuales se evidencia una gran diferencia debido a que la primera participante si describe una necesidad tanto afectiva como económica hacia la pareja, puesto que este le suministra ayuda económica para su estudio y necesidades de la participante. Mientras que en la segunda no se evidencia necesidad afectiva ni económica es una persona muy independiente personalmente y los recursos financieros los recibe es por parte de sus padres para la continuidad de sus estudios.

Por otra parte las parejas homosexuales consideran que deben verse todos y todo el día con sus parejas, son personas sumisas y entregadas total y parcialmente a su relación, no dependen económicamente de ellas, y comentan que aparte de estudiar dedican su tiempo a su relación para fortalecerla, piensan que si su relación llegase a terminar se sentirían terribles pero que deben seguir adelante.

Relato de vida

Categorías.

1. Autoestima y toma de decisiones.

En esta categoría los participantes de las parejas heterosexuales, se describen como personas responsables de sus actos y los posibles deberes que mantenían en su infancia y adolescencia, así mismo, manifiestan que siempre cumplían sus objetivos y se detenían a pensar muy bien antes de hacer o tomar una decisión y su cuidado personal siempre fue el adecuado. Por otra parte la primera participante de las parejas no presenta problemas de inseguridad ni baja autoestima, pero se considera una persona retraída en cuanto a las habilidades sociales, mientras que la otra pareja si exterioriza haber padecido problemas de inseguridad en cuanto a su aspecto físico y considera que su grupo de amigos siempre fue escaso.

En esta categoría los participantes homosexuales se describen como personas que en la edad de infancia y adolescencia no tuvieron ningún complejo debido a su aspecto físico, con buenas habilidades sociales, sin embargo uno de los participantes expresa no haber expresado sus emociones cuando debía hacerlo.

2. Dependencia y apego.

En este apartado los participantes con relación heterosexual manifiestan que durante su infancia y adolescencia siempre mantuvieron una buena relación con sus

padres, hermanos, abuelos y demás familiares con la excepción de que la primera participante creció sin la presencia y apoyo afectivo y económico de su padre. No manifiestan ningún tipo de apego o dependencia emocional hacia algún familiar, compañero o amigo de su infancia y adolescencia. Por otra parte consideran que sus relaciones sociales siempre fueron muy reducidas y la persona con la cual mantenían más cercanía era su madre.

De acuerdo a las preguntas realizadas a las parejas homosexuales, se puede evidenciar claramente que existió mucho apego en los periodos de infancia y adolescencia, pero que ahora no sienten que sus familiares sean tan necesarios en sus vidas, uno de los participantes expresa haber sido abusado sexualmente a la edad de diez años.

Para este instrumento se involucró una categoría emergente denominada desarrollo y estilo de crianza, en la cual las parejas heterosexuales, describen una buena relación con sus familiares, no haber recibido castigos fuera de lo normal en ese tiempo, siempre han mantenido confianza y lazos de comunicación con su mamá, nunca les prohibieron alguna amistad y la primera participante manifiesta que pertenecía a un grupo de baile en la adolescencia y que su primera relación de pareja inicio a los 14 años y duro seis meses, de la cual su familia nunca se dio por enterada. La participante dos no pertenecía a ningún grupo cultural, pero al inicio de su adolescencia empezó a entablar más amistades y ser más espontanea en cuanto a sus emociones y su inseguridad por su aspecto físico fue disminuyendo con el tiempo, de igual forma su primera relación de pareja fue a los 13 años y duro 4 años. Por otra parte en esta categoría se puede evidenciar en ambas parejas homosexuales un buen desarrollo durante las etapas de infancia y adolescencia, expresan haber recibido muchos estímulos por parte de sus padres, nos comenta que sus primeras relaciones homosexuales iniciaron en Pamplona norte de Santander, y que sus familiares al comienzo no aceptaban su relación pero que ahora las cosas son diferentes.

DISCUSION DE RESULTADOS

El análisis de los resultados obtenidos de las respuestas a la entrevista semiestructurada y el relato de vida a la población seleccionada, fue comparado con investigaciones realizadas en otros contextos y con el conocimiento teórico existente referente al tema sobre la dependencia emocional en las parejas. Esta investigación tuvo como propósito explorar la interacción desarrollo de la dependencia emocional en parejas heterosexuales y homosexuales de la ciudad de Pamplona, además de identificar las similitudes y diferencias de las parejas dependientes homosexuales heterosexuales.

En el transcurso de la investigación se ha identificado que el equilibrio del holon conyugal de los participantes se encuentra totalmente alterados, debido a que el cambio de un miembro afecta al otro en su totalidad, de igual forma, que una de las cosas que tenían en común estas parejas más allá de las demás características propias de la dependencia emocional es la sumisión ante sus parejas, a tal punto de dejarse humillar y menospreciar por ellos, aceptando sus infidelidades y palabras hirientes como necesarias, aunque no se expresan despectivamente así mismo, es muy evidente que todo en la relación gira en torno a sus parejas actuales y sus límites no se encuentran claros.

De los resultados obtenidos en esta investigación, se puede deducir que las parejas homosexuales tienden a padecer con más facilidad, la dependencia hacia sus parejas, más exactamente en personas de edades entre los 20 y 30 años. No cabe duda que el contexto sociocultural influye en la aparición de esta problemática, pero la misma relevancia tiene el enfocar también aquellos factores individuales, aquellas características psicológicas. Como la inseguridad y el rechazo ante su orientación sexual. En investigaciones de Estados Unidos y Europa se ha demostrado que las personas LGBT sufren discriminación en todas las esferas de la vida social, agresiones físicas, verbales y desmotivación para continuar de manera funcional en sus vidas. Su expresión emocional se ve notablemente intimidada puesto que Las personas LGBT pueden encontrar dificultades para poder ejercer plenamente su derecho a la libertad de reunión y a la libertad de expresión, puesto que algunas celebraciones como los desfiles del Orgullo Gay pueden estar prohibidas o

encontrarse con violentas contramanifestaciones. (European Unión Agency for Fundamental Rights, 2009).

Por otra parte, los participantes de la investigación manifestaron en las entrevista para la categoría correspondiente a autoestima y toma de decisiones haber tenido una infancia y adolescencia equilibrada sus estilos de crianza por parte de sus padres fueron adecuados la comunicación siempre estaba abierta y disponible, los límites fueron claros adecuados y acordes para su etapa, solo una de las participantes heterosexuales describió haber tenido problemas de inseguridad y baja autoestima, Según Lagarde (como se cita en Branden, s.f.). La autoestima es parte de la identidad personal y está profundamente marcada por la condición de género que determina en gran medida la vida individual y colectiva de las mujeres, tanto de manera positiva como de forma nociva. Lo anterior coincide con lo que manifestó la practicante, es decir a partir de esta inseguridad y baja autoestima en cuanto a su aspecto físico se produjo un círculo de amistades muy escaso, de igual forma, un retraimiento que le ocasionaba el que se burlaran o hicieran comentarios de su cuerpo y por esta razón se desarrolló un vínculo afectivo con su primera relación de pareja, en la cual encontró aceptación para empezar a desenvolverse de una manera más funcional y segura.

Contrario a lo que se encontró en nuestra investigación Rodríguez (s.f.), describe en el desarrollo de la dependencia algunos aspectos importantes como la dinámica familiar, los estilos de crianza, la autoestima, el rechazo y las habilidades sociales aspectos importantes en los inicios del apego inseguro hacia sus padres, familiares o personas en el futuro. La investigación desarrollada no muestra resultados de que la dependencia emocional en los participantes se deba a los estilos de crianza, autoestima o toma de decisiones en la infancia, pero la pareja heterosexual con rasgos dependientes describió haber tenido una infancia un poco controversial debido a que su padre los abandono desde que ella estaba muy pequeña, no manifestó haber tenido problemas de autoestima o toma de decisiones pero no tuvo una jerarquía y límites claros en su estilo de crianza.

Por otra parte la categoría correspondiente a dinámica de pareja, los participantes manifestaron diferente interacción cada uno de ellos con su pareja, las

parejas homosexuales mencionan que intentan tener una buena relación, se sienten seguros de los sentimientos de su compañero pero en cuanto a cómo se desenvuelven ante las diferencias mencionan que prefieren no hablar de eso, para evitar las discusiones lo cual perjudica notablemente el holon conyugal, pues no se mantiene una comunicación abierta de sus dificultades y no se establecen límites claros acerca de su relación.

La dependencia emocional según Castello, (2005) es una necesidad afectiva extrema y continua, que obliga a las personas que la padecen a satisfacerla, sin importar el riesgo emocional o físico que esto pueda traer para la persona. Esta definición se ve reflejada en la participante heterosexual quien manifiesta preferir complacer las necesidades de su pareja antes que las de ella misma, se ve claro que la jerarquía en esta relación está liderada por el hombre, las discusiones por lo general se presentan por la distancia, pero ella siempre busca la forma de que las cosas sigan funcionando, al momento de tomar una decisión como pareja e individualmente, siempre tiene que consultarlo con la pareja e intenta no desobedecerlo o contrariarlo para evitar problemas mayores.

Por otra parte, como se puede observar en la investigación de personas analizadas solo una de ellas, la participante heterosexual 2 describe su relación armoniosa en la que no solo es romance si no amistad, compañía, apoyo, compromiso, responsabilidad mutua de cualquier discusión y pasión, se identifican los roles en la pareja, hay límites claros y su comunicación es totalmente abierta. Lo cual se contrasta con la teoría de Stemberg (como se cita en Maureira, 2011) quien denomina a la relación exitosa como amor consumado el cual involucra los tres pilares del amor compromiso, intimidad y pasión. Según lo anterior, si una relación de pareja no involucra estos tres aspectos no puede considerarse una relación de pareja estable. Basados en esta teoría se deduce que la estabilidad de la pareja no depende de los años que lleven como lo refería la primera participante quien hacía mención de sus cuatro (4) años de relación, puesto que a pesar de la duración la dinámica que mantienen no es la adecuada pues solo una persona es la que decide por los dos, se presenta inseguridad y miedo al momento de proponer o dar opiniones, por el hecho de no generar discusiones.

En la categoría de necesidad afectiva y económica, los participantes homosexuales no manifiestan estar unidos, ni depender de sus parejas económicamente mientras que la participante heterosexual número uno si manifiesta el recibir una ayuda económica de su pareja en especial para sus estudios universitarios, pues su familia es de bajos recursos económicos. La participante heterosexual dos no demuestra ninguna dependencia económica pues además de recibir el apoyo pasa su estudio por parte de sus papas, ella trabaja los días que puede para sustentar sus necesidades personales, de lo anterior se deduce que solo una de las participantes heterosexuales presenta necesidad afectiva hacia su pareja los demás participantes excepto la participante heterosexual dos no presentan indicios de necesidad afectiva. Pues manifiesta que su holon conyugal desde sus inicios se ha mantenido estable, con sus límites, reglas claras y definidas, lo cual ha permitido un desenvolvimiento funcional y adecuado en sus otras áreas de ajuste.

Las parejas homosexuales por su parte muestran una necesidad afectiva notable pues expresan que no pueden pasar un día sin verse con su pareja, que haría cualquier cosa por ellos y por continuar con sus relaciones, que mantienen un miedo constante de poder perder a su compañero, pues manifiestan que no podrán conseguir otra pareja igual. Lo anterior hace mención una vez más de la falta de seguridad que presenta esta población de ser rechazados o no encontrar una pareja nuevamente con las mismas “cualidades” de su pareja actual, refieren que deben continuar con sus vidas pero en su expresión al momento de hablar es notable el miedo y la preocupación si esto sucede.

Por otra parte, se encontró que de los cuatro participantes entrevistados tres denotan un total índice de apego inseguro hacia su pareja, de los cuales dos son de orientación homosexual y uno es heterosexual. Puesto que manifiestan querer estar todo el tiempo con sus parejas, pensar con frecuencia en lo que puede estar haciendo la otra persona, aceptar infidelidades y humillaciones con tal de seguir con ellos, bajar su rendimiento académico y su salud física a casusa de las discusiones o rupturas. En consecuencia, gran parte de la vida de estas personas gira en torno a un amor toxico. A

diferencia La otra participante heterosexual no desarrolla dependencia en su relación de pareja.

Para la categoría de personalidad (sumisa-dominante), se presenta en los participantes homosexuales una personalidad sumisa pues aceptan maltrato físico y psicológico con tal de no generar rupturas en la relación. De igual forma manifiestan que una de las parejas presenta personalidad dominante pues en ocasiones es un poco agresivo, cuando le molesta alguna situación o palabra que se diga. De igual forma la participante heterosexual número uno denota personalidad sumisa y su pareja personalidad dominante pues su pareja es quien elige todas las actividades que van a desarrollar y toma las decisiones en la relación y ella manifiesta ser quien siempre busca la forma de volver a reanudar la relación pues su felicidad depende de ello. Una de las participantes heterosexual manifiesta que en repetidas ocasiones ha dejado de lado su amor propio con tal de satisfacer y estar bien con su pareja pues le atemoriza la idea de entablar una discusión. Lo anterior según Maslow (como se cita en Jiménez, 2012) la personalidad está en un constante cambio a lo largo de la vida y estos cambios van apareciendo dependiendo de la situación que experimenten. En el caso de las participantes su personalidad se ha ido adaptando a la de sus parejas, es decir si su pareja tiende tomar las decisiones de todo y una postura dominante, su pareja asumirá el papel sumiso, quien aceptara las decisiones y no se opondrá a lo que se estipule en la relación, por tal razón su dinámica se mantendrá en una jerarquía que será liderada por su pareja y los límites serán confusos pues solo los dispondrá una sola persona.

CONCLUSIONES

El objetivo general de este estudio, es explorar la interacción y desarrollo de la dependencia emocional en parejas de adultos jóvenes homosexuales y heterosexuales de la ciudad de Pamplona, mediante estudios de caso, que permita el entendimiento de la dinámica de la relación en dichas parejas y el establecimiento de pautas orientadas a un mejor manejo emocional y de independencia.

Se logró explorar y describir el desarrollo e interacción de la dependencia emocional en las parejas participantes de la investigación, la diferencia y similitudes entre la dependencia de una pareja homosexual y una heterosexual de igual forma se pudo hacer un contraste entre una persona con apego inseguro y una con apego seguro en su relación de pareja actual. La dependencia emocional tiene efectos caóticos en las mujeres, puesto que la misma la impulsa a una pérdida general de su autoestima que va disminuyendo con el paso del tiempo, dentro de esos está un deterioro de su auto-aprobación, tanto a nivel físico, emocional y conductual, en las mujeres investigadas se observó que a nivel de relación de pareja, se está claramente afectado porque esperan ser aprobadas por su pareja, del objeto, la dependencia emocional y todo lo que implica ha hecho que estas mujeres padezcan de maltratos físicos, y psicológicos como lo son: insultos, desprecios, humillaciones, dejando atrás su dignidad por la satisfacción de su pareja.

La baja autoestima y la inseguridad en cuanto a las habilidades sociales son una de las características más significativas en las personas dependientes emocionalmente, sin embargo, en la investigación alguna de los participantes que desarrollan la dependencia en la actualidad no manifiestan haber padecido ni presentado problemas relacionados con la autoestima en su infancia y adolescencia. Pero si se hace necesario potenciar estas habilidades en las personas desde edades tempranas.

Al concluir este trabajo, podemos darnos cuenta de la importancia que tiene el hecho de generar vínculos afectivos y apegos saludables desde la infancia, sin duda demuestra el papel protagónico de la familia en el desarrollo de patrones y conductas de

la persona para un futuro. En el estudio realizado algunos de los entrevistados resultan tener características o rasgos en común que captan la atención de su pareja, sin embargo, las personas investigadas expresan que sus parejas no les apoyan la dependencia, más bien les han enseñado a ser independientes presentándoles los beneficios, pues viven en una situación especial que hace que sus decisiones sean tomadas con cuidado para mantenerlos en equilibrio emocional.

De acuerdo a la entrevista realizada, se concluye que existe cierto grado de dependencia sin importar el género; sin embargo, en las mujeres heterosexuales y la mujer homosexual es más evidente la dependencia, la cual adopta expresiones diferentes y desiguales atendiendo a los contextos socioculturales donde conviven y se desarrollan las personas.

- El inicio de las relaciones de pareja, en los diferentes contextos socioculturales estudiados, suele darse en un escenario no planificado, donde prima la espontaneidad; y el “enamoramiento” y los dependientes han demostrado su condición a sus parejas.
- las personas jóvenes investigadas tienden a desear estar todo el tiempo en contacto directo con sus parejas lo cual intensifica la dependencia, dejando a un lado los estereotipos de género se puede decir que a lo largo de culturas y contextos sociales específicos; estas personas están sucumbidas en las normas y valores transmitidos por los diferentes agentes de socialización que se encargan de reproducir y perpetuar este trastorno sin importar el rol del género, basado en una relación de poder, donde el hombre homosexual entrevistado expuso que siempre fue dominado y eso le parece bien, no hay problema en ello, por otro lado, una de las mujeres investigadas expresa que su pareja le ha enseñado a ser independiente puesto que venía con este patrón de su hogar, sin embargo le ha costado mucho adaptarse.

Han existido motivaciones que llevan a estas personas a depender, en la dinámica de la relación de pareja el poder tiene un rol muy importante, el cual es sobre- estimado por el dependiente en función de esta su pareja pide, exige, propone y consigue; mientras que por su parte el dependiente es feliz respondiendo y complaciendo.

Los patrones de crianza que se reproducen en los diferentes roles de género, la deficiente comunicación en la familia entre otros factores; aparecen en la población estudiada como situaciones que influyen en el inicio de las relaciones de pareja buscando una protección lo que lleva a empezar a depender. Esto a su vez, va orientado a la pérdida o no-construcción de su autonomía.

Las reacciones desde los diferentes ámbitos de interacción social, presentan en general una posición de rechazo ante las relaciones de parejas homosexuales, lo que en estas personas entrevistadas les hace aferrarse más a su pareja.

Los resultados son concluyentes sobre el hecho de que no existe diferencia en función del género en cuanto a las reacciones provenientes de la familia, la escuela y la comunidad; en lo concerniente a la dependencia, los significados e implicaciones de la dependencia se expresan de la misma forma.

Los resultados de este estudio apuntan a reconocer que las personas dependientes optan por continuar en la búsqueda de una pareja que emplee el poder sobre ellos, pero también que representen una ayuda relacionada con sus condiciones materiales de vida y con su situación social. Las implicaciones de la dependencia en el adulto joven resultan en un impacto negativo, tanto para hombres como para mujeres, con afectaciones en el ámbito personal, familiar, educativo y laboral, registrándose: problema de pareja y separación, conflictos familiares, presencia de violencia, deserción escolar, inserción laboral de baja, entre otras situaciones.

RECOMENDACIONES

Una vez concluido este trabajo de grado se considera interesante investigar recomienda que se realicen más investigaciones sobre esta problemática por los compañeros de Psicología que realicen diplomados en relaciones de pareja, debido a que las personas con una dependencia emocional, padecen de maltratos múltiples y no están lo suficientemente orientados acerca de su problema, especialmente en nuestro país donde es evidente la posible dependencia a nivel general, es un sufrimiento que viven a diario y les resulta difícil salir de este círculo vicioso, puesto que para estas personas el hecho de necesitar permanentemente la compañía de su pareja y aguantar maltrato verbal o físico es algo totalmente normal.

De igual forma, implementar actividades psicoeducativas con la población adolescente que este en proceso de iniciar una relación de parejas, en las cuales se informe a la comunidad del desarrollo de la dependencia emocional, sus características, consecuencias y los síntomas de una persona que este presentando apego inseguro con su pareja, con el fin de disminuir y concientizar a las personas de las consecuencias psicosociales.

Por otra parte, se recomienda el trabajo con los padres de familia, retomándolo desde la infancia de cada una de las personas con el fin de suministrar estrategias o pautas que disminuyan la sobreprotección, los roles y reglas inadecuados en cuanto al desarrollo y crianza de los niños o adolescentes. De esta forma se fortalecerá la seguridad, autonomía y habilidades sociales, lo cual reducirá en gran medida la dependencia emocional en la adultez.

A los Futuros investigadores se les sugiere aquellos aspectos “primordiales” que se deben cumplir en caso de continuar con este estudio, los cuales en caso de ampliar esta investigación pueden justificarla utilizando una población más amplia, y continuar con el

uso de los instrumentos medibles, que fueron implementados en el desarrollo de esta investigación.

Para finalizar se sugiere buscar ayuda profesional con los distintos especialistas Psicólogos, como terapeutas de las diferentes corrientes de la psicología para que al momento de responder a la duda de algún entrevistado puedan brindarle una buena recomendación, de igual manera investigar en otras zonas del país para gozar de una investigación más amplia, incluyendo a la pareja como tal, se debe tener en cuenta que la dependencia emocional no se presenta exclusivamente en los heterosexuales sino también en los homosexuales bisexuales etc.

BIBLIOGRAFÍA

- Barroso, O. (2011). *El apego adulto: la relación de los estilos de apego desarrollados en la infancia en la elección y las dinámicas de pareja*. Recuperado el 04 de noviembre de 2016 de http://www.psicociencias.com/pdf_noticias/Apego_Adulto.pdf
- Branden, N. (s.f). *Desarrollo de la autoestima*. Recuperado el 28 de mayo de 2017 de <http://www.gitanos.org/publicaciones/guiapromocionmujeres/pdf/04.pdf>
- Casal, J. y Mateu, E. (2003). *Tipos de muestreo*. Recuperado el 18 de mayo de 2017 de [http://www.mat.uson.mx/~ftapia/Lecturas%20Adicionales%20\(C%C3%B3mo%20dise%C3%B1ar%20una%20encuesta\)/TiposMuestreo1.pdf](http://www.mat.uson.mx/~ftapia/Lecturas%20Adicionales%20(C%C3%B3mo%20dise%C3%B1ar%20una%20encuesta)/TiposMuestreo1.pdf)
- Castello, J. (2005). *La dependencia emocional como un trastorno de la personalidad*. Recuperado el 05 de noviembre de 2016 de <http://www.dependenciaemocional.org/la%20dependencia%20emocional%20como%20un%20trastorno%20de%20la%20personalidad.pdf>
- Chóliz, M. y Gómez, C. (2002). *Emociones sociales II (enamoramamiento, celos, envidia y empatía)*. Recuperado el 04 de noviembre de 2016 de <http://studylib.es/doc/6091838/emociones-sociales--enamoramamiento--celos--envidia-y-empat%C3%ADa>
- Cibanal, (2006). *Escuelas representativas en terapias familiar sistémica en: introducción a la sistémica y terapia familiar*. Recuperado el 04 de noviembre de 2016 de http://perso.wanadoo.es/aniorte_nic/apunt_terap_famil_3.htm.
- De Shazer, S (2005). *Claves para la solución en terapia breve*. Argentina: Editorial Paidós
- Espinal, I. Gimeno, A y Gonzalez, F. (2003). *El enfoque sistémico en los estudios sobre la familia*. Recuperado el 18 de noviembre de 2016 de <https://www.uv.es/jugar2/Enfoque%20Sistemico.pdf>
- Espriella, R. (2008). *Terapia de pareja: abordaje sistémico*. Recuperado el 04 de noviembre de 2016 de <http://www.redalyc.org/html/806/80615420014/>

- Estévez, J. (2013). *La pareja: un análisis cualitativo de su relación basada en apego y/o desapego, por etapas que integran el lado oscuro del ciclo de acercamiento*. Recuperado el 05 de noviembre de 2016 de <http://www.bib.uia.mx/tesis/pdf/015792/015792.pdf>
- Galicia, I. Sánchez, A. y Robles, F. (2013). *Relaciones entre estilos de amor y violencia en adolescentes*. Recuperado el 04 de noviembre de 2016 de <http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/psicologia/article/view/4854/6916>
- Garberí, R. (s.f). *Fundamentos teóricos del modelo sistémico*. Recuperado el 04 de noviembre de 2016 de http://www.dipalicante.es/iter/content/public_docs/Fundamentos%20sist%C3%A9micos.pdf
- García A. (2013). *La homosexualidad en la sociedad actual*. Recuperado el 15 de mayo de 2017 de: <https://uvadoc.uva.es/bitstream/10324/4252/1/TFG-L234.pdf>
- García, J. (2004). *Estudios descriptivos*. Recuperado el 18 de mayo de 2017 de <http://webpersonal.uma.es/~jmpaez/websci/bloqueiii/docbiii/estudios%20descriptivos.pdf>
- Hernández, Fernández & Baptista (2010) *Entrevista Cualitativa, Metodología de la Investigación*. 5^o Edición. <http://www.fundaciontriangulo.org/documentacion/documentos/orientacionsexualguiado>
- Jiménez, M. (2015). Amor propio. Recuperado el 05 de marzo de 2017 de <http://www.psicologiamar.com/amor-propio/>
- Lafuente, J. (2000). *Patrones de apego, pautas de interacción familiar y funcionamiento cognitivo*. Recuperado el 18 de noviembre de 2016 de <file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/Dialnet-PatronesDeApegoPautasDeInteraccionFamiliarYFuncion-2356868.pdf>
- Martínez, I. y Acosta, S. (2013). *Dependencia afectiva: abordaje desde una perspectiva psicológica*. Recuperado el 04 de noviembre de 2016 de: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext
- Maureira, F. (2011). *Los cuatro componentes de la relación de pareja*. Recuperado el 06 de noviembre de 2016 de

<http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol14num1/Vol14No1Art18.pdf>

- Mazadiego, T. y Garcés. J. (2011). *El amor medido por la Escala Triangular de Sternberg*. Recuperado el 06 de noviembre de 2016 de <http://psicolatina.org/22/seccion1/amor.pdf>
- Millán, M (2002). *Psicología y familia* (2 Ed.) España: Cáritas.
- Mireles, A. (2013). *La dependencia emocional “una mirada integradora”*. Recuperado el 04 de noviembre de 2016 de https://escuelatranspersonal.com/wpcontent/uploads/2013/12/dependencia-emociona_adriana.pdf
- Mujika & uretra (2007) *orientación sexual*, recuperado el 18 de mayo de 2017 de:
- Ortega, F (2001). *Terapia familiar sistémica* (2º Ed.). España: Universidad de Sevilla.
- Ortega, J. (2012). *El vínculo de pareja: una oportunidad afectiva para crecer*. Recuperado el 04 de noviembre de 2016 de [file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/Dialnet-ElVinculoDePareja-4780994%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/Dialnet-ElVinculoDePareja-4780994%20(1).pdf)
- Perinat, A (2007). *Psicología del desarrollo: un enfoque sistémico* (3 Ed). España: Editorial UOC
- Puyana, Y. (s.f.). *la historia de vida, recurso en la investigación cualitativa*. Recuperado 4 de noviembre de 2016.
- Repetur, K. y Quezada, A. (2005). *Vínculo y desarrollo psicológico: la importancia de las relaciones tempranas*. Recuperado el 04 de noviembre de 2016 de <http://www.revista.unam.mx/vol.6/num11/art105/art105a.htm>
- Rodríguez, I. (s.f.). *La dependencia emocional en las relaciones interpersonales*. Recuperado el 04 de noviembre de 2016 de <http://digibug.ugr.es/bitstream/10481/27754/1/ReiDoCrea-Vol.2-Art.19-Rodriguez.pdf>
- Rodríguez, R. y Martínez, M. (2011). *¿Cómo enseñar a tomar decisiones acertadas? Proceso para tomar decisiones*. Recuperado el 28 de mayo de 2017 de http://www.fundesyam.info/document/PDFPUB/TOMA_DECISIONES.pdf

Sánchez, G. (2010). *La dependencia emocional*. Recuperado el 04 de noviembre de 2016 de

<https://escuelatranspersonal.com/wpcontent/uploads/2013/12/dependencia-emocional-gemma.pdf>

Ulises, T. (2012). *Psicología sistémica- (Historia, Definiciones y Clasificaciones)*.

Recuperado 3 de noviembre de 2016 de <http://elpsicoasesor.com/psicologia-sistemica/>

Viveros, E. y Vergara, C. (2014). *Familia y dinámica familiar*. Recuperado el 04 de noviembre de 2016 de

<http://www.funlam.edu.co/uploads/fondoeditorial/preliminar/2014/Familia-dinamica-familiar.pdf>

APENDICES

Apéndice 1. Entrevista semiestructurada

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE SALUD
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA
PRACTICAS FORMATIVAS I

ENTREVISTA SEMI-ESTRUCTURADA

Objetivo:

La siguiente entrevista consta de 47 preguntas y es realizada con el objetivo de explorar la interacción y desarrollo de la dependencia emocional en parejas homosexuales y heterosexuales de la ciudad de Pamplona.

Datos personales

¿Cuántos años tiene?
¿Lugar de procedencia?
¿A qué se dedica?
¿Qué le gusta hacer en su tiempo libre?
¿Con quién vive actualmente?

Dinámica de la relación de pareja

¿Cuánto tiempo llevan y cómo describe su relación actualmente?
¿Con qué frecuencia piensa en su pareja y de lo que está haciendo?
¿Está seguro de los sentimientos de su pareja? ¿Por qué?
¿Por qué se presentan discusiones entre los dos? ¿Por qué?
¿Cada cuánto hablan de sus diferencias? ¿Cómo las resuelven?
¿Las discusiones son fáciles de manejar?

¿Con qué frecuencia comparten momentos en pareja y qué suelen hacer?
¿Cuáles son sus planes a futuro?
¿Qué opinan sus amigos de su relación?
¿Comparte tiempo con sus amigos en compañía de su pareja?
¿Tienen amigos en común?
¿Qué le ha aportado su pareja para su crecimiento personal?

Dependencia

¿Ha llegado a suplicar a alguna de sus antiguas parejas o siendo actual reanudar la relación?
Si su pareja le es infiel en repetidas ocasiones. ¿Usted estaría dispuesto a seguir con él?
Si su relación llegara a terminar. ¿Usted qué haría?
¿Ha concebido su vida sin estar en pareja? ¿Se imagina cómo sería? Cuénteme un poco de ello.
¿Siente que necesita constantemente la compañía de su pareja?
¿En algún momento ha pensado en el suicidio luego de una ruptura?
¿Considera necesaria la permanencia de su pareja para estar totalmente feliz?

Autoestima y toma de decisiones

¿Cómo se da la toma de decisiones dentro de la relación de pareja?
¿Sus gustos e intereses son más importantes que los de su pareja?
¿Cómo es el proceso de toma de iniciativa en las actividades que realizan con su pareja?
¿Qué sucede al momento de toma una decisión si pareja no esté de acuerdo?
¿Qué actividades realiza con sus amigos y familiares?
¿Su pareja lo asesora en cuanto a su vestimenta?

¿Cómo se ve afectado su rendimiento académico por el tiempo que dedica a su pareja?

¿Con qué frecuencia dedica tiempo para sus cosas y necesidades personales? (ir al salón de belleza, gimnasio, pintarse las uñas, comprar ropa)

¿Cree que tiene una autoestima adecuada, con un concepto aceptable de sí mismo/a y se valora positivamente como persona?

Personalidad (sumisa-dominante)

¿Qué situaciones le hacen sentirse superior o inferior a su pareja?

¿Siente que su pareja le merece a usted o no? ¿Por qué?

¿Disimula sus estados emocionales negativos por miedo a hacer enojar a su pareja?

¿Estaría dispuesto a soportar una infidelidad?

¿Ha utilizado o inventado situaciones con el fin de hacerse la víctima y llamar la atención de su pareja cuando la requiere?

¿Las palabras que su pareja utiliza cuando discuten alguna situación son adecuadas?

¿En qué situaciones ha padecido de nerviosismo, llanto, tristeza, insomnio, pérdida de peso, etc.), relacionados con el miedo a la ruptura con su pareja, o con ciertas actitudes de su pareja en el transcurso de la relación?

Necesidad afectiva y económica

¿Cómo es su reacción cuando está separado de su pareja físicamente por mucho tiempo? (en todo momento quiere estar junto a su pareja).

Si la relación llegara a terminar ¿Cómo se sentiría?

¿Con que frecuencia cree que debe verse con su pareja?

¿Sus familiares lo apoyan económicamente con su carrera?

¿Recibe alguna ayuda económica por parte de su pareja?

¿Aparte de estudiar usted realiza algún otro oficio o labor?

En el caso de que su pareja salga con sus amigos usted ¿hace lo mismo o lo espera en casa?

Apéndice 2. Relato de vida

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE SALUD
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA
PRACTICAS FORMATIVAS I

RELATO DE VIDA

Objetivo:

Autoestima y toma de decisiones

- ¿Cómo se percibe hacia poder hacer las cosas que quiere?
- ¿Se ha sentido capaz de hacer todas las cosas que se propone?
- ¿Terminaba las actividades que iniciaba?
- ¿En algún momento presento problemas de inseguridad con las demás personas?
- ¿Cómo era su cuidado personas en su infancia y adolescencia?
- ¿Cómo eran sus habilidades sociales?
- ¿Considera que ha tenido buenos amigos?
- ¿En algún momento recibió burlas o comentarios por su aspecto físico?
- ¿Cómo era al momento de expresar sus emociones?
- ¿Considera que tenía buen aspecto físico en su adolescencia?

Desarrollo y estilo de crianza

- ¿Ha recibido estímulo por parte de sus padres?

- ¿Luego de un regaño o llamado de atención le han premiado con algo que desea?
- ¿Cuéntenos acerca de su infancia?
- ¿Cuál fue el acontecimiento de su adolescencia que más ha impactado en su vida?
- ¿Sus padres trabajaban todo el día, cuál de los dos pasaba más tiempo con usted?
- ¿Qué tipos de castigo impuestos por sus padres recuerda?
- ¿Pertenece a algún grupo cultural específico en su adolescencia o infancia?
- ¿Aparte de estudiar que otras actividades realizaba?
- ¿Hasta qué edad lo acompañaron sus padres al colegio?
- ¿Sus padres decidían en cuanto a sus posibles amigos?
- ¿Hasta qué edad sus padres eligieron su estilo de ropa?
- ¿A qué edad inicio su primera relación de pareja? ¿Cuánto duro?
- ¿Cuál era la opinión de su familia de esta relación?

Dependencia

- ¿Cómo ha sido la relación con sus padres desde la infancia?
- ¿Cómo ha sido la relación con sus tíos y abuelos?
- ¿Cómo era la relación con sus amigos?
- ¿En algún momento de su infancia y adolescencia sintió la necesidad de estar siempre con sus padres?
- ¿Tiene experiencias de apego con alguno de los miembros de su familia?
- ¿En su infancia tuvo experiencias de apego con personas del mismo sexo o del opuesto?
- ¿Presento algún tipo de abuso sexual en las etapas de infancia y adolescencia?
- ¿Qué hacía cuando estaba sin sus padres?

Apéndice 3. Consentimiento informado

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE SALUD
PROGRAMA DE PSICOLOGIA
DINAMICA DE LA DEPENDENCIA EMOCIONAL EN PAREJAS
HOMOSEXUALES Y HETEROSEXUALES DE LA CIUDAD DE PAMPLONA
CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA ENTREVISTA

La presente investigación tiene como finalidad explorar la interacción y desarrollo de la dependencia emocional en parejas de adultos jóvenes homosexuales y heterosexuales de la ciudad de Pamplona

Para realizar la investigación, se hace necesario la realización y ejecución de una entrevista semiestructurada y un relato de vida, la cual debe ser grabada en audio y luego será transcrita para poder realizar el análisis de la información recolectada.

La entrevista se realizará de manera individual por uno de los investigadores en un espacio privado, el investigador además tomará los apuntes que considere necesarios además de la grabación de audio antes mencionada.

Todos estos datos y grabaciones serán conocidos únicamente por los investigadores; en ellos no se incluirá información que permita identificar a las personas participantes en el estudio y serán utilizados con fines estrictamente académicos y científicos y se mantendrán en todos los casos el principio de **confidencialidad**, siguiendo los lineamientos de las normas científicas, técnicas administrativas y éticas para la investigación en salud del Ministerio de la Protección Social de la República de Colombia resolución N° 0008430 de 1993 consignados en el título II de la investigación en seres humanos artículos 5,6,8,11,14. Una vez

Los investigadores me han informado:

Que el instrumento que se utilizará para recoger la información es una entrevista semi-estructurada y un relato de vida cuyas respuestas serán codificadas o categorizadas, de tal manera que serán anónimas.

Que la participación en esta investigación no representa ningún peligro para mi salud física ni mental, que puedo realizar preguntas en cualquier momento de la entrevista, las cuales serán atendidas por el profesional que la está realizando; que estoy en la libertad de no responder si alguna pregunta me resulta incómoda.

Que mi participación es completamente libre y voluntaria, que como tal, puedo retirarme de la entrevista y/o de la investigación cuando lo considere pertinente, manifestando mis razones, las cuales serán respetadas a cabalidad.

Que durante la investigación no debo realizar ningún tipo de inversión económica, así como tampoco recibiré compensación monetaria por mi participación en ella.

Que si existiera duda o surgiera cualquier inquietud puedo aclararlas con cualquiera de los investigadores, cuyos datos se encuentran al pie de este formato.

En consecuencia, Yo, _____
_____ identificado con Cédula de Ciudadanía Número
_____ he leído y comprendido la información anterior y mis preguntas han sido respondidas de manera satisfactoria. He sido informado y entiendo que los datos obtenidos en el estudio pueden ser publicados o difundidos con fines científicos y consiente de todo ello acepto participar de manera voluntaria de esta investigación a través del desarrollo de una entrevista.

Participante.

Fecha

Testigo.

Fecha

He explicado al Sr(a). _____ la naturaleza y los propósitos de la investigación; le he explicado acerca de los riesgos y beneficios que implica su participación. He contestado a las preguntas en la medida de lo posible y he preguntado si tiene alguna duda. Acepto que he leído y conozco la normatividad correspondiente para realizar investigación con seres humanos y me apego

a ella. Una vez concluida la sesión de preguntas y respuestas, se procedió a firmar el presente documento.

Firma del investigador

Fecha

Firma de investigador

Fecha

Investigadores: Amada Esther Gutiérrez Mestre, Yesica Paola Leguizamón Mendoza.