

Universidad de Pamplona

Facultad de Salud

Programa de Psicología



**Dinámica y Dependencia de la Relación de Pareja y Familias Monoparentales de
Origen**

Elaborado Por:

Ps. F. Elizabeth Peñaranda Gómez

Ps. F. Rhaussa Cure Sánchez

Pamplona, Colombia

2016

Universidad de Pamplona

Facultad de Salud

Programa de Psicología



**Dinámica y Dependencia de la Relación de Pareja y Familias Monoparentales de
Origen**

Tutor:

Ps. Mgs. Sandra Licette Padilla Sarmiento

Elaborado Por:

Ps. F. Elizabeth Peñaranda Gómez

Ps. F. Rhaussa Cure Sánchez

Pamplona, Colombia

2016

TABLA DE CONTENIDO

Introducción	9
Objetivo.....	11
Objetivo general	11
Objetivos específicos	11
Justificación.....	12
Formulación de problema.....	14
Planteamiento del problema	14
Estado del arte	17
Investigaciones a nivel internacional.....	17
Investigaciones a nivel local.....	20
Marco Teórico.....	22
Capítulo I: Enfoque Sistémico	22
Desarrollo Histórico	22
Terapias Del Enfoque Sistémico	25
Terapia Del Grupo De Milán.....	27
Terapia Centrada En Las Soluciones.....	28
Terapia Estructural.	28
Definición de familia desde el enfoque sistémico.....	30
Holon Individual.....	31
Holon Conyugal.....	31
Holon Parental.	32
Holon de Hermanos.....	33
Tipos de familia.....	40

Etapas del ciclo vital de la familia.....	42
Capitulo II. Ciclo vital.....	45
La teoría de Erikson:	45
<i>Etapa 5: Identidad frente a confusión de roles</i>	47
<i>Etapa 6: Intimidad frente a aislamiento</i>	47
<i>Etapa 7: Generatividad frente a estancamiento</i>	48
<i>Etapa 8: Integridad del yo frente a Desesperación</i>	48
Las tareas evolutivas.....	49
Teoría Triangular del amor.....	52
<i>Los componentes del amor</i>	53
<i>Componente intimidad</i>	53
<i>Componente Pasión</i>	55
<i>Componente Decisión – Compromiso</i>	56
<i>Tipos de amor</i>	56
III Capitulo	59
Dependencia y familia monoparental.....	59
Teoría de la dependencia.....	59
Características de la dependencia emocional dominante	62
Fases en las relaciones de pareja de los dependientes emocionales	63
Diagnóstico.....	65
<i>Tratamiento de la dependencia emocional.</i>	66
<i>Área de las relaciones con el entorno interpersonal</i>	67
<i>Autoestima y estado anímico</i>	68
La interdependencia.....	68
Familias monoparentales	71

<i>Imagen social de este tipo de familias</i>	71
<i>Retos de las familias monoparentales</i>	72
<i>Educación y valores en las familias monoparentales</i>	73
<i>Las familias monoparentales</i>	78
<i>Respuestas educativas a los factores de riesgo presentes en las familias monoparentales</i>	83
Metodología	91
Tipo de investigación	91
Población.....	91
Muestra	91
Muestreo	92
Diseño de investigación.....	92
Familia:	93
Individuo:	93
Pareja:	94
Técnicas de recolección de datos	95
Familiograma	97
<i>Análisis de resultados</i>	98
<i>Cuestionario Apgar</i>	103
Triangulación de técnicas.....	105
<i>Pareja 2</i>	108
<i>Entrevista</i>	109
<i>Cuestionario Apgar</i>	113
<i>Triangulación de técnicas</i>	115
<i>Pareja 3</i>	117

<i>Entrevista</i>	118
<i>Cuestionario Apgar</i>	121
Triangulación de técnicas	122
Triangulación de resultados.....	124
Discusión de resultados.....	128
Conclusiones	131
Recomendaciones.....	133
Referencias Bibliografías	136
Anexos.....	139

Resumen

Dinámica de la relación de pareja y familias monoparental de origen.

Esta investigación está basada en describir la dinámica de tres parejas que provengan de familia monoparental de origen y su movilización a la dependencia emocional, teniendo como punto de referencia el enfoque sistémico, desde una perspectiva cualitativa; teniendo como muestra tres parejas heterosexuales, que tengan como mínimo seis meses de duración, con un rango de edad de 20 a 25 años, además cuenta con un estado del arte el cual se subdividió en tres apartados el primero que fueron investigaciones a nivel local, el cual fue extraído de tesis y monografías de la Universidad de Pamplona, luego investigaciones a nivel nacional y por último investigaciones a nivel internacional, seguido a ello tiene un marco teórico que se dividió en tres capítulos, el primero de ellos es el enfoque sistémico, el segundo el ciclo vital y el tercero dependencia y familias monoparentales. El tipo de investigación es de tipo transversal con un diseño descriptivo con un muestreo no probabilístico y los instrumentos que se utilizaron fueron cuestionario de Apgar, genograma y entrevista semi-estructurada.

Palabras claves: Relación de pareja, familias monoparentales, dependencia emocional.

Abstract

Dynamics of the partnership and single-parent families of origin

This research is based on describing the dynamics of three couples that come from single-parent family of origin and their mobilization to the emotional independence, taking the systemic approach as the point of reference, from a qualitative perspective; taking as sample three heterosexual couples, with at least six months of relationship, with an average of age between 20 and 25 years old. Moreover, it counts with a state of art which was divided into three sections the first were some researches in a local level, which was taken from thesis and monographs of Universidad de Pamplona, then researches in a national level and finally researches in an international level. Afterwards, it has a theoretical framework that was splitted out into three chapters. The first one is the systemic approach, the second one the vital cycle and the third of them dependence and single-parent families. The type of research is a transversal with a descriptive design and with a no probabilistic sampling and the instruments implemented used were Apgar's questionnaires, genogram and semi structured interview.

Key words: emotional dependence, partnership, single-parent families.

Introducción

Esta investigación se centra en las relaciones de pareja que provienen de familias monoparentales; la muestra está conformada por tres parejas heterosexuales estudiantes de la Universidad de Pamplona, con tiempo de duración de seis meses, en un rango de edad de 18 a 25 años, donde se analiza la dinámica de las familias monoparentales de cada pareja con el fin de identificar la movilización a la dependencia emocional, teniendo en cuenta que la familia es la base fundamental de la sociedad donde se establecen jerarquías, roles, reglas y límites que se ven enmarcados en la relación de pareja. Por ello es relevante conocer los momentos evolutivos de cada pareja participe de esta investigación.

Esta investigación llamada dinámica y dependencia de la relación de pareja y familias monoparental de origen, cuenta con un estado del arte el cual se subdividió en tres apartados, que fueron investigaciones locales, estas se retomaron de la recopilación de tesis y monografías de la Universidad de Pamplona, luego investigaciones a nivel nacional y por último investigaciones internacionales lo cual sirve de guía y soporte al momento de realizar la monografía, seguido a esto tiene un marco teórico que se dividió en tres capítulos, el primero denominado enfoque sistémico éste trata sobre el desarrollo histórico, la familia, terapia de familia, los tipos de terapia, los holones; el segundo capítulo denominado ciclo vital se tuvo en cuenta la teoría de Erikson, sus ocho etapas, la teoría triangular del amor de Sternberg, los componentes del amor, y los tipos de amor, para finalizar esta el tercer capítulo llamado dependencia y familia monoparental en el cual van a encontrar la teoría de la dependencia realizada por Castelló, fases de la relaciones de pareja, diagnóstico sobre la dependencia, tratamiento de la misma, familias monoparentales, la imagen social que tienen estas, los roles, la educación y los valores. Se dividió en estos tres capítulos ya que esta investigación es netamente sistémica el

primero trata básicamente del enfoque, el segundo del ciclo vital de la pareja, y el tercero de la temática abordada.

Por otra parte en cuanto a la entrevista semi-estructurada que se hizo para analizar la movilización a la dependencia emocional en las relaciones de parejas que provengan de familias monoparentales se pudo evidenciar que si se presenta dicha movilización a la dependencia ya sea hacía su pareja o su mamá, ya que la muestra lo manifestó durante la entrevista, por medio de las preguntas realizadas.

Teniendo en cuenta que la dependencia emocional es uno de los problemas que se presenta al momento de establecer una relación de pareja ya que se aferran tanto a la otra persona, dejándose a un lado y perdiendo su esencia, solo viviendo en funcionamiento del otro descuidándose y dejando a un lado sus redes de apoyo, las personas dependientes se cierran en un mundo donde no habita más nadie que su pareja, tanto así que perciben al otro como un ser superior. No son conscientes que están en un error y siempre ellos toman la responsabilidad de situaciones negativas que ocurren dentro de su vínculo con la otra persona, por lo general estas suelen tener baja autoestima, perciben el mundo de una forma negativa donde no le encuentran posible soluciones a sus dificultades, por otro lado las parejas de personas dependientes se aprovechan de la circunstancias provocando infidelidades, maltrato psicológico y llegando en ocasiones hasta el maltrato físico, en cuanto a estas dos últimas él o la dependiente solo justifica esta realidad culpándose de lo que pasa en su relación, de hecho no visualiza su vida sin la otra persona.

Objetivo

Objetivo general

Describir la dinámica de tres parejas con familias monoparentales de origen y su movilización a la dependencia emocional a través del enfoque sistémico, desde una perspectiva cualitativa, proponiendo a futuro estrategias para la consolidación de relaciones sanas y estables.

Objetivos específicos

Analizar la dinámica de las familias monoparentales de cada una de las parejas a través de la entrevista semi-estructurada, con ello conocer si se moviliza una dependencia emocional

Interpretar del familiograma, utilizado como técnica cualitativa dentro esta investigación conociendo la dinámica de las relaciones de pareja.

Elaborar una cartilla psico-educativa que a futuro deleve e incorpore estrategias que fomenten estilos saludables y acciones que fortalezcan la salud mental de las parejas.

Justificación

Teniendo en cuenta que actualmente en la sociedad hay una movilización elevada de familias monoparentales, las cuales son aquellas conformadas por un solo progenitor e hijos que conviven juntos, en la conformación de estas, se hallan diferentes factores psicosociales que movilizan la estructura de las mismas, como lo es; el divorcio, fallecimiento de uno de los padres, hospitalización y encarcelamiento.

Son diversas las situaciones causales que se presentan para conformar una familia monoparental, teniendo en cuenta hay dos tipos de familias monoparentales; familia monoparental femenina y familia monoparental masculina, esto quiere decir que están conformadas ya sea por el padre o por la madre, con base en esto se pretende realizar una investigación para analizar si el hecho de provenir de una familia con estas características movilizan una dependencia emocional a la hora de conformar una relación de pareja seguido a esto identificar cuáles son las situaciones que movilizan la estabilidad o inestabilidad en las relaciones de pareja, siendo que al conformar una relación de pareja se tienen en cuenta los patrones de crianza provenientes de las familias ya que estos son de vital importancia a la hora de conformar una pareja, por lo cual estas características antes mencionadas pueden generar una dependencia emocional frente a la pareja.

Seguido a esto la dependencia emocional es una necesidad afectiva extrema y continua, que obliga a las personas que la presentan 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. Teniendo como punto de partida estos elementos, presentes en la cotidianidad de la sociedad es necesario desde el ámbito psicológico analizar cada una

de las situaciones que movilizan a la conformación de las relaciones de pareja y por ende la dependencia emocional, Castelló (2005).

Por ello esta investigación es de vital importancia en el ámbito de la psicología, y por ende en el departamento de psicología, ya que es una temática que requiero mucho más exploración, donde se busca incorporar herramientas dentro del programa para que más adelante sean retomadas como método de estudio, ya que es un tema que le interesa a todos los psicólogos en formación. Seguido a esto es un aporte a la sociedad dar a conocer que es la dependencia emocional y así proporcionar estrategias psicológicas que se han utilizadas más adelante, siendo que ninguna persona esta excenta de movilizar una dependencia emocional en su relación de parejas, por consiguiente se dejara una cartilla donde se podrá evidenciar estrategias resilientes frente a la dependencia emocional y evaluación e incorporación de hábitos saludables que fortalezcan la salud mental de las parejas.

Formulación de problema

¿Cuáles son las movilizaciones que una familia monoparental de origen genera en el establecimiento de las relaciones de pareja?

Planteamiento del problema

Esta investigación se realiza en el Municipio de Pamplona, contando con el apoyo de la Universidad de Pamplona y las psicólogas en formación, donde el tema central es las relaciones de pareja y las familias monoparentales. En el cual se Tiene como población los estudiantes de la Universidad de Pamplona, la muestra son tres parejas de dicha casa de estudio, en el cual las variables tomadas son tiempo de duración síes (6) meses en la relación, que los dos sean educandos de la Universidad, se tendrán en cuenta un rango de edades que oscilen entre los 20 a 25 años de edad, teniendo como punto de partida para que no se presente un sesgo a la hora de analizar los resultados que se obtendrán por medio de la aplicación de técnicas cualitativas, las cuales son entrevista semi-estructurada, familiograma y aplicación del Cuestionario Apgar familiar, con el fin de describir la dinámica de las relaciones de pareja y la dependencia emocional.

Descripción del problema

Esta investigación analiza la dependencia emocional en relaciones de pareja a través de un estudio cualitativo, donde se aplica técnicas cualitativas las cuales son entrevista semi-estructurada, familiograma y aplicación del cuestionario Apgar familiar, con el fin de describir la dinámica de las relaciones de pareja y la dependencia

emocional, teniendo como muestra tres parejas que residan en el Municipio de Pamplona Norte de Santander, con un rango de edad de 20 a 25 años y un tiempo de relación de seis meses, en el cual se analiza la dinámica de tres parejas que provengan de familia monoparental, desde el enfoque sistémico; donde se evalúa la dependencia emocional a la hora de la conformación de las relaciones de pareja.

La teoría de la dependencia emocional según Castelló, (2000), citado por Cid (2013), señala 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. La dependencia emocional se define también como un patrón persistente de necesidades emocionales insatisfechas que se intentan cubrir de manera desadaptativa con otras personas.

El dependiente tiende a propagar su debilidad y reducir sus fortalezas; es por ello que el dependiente siempre busca pareja que tenga autoestima elevada y así encajar bien o consolidar su relación, la persona dependiente tiene miedo a la separación, al abandono por parte de su pareja, constantemente tienen que ratificarle su amor lo cual hace que se sienta más segura y esto de cierto modo le mantiene su autoestima; el dependiente siempre necesita a su pareja para sentirse bien consigo mismo.

Por otro lado las familias monoparentales son aquellas que están formadas por un único progenitor, que puede ser el padre o la madre, y uno o varios hijos o hijas, tienen distintos orígenes; la viudedad, la separación, la decisión de personas solas de adoptar un niño o una niña y formar su propia familia, siendo mayoritario entre ellas como motivo la muerte de uno de los cónyuges (la viudedad), pero se ha incrementado de forma importante el número de ellas que proceden de procesos de separación o divorcios. Es decir, la familia monoparental de personas viudas con hijos es cada vez

menos frecuente en cifras de población, debido al aumento de la esperanza de vida, las familias monoparentales producto de separaciones aumentan, y en menor proporción también lo hacen las formadas por personas solas que adoptan un niño o niña o las que recurren a la reproducción asistida para formar su propia familia. (Gago 2005)

La imagen social que tienen las familias monoparentales, que generalmente suelen serlo de madre e hijos (en un 85% de las mismas es así, por lo que sería más adecuado en este caso llamarlas monoparentales), han existido siempre. El reconocimiento social de estas familias como “familias plenas”, y no como familias “incompletas”, se da en épocas relativamente recientes; de hecho, en épocas cercanas aún, algunos estigmas sociales (sobre todo referidos a las mujeres sin pareja y con hijos a cargo) hacían que las familias de este tipo tuvieran esta consideración negativa, con una imagen social distorsionada. Pero la sociedad cambia a grandes pasos, y ya nos encontramos con que, por ejemplo, la suma de parejas sin hijos y familias unipersonales supera al modelo de familia tradicional de pareja con hijos; se puede decir que la imagen social de estas familias está muy en relación con los cambios de mentalidad en la sociedad, producto a su vez de un mayor abanico de tipologías familiares, y a una consideración social más respetuosa hacia todas ellas. Gago (2005).

Estado del arte

Investigaciones a nivel internacional

Amor y dependencia en las relaciones de pareja, elaborada por Manuel Villegas Besora, en la Universidad de Barcelona en el año 2008, En este artículo se contempla el fenómeno de la dependencia emocional en el contexto de la relación de pareja. Las vicisitudes en la negociación de los parámetros sobre los que se constituye la relación de pareja, simetría y complementariedad, se consideran suficientes para explicar el fenómeno la dependencia emocional, independientemente de otros factores personales, sociales o culturales predisponentes.

Dependencia emocional, características y tratamiento. Elaborada por Jorge Castelló Blasco, en Madrid España en el año 2005, Las personas con dependencia emocional son muy susceptibles de establecer relaciones de parejas patológicas y gravemente desequilibradas, asumiendo en ellas un rol subordinado. Estas personas, asimismo, consideran a su pareja como el centro de su existencia, la idealizan, se someten a ella y serían capaces prácticamente de cualquier cosa para no romper la relación. De hecho, la dependencia emocional está en la base del comportamiento de un grupo de personas víctimas de violencia doméstica, que manifiestan seguir enamoradas de sus parejas por graves que sean los malos tratos, vejaciones, desprecios, etc. que hayan recibido de su parte.

Un análisis del concepto de familia monoparental a partir de una investigación sobre núcleos familiares monoparentales, Elaborada por Carmen Rodríguez Sumaza la Universidad de Valladolid, en el año 2003. El presente artículo busca profundizar en una de las cuestiones más complejas y controvertidas pero quizás menos debatidas de la monoparentalidad; el propio concepto de familia monoparental. Para ello se parte de una definición inicial de familia monoparental que, obtenida tras una revisión del marco teórico existente, sirvió tanto de instrumento de análisis de la monoparentalidad en el

marco de una investigación sobre núcleos familiares monoparentales en Castilla y León, como de hipótesis de partida para la explicación de dicho fenómeno. A continuación, se expone el marco metodológico en el que dicho concepto fue sometido a prueba y se revisa la medida en que los rasgos más significativos del concepto reflejaron la realidad de la monoparentalidad en dicha comunidad autónoma.

Finalmente, se hace una reflexión sobre el concepto empleado y se apuntan las principales limitaciones que presenta, en un intento de contribuir a la mejora del concepto como herramienta del análisis científico.

Para la elaboración de la monografía se tuvo en cuenta dos investigaciones la primera Dependencia emocional, características y tratamiento. Elaborada por Jorge Castelló Blasco, en Madrid España en el año 2005, teniendo en cuenta los apartados que se trabajaron en esta investigación, se tuvo presente para realizar las categorías que están en la técnica de entrevista semi-estructurada se le va hacer a nuestra muestra, con el fin de diagnosticar, saber las causas de la dependencia y dar herramientas para la consolidación y establecimiento de parejas saludables mentalmente; la segunda un análisis del concepto de familia monoparental a partir de una investigación sobre núcleos familiares monoparentales, Elaborada por Carmen Rodríguez Sumaza la Universidad de Valladolid, en el año 2003, de aquí vamos a retomar el instrumento de análisis de la monoparentalidad en el marco de una investigación sobre núcleos familiares monoparentales, con el objetivo de analizar las pautas de crianza, reglas, límites, jerarquías, coaliciones, que se dan en este tipo de familias.

Investigaciones a nivel nacional

Seguido a esto se presenta la recopilación de las investigaciones a nivel nacional, donde se conoce la siguiente que tiene como tema central *las familias monoparentales con hijos adolescentes y psicoterapia sistémica; una experiencia de intervención e investigación*. Elaborada por Gabriela Vanegas, Alejandro Barbosa, Mónica Alfonso, lady Delgado y Julián Gutiérrez en la Universidad Manuela Beltrán Colombia; el

trabajo fue realizado durante el proceso de prácticas profesionales en psicología clínica por los estudiantes de la Universidad Manuela Beltrán (UMB) en el año 2010. Por consiguiente El propósito de esta investigación es describir los cambios suscitados en familias Monoparentales con hijos adolescentes después de un proceso psicoterapéutico. Los Conceptos y método corresponden a la investigación sistémica en procesos Psicoterapéuticos. Para esta investigación se eligieron tres de los casos atendidos por psicólogos en formación y supervisores durante el proceso de práctica profesional en psicología clínica. Se utilizó la técnica del equipo reflexivo para generar reflexiones de segundo orden y potenciar las intervenciones. El análisis de los cambios logrados durante el proceso de intervención permitió comprender aspectos claves del funcionamiento de estas familias como la palatalización y la individuación. También se comprobó la efectividad.

Seguido a esto la investigación de *Terapia de pareja: abordaje sistémico*. Elaborada por Ricardo de la Espriella Guerrero Profesor del Departamento de Psiquiatría y Salud Mental, Facultad de Medicina, Pontificia Universidad Javeriana. Bogotá, Colombia. La pareja es un sistema con elementos particulares, y el psicoterapeuta, debe abordarlo como tal. Objetivo: Presentar aspectos conceptuales de la pareja humana, evidenciando elementos fundamentales, con el marco de referencia de la teoría sistémica y con énfasis en el contexto. Desarrollo: Se abordan los fundamentos de la terapia de pareja, su estructura, sus indicaciones y contraindicaciones, así como las características que debe tener en cuenta el terapeuta de pareja en la conducción de las sesiones. Conclusiones: Se debe reconocer la terapia de pareja como un campo con elementos propios que si bien se relacionan con los conceptos aplicables a la terapia de familia, debe desligarse de ellos. El terapeuta debe emplear métodos que respeten las creencias, valores e historia de los integrantes de la pareja.

Por último la investigación que lleva como título. *Descripción de la dinámica interna de las familias Monoparentales*, simultáneas, extendidas y compuestas del municipio de Medellín, vinculadas al proyecto de prevención temprana de la agresión. Elaborada por María Eugenia Agudelo Bedoya, Universidad Pontificia Bolivariana, El

estudio efectuado por el Grupo de Investigaciones en Familia de la U.P.B., caracteriza la dinámica interna de las diferentes tipologías familiares en las Comunas 1, 2, 3, 8 y 9 del Municipio de Medellín que participaron en el proyecto de “Prevención Temprana de la Violencia, Pautas de Educación y Crianza” que se desarrolló entre enero de 2001 y septiembre de 2002, contando con la financiación del Municipio de Medellín y el Banco Interamericano de Desarrollo (BID). Se analiza la dinámica interna de 536 familias distribuidas por tipología de la siguiente manera: 204 Monoparentales Femeninas; 11 Monoparentales Masculinas; 173 Extendidas; 109 Simultáneas y 39 Compuestas.

La información se tomó de los registros de visita domiciliaria y entrevistas aplicados directa y personalmente por el grupo de asesores que tuvo a su cargo el proceso formativo y de orientación con las familias de niños y niñas de las instituciones educativas participantes. Es importante anotar que el modelo de intervención incluye la aplicación del cuestionario para evaluación de conductas en niños/niñas entre 3 y 11 años de edad (COPRAG), que permite identificar si están en riesgo de asumir conductas agresivas. Según el puntaje que obtienen en dicha prueba, se clasifican en 2 categorías: en la de “Índice” los niños y las niñas que aparecen en mayor riesgo y en la de “no Índice” quienes aparecen en menor riesgo. Por esto, el análisis de la información se hace diferenciando un grupo de otro. Las variables de la dinámica interna que se tuvieron en cuenta fueron: autoridad, comunicación, afectividad y pautas de crianza. Además se indagó sobre la percepción que las familias tienen de la salud física y emocional de estos niños y niñas.

Investigaciones a nivel local

Por consiguiente se retomó algunas investigaciones a nivel local donde se encuentra la investigación acerca de la *Dependencia emocional en mujer en situación de desplazamiento*, elaborada por Blanca Yanira Peñaranda Pérez y Carla Cristina Piazzolla García, en la Universidad de Pamplona Colombia el año 2012, donde se enmarca entre los estudios transversales descriptivos de corte cuantitativo, la cual identifica la prevalencia de la variable dependencia emocional constituida por seis

factores de la teoría de Castelló (2005), en mujeres desplazadas del barrio las delicias de san José de Cúcuta, se administró el cuestionario de dependencia emocional de Lemus y London (2006), en una muestra no esta investigación se enmarca dentro del estudio cualitativo descriptivo, teniendo como objeto, analizar las relaciones 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 realizó un grupo focal y una entrevista semi-estructurada.

No resultó sencillo analizar la relación entre la dependencia afectiva y la 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 pérdida de confianza en sí mismo, la disminución de la interacción social y la modificación de planes e intereses personales.

Seguido a esto se retomó la investigación sobre *pautas de crianza en familias monoparentales matriarcal y patriarcal*, elaborada por Rosa Liest Suarez Barrera y Carlos Andrés Rodríguez Pardo en el año 2013 en Villa del Rosario Norte de Santander, esta investigación tuvo como objetivo describir las pautas y estilos de crianza que se presentan en el interior del sistema monoparental, con hijos adolescentes; ante la ausencia del padre o la madre, mediante una investigación cualitativa donde se mostró la dinámica familiar del adolescente a nivel matriarcal (se evidencia pautas de crianza rígidas autoritarias y sobreprotección por parte de cuidador) y del adolescente a nivel patriarcal (se evidencian pautas de crianza definidas, negociación, acuerdos y autoridad). Se implementó instrumentos para la recolección de información como entrevista a padres, cuidadores e hijos y observación no participantes permitiendo el acercamiento a la dinámica de los sistemas tanto en la familia, como en la relación que hay dentro de sus demás sistemas.

Marco Teórico

Capítulo I: Enfoque Sistémico

Teniendo en cuenta el proceso de elaboración de la monografía, es de vital importancia el enfoque sistémico, ya que bajo este se ve enmarcado el lenguaje, técnicas y teoría sistémica, por lo cual el primer capítulo está conformado por un apartado del libro *Enfoques en Terapia Familiar Sistémica* que fue elaborado por Inmaculada Ochoa de Alda en el año 1995, citado por Galindo & Quintana en el año (2015), para la elaboración de su monografía. Estilos de apego en las relaciones de pareja, monografía investigativa sin publicar, de la cual se retoma el desarrollo histórico, propiedades y las diferentes terapias que lo conforman, donde cita a diferentes autores que son los precursores de la terapia familiar.

Desarrollo Histórico

La terapia familiar surge en los años 1952 a 1962 donde es promovida por la investigación con carácter clínico de (Jones, 1980) citado por Ochoa (1995), retomado por Galindo & Quintana (2015), en donde John Bell acuña el término de terapia familiar definiéndola como una nueva modalidad terapéutica que trabaja con la familia como unidad de tratamiento. Los factores clínicos que la originan son la entrevista al grupo familiar por parte de los terapeutas para obtener información del paciente tratando de explicar cómo estas relaciones influyen en la dificultad de este; abarcando a la familia como sistema con todos sus miembros; En donde el tratamiento se orienta a modificar ciertas relaciones.

(Foley, 1974) retomado por Ochoa (1995), citado por Galindo & Quintana (2015), Considera a Nathan W. Ackerman como el precursor de la terapia familiar, por ser el primero en incluir este enfoque con visión terapéutica. Ackerman sostiene que existe una interacción entre los factores biológicos y el medio social que determinan la vida del ser humano; dentro del cual el conflicto interpersonal precede al intrapsíquico

dándose por falta de adaptación de nuevos roles establecidos por el desarrollo de las familias; en donde denomina su terapia “integrativa” uniendo la teoría de los sistemas con el tratamiento familiar enseñando a las personas como alcanzar una vida con bienestar dentro de los valores y cultura particular de cada familia.

(Bateson G. , 1952) Citado por Ochoa (1995), retomado por Galindo y Quintana (2015), Inicia el proyecto de investigación sobre la comunicación interesándose por los procesos de clasificación de mensajes y la forma en que se dan las paradojas. La paradoja se produce cuando los mensajes de una comunicación encuadran a otros mensajes de manera conflictiva, de forma que si el receptor obedece el requerimiento del emisor en realidad lo está incumpliendo.

(Bowen, 1954) Citado por Ochoa (1995), retomado por Galindo y Quintana (2015), desarrolla la “teoría familiar de los sistemas” iniciando un proyecto de investigación en el Instituto Nacional de Salud Mental de Washington, en donde trabaja con pacientes esquizofrénicos y con sus madres para investigar la “hipótesis simbiótica”, que consideraba la enfermedad mental del hijo como resultado de un trastorno menos severo de la madre. A medida que la investigación avanzaba se hizo evidente que la relación madre- hijo era un fragmento de la unidad familiar más amplia, y que toda ella estaba implicada en el proceso patológico. Como consecuencia de esta observación, define la familia como un sistema que incorpora una combinación de variables emocionales y relacionales. Sostiene que las primeras son fuerzas que subyacen al funcionamiento del sistema y que las segundas determinan el modo en que se expresan las emociones.

(Jackson B. y., 1954) Citado por Ochoa (1995), retomado por Galindo y Quintana (2015). Quien comenzó a estudiar la comunicación de los psicóticos, desarrollando la teoría del doble vínculo que buscaba describir el contexto comunicacional de la esquizofrenia. La expresión “doble vinculo” alude precisamente a los mensaje duales que contienen un antagonismo paradójico (Bateson, 1956). La contribución de Bateson supuso la “emancipación” del psicoanálisis, ya que define la

locura y otros síntomas psiquiátricos como conductas comunicativas entre las personas y no como fenómenos intrapsíquicos.

Posteriormente, (Weakland, 1962) Citado por Ochoa (1995), retomado por Galindo y Quintana (2015), pasa a formar parte del proyecto de Bateson, enfocándose en el trabajo experimental estudiando los detalles de las situaciones de doble vínculo, buscando las diferencias entre las comunicaciones disfuncionales de las familias sintomáticas y no sintomáticas. Concluyendo que aunque la situación del doble vínculo es un componente necesario de la esquizofrenia, no es suficiente para explicar la etiología de la misma.

Al mismo tiempo que la orientación familiar emerge en estados unidos, los pensadores fenomenológicos ingleses dirigen su atención a la dinámica familiar, que consideran un reflejo de la dinámica social (Howells, 1968) Citado por Ochoa (1995). En 1958, retomado por Galindo y Quintana (2015), R.D Laing comienza a trabajar con familias de esquizofrénicos en la Tavistock Clínica de Londres, bajo el postulado de que la sociedad debe centrarse en sus componentes más débiles. Asimismo, a principios de los años sesenta, John Hovells Citado por Ochoa en (1995), retomado por Galindo y Quintana (2015), publica los resultados de su trabajo con familias en Ipswich, Inglaterra, corroborando el trabajo que paralelamente se estaba llevando a cabo en estados unidos.

(Jackson D. , 1959) Citado por Ochoa (1995), retomado por Galindo y Quintana (2015), Funda el Mental Research Institute (MRI), que se centra en las interacciones entre los miembros del sistema familiar e incorpora principios de la cibernética y de la teoría general de sistemas. Asumiendo que los problemas psiquiátricos se derivan de la interacción y las conductas observables de los individuos que pertenecen a contextos organizados como la familia, la escuela, el trabajo etc. Defendiendo que el funcionamiento de la familia se da en torno a reglas, que son las reguladoras de la vida de cada familia y que la disfunción emerge cuando estas son ambiguas, provocando la

desorganización del grupo; centrándose en el contenido manifiesto y en los principios de la cibernética.

(Jackson N. W., 1962) Citado por Ochoa (1995), retomado por Galindo y Quintana (2015), Crean la revista “Family Process” lo cual contribuye a consolidar la terapia familiar, que había comenzado su gestación en los años cincuenta. Durante las décadas de 1960 y 1970 aumenta la conciencia de que en la organización social del individuo podía hallarse una nueva explicación de la motivación humana. En donde el núcleo de tratamiento es La familia como grupo natural, nuclear y extenso, comenzando a establecer las estructuras de las familias; como lo son: las coaliciones intergeneracionales en las que uno de los cónyuges se une a un hijo contra el otro cónyuge; alianzas, límites y jerarquías; Los años ochenta y noventa se caracterizan por el contraste desarrollo de las concepciones particulares de cada uno de los autores creando el movimiento de la terapia familiar.

Terapias Del Enfoque Sistémico

Terapia Del MRI De Palo Alto.

Se trata de un enfoque de terapia breve creado que inicia en el año 1968 después de la muerte de (Jackson D. , 1959) citado por Ochoa (1995), retomado por Galindo & Quintana (2015), quien fundo el grupo del MRI. Actualmente (Watzlawick W. F., 1995) citado por Ochoa (1995), integran el Briet Therapy Center del Mental Research Institute de Palo Alto. Su trabajo se caracteriza por intervenir sobre aquellas respuestas que los pacientes y sus familias desarrollan para solucionar la situación sintomática y que han resultado infructuosas. Apuestan por una terapia breve, cuya duración no sobrepase las diez sesiones espaciadas semanalmente, basada en estrategias eficaces para evitar que sigan vigentes los factores mantenedores del problema que motiva la consulta. Las estrategias se apoyan en una hábil utilización de la postura del paciente y de sus

familiares ante el problema, la terapia y el terapeuta con la finalidad de evitar confrontaciones que dificulten el desarrollo del tratamiento.

Su Evaluación se enfoca en entender cómo se origina el cambio en la vida del paciente y su familia, al que los autores denominan “dificultad” (Watzlawick, 1976-1980) citado por Ochoa (1995), retomado por Galindo y Quintana (2015), que precisa de un nuevo tipo de respuesta. En su trabajo, el Brief Therapy Center del MRI considero los problemas ligados al ciclo vital como elementos importantísimos en la gestación de los síntomas; se interesan por entender el modo en que las familias mantienen sus problemas con sus intentos bienintencionados, pero desafortunados, por superarlos. Consideran que una dificultad se convierte en un problema en algo patológico cuando se intenta resolverla de manera equivocada y, después del fracaso, se aplica una dosis más elevada de la misma solución ineficaz. Los integrantes del MRI han establecido una tipología de las soluciones intentadas por los pacientes y sus familias: Forzar algo que solo puede ocurrir espontáneamente; dominar un acontecimiento temido aplazándolo.

Llegar a un acuerdo mediante coacción; conseguir sumisión a través de la libre aceptación; y confirmar las sospechas del acusador mediante la autodefensa. Como intervención proponen que alterando las soluciones intentadas se rompe la secuencia sintomática, produciéndose así el cambio terapéutico. La secuencia está regulada por una causalidad circular, de manera que el síntoma mantiene los intentos de solución al mismo tiempo que esta mantenido por ellos; Las Técnicas de intervención que se llevan a cabo son las Redefiniciones cognitivas que evitan aquellas etiquetas que utilizan los pacientes y que dificultan el cambio, de igual manera se aplican diversas técnicas como lo es las tareas directas, tareas paradójicas, metáforas, técnicas hipnóticas, redefiniciones y técnicas de persuasión.

Terapia Del Grupo De Milán.

Este grupo se gestó en el centro de estudios de la familia en Milán y estuvo compuesto por (Selvini Palazzoli, 1971) citado por Ochoa (1995), retomado por Galindo y Quintana (2015). Este enfoque terapéutico se aplica preferentemente en caso de psicosis, síndromes anoréxicos y bulímicos; teniendo una orientación psicoanalítica; En 1971 adoptan el enfoque de palo alto y desarrollan la intervención contra paradójica Diseñada para anular el doble vinculo patológico. Influidos por Bateson, Hoy en día este grupo se disolvió y han creado un nuevo equipo por (Palazzoli P. y., 1971) citado por Ochoa (1995), en donde buscan desarrollar una teoría general de los juegos psicóticos; La piedra angular de todos los componentes del antiguo Grupo Milán ha sido y sigue siendo el juego familiar concepto ciertamente abstracto que engloba las relaciones de los miembros del sistema familiar, creencias que tienen unos de otros, de sí mismo y de la familia en conjunto.

La Evaluación Tiene por objeto conocer cuál es el juego patológico que se da cuando los miembros del grupo familiar tienen roles y funciones que ya no responden a los requisitos del momento evolutivo que atraviesan en consecuencia para cambiar las conductas problemáticas el terapeuta deberá modificar el sistema familiar de creencias teniendo en cuenta que creencias y conductas se influyen recíprocamente; Como Intervención postulan cambiar la rigidez de sus sistemas de creencias, siendo la propia familia la que encuentre el cambio más conveniente; Como Metas terapéuticas se plantea la modificación del sistema de creencias familiar, alterar el mapa de relaciones, cambiar la secuencia familiar de conductas y conseguir una meta regla del cambio, que permita canjear las reglas que regulan el funcionamiento del sistema; Las Técnicas de intervención tienen como finalidad alterar el modo en que los integrantes de la familia se perciben entre la relación y el síntoma-

por consiguiente afectan al tipo de atribuciones que las personas hacen con respecto a las causas del problema o con respecto a las intenciones de la conducta de los demás; las principales intervenciones cognitivas son la Redefinición, Connotación

positiva, Intervenciones conductuales, Prescripciones directas, Prescripciones paradójicas.

Terapia Centrada En Las Soluciones.

El impulsor de este enfoque terapéutico es (Shazer S. d., 1978) Citado por Ochoa (1995), retomado por Galindo y Quintana (2015), quien desarrolla su trabajo desde 1978 en el Brief Family Center de Milwaukee y Autores como (Davis) citado por Ochoa (1995) se han sumado contribuyendo a la difusión de la nueva orientación centrada en las soluciones eficaces que emplean las personas para resolver sus problemas; la gestación de la terapia centrada en las soluciones ha estado influida en sus comienzos por la terapia del MRI de Palo Alto y más recientemente por (Tomms K.) citado por Ochoa (1995); en donde se piensa que el paciente identificado y su familia están motivados para desembarazarse del problema que les dificulta llevar una vida mejor. Se busca evaluar el síntoma que comprende la dificultad y las soluciones aplicadas y que la permanencia de estas impide poner en práctica otras para superar la problemática. La intervención las sesiones se dedican a generar soluciones.

Es decir, cambios perceptivos y conductuales que elaboran conjuntamente los clientes y el terapeuta con el fin de mejorar la forma de superar el problema. Las Técnicas de intervención tenidas en cuenta son las connotaciones positivas, metáforas, tareas directas, ordalías, tareas paradójicas y rituales.

Terapia Estructural.

Esta terapia es creada por (Minuchin, 1965-1970), citado por Ochoa (1995), retomado por Galindo y Quintana (2015), el cual crea un enfoque terapéutico centrado en la estructura familiar defendiendo que los procesos del sistema familiar se reflejan temporalmente en sus estructuras. Las variables estructurales específicas en las que se centra son los límites, que implican reglas de participación, y las jerarquías, que encierran reglas de poder. El acento recae en la organización jerárquica del sistema

familiar y en la descripción de las distintas estructuras de comunicación que conllevan los tipos de límites.

La terapia estructural asume que la modificación de las reglas concernientes a los límites y las jerarquías impacta profundamente las transacciones familiares, produciendo un desequilibrio en los patrones de interacción que contienen y mantienen el síntoma; El proceso terapéutico se desarrolla fundamentalmente en tres etapas en la primera el terapeuta se une a la familia desde una posición de liderazgo en la segunda se desliga y evalúa la estructura familiar subyacente y en la tercera crea las circunstancias que permitirán transformar dichas estructuras; Su Evaluación parte de una serie de hipótesis sobre la interacción sistémica entre el contexto familiar total y las conductas sintomáticas de sus miembros individuales y continua poniendo a prueba dichas hipótesis mediante un proceso interaccional del terapeuta con la familia (Minuchin, 1984) citado por Ochoa (1995), retomado por Galindo y Quintana (2015).

Las variables que el terapeuta evalúa son, el momento del ciclo evolutivo que está atravesando el sistema familiar y su rendimiento en las tareas apropiadas a ese estadio, las interacciones que sus integrantes despliegan en la entrevista, las alianzas y coaliciones familiares, los problemas de la distribución jerárquica del poder, el tipo de límites intra y extrafamiliares, las pautas de transacción alternativas disponibles de acuerdo a la flexibilidad del sistema al cambio; las fuentes de apoyo y estrés dentro y fuera del grupo familiar, y , finalmente la forma en que el síntoma es aprovechado por la familia para mantener sus pautas transaccionales.

La Intervención se centra desde un comienzo en efectuar un cambio; en donde el terapeuta emplea estrategias de coparticipación que le posibilitan establecer una fuerte alianza terapéutica, algo de capital importancia ya que las técnicas de intervención se basan principalmente en el desafío. Con la finalidad de aumentar su capacidad de maniobra puede adoptar una posición cercana, intermedia o distante con la familia; las Técnicas de intervención utilizadas en la terapia estructural se sitúa en el cambio que se efectúa en la propia sesión, empleando técnicas como. Desafío, Técnicas reestructurales:

Fijación de límites, Desequilibrio, El aprendizaje de la complementariedad, Técnicas de cambio de visión: Modificación de la constructos cognitivos, Intervenciones paradójicas, Las facetas fuertes.

Definición de familia desde el enfoque sistémico

Teniendo en cuenta que la familia es de vital importancia en la conformación de la pareja. El siguiente apartado es tomado del libro Técnicas de Terapia Familiar elaborado por Salvador Minuchin y Charles Fishman. Citado por Galindo & Quintana (2015). De donde se tomó la definición de familia desde el enfoque sistémico.

Según Andolfi (1977) “la familia es un sistema relacional que conecta al individuo con el grupo amplio, llamado sociedad, la familia es un sistema relacional, lo que implica verla como un todo orgánico que supera y articula entre si los diversos componentes individuales”.

La familia es un sistema abierto, una estructura organizada de individuos que tienen entre sí vínculos estrechos, estables, que están unidos por necesidades básicas de sobrevivencia, que comparten una historia y un código singular; y que tienen las siguientes características son un grupo socio natural determinado genéticamente, organizado por roles, en donde influyen factores culturales, económicos y sociales, tienen un funcionamiento unitario es decir es más que la suma de sus partes es una totalidad, con una matriz afectiva que les da identidad que conviven en un mismo lugar, en donde se da un ciclo evolutivo desde el nacimiento, crecimiento, multiplicación, decadencia y trascendencia generando nuevos individuos para la sociedad, que tiene como objetivos internos la protección psicosocial en donde busca Dar a todos y cada uno de sus miembros seguridad afectiva , seguridad económica, Proporcionar a la pareja pleno goce de las funciones sexuales y dar a los hijos la noción firme y vivenciada del modelo sexual.

Que les permita identificaciones claras y adecuadas, Enseñando respuestas adaptativas a sus miembros para la inserción social; y externos en donde se da la acomodación a una cultura y la transmisión de la misma. En donde se dan funciones parentales nutritivas que son aquellas que satisfacen las necesidades de los hijos y funciones parentales normativas que tienen que ver con las reglas propiamente dichas que deben ser consensuadas desde el modelo social (Minuchin F. , 1984),citado por Galindo & Quintana (2015).

Holon Individual.

Incluye el concepto de sí mismo en el contexto. En donde comprende al individuo desde sus determinantes personales, históricos y sociales; en el cual sus interacciones específicas con los demás traen a la luz y refuerzan los aspectos de la personalidad individual al que son apropiados al contexto y Recíprocamente este influye en las personas a través de su interacción. En donde hay un proceso circular y un continuo de influjo y refuerzo recíprocos, que tiende a mantener una pauta que se da al mismo tiempo, tanto el individuo como el contexto son capaces de ejecutar un cambio y una flexibilidad. (Minuchin F., 1984).

Holon Conyugal.

Está compuesto por dos adultos ya sea hombre y mujer que se unen con un propósito de formar una familia que no necesariamente tiene que ser desde el ámbito legal; En donde cada uno de los compañeros individualmente trae un conjunto de valores y expectativas, tanto explícitos como inconscientes que van desde el valor que atribuyen a la independencia en las decisiones hasta la opinión sobre si se debe o no tomar desayuno. Para que la vida en común sea posible, es preciso que estos dos conjuntos de valores se concilien con el paso del tiempo. Cada cónyuge debe resignar

una parte de sus ideas y preferencias, esto es, perder individualidad, pero ganando en pertenencia. En este proceso se forma un sistema nuevo.

Una de las tareas más vitales del sistema de los cónyuges es la fijación de límites que los protejan procurándoles un ámbito para la satisfacción de sus necesidades psicológicas sin que se inmiscuyan los parientes políticos, los hijos u otras personas. El subsistema puede ofrecer a sus miembros una plataforma de apoyo para el trato con el universo extrafamiliar, y proporcionarles refugio frente a las tensiones de fuera. El subsistema de los cónyuges es vital para el crecimiento de los hijos. Constituye su modelo de relaciones íntimas, como se manifiestan en las interacciones cotidianas. En el subsistema conyugal, el niño contempla modos de expresar afecto, de acercarse a un compañero abrumado por dificultades y de afrontar conflictos entre iguales. Lo que presencia se convertirá en parte de sus valores y expectativas cuando entre en contacto con el mundo exterior. (Minuchin F., 1984).

Holon Parental.

Las interacciones dentro del holon parental incluyen la crianza de los hijos y las funciones de socialización. Pero son muchos más los aspectos del desarrollo del niño que reciben el influjo de sus interacciones dentro de este subsistema. Aquí el niño aprende lo que puede esperar de las personas que poseen más recursos y fuerza. Aprende a considerar racional o arbitraria la autoridad. Llega a conocer si sus necesidades habrán de ser contempladas, así como los modos más eficaces de comunicar lo que desea, dentro de su propio estilo familiar. Según las respuestas de sus progenitores, y según que estas sean adecuadas o no a su edad, el niño modela su sentimiento de lo correcto. Conoce las conductas recompensadas y las desalentadas. Por último, dentro del subsistema parental, se vivencia el estilo con que su familia afronta los conflictos y las negociaciones.

El holon parental puede estar compuesto muy diversamente, a veces incluye un abuelo o una tía. Es posible que excluya en buena medida a uno de los padres. Puedo incluir a un hijo parental, en quien se delega la autoridad de cuidar y disciplinar a sus

hermanos. El terapeuta tiene la tarea de descubrir quiénes son los miembros del subsistema; dentro del subsistema parental, los adultos tienen la responsabilidad de cuidar a los niños, de protegerlos y socializarlos; pero también poseen derechos. Los padres tienen el derecho de tomar decisiones que atañen a la supervivencia del sistema total en asuntos como cambio de domicilio, selección de la escuela y fijación de reglas que protejan a todos los miembros de la familia. Tienen el derecho, y aun el deber de todos los miembros de la familia. Tienen el derecho y aun el deber, de proteger la privacidad del subsistema de los cónyuges y de fijar el papel que los niños habrán de desempeñar en el funcionamiento de la familia. (Minuchin F., 1984).

Holon de Hermanos.

Los hermanos constituyen para un niño el primer grupo de iguales en que participa. Dentro de este contexto, los hijos se apoyan entre sí, se divierten, se atacan, se toman como chivo emisario y, en general, aprenden unos de otros. Elaboran sus propias pautas de interacción para negociar, cooperar y competir. Se entrenan en hacer amigos y en tratar con enemigos, en aprender de otros y en ser reconocidos. En conjunto van tomando diferentes posiciones en la constante toma y daca; este proceso promueve tanto su sentimiento de pertenencia a un grupo como su individualidad vivenciada en el acto de elegir y de optar por una alternativa dentro de un sistema. Estas pautas cobrarán significación cuando ingresen en grupos de iguales fuera de la familia, el sistema de los compañeros de clase de la escuela y, después, el mundo del trabajo. (Minuchin F., 1984).

Siendo la familia componente esencial dentro de esta investigación, donde cada eje familiar tiene una dinámica diferente que depende de su contexto, cultura, región, cantidad de hijos, hermanos entre otras particularidades, también existen los componentes individuales, el esposo y la esposa, y la relación que entre ellos se genera, forman juntos una unidad más compleja, denominada subsistema conyugal .

“el sistema conyugal se construye cuando dos adultos de sexo diferente se unen con la intención expresa de construir una familia. Posee tareas y funciones específicas

vitales para el buen funcionamiento del grupo. Las principales cualidades requeridas son la complementariedad y la acomodación mutua, tanto el esposo como la esposa deben ceder parte de su individualidad para lograr un sentido de pertenencia” (Laourdes citado en Minuchin, 1983). citado por Bautista & Chávez (2015).

Dentro del sistema conyugal se ramifican tres subsistemas, como primera medida está el subsistema parental, que tiene como principio la relación que se mantiene con los hijos, es decir, a las relaciones afectivas y comunicacionales dadas entre padres e hijos, por ejemplo cuando nace el primer hijo, se da inicio a la formación de un nuevo nivel.

En una familia intacta, el subsistema conyugal debe diferenciarse entonces para desempeñar las tareas de socializar a un hijo sin renunciar al mutuo apoyo que caracteriza al subsistema conyugal, donde se hace necesario trazar un límite que permita el acceso del niño a ambos padres y al mismo tiempo, que lo excluya de las relaciones conyugales Minuchin, (1983), citado por Bautista & Chávez (2015).

El tercer subsistema es el fraterno, formado de lo particular donde hay más de un hijo en la familia. En este subsistema, los hijos aprenden a llevar relaciones de cooperación, a compartir y a negociar, pero también a recelar, envidiar y pelear con sus pares, es decir, sus iguales en edad y experiencia, como los hermanos y primos más cercanos.

Para Minuchin (1983), citado por Bautista & Chávez (2015), el subsistema fraterno es un laboratorio social donde los niños y niñas aprenden a experimentar relaciones con sus iguales, a lograr amigos y aliados, a guardar las apariencias cuando ceden y a obtener reconocimiento por sus habilidades. Pueden asumir posiciones diferentes en sus relaciones mutuas y que resultan significativas en el desarrollo posterior de sus vidas.

Se puede definir que la familia es un grupo social con una historia compartida de interacciones; un sistema compuesto por personas de diferente edad, sexo y

características que, por lo general, comparten el mismo techo. Sánchez (1980) considera a la familia la unidad fundamental de la sociedad, el grupo social que conserva nexos de parentesco entre sus miembros, tanto de tipo legal como consanguíneo, y que se constituye por individuos de generaciones distintas.

Teniendo en cuenta que el tema de la familia es tan amplio, y que ha sido objeto de estudio desde lo universal a lo particular, donde se observa la familia como un sistema o diferentes tipos de sistemas, resaltamos la teoría de los sistemas de Von Bertalanffy (1978), que tiene como finalidad proporcionar un marco teórico y práctico a las ciencias naturales y sociales. La teoría de Bertalanffy (1978), citado por Bautista & Chávez (2015).

De esta manera el modelo de los sistemas descubrió una forma holística de observación que desveló fenómenos nuevos (que siempre estuvieron ahí pero se desconocían) y estructuras de inimaginable complejidad. La teoría de los sistemas contiene tres conceptos fundamentales los cuales son:

La familia en constante transformación: el sistema familiar está compuesto de diversos subsistemas, a) el conyugal, formado por ambos miembros de la pareja, b) el parental, constituido por los padres con los hijos, y c) el fraterno, formado por los hijos. Cada uno está constituido por los sistemas personales o individuos, de igual modo al ser sistemas vivos, pasan por el ciclo de desarrollo normativo: nace, crecen, se reproducen y mueren. La familia como un sistema activo y autorregulado: los sistemas se crean a través de múltiples interacciones, una serie de reglas que configuran su estructura (Minuchin, 1983), citado por Bautista & Chávez (2015). Estas se modifican por ensayo y error, pero se mantienen perennes en el tiempo, donde cada uno de los individuos que forman el sistema conoce que está permitido y prohibido además sabe cuándo y que debe hacer para ser aceptado por los otros.

De esta manera, las relaciones entre los individuos se forman de modo estable, lo cual proporciona un sistema seguro que auto consistente a las personas y les permite

sentir que son una parte y el todo a la vez. La familia como sistema abierto en interacción con otros sistemas: la familia ajusta y modifica su estructura al entrar en contacto con los supra sistemas en que participa; Andofí señala que:

“la familia es un sistema entre otros sistemas. La exploración de las relaciones interpersonales y de las normas que regular la vida de los grupos en que el individuo está más arraigado será un elemento indispensable para la comprensión de los comportamientos de quienes forman parte de estas y para la realización de una intervención significativa en situaciones de emergencia” (1987)

Ochoa de Lada (1995) citado por Bautista & Chávez (2015), dice que el sistema familiar *“se compone de un conjunto de personas, relacionadas entre sí, que forman una unidad frente al medio externo”* cabe resaltar que en todas las familias debe haber un sistema o un mandato que ayuda a comprender a la familia como un sistema, la autora Ochoa de Lada habla sobre; Límites, que funcionan como línea de demarcación y, al mismo tiempo, como frontera de intercambio de comunicación, afecto, apoyo y demás ante dos individuos o subsistemas.

Dentro de la familia existen propiedades como lo menciona Minuchin (1963), citado por Bautista & Chávez donde señala que en la familia se pueden observar principalmente propiedades de totalidad, causalidad circular, equifinalidad, jerarquías, triangulaciones, alianzas, centralidad y reglas de relación. A continuación se describe cada una:

Totalidad: el comportamiento de todo el sistema familiar no puede ser explicado como la suma de la conducta de sus miembros, donde lo que le ocurra a un miembro del sistema familiar afectará a los demás integrantes.

Causalidad circular: las relaciones entre los miembros del sistema se presentan en forma repetida y recíproca, y de esta manera pueden ser observadas como pautas de interacción.

Equifinalidad: en la teoría de los sistemas, el término resultado final, parte de condiciones iniciales diferentes, de la misma manera, un concepto distinto pero relacionado con el anterior, es el de equicausalidad, el cual implica que la misma condición inicial puede llevar a resultados distintos.

Jerarquías: Todo sistema se establece con base en la organización de las diferencias entre los individuos, de modo que unos ocupen el lugar jerárquico más elevado, mientras los otros se distribuyen alrededor o debajo, ocupando distintos lugares. La jerarquía implica poder, relacionado con factores como edad, conocimiento, género, riqueza u otros.

Triangulación: Este término hace referencia a las relaciones duraderas firmadas entre alguno miembros del sistema, en las cuales dos personas de diferente subsistema (padre e hijo) se unen contra del sistema (madre e hija), las triangulaciones generalmente ocasionan conflicto entre los miembros.

Alianzas: igual que en las triangulaciones, son relaciones construidas de la misma manera que las anteriores, pero menos duraderas y en general producen beneficios al sistema. Por ejemplo, el padre y los hijos se alían para limpiar la casa mientras la madre está enferma.

Centralidad: Se observa generalmente cuando un miembro ocupa un espacio emocional mucho mayor que los otros integrantes del sistema. Una persona puede ser central y acaparar la atención de los otros por estar enferma o por desarrollar un comportamiento atípico o disfuncional, pero también por ser sumamente amoroso(a) y tener la función de unir a los integrantes del sistema. En ocasiones, cuando uno solo ejerce la centralidad durante muchos años y llega a faltar, el sistema resulta perturbado y pierde estabilidad, lo que puede conducir a la desintegración generando una forma más compleja de estabilidad a fin de conserva su estructura.

Reglas de relación: las formas de interacción constantes generan reglas de comportamiento que dan una estructura más estable al sistema. Los personajes de la familia necesitan definir las relaciones entre ellos y otros elementos del sistema, pues, como señala Ochoa de Alda (1965) retomado por Bautista & Chávez (2015), uno de los factores con mayor transcendencia en la vida humana es “la manera como las personas encuadran la conducta al comunicarse entre sí”. No solo las palabras adquieren significado sino también las acciones que los miembros realizan.

Mendoza (2011) menciona la dinámica que integran la diversidad de sistemas familiares actuales, su composición y las distintas formas de estructuración, a continuación explicaremos los tipos de familia:

Familias Nucleares: la unión de dos personas que comparten un proyecto de vida en común, en el que se generan fuertes sentimientos de pertenencia a dicho grupo, hay un compromiso personal entre los miembros, y son intensas las relaciones de intimidad, reciprocidad y dependencia. Dentro de la familia nuclear se encuentran tres clases de subsistemas familiares: adulto - adulto (pareja), adulto – niño (entre padres e hijos) y niño-niño (hermanos), cada uno con sus propias particularidades y en conexión con los demás sistemas.

Familias Extensas: Están constituidas por la troncal o múltiple (la de los padres y la de los hijos en convivencia) más la colateral. Diversos estudios demuestran que las familias extensas desempeñan un importante papel como apoyo familiar (Lash, 1970). Los abuelos cumplen un papel significativo dentro de este tipo de familias, donde los padres encuentran una alternativa de cuidado y educación durante las horas de trabajo, cabe resaltar que el apoyo familiar es importante no solo para los padres que necesitan la ayuda de los abuelos, si no para los abuelos que requieren de los hijos cuando la soledad y la enfermedad son una amenaza.

Familias Padres Divorciados: hace poco el divorcio era considerado un problema y un tema silencioso, en la actualidad el divorcio no se percibe como una

falla o frustración, ahora se ve como una solución que tiene como objetivo facilitar a los miembros de una pareja insatisfecha y en conflicto la búsqueda de salud mental fuera del matrimonio.

Bowen (1978), citado por Bautista &Chaves (2015), sostiene que conforme a la teoría sistémica de la familia, cuatro tipos de relaciones maritales pueden llegar a originar un rompimiento conyugal, los cuatros tipos son:

- Uno de los esposos puede asumir un papel más dominante y el otro quedarse con un papel más adaptable.
- Ambos asumen posiciones dominantes, por lo que surge constantemente ansiedad entre ellos y pueden llevarlo a la separación física de forma agresiva.
- Los dos pueden asumir posiciones adaptativas en la relación que les impida solucionar conflictos entre ellos, sus relaciones personales son sumamente conflictivas y no tiene soluciones eficaces.
- Hay una distancia emocional significativa entre ambos esposos y un “sobre involucramiento” de uno de ellos con los hijos.

Por otra parte (Bohanna 1973, citado en Ehrlinch 1989), retomado por Bautista & Chaves (2015), menciona seis etapas relacionas con el divorcio, las cuales son:

Divorcio emocional: Comienza cuando sus esposos toman consciencia de su sentimiento de inconformidad e insatisfacción.

Divorcio Legal: En esto hay la facultad de intentar el matrimonio otra vez o de confirmar objetivamente la separación.

Divorcio económico: Está relacionado con las propiedades adquiridas juntas para formar el matrimonio, en algunas cosas las propiedades se dividen dependiendo a la sociedad conyugal con la que decidieron unirse.

Divorcio Comunitario: en el momento del matrimonio la pareja entra en un nuevo sistema comunitario, ampliando su vida social, con el divorcio tendrán que hacer nuevas amistades o buscar amigos olvidados.

Divorcio Coparental: Este término hace referencia a la relación de un progenitor con otro, en esta etapa el progenitor no custodio debe renunciar a influir en el tipo de educación y de conducta que el otro inculque a los hijos.

Separación de la dependencia emocional: es la etapa más difícil, ya que implica la autonomía de quienes antes formaban una pareja, conllevando a la separación de uno respecto a la personalidad e influencia del otro. Cuando el divorcio se hace real, esta situación influye de manera directa sobre los hijos y las consecuencias varían dependiendo de la edad, sexo y demás factores.

Tipos de familia

Familias Reconstruidas: Este tipo de familia se caracteriza porque uno de las dos personas proviene de una unión anterior, la constitución de una familia, como resultado de segundas, terceras, cuartas o posteriores nupcias tienen en la actualidad enorme importancia. (Mc Goldrich & Cartes 1988) señalan cuatro razones por las cuales las personas vuelven a casarse (Sanger & Kelly 1987), citado por Bautista & Chávez (2015). Primero, Tanto las presiones sociales como las sociedades individuales conducen a las personas a volver a casarse, presión ejercida sobre la madre ya que la sociedad dice que deben ser necesarios dos padres para crecer. Segundo, las personas divorciadas o viudas suelen sentirse con frecuencia incomodas en compañía de amigos casados. Tercero, es creencia común que las divorciadas a viudas no pueden sostener solas una casa o afrontar la crianza de los hijos y por último la necesidad de afecto, compañía adulta e intimidad sexual llevan a busca un nuevo compañero (a) matrimonial.

Teniendo en cuenta que esta investigación está enmarcada sobre las familias monoparentales, y la movilización de la dependencia emocional, es de vital importancia el siguientes apartado, donde se especifica con claridad la estructura de dichas familias, evidenciando cuales son los factores familiares y psicosociales que interfieren en la conformación de este tipo de familias.

Familias Monoparentales: este tipo de familias se divide en dos formas, la primera es cuando la pareja decide no seguir viviendo junta y separarse o divorciarse, una de las características de estas familias aparece en la etapa de la sexualidad y la independencia emocional, cuando los hijos toman los roles de la pareja ausente y hacen “pareja” con el progenitor presente a manera de protección y apoyo.

Cabe resaltar que los padres son figuras significativas en la vida y la relación frecuente con ambos reduce la sensación de pérdida y ansiedad de la separación. La segunda forma es aquella en la cual ha habido duelo por la muerte de la pareja, viendo la muerte como un fenómeno universal, siendo opuesta la vida y de manera implícita la salud, los padres que conservan la custodia tras la muerte de uno de sus progenitores afrontan sentimientos de dolor, tristeza, soledad, entre otras, estas situación genera mayores dificultades en el control del comportamiento de los hijos, acatamiento de reglas y límites.

Para (Carter 1981 & Macgoldrick 1989), citado por Bautista & Chávez (2015). Quienes ven a la familia como un sistema vivo y en constante evolución, los hechos nodales de esta transformación cíclica del sistema familiar son la relación de noviazgo, el matrimonio, la crianza de los hijos, la partida del hogar y la muerte de algún miembro de la pareja.

Las etapas de ciclo vital no son rígidas ni están ligadas obligatoriamente a las edades de las parejas, por tal razón es conveniente considerar tres generaciones en la observación o estudio, haciendo referencia a la pareja junto con el sistema de padres y abuelos. Así mientras los hijos de 20- 25 años están en la etapa del enamoramiento y formación de pareja, los padres de 45 a 55 años están en la etapa de desprendimiento o nido vacío y los abuelos si aún viven están en la etapa de adultos mayores, con edades entre 65 y 75 años, cada uno de los sistemas enfrentaran crisis de acuerdo a la etapa en que se encuentre.

Etapas del ciclo vital de la familia

Enamoramiento y noviazgo: para Alberoni (1994) citado por Bautista & Chávez (2015), el proceso de enamoramiento es uno de los fenómenos colectivos, dado que a pesar de ser grupal intervienen en él solamente dos personas. De igual modo afirma que este movimiento tiene tal fuerza y magnitud que puede unir lo que estaba dividido y dividir lo que estaba unido para formar un pareja amante- amado, sin embargo para que una pareja tenga la posibilidad de desarrollarse es necesario que tanto el como ella deben estar diferenciados de su grupo familiar, siendo autónomos y autosuficientes. En la etapa del noviazgo es común que los jóvenes pasen tiempo juntos, contándose entre sí su vida con detalle, permitiendo que el otro conozca la totalidad del ser. La reciprocidad del amor significa que ambos quieren a la vez lo que es importante para cada uno.

La individualización distingue, da valor a las diferencias, de modo que las preferencias del amado sean para el otro modelo ideal y ley, que mis preferencias adquieran a mis ojos valor ejemplar. La fusión presiona para que estas preferencias diferentes converjan en construir una única voluntad Alberoni (1994). De tal forma que cada uno va imponiendo su manera de ser, costumbres, creencias, y al mismo tiempo van transformándose para agradar a su compañero, hasta el punto que se hace notorio en el entorno familiar al cual pertenecen.

Matrimonio: se hace real por un contrato matrimonial, con un ministro eclesiástico, o juez de paz como testigo, de igual forma hay parejas que tienen sus propios acuerdos sin utilizar a los anteriormente mencionados, representando la misma unión larga y duradera. Una de las primeras crisis dentro del matrimonio es generada por las expectativas que tenían de su pareja y la realidad que conlleva la convivencia marital diaria, se puede utilizar el diálogo como herramienta para superar esta crisis, sin embargo algunas parejas no logran llegar a un acuerdo, estos acuerdos son una de las tareas más dispendiosas debido a que cada persona tiene diferentes maneras de actuar

ante una situación; como por ejemplo, el hombre que está acostumbrado a gritar cuando esta alterado y la mujer que no expresa para no lastimarse con reproches. Intentar armonizar y moldear los estilos de vida ayuda que existe un compromiso para que la relación funcione de la mejor manera.

Llegada de los hijos: El nacimiento del primer hijo influye fuertemente en la relación conyugal pues requiere que ambos miembros de la pareja aprendan los nuevos roles de padre y madre. Ochoa del Alba (1995) sostiene que es necesario que los cónyuges desarrollen habilidades parentales de comunicación y negociación ya que ahora tienen la responsabilidad de cuidar a los niños, protegerlos y socializarlos. Los padres al llegar a acuerdos deben mostrar su rol dentro de la familia, de esta manera explicar las reglas de educación, comportamiento, y las que cada familia en particular desee implementar. (Minuchin & Fishman 1984), citado por Bautista & Chaves (2015), afirman que los hijos deben gozar de libertad para crecer, pero ejercerán mejor su derecho en un mundo seguro y predecible, que les ofrezca la seguridad necesaria de explorarlo.

Hijos adolescentes y adultos: al llegar el segundo hijo al núcleo familiar se habla de un concepto llamado fraterno, donde el hijo mayor debe aprender a convivir con los hermanos pequeños y los hermanos van aprendiendo como convivir con los demás, el matrimonio que tiene hijos adolescentes debe flexibilizar las normas y delegar responsabilidades en los hijos y de esta manera los muchachos aprenderán a tomar decisiones y asumirán responsabilidades. A medida que pasa el tiempo la dinámica familiar, va tomado su propio curso, alcanzando una evolución familiar en el momento donde los hijos logran ser autónomos e independientes.

Vejez y jubilación: Durante esta etapa la pareja debe enfrentarse al retiro laboral, la jubilación, provocando cambios en la rutina, horarios, actividades y economía familiar, causando una nueva crisis. Un cambio brusco es cuando en el hogar la esposa sabe que ahora él estará ahí durante todo el día, de igual modo el esposo, al no saber cómo disfrutar del tiempo libre donde no se desarrollan afinidades y no tiene círculo de

compañeros jubilados. Esta última etapa es donde se recogen los frutos, donde todo el sacrificio y esfuerzo se ve reflejado en los hijos y al mismo tiempo la vejez es el espejo de lo que fue la vida.

Por lo anterior se observa que el entorno y ambiente familiar es relevante al momento de crecimiento de un ser humano, el estilo de comunicación, como se afrontan las diferentes adversidades que se presentan dentro del núcleo familiar y como los padres se acercan a sus hijos en este tipo de situaciones, influye en su comportamiento en la etapa de transición de la adolescencia.

Como se pudo evidenciar en el capítulo anterior, se retomaron diferentes autores precursores del enfoque sistémico, el cual es importante conocer para la elaboración de la monografía, por consiguiente dentro de este se estipulan los referentes históricos, técnicas y conceptualización sistémica, por otra parte se muestra los tipos de familias, las etapas de la conformación de la pareja, ya que en esta investigación las familias y las parejas son el foco de estudio.

Capítulo II. Ciclo vital

En el siguiente apartado se podrá evidenciar la teoría de Erikson, desde el desarrollo del ciclo vital, ya que se debe tener en cuenta las diferentes etapas que se presentan en el mismo, y en la conformación de la pareja, ya que el objetivo de esta investigación se centra en la conformación de las relaciones de pareja. Este apartado es retomado de la tesis doctoral de D, Villamizar (2009), titulada “las representaciones de las relaciones de pareja a lo largo del ciclo vital”.

La teoría de Erikson:

La teoría de Erikson es destaca por ser una de las primeras que afronta el desarrollo desde una perspectiva que incluye todo el ciclo vital humano. Su contribución, sin embargo, va más allá de este papel pionero, y numerosos investigadores evolutivos reconocen la influencia de Erikson en su obra, influencia que es especialmente importante cuando hablamos de la adolescencia y el concepto de identidad y, por supuesto, en el terreno del desarrollo adulto y el envejecimiento. Aunque Erikson tuvo una formación inicial en lo que podríamos denominar ‘psicoanálisis clásico’ (trabajó en la Viena de Freud y fue psicoanalizado por su hija, Anna Freud), su teoría se aleja bastante de la propuesta originalmente por el fundador del psicoanálisis. Según Wrightsman (1994), citado por Villamizar (2009), sus diferencias con la ortodoxia freudiana se centran básicamente en dos puntos:

Mientras Freud se centra sobre todo en la dinámica del inconsciente, Erikson lo hace en el yo como entidad unificadora que asegura la coherencia del comportamiento de la persona. Para él, la función del yo no es tanto la de mantener a raya ansiedades y neurosis, sino asegurar el mantenimiento de un comportamiento eficiente, y su teoría es una propuesta de cómo el yo evoluciona a lo largo del ciclo vital y va adquiriendo cualidades.

Erikson rechaza el biologicismo del psicoanálisis clásico y su énfasis en los impulsos sexuales, manteniendo que, más que la biología, es la sociedad quien funciona como guía en las elecciones del individuo. Su teoría es fundamentalmente una teoría de la relación del ego con la sociedad que le circunda. Así, podemos decir que mientras el psicoanálisis clásico es una teoría de tipo psicosexual, que en lo que tiene de evolutivo sólo explica los cambios en la personalidad hasta la adolescencia, la teoría de Erikson tiene un marcado carácter psicosocial y los cambios y evolución de la persona se producen a lo largo de todo el ciclo vital. El carácter fundamentalmente psicosocial del enfoque eriksoniano se pone de manifiesto cuando habla acerca del papel de lo social en su teoría. En concreto, Erikson (1950), citado por Villamizar (2009), cree que este papel se centra en al menos dos aspectos:

La sociedad tiende a estar constituida de manera que provoca las crisis y simultáneamente da medios para poder superarlas, a la vez que intenta favorecer y proteger tanto el ritmo como la secuencia de las etapas. La superación de las primeras etapas implica una cada vez mayor apertura del individuo a la sociedad que le rodea, con lo que podemos deducir que las últimas etapas (precisamente las directamente vinculadas al proceso de envejecimiento), supondrán una crisis de un carácter esencialmente social.

Erikson (1982), citado por Villamizar (2009), entiende el desarrollo como una secuencia de etapas normativas predeterminadas, ocho en concreto. Cada una de esas etapas tiene un tema dominante, una cuestión evolutiva a la que el individuo típicamente ha de enfrentarse y abordar. Es decir, cada etapa confronta al individuo con una crisis o encrucijada. Si el individuo supera con éxito esa crisis, agrega una nueva cualidad a su yo, lo que fortalece y le pone en disposición de afrontar nuevas crisis con mayores posibilidades de éxito. Si, por el contrario, la crisis no es bien resuelta, dejará residuos neuróticos en la persona y, de alguna manera, dificultará el afrontamiento de nuevas crisis y la incorporación de las nuevas cualidades que se ponen en juego en ellas. Este polo amenazante que se pone en juego en cada una de las etapas es, para Erikson, necesario para crecer. Las cualidades susceptibles de ser adquiridas sólo tienen sentido

(y son valoradas por la persona) si no son dados por supuesto, sino que tienen un opuesto que es necesario evitar.

En esta investigación se tendrán en cuenta las siguientes etapas propuestas por Erikson.

Etapas 5: Identidad frente a confusión de roles

Esta es la etapa vinculada a la adolescencia. El adolescente experimenta tanto unas transformaciones corporales aceleradas como nuevas demandas por parte de las personas que le rodean. Estos cambios desafían un sentido de la identidad (de saber quién es uno mismo) que ha de ser logrado en esta etapa. Se trata de que el adolescente afronte unos primeros compromisos tanto en el plano interpersonal como en el académico o ideológico. Ante todas estas presiones y cambios, el adolescente tiene el riesgo de caer en una confusión de roles, en verse superado por todas las opciones a su disposición y por la necesidad de tomar decisiones, lo que puede conducir bien al establecimiento de compromisos precipitados, bien a no comprometerse en absoluto. La cualidad asociada a la superación con éxito de estos desafíos es la fidelidad.

Etapas 6: Intimidad frente a aislamiento

Tras haber conseguido establecer una identidad personal en la etapa anterior, durante la adultez temprana (típicamente en los años comprendidos entre los veinte y los treinta), la persona se ve en la encrucijada de arriesgarla comprometiéndose de manera íntima con otra persona. Si la crisis se resuelve con éxito, la persona consigue llegar a un estado de confianza mutua, a una fusión de identidades con otra persona sin perder nada de la suya propia. La unión con otra persona también permite regular conjuntamente los ciclos del trabajo, la procreación y el ocio. El peligro de esta etapa es la posibilidad de caer en el aislamiento, en un distanciamiento de las demás personas, que son vistas

como una amenaza para la propia identidad. La superación de esta fase conduce a que la persona se refuerce con una nueva cualidad.

Etapa 7: Generatividad frente a estancamiento

Una vez logradas ciertas metas en la vida en pareja, existe la posibilidad de caer en el aburrimiento y el egoísmo, de no ser capaz de ir más allá de esa relación para contribuir al bienestar de los demás en sentido amplio y centrarse sólo en uno mismo, valorando la seguridad y el confort personal por encima de la asunción de nuevos desafíos vitales, tales como compartir la experiencia que ya se posee con otras personas. En cambio, una resolución positiva de esta crisis permite al individuo ir más allá de la identidad individual y de la intimidad con la pareja, para comprometerse con un grupo mayor, ya sea este el grupo familiar, la comunidad o la sociedad en sentido amplio. La persona que es capaz de lograr la generatividad es útil a los demás, se preocupa por sus necesidades, es consciente de que necesita ser necesitado y consigue unos niveles de productividad y satisfacción elevadas en todas las esferas de su vida, mostrando una preocupación por la guía y aliento de aquello que ha creado, en especial por sus hijos.

Etapa 8: Integridad del yo frente a Desesperación

En la última etapa de la vida, el individuo puede sentir que ha merecido la pena vivir, estar satisfecho con las decisiones tomadas a lo largo de la vida y aceptarlas como las apropiadas e inevitables dadas las circunstancias en las que se tomaron. La vida se contempla como un todo significativo. Por el contrario, una resolución negativa de la crisis propia de esta etapa conllevaría un arrepentimiento y remordimientos en relación a decisiones tomadas en el pasado. La persona se siente desilusionada y apesadumbrada debido a las equivocaciones que siente que ha cometido. Querría dar marcha a otras y desandar lo andado tomando otro camino, pero a la vez es consciente de que ya no hay vuelta atrás y de que el tiempo que le queda es ya muy poco, ve la muerte cercana y con temor. En relación con la pareja, tres de las cuatro etapas presentan importantes implicaciones.

Respecto a la adolescencia, el aspecto sexual e interpersonal es un componente importante de la identidad personal. El adolescente comienza a explorar estos terrenos y a mostrar interés, en consecuencia, por personas que puedan satisfacer nacientes deseos sexuales. También en el ámbito de los grupos, el establecimiento de las primeras parejas es un hito importante. Estas primeras parejas, de acuerdo con algunos autores (p.e. Kimmel y Weiner, 1998), citado por Villamizar (2009), tienen más que ver con estos aspectos de definición de uno mismo, de posicionamiento respecto al grupo de pares y de refuerzo de la propia autoestima que con la creación de nuevos espacios de intimidad o la creación de proyectos comunes. Estas primeras parejas, así, estarían más orientadas al presente que al futuro. En relación a la juventud, el tema fundamental de acuerdo con Erikson se centra precisamente en la pareja, en arriesgar la identidad recién adquirida en una relación íntima con otra persona.

A diferencia de las parejas adolescentes, en la juventud la pareja tiene una mayor voluntad de permanencia y aparecen los primeros proyectos de futuro conjuntos. En palabras de Erikson, se pasa de una identidad estrictamente individual a la formación también de una identidad de pareja. En la madurez la pareja también desempeña un papel fundamental de acuerdo con Erikson. El tema es la generatividad, y la pareja es un dominio en el que dar salida a esos deseos e intereses generativos, relacionados con crear algo que nos sobreviva, algo donde volcar nuestra necesidad de ser necesitado, de cuidar y sobrevivir simbólicamente más allá de nuestro propio ciclo vital (McAdams, 2001), citado por Villamizar (2009). La paternidad y la creación de una familia es sin duda uno de los espacios típicos donde expresar esa generatividad, y supone concretar y hacer reales algunos de los proyectos compartidos de la pareja, que pasa de una identidad de pareja a otra que podemos llamar identidad familiar.

Las tareas evolutivas

Una manera alternativa de entender el ciclo vital humano, esta vez sin las reminiscencias psicoanalíticas de la teoría de Erikson, es la a partir de la noción de tarea evolutiva, propuesta por Havighurst (1972), citado por Villamizar (2009). Las tareas evolutivas se entienden como retos, objetivos o metas que la sociedad espera que la

persona cumpla en determinados intervalos de edad. Su ejecución satisfactoria por una parte aumenta el sentido de competencia y la estima de la persona dentro de su comunidad o grupo de referencia y, por otra, el cumplimiento de una determinada tarea sirve como preparación para afrontar futuras nuevas tareas. Featherman, Smith y Peterson (1990) citado por Villamizar (2009), identifican tres componentes en el concepto original de tarea evolutiva:

Para poder completar con éxito una determinada tarea la persona tiene que haber alcanzado previamente un cierto nivel de madurez biológica, física y psicológica. Las tareas son impuestas por una sociedad y cultura, secuenciándolas por edades y niveles madurativos. A través de un continuo proceso de socialización, el cumplimiento de las diferentes tareas tiende a convertirse en una aspiración del propio individuo, en sus metas vitales a lo largo de la vida.

En el caso de la vivencia amorosa estos dos aspectos rol y deseabilidad social, se vuelven aspectos fundamentales para su trayectoria evolutiva y tendrán una gran influencia en la convivencia, ya que a determinada edad cronológica o época se asume una responsabilidad determinada que será aprobada por su entorno, (un ejemplo de ello es que entre los 18 y 30 años la conformación de una pareja es fundamental, sí se da y se cumple con las expectativas sociales y a su vez con los deseos personales. Al igual que Erikson, Havighurst (1972), citado por Villamizar (2009), divide la vida en una serie de periodos y asigna a cada uno de ellos una serie de tareas evolutivas. Obviamente, este calendario evolutivo existe también para el ciclo de vida de la familia en general y de la pareja en particular (Settersen y Hagestad, 1996), citado por Villamizar (2009). Así, de acuerdo con este enfoque, las tareas evolutivas que definen la vida de pareja se establecen en una secuencia cuyos principales hitos son los siguientes:

- Selección de pareja y noviazgo
- vivir en pareja
- paternidad y crianza de hijos
- independencia de los hijos y pareja post-parental.

El subsistema pareja debe verse como tal y al mismo tiempo entender las diferencias individuales que cada uno de los miembros presenta, reconociendo los cambios que se producen con la edad, en búsqueda de la aceptación de los mismos y la vivencia de la experiencia conjunta con las pérdidas y fortalezas que va dejando el tiempo. Todos estos eventos frente a la posibilidad de estar en el proceso de envejecimiento junto, aceptando que es inevitable y que se comparte el envejecer en el proyecto de vida. El modelo de las tareas evolutivas asume salir de la familia de origen implica asumir nuevos roles que proporcionan estabilidad y sensaciones de éxito (Havighurst, 1972), citado por Villamizar (2009). Una vez conformada una nueva familia, la llegada de los hijos, la estabilización en la madurez y la independencia de los hijos, si se dan de acuerdo a las expectativas previas, añaden sentimientos de orgullo al yo, finalizando en la vejez con la satisfacción de haber logrado el proyecto de vida.

En la época de la formación de la nueva familia la pareja asume nuevos roles para llegar a su adaptación, lo cual incluye la dimensión sexual, su acoplamiento en la búsqueda de bienestar personal y el del otro bajo el interés común, concretado en la mayoría de casos en los hijos y su educación. En cualquier caso, las necesidades de dar y recibir gratificaciones dentro de la pareja siempre están presentes. Para ello es esencial que cada uno de los miembros de esa pareja haya cumplido previamente con tareas de etapas anteriores, tales como desarrollar su propia identidad y la capacidad de intimar con el otro.

La llegada de los hijos y el asumir el rol paterno implica nuevas tareas que vinculan a los padres en una nueva y gran responsabilidad común, la crianza de los hijos. La adaptación al nuevo miembro de la familia puede producir incomodidad y generarse conflictos, que pueden aparecer posteriormente a medida que crecen los niños, sus necesidades cambian y las necesidades de la propia pareja también se van transformando. La estabilización es un momento evolutivo donde los padres ya se adaptaron y saben cuáles son las reglas a seguir en cada una de las situaciones que presentan.

Finalmente llega la vejez, la separación de los hijos de la casa dándose un nuevo proceso de adaptación a nuevas situaciones relacionadas con la soledad y la muerte. Cada momento implica unos retos y unos intereses diferentes para la pareja, que pueden implicar cambios en la manera en la que se representa esta relación y en el significado que tiene para las personas.

Teoría Triangular del amor

La teoría triangular del amor de Sternberg, es interesante revisarla debido que esta investigación se enmarca en la conformación de la relación de pareja, y es importante conocer los componentes de la relación .La Teoría triangular del amor (Sternberg, 1988), citado por Villamizar (2009), destacada por ser integradora de tres componentes (intimidad, pasión y compromiso) presentes en la mayoría de las culturas. La teoría fue elaborada a finales de los años ochenta y actualmente los expertos la consideran sólida y viable para el estudio de las relaciones de pareja. Es una teoría flexible que tiene como marco de referencia teorías anteriores, como es el caso de la teoría de las emociones de Berscheid (1983). Citado por Villamizar (2009). El modelo de la teoría triangular se centra en el “amar a alguien”, y profundiza en diferencias dentro de las relaciones afectivas así como en los posibles tipos de amor que pueden surgir de la combinación de los tres componentes. Se la puede considerar un modelo general del amor que tiene en cuenta la estructura y la dinámica que se establece en la interrelación de los tres componentes.

Una de las principales aportaciones de esta teoría es que ayudó a la operativización del amor, convirtiéndolo en objeto de investigación cuantitativa. El amor estaría formado, según este modelo, por aspectos cognitivos, afectivos, emocionales y motivacionales (Serrano y Carreño, 1993) citado por Villamizar (2009). Así pues, el amor es una unidad que debe ser estudiada globalmente, como un todo. Se le considera, pues, un fenómeno psicológico complejo categorizable en función de las dimensiones que lo integran. Los tres componentes del amor son diferentes pero, al mismo tiempo, están relacionados entre sí. Su representación teórica ideal en un nivel

metafórico es un triángulo equilátero. No obstante, cuando la intensidad de alguno de los componentes es diferente a la de los demás, el triángulo deja de ser equilátero y pasa a ser escaleno o isósceles.

Los triángulos no tienen por qué ser estables; generalmente varían a lo largo del tiempo, y una pareja, en el transcurso de su relación, puede experimentar varios triángulos, viviendo diferentes tipos de amor. El amor se puede transformar y podría explicarse desde la estructuración que cada pareja hace de cada uno de los componentes y sus combinaciones. Cada pareja tiene una representación triangular diferente dependiendo de múltiples factores y del peso relativo que atribuyen a cada uno de los componentes. El amor, según la teoría triangular, tiene en cuenta en mayor o menor medida la influencia del contexto, siendo la dinámica de los componentes dependiente de la cultura. Lo importante es que los tres elementos, o al menos uno de ellos, son reconocidos en todas las culturas.

Los componentes del amor

Componente intimidad

Este componente involucra todos aquellos sentimientos de cercanía, apoyo, incondicionalidad, comunicación, vínculos y acercamiento mutuo en la relación de pareja, representada por la acción de compartir.

Para Sternberg (1988), citado por Villamizar (2009), la intimidad está compuesta, por lo menos, por diez elementos: deseo de promover el bienestar de la persona amada, sentimiento de felicidad junto a la persona amada, respeto por el ser amado, capacidad de contar con la persona amada en los momentos de necesidad, entendimiento mutuo, entrega de uno mismo y de sus posesiones a la persona amada, recepción de apoyo emocional por parte de la persona amada, entrega de apoyo emocional, comunicación íntima con la persona amada y valoración de la persona amada.

No es necesaria la coexistencia de todos estos elementos para que exista intimidad en la relación de pareja; la presencia de algunos de ellos es suficiente, aunque el grado de profundidad dependerá de los niveles existentes de los diez sub-elementos.

La intensidad de la intimidad estará relacionada con la satisfacción o insatisfacción marital, dependiendo de la diferencia entre el triángulo del amor que la persona esperaba construir con su pareja en función de sus expectativas sobre la relación (triángulo ideal) y el triángulo del amor que representa la realidad (triángulo real). La intimidad, además, es un componente que se va viviendo en el aquí y en el ahora, en el presente, y se construye progresivamente a través de la intimidad acumulativa (intimidad desarrollada en experiencias amorosas pasadas), que influye directamente sobre la capacidad de aprender de relaciones anteriores.

La búsqueda de la confianza mutua da paso a la intimidad. Según Sternberg y Barnes (1988), la intimidad es posible gracias a la autoexposición, que se retroalimenta en un bucle de intensidad creciente y surge de la necesidad de reducir la incertidumbre acerca de lo que el otro siente, dice o hace. Así pues, cuando uno de los miembros de la pareja se muestra al otro tal y como es, se empieza un proceso de intimación con esa persona. La autoexposición, además, genera autoexposición, por lo que cuando el otro percibe que su pareja se está auto exponiendo responderá recíprocamente y también empezará a hacerlo. No obstante, las propuestas actuales defienden una relación curvilínea entre autoexposición e intimidad: en tanto que la autoexposición supone “abrirse” al otro, a partir de cierto punto constituye una potencial fuente de amenaza para la independencia y autonomía de la persona, que podría acabar sintiéndose consumida por la relación. Así pues, llegados a ciertos niveles de intimidad, ésta podría empezar a diluirse. Lo más recomendable, pues, parecería llegar a un equilibrio entre intimidad y autonomía que permitiera a los dos amantes generar una vinculación interpersonal segura pero manteniendo siempre su individualidad.

En el curso de las relaciones de pareja de larga duración la intimidad puede llegar a un nivel “oculto” debido a la disminución de la intimidad experimentada. Entre

los miembros existe ya un conocimiento mutuo y un nivel de confianza alto, por lo que la frecuencia con la que se da la autoexposición disminuye. Podría parecer, pues, que el componente intimidad se hubiera desvanecido. En estos casos hay que activar el nivel íntimo y evaluar si en la pareja aún está presente y lo que sucede es que no se percibe o si, por el contrario, dicho componente ha desaparecido. Para aumentar los niveles de satisfacción marital se podrían poner en marcha estrategias terapéuticas de interacción conyugal.

Componente Pasión

Para definir este segundo componente del amor, Sternberg (1988), citado por Villamizar (2009), parte de la idea de que los seres humanos tienen la capacidad de manifestar deseos y necesidades según sus experiencias. La pasión está vinculada a las necesidades de entrega, autoestima, pertenencia, sumisión, deseo y satisfacción sexual, y su expresión involucra una mezcla de relaciones psicológicas y fisiológicas que dan cuenta de lo que acontece en la dinámica de la pareja. La pasión puede, en algunas ocasiones, verse motivada por aspectos físicos y psicológicos y presentar un curso rápido al inicio de la relación afectiva e ir aumentando aceleradamente hasta llegar a un punto álgido, momento de éxtasis pasado el cual empezará a disminuir paulatinamente hasta llegar a un nivel de habituación o estabilidad, esto es, hasta equilibrarse. Esta estabilidad dependerá del tipo de amor, del momento en que se viva y de las personas implicadas.

De la misma forma que pasaba con la intimidad, la intensidad de este componente puede variar a lo largo del tiempo, dentro de una misma relación y, como es lógico, entre diferentes relaciones. La mayoría de las personas asocia pasión con excitación sexual. No obstante, cualquier sentimiento de excitación psicofisiológica puede generar una experiencia pasional. Las manifestaciones físicas, pero también las emocionales, contribuyen a la aparición del componente pasión. Es, por ello, una emoción motivadora de la pareja más que un impulso sexual.

Componente Decisión – Compromiso

Para alcanzar el ideal de amor, según Sternberg, no basta con la proximidad y la pasión entre los dos miembros de la pareja (como veremos en el siguiente apartado). Se necesita, también, tomar la decisión de amar a la otra persona y establecer el compromiso de mantener ese amor. De esto trata, precisamente, el último componente del amor. La decisión y el compromiso no tienen por qué darse en el mismo tiempo ni en el orden expuesto. Como Sternberg (1988), citado por Villamizar (2009), expone, en ocasiones la decisión de amar al otro surge de un compromiso establecido con anterioridad. Podría ser el caso, por ejemplo, de un matrimonio por conveniencia. En estos casos el compromiso es el componente que inicia la relación y desde aquí se espera que se den los demás componentes, intentando luego amarse a través de la intimidad y la pasión.

La decisión y el compromiso como componentes del amor tienen un curso único dentro de cada relación de pareja que depende de su evolución. Si evoluciona de manera gratificante, decisión y compromiso pueden ir aumentando hasta alcanzar un equilibrio que será crucial en el mantenimiento de la relación a largo plazo. Si la relación se va deteriorando o se va volviendo carente de sentido, el compromiso puede llegar a desaparecer. Como conclusión se puede decir que, en cada relación, los tres componentes del amor se entrecruzan de manera singular y su dinámica produce niveles de satisfacción marital diferentes.

Tipos de amor

En tanto que los tres componentes pueden existir de forma independiente, sus posibles combinaciones dan lugar a ocho tipos de amor:

Amor con cariño o agrado: Referente a relaciones donde el amor sólo contiene intimidad. Serían ejemplos de este tipo de amor las relaciones de amigos y padres e hijos.

Amor insensato o encaprichamiento: Es un tipo de amor basado en la pasión exclusivamente. No hay ni intimidad ni decisión-compromiso. Sería, por ejemplo, el caso del amor a primera vista.

Amor vacío: Se refiere a la presencia del componente decisión-compromiso en una relación de pareja en la que no hay intimidad ni pasión. Como ya hemos indicado, podría ser el caso de un matrimonio de conveniencia. También en el caso de relaciones de larga duración en las que se agotaron los otros dos componentes hablaríamos de amor vacío.

Amor romántico: Es la combinación de pasión e intimidad en ausencia del componente decisión-compromiso. Coexisten aspectos psicofisiológicos y emocionales, pero no se contempla una relación a largo plazo.

Amor de compañero: Presente en relaciones donde la pasión pasa a un tercer plano y casi desaparece. Debido a la consolidación de la intimidad y la decisión-compromiso, los vínculos emocionales a largo plazo son sólidos.

Amor vano: Se origina de la unión entre pasión y decisión-compromiso, y tiende a estar presente en relaciones de corta duración cuando del alto nivel de excitación psicofisiológica que se experimenta deriva un compromiso inmediato que, en la mayoría de los casos, no es duradero.

Amor consumado o completo: La suma de intimidad, pasión y decisión-compromiso es el amor perfecto que cada ser humano desearía vivir. Cuando los tres componentes se encuentran en equilibrio aparece la satisfacción plena. Es importante tener en cuenta que el hecho de alcanzar el amor consumado no garantiza su mantenimiento. Que se mantenga o no depende de la manera en que se cultive y alimente diariamente.

Ausencia de amor: Hace referencia a la no presencia de ninguno de los tres componentes. Puede vivirse en la vida cotidiana en contextos externos a la relación de

pareja. Por ejemplo, en el caso de relaciones laborales se da un conocimiento casual de personas pero sin importancia en la dimensión afectiva. Puede darse, también, en la etapa final de las relaciones de pareja, cuando se ha desvanecido el vínculo afectivo, se ha dejado de experimentar pasión.

En el anterior capítulo denomina ciclo vital, se puede evidenciar las etapas del desarrollo propuestas por Erikson, retomadas por Villamizar (2009), de las cuales se tendrán en cuenta en esta investigación las cuatro últimas, ya que se muestra el desarrollo y las fases para la conformación de la relación de pareja, y por último se retomó la teoría triangular de Sternberg y los tipos de amor, con el fin de evaluar en qué componente y tipo de amor se encuentran las parejas a evaluar.

III Capítulo

Dependencia y familia monoparental

Este tercer capítulo del marco teórico es adquirido de la investigación la dependencia emocional, una visión integradora, Elaborada por Adriana Karen Cid Mireles, en la escuela española de desarrollo transpersonal, en el año 2010; donde ella tomó como muestra sus vivencias amorosas, siendo sus experiencias la base de esta investigación, en donde se sustrajo, teoría de la dependencia, características fundamentales de los objetos de dependencia, características de la dependencia emocional dominante, fases en las relaciones de pareja de los dependientes emocionales, factores causales, factores mantenedores, diagnóstico, entrevista, realidad holónica, tratamiento, e interdependencia.

Teoría de la dependencia

Según (Castelló, 2000), citado por (Cid 2013), la teoría de la dependencia emocional señala 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. La dependencia emocional se define también como un patrón persistente de necesidades emocionales insatisfechas que se intentan cubrir de manera desadaptativa con otras personas. (Cid, 2013), ha detectado seis dimensiones básicas relacionadas con la dependencia emocional, teniendo en cuenta que la necesidad extrema del dependiente emocional no se restringe a la propia dependencia instrumental búsqueda de protección y falta de autonomía.

Ansiedad de separación: se describen las expresiones emocionales del miedo que se producen ante la posibilidad de disolución de la relación, el temor es por el abandono, la separación o el distanciamiento, la ansiedad por separación genera y refuerza las pautas interpersonales de dependencia, la persona se aferra demasiado a su pareja, le asigna significados y lo sobrevalora, lo percibe como necesario para vivir feliz

y en calma, y como la opción directa para no sentir la angustia que le genera la soledad. (Castelló, 2005; Schaeffer, 1998; Beck, Feeman, Davis et al, 2004), citado por (Cid, 2013).

Expresión afectiva: Necesidad del sujeto de tener constantes expresiones de afecto de su pareja que reafirmen el amor que se sienten y que calme la sensación de inseguridad. La desconfianza por el amor de la pareja y la necesidad de un amor incondicional llevan a que el dependiente emocional demande de su pareja expresiones constantes de afecto, que le aseguren que es amado (Lynch, Robins & Morse, 2001). Esta demanda puede estar originada por una necesidad insaciable de la pareja, que es lo que ha asemejado este cuadro a una dependencia a sustancias (Castelló, 2005; Schaeffer, 1998), Citado por (Cid, 2013).

Modificación de planes: El cambio de actividades, planes y comportamientos debido a los deseos implícitos o explícitos por satisfacer a la pareja o a la simple posibilidad de compartir mayor tiempo con ella; para el dependiente emocional su pareja es el centro de su vida, de tal forma que no existe nada más importante, incluyéndose a sí mismo, a sus hijos o al resto de su familia. Así, es importante estar atento a las necesidades, deseos o incluso caprichos de la pareja para poder satisfacerlos (Castelló, 2005), citado por (Cid, 2013).

Miedo a la soledad: Dentro de la descripción del componente se identifica el temor por no tener una relación de pareja, o por sentir que no es amado; el dependiente emocional necesita a su pareja para sentirse equilibrado y seguro, de tal forma que la soledad es vista como algo aterradora, aspecto que es evitado por el dependiente emocional (Castelló, 2005; Schaeffer, 1998), El miedo a la soledad ha sido bastante tratado por Castelló (2005) citado por (Cid, 2013) quien ha afirmado que el dependiente, por encima de cualquier cosa, es consciente de su necesidad del otro, considerando que no poder vivir sin su pareja y que necesita contar con el otro y tenerlo a su lado.

Expresión límite: La posible ruptura de una relación para el dependiente emocional puede ser algo tan catastrófico por su enfrentamiento con la soledad y la pérdida del sentido de vida, que puede llevar a que el sujeto realice acciones y manifieste expresiones impulsivas 16 de autoagresión, relacionadas con las características de la persona con un trastorno límite de la personalidad; las manifestaciones límites frente a la pérdida, las cuales pueden ser vistas como estrategias de aferramiento ante su pareja, reflejan el grado de necesidad que el dependiente tiene de la misma (Castelló, 2005; Bornstein et al, 2002) citado por (Cid, 2013).

Búsqueda de atención: Se tiende a la búsqueda activa de atención de la pareja para asegurar su permanencia en la relación y tratar de ser el centro en la vida de éste(a). Se expresa a través de la necesidad psicológica que el dependiente tiene hacia su pareja (Castelló, 2005). La búsqueda de atención podría verse como una tendencia histriónica que se presenta en algunos dependientes emocionales (Morse, Robos & Gittes-Fox, 2002), citado por (Cid, 2013) aunque debe aclararse que esta búsqueda puede hacerse también por otros medios, tales como la asunción de una posición pasiva y sumisa, si esto es lo que la pareja desea (Bornstein, 1998a, 1998b). Esta búsqueda responde también a ese deseo del dependiente emocional de tener la atención de su pareja en forma exclusiva, de tal forma que lleva a cabo lo que sea necesario para tener siempre su atención (Castelló, 2005), citado por (Cid, 2013).

Características fundamentales de los objetos de la dependencia

(Cid 2013). Realizó dos categorías donde fundamenta las características de los objetos de la dependencia, y de la dependencia emocional dominante.

Son fácilmente idealizables

- Para personas con baja autoestima que otorgan cualidades positivas que no existen en realidad
- No por la mayoría de las personas, a las que suele despertar antipatía, sino por el dependiente. Se desenvuelven en círculos reducidos, su estrecha relación con el dependiente es un ejemplo.

- Dicha atracción se basa en el pronunciado auto desprecio de los dependientes.

Son narcisistas y explotadores

- Exageración patológica de la autoestima, auto idealización.
- Egoísmo.
- Minusvaloración del entorno, sólo desea admiración de éste.
- Devaluación de los demás.

Suelen padecer trastornos de la personalidad:

- No es requisito indispensable.
- Posible presencia de trastornos de la personalidad diagnosticables usualmente en el Eje II siguiendo el 20 modelo multiaxial del DSM-IV. El más común: “El trastorno narcisista de la personalidad”.

Características de la dependencia emocional dominante

- Muy frecuente en varones.
- Ambivalencia enfermiza, quiere a la vez que odia a su pareja (Lo cual llega a traer consecuencias trágicas).
- Necesidad afectiva que no es tan excesiva.
- Pauta principal de interacción: dominación, menosprecio y explotación. Autoestima no tan deteriorada.
- Satisfacen su necesidad afectiva dominando a la otra persona, considerándola una pertenencia suya.
- Suele ser desconfiado y celoso.
- Predomina la hostilidad, pudiendo llegar a la violencia explícita (verbal y física).
- Su pareja será frecuentemente dependiente emocional.
- Reaccionará de manera brutal ante la ruptura, con dolor o con violencia, y deseará la reanudación de la relación.

La dependencia emocional dominante es la responsable de muchos casos de violencia doméstica e incluso de “crímenes pasionales” que suelen suceder tras rupturas o separaciones. Los celos, los sentimientos de posesión, la necesidad enfermiza y posesiva de la otra persona y al mismo tiempo el odio hacia ella conforman este tipo de hechos. También ha sido denominada dependencia interpersonal, que incluye dependencia emocional e instrumental, y debe ser considerada como un factor básico para comprender la dinámica de los maltratadores. Además, la dependencia emocional en casos de violencia doméstica, es uno de los factores que determinan el que las mujeres sean incapaces de abandonar su relación con una pareja maltratadora. Finalmente remarcar que existe una correspondencia. Otro punto interesante con relación a esto, es que el dependiente emocional tiende a maximizar sus vulnerabilidades y minimizar y ocultar sus fortalezas, mientras que el objeto de la dependencia hace todo lo contrario. Todos estos puntos hacen que ambos encajen a la perfección como piezas de un engranaje y que por tanto se busquen mutuamente para completarse. La interacción de estas pautas individuales y complementarias origina un patrón de relación limitante y lesiva para ambos miembros de la pareja, Cid (2013).

Fases en las relaciones de pareja de los dependientes emocionales

(Cid 2013), plantea estas seis fases para las relaciones dependientes emocionales

Fase 1. Euforia: Los comienzos de la relación cuando el dependiente conoce a su futuro compañero están cargados de expectativas.

Fase 2. Subordinación: Sumisión e idealización hacia la otra parte, que se instala cómodamente en esta pauta, convirtiéndose en el centro de todo.

Fase 3. Deterioro: Desequilibrio extremo.

Fase 4. Ruptura: Presencia de síndrome de abstinencia. Habitualmente momento en el que el dependiente acude a consulta, generalmente con un episodio depresivo mayor.

Fase 5. Relación de transición: sin la correspondiente fase de duelo por la pérdida de la relación anterior. Rollos pasajeros para evitar la soledad.

Fase 6: Recomienzo del ciclo: Se encuentra otra persona con el perfil adecuado para establecer otra relación desequilibrada.

Factores Causales

(Cid 2013), plantea cuatro factores que considera importante para que se de la dependencia emocional.

- Carencias afectivas tempranas: carencias graves, sostenidas y acompañadas en ocasiones de negligencia, maltrato, abusos, etc. Decimos que la dependencia emocional es característica en los niños pequeños de manera natural. Si las necesidades no son cubiertas durante la etapa de la niñez, es posible que se origine un trastorno de dependencia emocional en la etapa adulta para compensar la carencia.
- Mantenimiento de la vinculación afectiva a pesar de estas circunstancias desfavorables, que propicia que el individuo esté permanentemente en búsqueda de alguien que compense dichas carencias.
- Focalización excesiva en fuentes externas de la autoestima.
- Existen también otros factores que pueden contribuir, como culturales, biológicos, etc.

Factores Mantenedores

Según (Cid 2013), a continuación se presentaran cinco factores mantenedores de la dependencia emocional.

- Los rasgos de la personalidad (disfuncionales o no) son consistentes y estables en el tiempo.
- El mantenimiento de la vinculación no sólo se produce a edades tempranas sino que se renueva continuamente en el establecimiento de las relaciones interpersonales.
- Lo más usual es que estas tendencias interpersonales se mantengan con pocas variaciones relevantes a lo largo de la vida.

- Las reacciones más normales del objeto también están interiorizadas. La reiteración de interacciones reforzará y consolidará dichas pautas y con ellas toda la patología subsiguiente. Fortalecimiento recíproco de roles.
- Relaciones con el resto de personas de su entorno más comunes serán de huida o desagrado motivados por la baja autoestima, la ausencia de alegría o la necesidad extrema de adhesión; o bien de escucha pasiva a causa de la fijación del dependiente por referirse continuamente al objeto.

Diagnóstico.

El trastorno de la personalidad por necesidades emocionales no figura en ninguna clasificación de trastornos mentales y podría diagnosticarse como “trastorno de la personalidad no especificado”, categoría residual reservada para problemas que se pueden considerar como trastornos de la personalidad pero que no están recogidos de manera específica en los manuales. Se definiría como: “Una tendencia persistente a las relaciones de pareja caracterizadas por el desequilibrio entre ambos miembros, la necesidad afectiva claramente excesiva hacia la otra persona y el sometimiento inapropiado hacia ella, que empieza al principio de la edad adulta y se da en diversos contextos.” Dicho trastorno ha sido propuesto por Jorge Castelló Blasco, citado por (cid 2013) y para ser diagnosticado deben detectarse previamente cinco o más de los siguientes criterios: Búsqueda continua de relaciones de pareja, planteándose la vida siempre al lado de alguien.

- Necesidad excesiva de la pareja, que deriva en contactos muy frecuentes y a veces inapropiados (p. ej., llamadas telefónicas continuas mientras la pareja está en una reunión de trabajo), y que no se debe a dificultades cotidianas, toma de decisiones o asunción de responsabilidades.

- Elección frecuente de parejas egoístas, presuntuosas y hostiles, a las que se idealiza con sobrevaloraciones constantes de sus cualidades o de su persona en general.
- Subordinación a la pareja como medio de congraciarse con ella, que facilita el desequilibrio entre ambos miembros de la relación.
- Prioridad de la relación de pareja sobre cualquier otra cosa, que puede ocasionar una desatención prolongada de aspectos importantes del sujeto como su familia, su trabajo o sus propias necesidades.
- Miedo atroz a la ruptura de la pareja aunque la relación sea desastrosa, con intentos frenéticos de reanudarla si finalmente se rompe.
- Autoestima muy baja, con menosprecio de las cualidades personales o minusvaloración global del sujeto como persona.
- Miedo e intolerancia a la soledad.
- Necesidad excesiva de agradar a las personas, con preocupaciones continuas sobre la propia apariencia física o sobre la impresión que ha generado en ellas.

Tratamiento de la dependencia emocional.

Normalmente los afectados llegan a la consulta del especialista tras una ruptura no deseada y presentan cuadros de ansiedad y depresión. Se propone una perspectiva integradora que según Jorge Castelló citado por (Cid 2013) pasa por explorar y mejorar las áreas más relevantes del sujeto para este trastorno: la psicodinámica, la interpersonal y la afectiva. El trabajo psicodinámico se centra en intentar encontrar de qué pautas (en muchos casos provenientes de la infancia) deriva el comportamiento del dependiente, para que éste comprenda las causas, la lógica y la motivación de sus propios actos. La dimensión interpersonal debe mejorarse mediante la reestructuración de las formas patológicas de relacionarse con la pareja, los amigos, entre otros.

Para ello debe tenerse en cuenta todo el marco teórico descrito anteriormente, en concreto las seis dimensiones básicas del comportamiento dependiente ya descritas, y la clasificación conductual de Jorge Castelló citado por (Cid 2013) que se expone a continuación; en el aspecto afectivo hay que trabajar la autoestima. La persona debe llegar a sentirse a gusto consigo mismo, ha de aprender a respetarse, valorarse y nutrirse. Las características expuestas por Jorge Castelló Blasco citado por (Cid 2013) que deben guiar la intervención psicológica deben ser:

Área de las relaciones de pareja

- Necesidad excesiva del objeto de la dependencia, deseo constante de acceso hacia él, expectativa de que la pareja resuelva sus necesidades.
- Deseo de exclusividad por parte del propio dependiente y esperando a que el otro haga lo mismo.
- Prioridad de la pareja sobre cualquier cosa.
- Idealización.
- Relaciones basadas en la sumisión y subordinación.
- Historia de relaciones de pareja desequilibradas. Sucesión de relaciones tormentosas y encadenadas.
- Miedo a la ruptura, la cual cuando ocurre es tormentosa.
- Ansiedad de separación.
- Asunción del sistema de creencias de la pareja.

Área de las relaciones con el entorno interpersonal

- Deseo de exclusividad, prefiriendo las relaciones amistosas diádicas. Pueden sentirse incómodos en los grupos, puesto que el afecto y la atención se difuminan y no se llega a obtenerse el suministro necesario de afecto, paradójicamente, llegando a sentirse más solos.
- Necesidad de agradar.

- Déficit de habilidades sociales: Falta de asertividad, dificultad en la toma de decisiones, carencia de empatía, egoísmo, confunden el dar cariño con la sumisión, no entienden tampoco que recibir amistad no es tener al otro como “pañó de lágrimas”.

Autoestima y estado anímico

- Baja autoestima y auto concepto negativo a los cuales se suele asociar sensación de aislamiento y abandono.
- Miedo e intolerancia a la soledad.
- Estado de ánimo negativo. Comorbidad con ansiedad (taquicardias, temblores, náuseas, etc.), depresión y TCA (anorexia y bulimia).

Según (Cid 2013), de todas estas características las más importantes serían: Baja autoestima, miedo a la soledad y establecimiento de relaciones desequilibradas. Finalmente me gustaría añadir una cuarta dimensión que considero de alta relevancia a la luz de lo investigado y vivido, y que se relaciona de manera directa con el aspecto existencial; me refiero a reorientar la mirada de la persona hacia su proyecto vital, a redirigir el foco atencional que antes estaba en la pareja hacia el propio individuo (búsquedas, necesidades, objetivos, etc.) lo cual pasa por dedicarse tiempo para estar a solas, para sentirse a gusto con uno mismo, ir a cine, hacer ejercicio, compartir con amigos, amigas, leer, pasear, de manera que el centro de atención ya no sea la pareja sino el propio individuo; todo lo anterior por el hecho de que la persona debe hacerse cargo de sí misma, de sus logros, de las consecuencias de sus actos, de su interpretación del mundo y en definitiva de la realidad que se autoconstruye.

La interdependencia

Según (Cid 2013), el grado más elevado de dependencia es aquél que tiene lugar cuando hacemos que toda nuestra posibilidad de ser felices dependa del comportamiento de otra persona, es decir, cuando experimentamos una sensación extrema de necesidad y

carencia. En este caso estamos otorgando una fuerte responsabilidad a esa persona, que en caso de ser aceptada, a la larga pesará como una losa no sólo sobre nuestra pareja, sino también sobre nosotros; exigir a otra persona que se haga cargo de nuestro mundo es mermar su libertad (ya que nos convertimos en una carga), y renunciar a nuestra libertad para elegir y ser; cuanto más fuertemente nos apegamos a un objeto, más se apega el objeto a nosotros, recordemos además sin libertad el amor no florece, decimos que amamos a la otra persona y sin embargo, si su comportamiento es diferente del que nosotros esperamos, nos enfadamos, sufrimos, e incluso dejamos de amar a esa persona, entonces no podemos hablar de amor, sino de egoísmo y dependencia; el amor se experimenta dando, no recibiendo, si controlamos el comportamiento de la persona amada y condicionamos su libertad, estamos condicionando también su felicidad, Entonces no amamos a la persona, sino a la idea que tenemos de cómo nos gustaría que fuese esa persona.

Según (Cid 2013), la libertad se conquista a través del no necesitar a los demás para sentirnos bien. Del no necesitar controlar al otro, lo cual a la larga se termina convirtiendo en una carga extremadamente pesada para uno mismo y para la pareja. Pasa por aceptar que no somos dueños de nadie y que solo el amor puede unirnos. Bajo este cristal, los celos, las expectativas, las exigencias, el pánico al abandono, etc., pierden todo sentido. La idea sería formar una pareja por el simple placer de su compañía, la cual nos agrada más que la de otras personas, sin exigencias, sin condiciones, sin preguntas, sin explicaciones decimos que la interdependencia es un valor superior a la independencia, tal y como pasamos a comentar a continuación, todos empezamos nuestra vida como niños totalmente dependientes de otros; somos dirigidos, educados y sustentados completamente por otros, sin sus cuidados sólo viviríamos unas horas, o a lo sumo unos pocos días, después, gradualmente a lo largo de los meses y años siguientes.

Nos volvemos cada vez más independientes, física, mental, emocional y económicamente; hasta que por fin podemos, en lo esencial hacernos cargo de nuestra persona, de una manera autodirectiva y autosuficiente; cuando seguimos creciendo y

madurando, tomamos cada vez más conciencia de que toda la naturaleza es interdependiente, de que existe un sistema ecológico que la gobierna a ella y también a la sociedad, además, descubrimos que los más altos logros de nuestra naturaleza tienen que ver con las relaciones con los otros, que la vida humana es interdependiente.

Según (Cid 2013), en el continuum de la madurez, la dependencia es el paradigma del tú: tú cuidas de mí; tú haces o no haces lo que debes hacer por mí; yo te culpo a ti por los resultados. La independencia es el paradigma del yo: yo puedo hacerlo, yo soy responsable, yo me basto a mí mismo, yo puedo elegir. La interdependencia es el paradigma del nosotros: nosotros podemos hacerlo, nosotros podemos cooperar, nosotros podemos combinar nuestros talentos y aptitudes para crear juntos algo más importante, las personas dependientes necesitan de los otros para conseguir lo que quieren, las personas independientes consiguen lo que quieren gracias a su propio esfuerzo, las personas interdependientes combinan sus esfuerzos con los esfuerzos de otros para lograr un éxito mayor; si soy emocionalmente interdependiente, obtengo dentro de mí mismo una gran sensación de valía, pero también reconozco mi necesidad de amor, de darlo y recibirlo; como persona interdependiente tengo la oportunidad de compartirme profunda y significativamente con otros.

Y logro acceso a los amplios recursos y potenciales de otros seres humanos. La interdependencia es una elección que sólo está al alcance de las personas independientes, las personas dependientes no pueden optar por ser interdependientes no son lo bastante dueñas de sí mismas para hacerlo. Traspasar el camino de la dependencia a la interdependencia no es un tránsito fácil, es necesario repensarnos, volver a tocar nuestros dolores, carencias y finalmente responsabilizarnos de nosotros mismos, de nuestra autoestima, de nuestro darnos a nosotros lo que antes cedíamos a los demás.

Por consiguiente lo que nos quiere decir la autora es que la interdependencia está ligada a la dependencia recíproca que hay dentro del sistema de la pareja, donde la dinámica sería que cada una de las partes sea quien es, sin perder su esencia ni atarse el uno al otro, donde cada uno tenga la libertad de realizar y hacer sus propias actividades,

sin la necesidad de estar con la otra persona. Un sujeto es interdependiente cuando alcanza la independencia en su totalidad, tenga la capacidad de cuidarse por lo tanto atender sus necesidades tales como la alimentación, la limpieza entre otros por si sólo (a), y de pensar en conjunto (nosotros) de dar pero también recibir amor, afecto, caricias.

Familias monoparentales

Según (Gago 2005), se llaman familias monoparentales a las que están formadas por un único progenitor, que puede ser el padre o la madre, y uno o varios hijos o hijas, tienen distintos orígenes; la viudedad, la separación, la decisión de personas solas de adoptar un niño o una niña y formar su propia familia, siendo mayoritario entre ellas como motivo la muerte de uno de los cónyuges (la viudedad), pero se ha incrementado de forma importante el número de ellas que proceden de procesos de separación o divorcios. Es decir, la familia monoparental de personas viudas con hijos es cada vez menos frecuente en cifras de población, debido al aumento de la esperanza de vida, las familias monoparentales producto de separaciones aumentan, y en menor proporción también lo hacen las formadas por personas solas que adoptan un niño o niña o las que recurren a la reproducción asistida para formar su propia familia.

Imagen social de este tipo de familias

Según (Gago 2005), las familias monoparentales, que generalmente suelen serlo de madre e hijos (en un 85% de las mismas es así, por lo que sería más adecuado en este caso llamarlas monoparentales), han existido siempre. El reconocimiento social de estas familias como “familias plenas”, y no como familias “incompletas”, se da en épocas relativamente recientes; de hecho, en épocas cercanas aún, algunos estigmas sociales (sobre todo referidos a las mujeres sin pareja y con hijos a cargo) hacían que las familias de este tipo tuvieran esta consideración negativa, con una imagen social distorsionada. Pero la sociedad cambia a grandes pasos, y ya nos encontramos con que, por ejemplo, la suma de parejas sin hijos y familias unipersonales supera al modelo de familia

tradicional de pareja con hijos; se puede decir que la imagen social de estas familias está muy en relación con los cambios de mentalidad en la sociedad, producto a su vez de un mayor abanico de tipologías familiares, y a una consideración social más respetuosa hacia todas ellas.

Retos de las familias monoparentales

Según (Gago 2005), las familias en las que el único progenitor, que como hemos señalado suele ser la madre, carga con la responsabilidad de llevarla adelante, se enfrentan a importantes retos y no están exentas de dificultades; algunos de estos retos no son ajenos al resto de familias, pero se acrecientan aquí por el hecho de recaer en una figura sin apoyo, responsabilidades educativas, económicas, emocionales, etc. Según (Gago 2005), en lo económico, la familia monoparental puede ser más vulnerable al impacto de la crisis o el desempleo, en los casos en los que no hay otras fuentes de ingreso (en mujeres sin pareja previa, donde no existe una cuantía económica por alimentos por separación o divorcio), con hijos menores o en edad no productiva, al estar basada su economía en un único miembro, hay una mayor vulnerabilidad a las dificultades económicas. Pero esto también hace que los hijos perciban las dificultades de manera más realista.

Además los retos que se derivan de todo lo anterior se superponen a las dificultades que acompañan a procesos de separaciones y divorcios o a la pérdida de la pareja por muerte (en el caso de la viudedad). Es importante en estos casos la capacidad para elaborar la pérdida (por muerte o por separación), y para ayudar a los hijos e hijas a elaborar sus propios sentimientos ante todo ello, naturalmente en procesos de separación en los que la figura del cónyuge no conviviente sigue desempeñando un papel de implicación hacia los hijos, el impacto de la separación será mucho menos intenso y podrán elaborar de forma más adaptativa esos sentimientos.

Por otro lado, a éstos se añadirían otros como el “doble papel” del progenitor único (papel normativo y de disciplina y papel afectivo o emocional). Algunos estudios

sugieren que las familias monoparentales desarrollan altas expectativas respecto a la “calidad de vida familiar”, dando mucha importancia a los vínculos entre los miembros, fomentándose la unión entre ellos. Estamos asistiendo a un cambio social que conlleva a su vez cambios en la concepción tradicional de la familia; en el caso de las familias monoparentales, éstas representan un porcentaje importante de la población y aunque no están exentas de dificultades, sus miembros tienen la oportunidad de desarrollarse en un entorno familiar que puede favorecer la unión entre sus miembros; éstos además, perciben las dificultades de forma más realista que los pertenecientes a otros tipos de familia donde al existir una pareja, existen más apoyos en la crianza, en la economía, entre otros.

Educación y valores en las familias monoparentales

El contexto socio familiar en el que se ubican las familias monoparentales, el cambio social y sus repercusiones de la familia en la actualidad, hay un manifiesto interés social y específico, por parte de la comunidad científica, sobre el profundo cambio en el que se encuentra la realidad familiar, y la diversidad de manifestaciones que eclosionan en nuestros entornos más cercanos. El individualismo exacerbado y su influencia en las nuevas relaciones de pareja, la multiplicidad de formas y maneras de institucionalizar estas relaciones, los valores que la sustentan, la reducción del número de hijos, el incremento de las rupturas, la posibilidad de reconstituir una nueva familia tras una ruptura, la poderosa y decisiva influencia de los medios de comunicación en la vida familiar, una mayor conciencia en el ejercicio de la libertad, la igualdad manifiesta entre hombre y mujer (en el hogar y fuera de él), la delegación de las funciones familiares y la consiguiente colaboración de otras instancias educativas.

Provocan la aparición de voces de todo tipo, a favor y en contra de estas nuevas situaciones a las que se ven sometidas nuestras familias. Sin embargo, todas ellas ponen de manifiesto una permanente preocupación por la familia como principal agencia de socialización y educación (Parada Navas, J. L.; González Ortiz, J. J. (Eds.), 2009), retomado por (Gonzales 2011).

La transformación familiar, a la que llevan aludiendo durante décadas numerosos investigadores (Alberdi, I., 1995; 1999; Campo Urbano, S. Del, 1991; Donati, P., 2003; López M^a. T., 2004; Moreno Mínguez, A., 2000; Martín López, E., 2000; Pastor Ramos, G., 1997; 2002) retomado por (Gonzales 2011). Y de la que esperábamos encontrar, en algún momento, su fase de estabilización, ha pasado a ser inherente a la realidad familiar, instalada en un proceso permanente de evolución y cambio. De manera que, del mismo modo que hablamos de un ciclo evolutivo familiar (Belart, A.; Ferrer, M., 1998; Parada Navas, J. L., 1995; Ríos González, J. A., 2005), por el que transcurre la vida de la familia, también hablamos de un cambio familiar sociocultural, por el cual las familias se ven condenadas a ir configurándose como tal. Así pues, podríamos decir que la familia, al igual que el hombre, tiene la imperiosa y ardua tarea de ir haciéndose, de ir definiéndose (Rodrigo, M. J.; Palacios, J. (coords.), 2003; Domínguez Prieto, J. M., 2002), retomado por (Gonzales 2011).

Según (Gonzales 2011), entre estos cambios, señalamos en primer lugar los cambios sociales; Dentro los cuales merecen especial atención dos:

- Mayor igualdad entre sexos, que afecta indistintamente a las relaciones conyugales (marido-mujer) y a las relaciones fraternales (entre hermanos de distinto sexo). En la actualidad, el profundo convencimiento social acerca de la igualdad de sexos exige que se redefinan y se particularicen las responsabilidades familiares, la distribución de las tareas domésticas, de crianza y educacionales, que ahora son mayoritariamente compartidas por hombres y mujeres.
- Mayor libertad de elección individual, que en última instancia tiene incidencia en las decisiones personales, como por ejemplo, cuándo y cómo constituir la pareja, cuándo tener los hijos, cómo educarlos, etc., son cuestiones más abiertas y por lo tanto, por definir en y por la propia familia. Aunque existan condicionantes externos (dificultades de acceso al trabajo o a la vivienda, por ejemplo) y de tipo endógeno (personales-educacionales), son las familias las que libremente van construyendo su

propio modelo de familia, las que van instaurando criterios de funcionalidad en su seno, lo que a su vez garantiza la identidad y la singularidad familiar.

Según (Gonzales 2011). Todos los autores recogen como acontecimiento decisivo para la aceptación de estos dos fenómenos sociales la incorporación de la mujer al mundo laboral, puesto que este hecho ha cambiado al mismo tiempo la vida social y la familiar, tanto de hombres como de mujeres. La vida del hogar de muchas familias (relaciones, normas, funciones, etc.) se ha tenido que redefinir y volver a configurar con esta decisión global y con su progresiva aplicación. Lo que hace algunos años era una propuesta minoritaria o más bien un proyecto a consolidar, en la actualidad es más bien una realidad manifiesta en todas nuestras familias, que exige, por el bien de todas ellas, un compromiso generalizado de asumir por igual las responsabilidades y tareas familiares. De lo contrario, estaríamos reproduciendo, de nuevo, un sistema injusto, donde las mujeres sufrirían una sobreexplotación (laboral y familiar).

Además, se están dando una serie de realidades demográficas de carácter general, (mayor esperanza de vida y tasas de natalidad más bajas) y otras de carácter específico a la propia familia (el retraso de la edad del matrimonio o de la constitución de la pareja y en la maternidad tiene como consecuencia inmediata las familias alargadas en el tiempo, es decir, la permanencia de los hijos adultos en el hogar familiar, menos tasas de nupcialidad, etc.), que van haciendo de la familia una realidad plumiforme.

Los primeros cambios, de carácter social, tienen como consecuencia inmediata la adquisición, por parte del colectivo de las personas mayores, de una inusitada relevancia social y familiar. Una mayor esperanza de vida unida a una mayor calidad de vida, hace que la participación socio-familiar de los “abuelos” cobre una especial importancia (González Ramírez, M., 2003), retomado por (Gonzales 2011). Sin embargo, esta renovada implicación del colectivo de los mayores para con sus familias, ha sido de tal magnitud que requiere una seria reformulación, puesto que está dando lugar a

importantes conflictos familiares como son abuelas y abuelos estresados, incapaces de reconocer y expresar a sus hijos sus limitaciones, su cansancio y la necesidad de disfrutar de su tiempo de ocio y tiempo libre; abuelos y abuelas que están hiperresponsabilizados de la crianza y educación de sus nietos, pero también intromisiones, desautorizaciones y conflictos entre abuelos y padres que requiere de serios reajustes familiares.

Concretamente en las familias monoparentales estas situaciones se están convirtiendo en motivo de intervención y consulta, puesto que resulta complicado establecer límites cuando los abuelos son los que asumen gran parte de la educación de sus nietos. En estos casos la colaboración y ayuda de los abuelos, queda relegada a un segundo plano, para asumir ellos el liderazgo absoluto en la educación de los nietos, en el sostenimiento económico familiar e incluso en la supervisión y vigilancia de la vida personal de la madre.

El retraso de la constitución de la pareja (conyugalidad), tiene como es evidente una correlación positiva con el retraso de la maternidad, es decir, cada vez formalizamos más tarde las relaciones de pareja, y consecuentemente, cada vez tenemos los hijos a mayor edad. Como es sabido, de forma general, también se ha optado por reducir el número de hijos en las familias, y esto ha tenido, a nuestro modo de ver importantes repercusiones de tipo educacional. Los hijos tienen una relevancia familiar desproporcionada, ya que toda la vida familiar gira alrededor de ellos. El profesor Marciano Vidal ha llegado a denominarlas “familias puerocéntricas” (Vidal, M., 2001), retomado por (Gonzales 2011). Es decir, familias cuyo centro vital son los hijos, ellos son los que deciden cuándo y qué se come, qué se ve en televisión, dónde vamos el fin de semana, en definitiva, los menores son los que ejercen la autoridad familiar, “gobiernan” y “deciden” en la familia, hasta tal punto y de tal manera, que acaba por asfixiarla.

Es cierto que los hijos son con toda seguridad el signo visible de la evolución familiar, pero lo que aquí nos preocupa es la deformación más absoluta de este asunto,

hasta tal punto que ya se habla del “síndrome del emperador” y sus consecuencias sociales (Garrido Genovés, V. J., 2005), retomado por (Gonzales 2011). Estas nuevas situaciones, en las que los menores usurpan progresivamente la autoridad familiar para imponer su ley dentro de casa, son también de especial preocupación para los profesionales que trabajan con familias monoparentales.

Según (Gonzales 2011). En cuanto a la estructura familiar, que es probablemente una de las variables más visibles del cambio en las familias, observamos cómo junto a las familias nucleares (padre-madre con varios hijos), conviven otras formas de ser familia, entre las que destacamos a aquellas familias que deciden voluntariamente no tener hijos, parejas de hecho, familias monoparentales, familias extensas (padre-madre-hijos-otros familiares), hogares unipersonales, familias constituidas por matrimonios mixtos, entre otros. Esta diversidad familiar requiere necesariamente respeto y tolerancia hacia cualquier forma de convivencia familiar. Respeto y tolerancia son especialmente reclamados por aquellas madres que encabezan y asumen la educación en solitario de sus hijos.

En otro orden de cosas, tanto los cambios sociales como las realidades demográficas han ido generando la aparición de la normativa legal que otorgue seguridad a la aparición y consolidación de nuevos valores familiares. Por eso, la legislación actual recoge la posibilidad de ruptura matrimonial, la responsabilidad y obligaciones compartidas sobre los hijos, la protección de los derechos de los hijos, la posibilidad de la custodia compartida, etc. (Vela Sánchez, A. J., 2005a), retomado por (Gonzales 2011).

A partir de lo visto, consideramos que los cambios aquí recogidos responden a un cambio en el mundo axiológico de la familia. Algunos autores (Alberdi, I., 1999; Duch, Ll., 1997; Caparrós, N., 1999), retomado por (Gonzales 2011). Aseguran que la crisis de la familia está precisamente en el vacío axiológico que produce la renuncia total de los valores tradicionales y el no reconocimiento y falta de utilidad de los nuevos, en nuestra opinión, uno de los objetivos de la intervención familiar es participar, orientar

y asesorar en la configuración de una nueva red de valores sobre la que se construya la nueva cultura familiar, sin renunciar a las nuevas aportaciones pero tampoco a todo aquello que hace bien a la familia, que le aporta identidad y funcionalidad.

A partir de lo expuesto hasta ahora, surge la pregunta: ¿Está la familia sumergida en un periodo de crisis o por el contrario todos estos cambios forman parte de la evolución familiar? Independientemente de la respuesta, lo que es evidente es que la familia se encuentra en un periodo de cambio que afecta no sólo a su estructura interna o morfología (números de miembros de la unidad familiar, espacios más reducidos en el hogar, pluralidad en los tipos de uniones, etc.) sino que además influye en el funcionamiento, en las relaciones familiares y en los valores que las sustentan (González Ortiz, J. J.; Hernández Prados, M. A., 2007), retomado por (González 2011).

Las familias monoparentales

Aproximación al concepto de familia monoparental

Según (González 2011), Las familias monoparentales son una de las constataciones, numéricamente más representativa, de la diversidad familiar a la que aludíamos anteriormente, como se puede deducir de los múltiples intentos de acotar bajo una definición a las familias monoparentales, esta realidad tiene su origen en situaciones muy diversas, en el intento de realizar una aproximación teórica al concepto de monoparentalidad lo primero que descubrimos es que no existe un consenso académico alrededor de esta realidad familiar.

Rutas de acceso a la monoparentalidad

Las rutas de acceso a la monoparentalidad (Barrón, S., 2002), retomado por (González 2011) pueden estar vinculadas a la natalidad (voluntaria e involuntaria), en este caso estaríamos hablando de las madres solteras. Otra importante ruta de acceso es la vinculada a la relación matrimonial, es decir, situaciones de monoparentalidad por ausencia permanente de uno de los progenitores por separación o divorcio o por fallecimiento de un progenitor (viudedad), también encontramos situaciones que están

vinculadas al ordenamiento jurídico (la adopción por personas solteras). Y finalmente recogemos las rutas de acceso vinculadas a situaciones de tipo social, en las que se produce una ausencia permanente o prolongada de uno de los progenitores, por encarcelación, por enfermedad y hospitalización, por emigración, por motivos laborales y por exilio o guerra.

Como dijimos anteriormente, por la diversidad de itinerarios familiares por donde puede transcurrir la monoparentalidad, por la infinidad de rasgos y matices que definen a las familias monoparentales y que dan lugar a una manifiesta singularidad, podemos concluir que no existe un modelo único de familia monoparental, y que, aunque exista cierta convergencia entre las definiciones teóricas de monoparentalidad y la realidad misma de estas familias, ésta última no se agota ni se circunscribe a un modelo estático y paradigmático de familia, este hecho, que afecta de modo similar a cualquier tipo de realidad social, tiene una consecuencia no deseada, tanto para las familias como para los profesionales de la intervención, y que es la proliferación de estereotipos y tópicos que configuran la percepción y valoración social de las familias monoparentales.

Mitos y estereotipos familiares vinculados a la monoparentalidad

En caso de precisar intervención profesional, la primera tarea sea identificar y neutralizar dichos efectos (Arroyo Morcillo, 2002; Asociación Agintzari, 1996; Vela Sánchez, A. J., 2005) aproximación al concepto de familia monoparental), retomado por (González 2011).

Se ha instalado en la sociedad en general y en las familias en particular la consideración de que todas las familias monoparentales viven en una situación problemática debido exclusivamente a su estructura deficiente, sin embargo, la estructura no es la única causa de la dificultad, del problema, Por ello recomendamos encarecidamente no participar de esta visión reducida, simple y equivocada, para aspirar a un análisis exhaustivo de la realidad familiar particular, donde queden expresadas no

sólo los aspectos estructurales sino también los personales y relacionales, los endógenos y exógenos de cada familia.

El bienestar y la estabilidad de sus miembros corren riesgos por el simple hecho de ser familia monoparental, no olvidemos que en caso de separación, las responsabilidades parentales siguen vigentes, y que por lo tanto no tienen porque estar descuidadas. La probabilidad de desarrollo saludable por parte de los hijos está condicionada y es pequeña. Esta es una creencia que genera de antemano importantes miedos e inseguridades en aquellas madres que asumen la custodia de los hijos. Es cierto que existe un tiempo de cierto riesgo para el desarrollo de los hijos, pero si se gestiona la separación adecuadamente este riesgo queda minimizado (Arroyo Morcillo, A. y Domínguez Sánchez, M., 2001; Rosa Alcazar, A. I., 2009), retomado por (González 2011).

Por otra parte, cada vez es más frecuente realizar procesos de separación de mutuo acuerdo, utilizando incluso recursos de Mediación, que satisface a todas las partes y que busca el bien común y especialmente el de los hijos; las ventajas de los servicios de mediación son sustanciales, reducen costes y conflictos, se toman decisiones de manera consensuada y dialogada, se revisan los acuerdos y su cumplimiento, se escucha a todas las partes, incluso a los propios hijos, si la edad y madurez así lo permite, permitiendo a las familias mantener relaciones positivas y vínculos intactos aun cuando se produzca la ruptura de la pareja.

La probabilidad de que los hijos tengan dificultades, tanto en la adaptación emocional, afectación de su inteligencia/rendimiento escolar, aparición de conductas violentas, es alta. Tradicionalmente todos estos síntomas solían ir asociados a los hijos en edad escolar, cuyos padres se habían separado o uno de ellos había fallecido. Nos reiteramos en nuestro posicionamiento, y aun reconociendo cierto riesgo durante un período de tiempo considerable, también insistimos en que es posible prevenir y evitar todas estas situaciones. Uno de los elementos que previenen estos síntomas es la participación en un proceso de separación mediado y consensuado, donde puedan

permanecer intactos los compromisos vinculados a la parentalidad (Jiménez Tallón, M. A., 1999), retomado por (González 2011).

De forma prolongada, se produce una pérdida del contacto afectivo y lúdico de los hijos no emancipados con uno de los padres, en este caso podemos decir, que cada vez es más frecuente encontrarnos con padres que tras la separación, tienen el firme compromiso de asumir sus responsabilidades educativas y de sustento para con sus hijos; estos “nuevos padres” no renuncian a estar con sus hijos el máximo tiempo posible y por tanto, podemos confirmar que caeríamos en un grave error si generalizamos la citada pérdida del contacto afectivo con los hijos, es cierto que es un asunto a tener en cuenta, ya que tradicionalmente el padre, que ha sido el progenitor no custodio, ha ido “desapareciendo” y perdiendo peso específico en la educación de los menores. Sin embargo, como decimos, es una cuestión en pleno proceso de cambio y mejora, especialmente desde la posibilidad de establecimiento de la custodia compartida.

Por todo lo expuesto, consideramos que estas afirmaciones empleadas a discreción y con carácter general y categórico instauran y refuerzan unas creencias sociales difíciles de erradicar, que terminan afectando a las propias familias monoparentales y a su funcionamiento. Socialmente con frecuencia se mantienen y explicitan estas creencias (Arroyo Morcillo, 2002; Asociación Agintzari, 1996; Vela Sánchez, A. J., 2005a) retomado por (González 2011).

Según (González 2011). Familias monoparentales son sinónimo de “familias rotas”; “familias disociadas” o “situaciones familiares inhabituales”, y por lo tanto situadas en las antípodas de las familias normalizadas; referencias a distintos estereotipos, respecto a la mujer: “la pobrecita”, “la alegre”, “la han engañado” “ligera de cascos”. Todas estas etiquetas se convierten en un lastre más para las mujeres al frente de familias monoparentales, ya que además de los contratiempos y dificultades que supone encabezar en soledad una familia y la educación de los hijos, tienen que realizar un esfuerzo extra para evitar ser tratadas bajo parámetros de rechazo o lástima.

Hay quienes consideran que el aumento de las familias monoparentales es producto de un deterioro moral, de un déficit de valores familiares y en la educación de los hijos. Nada más lejos de la realidad, ya que en muchos casos, especialmente los relacionados con la ruptura de pareja, estas mujeres han hecho todo lo posible por mantener su relación conyugal. Cuando se toma esta decisión, entendemos y así nos lo confirma la experiencia, que se hace por el bien personal y por el bien de los hijos. En la mayoría de los casos, una vez estabilizada la situación de monoparentalidad se pasa a ejercer de manera natural y eficaz las responsabilidades educativas, se reducen considerablemente los conflictos familiares, el clima familiar y las relaciones intrafamiliares son propicias para una educación familiar de calidad, sobre todo en comparación con la situación anterior, marcada por el conflicto de pareja.

La experiencia profesional nos confirma que estar excesivamente centrados en estas creencias, que han acompañado tradicionalmente a la monoparentalidad, tiene como principal consecuencia en nuestro trabajo con este tipo de familias el que estemos condicionados por sus limitaciones, sin tan siquiera percibir sus capacidades y posibilidades, que en definitiva son las variables sobre las que podría apoyarse la intervención (Río Sadornil, D. Del; Álvarez González, B.; Beltrán Campos, S.; Téllez Muñoz, J. A. (Coords.), 2003), retomado por (González 2011).

Es cierto que la monoparentalidad puede ser un proceso, un momento en el proceso evolutivo personal y familiar. En estos casos, la mayor parte de sus protagonistas y sus respectivos contextos sociofamiliares se encuentran bastantes desorientados y faltos de recursos, pues la ruta de entrada en ocasiones no deja de ser una situación no deseada (llegada inesperada de un hijo, separación o muerte del cónyuge). Pero la monoparentalidad, también puede llegar a ser un estado, una situación en la que una persona voluntariamente decide vivir una vez que se ha producido el tránsito a este nuevo estado de vida. Cada vez es más común encontrarnos a mujeres, que tras una separación traumática, deciden no volver a formalizar una relación de pareja, mujeres afectivamente estables y satisfechas, que disponen de la autonomía

social, económica y relacional necesaria para tomar esta decisión. Entonces, por el carácter permanente de la decisión, se va consolidando un modo de ser familia tan válida y funcional como cualquier otro.

Respuestas educativas a los factores de riesgo presentes en las familias monoparentales.

A pesar de lo dicho en el apartado anterior, reconocemos, y así lo han demostrado numerosas investigaciones que existen factores de riesgo asociados a las situaciones de monoparentalidad. En algunas de estas familias encontramos (Lasa, A., González, F. 1996).

- Disputas judiciales continuas e intensas por la custodia de los hijos tras la separación.
- Situaciones de violencia verbal o física hacia el niño.
- Aislamiento y pérdida de apoyos sociales de los progenitores, con especial gravedad cuando se trata de madres solas adolescentes que carecen del apoyo de su familia o que mantienen importantes conflictos con ésta.
- Dificultades de elaboración del duelo de un progenitor fallecido, por parte del que sigue vivo.
- Mantenimiento de la ocultación o el secreto en relación con la muerte del padre o circunstancias de ésta, por parte del resto de la familia.
- Situaciones socioeconómicas muy desfavorables.

También han sido ampliamente estudiadas las alteraciones que pueden aparecer en los hijos, especialmente en situaciones de ruptura de pareja altamente conflictivas. Ahora bien, las consecuencias que aparecen en los niños dependen de su nivel de desarrollo. Así los preescolares tienden a manifestar conductas regresivas: insomnio, crisis de rabietas, angustia de separación, pérdida del control de esfínteres, regresión en los hábitos de limpieza, estancamiento en las adquisiciones cognitivas, temores fóbicos y sentimientos de culpabilidad. Los escolares muestran su ira intensa contra uno o

ambos padres y pueden desarrollar cuadros depresivos, lo que conlleva una disminución del rendimiento académico y deterioro en las relaciones con sus compañeros (Wallerstein 1980, 1987, 1991), retomado por (González 2011).

Entendemos necesario no quedarnos en la mera descripción de las posibles conductas de riesgo que pueden aparecer en los menores vinculados a familias monoparentales, sino que a partir del análisis realizado por Lasa, A.; González, F., (1996), retomado por (González 2011). Ofrecemos algunas alternativas a desarrollar por los progenitores. Destacamos que estas respuestas familiares deberían ser asumidas tanto por el progenitor custodio como el no custodio, de tal manera que exista coherencia y unidad entre ambos a la hora de llevar a cabo alguna de las estrategias propuestas.

Durante la infancia (3-5 años), es probable que puedan aparecer ciertos signos de ansiedad e inestabilidad; temores, fantasías de abandono y muerte de los progenitores, inadaptación escolar y tristeza. Sugerimos que, siempre que sea necesario, se explique al niño la nueva situación familiar, sin profundizar aún en las causas de la misma, adaptándonos a su lenguaje y a su nivel de comprensión y fundamentalmente desculpabilizar al niño, ya que muchas de sus manifestaciones emocionales o conductuales parten de la idea errónea de que son ellos los culpables de que sus padres no mantengan su relación. En estos años es importante y necesario percibir cercanía de ambos progenitores, pasar largos tiempos juntos, desmontar miedos injustificados si los hubiere, naturalizar las visitas y el contacto con el progenitor no custodio, con los abuelos, primos y amigos, la comunicación entre los padres debe ser fluida, sobre todo en aquellos aspectos que afectan a la educación y salud del niño; una actitud abierta al diálogo, permite afrontar con flexibilidad los cambios y las decisiones imprevistas en la vida cotidiana del niño, así como mantener la estabilidad en los horarios y los espacios de relación.

Con el acceso a la educación primaria (más de 6 años), en los niños inmersos en un proceso de ruptura entre sus padres, pueden aparecer sentimientos depresivos y de

abandono. Por lo general, si disminuye el contacto con el progenitor no custodio se evidencia una carencia afectiva, que puede derivar en manifestaciones de agresividad e ira y en dificultades en el rendimiento escolar y en sus relaciones sociales. En estas edades también pueden darse comportamientos hipermaduros, ausencia de quejas y excesiva responsabilidad en el ámbito escolar.

En este período es importante que el progenitor custodio controle las muestras de angustia y agobio delante del niño, puesto que se llega a convertir en “pañito de lágrimas” sin tener la capacidad para soportar la magnitud de esta situación. Resulta muy positivo que se amplíen las relaciones sociales del niño con naturalidad, incorporándolo a actividades extraescolares, sin renunciar a seguir pasando tiempo, con ambos progenitores, de manera prolongada. En esta etapa es natural que vayan surgiendo las primeras preguntas acerca de la estructura familiar y los motivos que han provocado esta situación. Su historia familiar le pertenece, necesita y tiene derecho a profundizar un poco más, sin culpabilizar. Así mismo deberá ir asumiendo progresivamente responsabilidades en casa, ya que esto favorece el sentimiento de pertenencia, permite la integración y la participación en un proyecto familiar particular y compartido.

En la asunción de estas pequeñas responsabilidades los adultos deben permitir que pueda equivocarse, ya que de esta manera se evita adoptar un estilo educativo basado en la sobreprotección; sugerimos a los padres que progresivamente pidan responsabilidades de sus actos a los hijos, ya que sin el valor de la responsabilidad, nuestros hijos serán incapaces de asumir las consecuencias de sus acciones, serán caprichosos, inmaduros y dependientes.

Cuando la ruptura de la pareja se produce durante la pubertad y la adolescencia de los hijos, es muy probable que aparezcan sentimientos de inseguridad, depresión y malestar. Predominan las conductas egoístas y narcisistas, quejas somáticas múltiples, trastornos del comportamiento, actitudes de pasividad y desinterés, tendencia al auto sabotaje y al fracaso. Por ello, es necesario redefinir las relaciones y las normas familiares, adaptándolas a la edad. Favorecer la comunicación, buscar la coherencia y la

convergencia educativa en los distintos hogares. Aumentar las responsabilidades en casa. Es importante que el adolescente gestione su economía controlada desde la distancia, al igual que mantener las decisiones que impliquen una sanción. El adolescente debe entender que la tan ansiada y nombrada libertad, no es la ausencia de normas.

Así mismo, los padres tienen que entender que las normas familiares son imprescindibles para el funcionamiento familiar y para el crecimiento saludable de los hijos. Corregir a los hijos, ponerles normas y límites, no imposibilita que los hijos crezcan en libertad, más aún los ejercita en la convivencia social regulada, donde la libertad se expresa y manifiesta en toda su plenitud. No olvidemos que “soy libre con los otros”, no de manera aislada, y el ejercicio de mi libertad no puede subyugar la libertad de otras personas. Aunque sean menos prolongados, no renunciar a la asiduidad de pasar tiempos en familia. Profundizar de lleno en las causas de la situación familiar, sin culpabilizar. Ajustarse a la percepción social, de tal manera que las expectativas familiares y personales, sean objetivas y realistas.

Y finalmente cuando la ruptura ocurre durante la juventud y el período adulto aparecen mayores sentimientos de inseguridad, ansiedad en las relaciones interpersonales, miedo al fracaso en las relaciones de pareja, intensa lucha interna por no repetir las situaciones familiares, frecuentes conductas impulsivas en las relaciones de pareja, mayor tendencia a repetir algunas situaciones como el divorcio. Para reducir todos estos síntomas se requiere confirmación de la identidad familiar y personal: mantener compromisos y responsabilidades familiares también con la familia extensa y con las amistades, desmontar miedos injustificados, animarlos a comprometerse con la pareja, a ir dotando a la relación de valores compartidos que otorguen funcionalidad y transparencia. Mantener una comunicación fluida, en un clima de confianza y respeto, donde el componente afectivo ocupe un lugar central, al igual que la confidencialidad de lo expresado, para transmitirles el convencimiento de que ellos mismos tienen la responsabilidad de ir construyendo su pareja, y su propia vida familiar.

Los grandes retos de las familias monoparentales

Según lo expuesto hasta ahora, es evidente que existen riesgos, señales de alarma a las que los educadores y las propias familias debemos de atender. Sin embargo, no dejan de ser importantes retos para la evolución de las familias monoparentales. (Almeda, E. y Flaquer, Ll., 1995; Martínez Muñoz, L., 2001), retomado por (González 2011). Algunas de estas situaciones se repiten con bastante asiduidad en las familias monoparentales y terminan por convertirse en indicios, en señales de alarma que de no ser tenidos en cuenta devienen en importantes retos para la evolución y mejora de estas familias.

Destacamos la ausencia de modelos de género, ya que la ausencia constante de la figura del padre hace que sea generalmente el modelo masculino el que falte, un error muy común que suelen cometer los familiares agregados se produce cuando esta ausencia, o al menos reducción considerable de la presencia física, trata de ser suplida con otras figuras como la del abuelo o un tío materno; puede darse la circunstancia de encontrar al hijo mayor parentalizado, es decir, con excesivas responsabilidades, en número y en relevancia, a veces impuestas inconscientemente incluso por la propia madre. En un primer momento, estas situaciones generan en el hijo mayor, ciertos miedos y ansiedades, pero progresivamente va asumiendo, con cierta naturalidad, competencias de mayor relevancia en el seno de la propia familia, hasta asumir tareas impropias para los hijos, como son la vigilancia y el control de la vida personal de la madre, cuidado de los hermanos menores, incluso imponer castigos, contribución laboral prematura, participación en conversaciones adultas, entre otras.

En ocasiones se dan relaciones muy cerradas, especialmente entre madre-hijas, que generan a su vez coaliciones contra el padre ausente. Comienzan estas relaciones cuando la madre centra exclusivamente su atención en los hijos, sus vínculos sociales desaparecen y termina volcando su comunicación en los menores. A ellos muestra su malestar y sus quejas, de manera que afectivamente se convierten en su único ámbito de relación. Los hijos se ven bajo la responsabilidad, y en cierta parte, en la obligación de solidarizarse con su madre, hasta tal punto que comparten sentimientos y conductas.

Conforme crecen observamos como la relación madre-hija casi se asemeja más a una relación entre hermanas, de tal manera que cada vez resulta más complicado ejercer como madre, especialmente en el plano educativo, en el establecimiento de normas y límites.

También son frecuentes las intromisiones, desautorizaciones y/o proteccionismo de los abuelos que se corresponsabilizan de la educación de los nietos. Estas situaciones son frecuentes cuando la madre vuelve al hogar de la familia de origen, solicitando explícitamente la ayuda y colaboración de los abuelos. La dificultad de compatibilizar la vida laboral con la familiar reduce la presencia de la madre en la vida familiar en general y en la educación de los hijos en particular. Ambas ausencias quedan suplidas por los abuelos, quienes disponen de más tiempo para estar con los nietos. De manera progresiva van asumiendo responsabilidades y consecuentemente se van convirtiendo en el principal referente de autoridad para los menores. La madre entonces, queda relegada a un segundo plano, con la posibilidad de que se desencadenen conflictos o, como poco, de que existan importantes discrepancias educativas que afecten al adecuado desarrollo de los niños.

Finalmente, se destaca la existencia de secretos familiares, especialmente alrededor de la ruptura, del abandono, de la muerte del progenitor ausente. Se evita hablar de los motivos que llevaron a la monoparentalidad, escondiendo la historia familiar a los hijos. Probablemente se aluda al bienestar del menor, y a la posibilidad de mantenerlo al margen de cualquier sufrimiento, sin embargo, es también su historia personal y familiar y tiene derecho a conocerla con todo el rigor posible. Por esta razón, animamos a que de manera progresiva y adaptada se informe a los hijos no sólo de la realidad familiar en la que vive sino también del modo en que llegó a este punto, evitamos de este modo interpretaciones erróneas, mitos, etc. que pueden originar o sustentar algunas de las conductas o problemáticas descritas en el apartado anterior.

Según lo expuesto hasta ahora, podemos decir que la monoparentalidad, sin ser una anomalía en sí misma, puede presentar dificultades de superación de conflictos,

dificultades de relación entre los ex cónyuges y sus hijos, trastornos escolares, trastornos emocionales que desbordan el ámbito familiar y requieren de apoyos sociales. Su problemática se sitúa, además de en el nivel intrafamiliar, en la relación de este sistema con su entorno social, su ecosistema, de ahí que propongamos como medida de prevención y promoción de las familias monoparentales, la puesta en marcha de programas de intervención comunitaria, donde se impliquen diversos servicios e instancias públicas. En definitiva, sugerimos la puesta en marcha de programas integrales destinados las familias monoparentales. (Asociación Agintzari, 1996), retomado por (González 2011).

Una de las problemáticas más acuciantes es la realidad económica de la familia monoparental, muchas veces caracterizada por la falta de recursos económicos y la dificultad de inserción laboral, por lo que se convierte en uno de los asuntos que reclaman especial atención en el trabajo con madres que encabezan familias monoparentales. Una de las maneras de prevenir la precariedad económica de las familias monoparentales es sin lugar a dudas, la orientación profesional para aquellas mujeres desempleadas y la defensa y promoción laboral de aquellas que estando empleadas quieren desarrollarse, mejorar la calidad del empleo y asumir más responsabilidades (Marín Muñoz, M^a. R., 2003), retomado por (González 2011). Y para todas ellas lo que resulta imprescindible es asegurar una real y necesaria conciliación de la vida laboral y familiar. Esta dimensión de la intervención garantiza no sólo la incorporación al mundo laboral con ciertas garantías de calidad y estabilidad, sino además, y lo que resulta más necesaria, la autonomía económica de la mujer y por ende, la posibilidad de afrontar gastos diarios del hogar.

Según (González 2011). La economía familiar o más bien el índice de pobreza de las familias es uno de los indicadores de exclusión social, probablemente el más considerado, en los diferentes estudios sociológicos. Si tomáramos los ingresos familiares como dato exclusivo para medir el riesgo de exclusión social, sin lugar a dudas las familias monoparentales constituirían un grupo social en evidente riesgo de exclusión. Aun así, y teniendo en cuenta que el concepto de exclusión social aglutina

otros aspectos de desigualdad como son la precariedad laboral, los déficits de formación, la falta de vivienda digna o de acceso a la misma, las precarias condiciones de salud, la falta de relaciones sociales estables y solidarias, la ruptura de lazos y vínculos familiares, entre otros, podemos constatar que las familias monoparentales son en la actualidad un colectivo en evidente riesgo.

En el anterior capítulo llamado dependencia y familia Monoparental, se puede evidenciar la teoría de la dependencia, los tipos, las características, las fases de la relación de pareja de los dependientes emocionales y por último la interdependencia propuesta por Castelló, y retomada por Cid (2013), de las cuales se tendrán en cuenta la tercera, ya que queremos evidenciar las características de las personas dependientes emocionales al momento de establecer una relación amorosa, por otra parte queremos identificar si el hecho que la pareja provenga de familia monoparental moviliza una dependencia emocional.

Metodología

Tipo de investigación

Esta investigación es de tipo transversal, ya que cuenta con un tiempo establecido, con un diseño descriptivo, en la cual se describirá la dinámica de la pareja con su familia monoparental de origen, teniendo en cuenta los factores familiares y psicosociales que movilizan la estabilidad o inestabilidad que se dan en las relaciones de pareja. Partiendo de categorías establecidas dentro de la entrevista semi-estructurada que se le aplicará a la muestra tomada la cual está compuesta por tres parejas de estudiantes de la Universidad de Pamplona, donde estas categorías evaluarán la estabilidad o inestabilidad a nivel individual, familiar, de pareja y a nivel social, con la aplicación de las técnicas cualitativas dentro de esta investigación las cuales son entrevista semi-estructurada, genograma y cuestionario de Apgar familiar, que serán de vital ayuda para describir la dinámica de la pareja y la dependencia emocional.

Población

La población está conformada por los habitantes del municipio de Pamplona, donde se encuentra un registro de 10.958 personas, siendo estas los habitantes de la misma, por otro lado la población flotante que está conformada por los estudiantes de la universidad de Pamplona los cuales son oriundos de todo el país donde se estima un número de 80000 personas, seguido a esta el lugar de ejecución de la investigación.

Muestra

Dentro de la muestra se tienen en cuenta tres parejas heterosexuales, que cumplen con las características antes mencionadas, así dar validez a la investigación, la muestra cumple con los requisitos de: ser estudiantes de la universidad de Pamplona,

contar con un mínimo de relación de pareja de seis meses y provenir de una familia monoparental

Muestreo

Esta investigación es por conveniencia; ya que según Sampieri (2010), la muestra por conveniencia es el procedimiento que consiste en la selección de las unidades de la muestra en forma arbitraria, las que se presentan al investigador, sin criterio alguno que lo defina, las unidades de la muestra se autoseleccionan o se eligen de acuerdo a su fácil disponibilidad, no se especifica claramente el universo del cual se forma la muestra. Por consiguiente la representatividad estructural es nula. No se considera las variables que definen la composición estructural del objeto de estudio.

Diseño de investigación

Esta investigación es cualitativa puesto que no se realiza ni se emplean escalas de medición según los autores Blasco y Pérez (2007:25), señalan que la investigación cualitativa estudia la realidad en su contexto natural y cómo sucede, sacando e interpretando fenómenos de acuerdo con las personas implicadas, utiliza variedad de instrumentos para recoger información como las entrevistas, imágenes, observaciones, historias de vida, en los que se describen las rutinas y las situaciones problemáticas, así como los significados en la vida de los participantes.

El estudio se enmarcó dentro de una investigación de carácter descriptivo. A tal efecto, Danhke (citado por Hernández, Fernández y Baptista, 2003), señala que “los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades, las características y los perfiles importantes de personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis”. En definitiva permiten medir la información recolectada para luego describir, analizar e interpretar sistemáticamente las características del fenómeno estudiado con base en la realidad del escenario planteado.

Según Sampieri (2003). El diseño transversal es donde se recolectan datos de un solo momento, en un tiempo único, su propósito es describir variables y su incidencia de interrelación en un momento dado.

Por otro lado esta investigación tiene diferentes sistemas de donde se puede analizar la información siendo que esta esta estructurara desde el enfoque sistémico, este hable en particular de los sistemas que se conforman en el ciclo vital de la persona siendo estos: a nivel personal, familiar, social y sistema de la pareja, seguido a esto se muestra una breve definición de cada una de estas esferas para comprender con claridad los puntos de análisis

Familia:

Desde la perspectiva de familia ocupa, he integra en un sistema más amplio, la familia se define como un sistema, es decir: “La familia es un conjunto organizado e interdependiente de personas en constante interacción, que se regula por unas reglas y por funciones dinámicas que existen entre sí y con el exterior”, (Minuchín, 1986, Andolfi, 1993; Musitu et al., 1994, Rodrigo y Palacios, 1998).citado por Espinal, Gimeno y González, F.

Individuo:

Incluye el concepto de sí mismo en el contexto. En donde comprende al individuo desde sus determinantes personales, históricos y sociales; en el cual sus interacciones específicas con los demás traen a la luz y refuerzan los aspectos de la personalidad individual al que son apropiados al contexto y Recíprocamente este influye en las personas a través de su interacción. En donde hay un proceso circular y un continuo de influjo y refuerzo recíprocos, que tiende a mantener una pauta que se da al mismo tiempo, tanto el individuo como el contexto son capaces de ejecutar un cambio y una flexibilidad. (Minuchin F. 1984).

Social:

El concepto Social se utiliza frecuentemente como sinónimo de Bienestar Social o de Servicios Sociales restringiendo así todo su contenido a una de sus formas, que aun siendo hoy la más significativa, no es la única, ni lo ha sido a lo largo de la Historia. Ander-Egg (1984:2) define este concepto como " toda actividad consciente, organizada y dirigida de manera individual o colectiva, que de modo expreso tiene por finalidad actuar sobre el medio social, para mantener una situación, mejorarla o transformarla".

Pareja:

Es el comienzo de una familia la unión y es el holon más importante porque aquí se formara una familia, la pareja trae consigo valores independientes según su crianza tienen que pasar de ser uno mismo a ser una familia un todo, aquí en esta etapa se fijan límites. . (Minuchin F. 1984).

Técnicas de recolección de datos

A continuación presentamos las técnicas utilizadas en la investigación, para evaluar y conocer si la dependencia emocional en las parejas se genera por la monoparentalidad de sus familias de origen.

Formato consentimiento informado, aplicado a cada uno de los participantes.

Apéndice (A)

Universidad De Pamplona

Facultad De Salud

Programa De Psicología

Consentimiento Informado

Para esta investigación es muy importante contar con la información que nos pueda proporcionar, usted ha sido seleccionado como una de las personas que participará en esta investigación. Su elección consiste en responder a una serie de preguntas sobre los diferentes contextos en los cuales usted se relaciona (entrevista semi-estructurada), diligenciar el cuestionario de familia Apgar, los cuales serán analizados por Elizabeth Peñaranda Gómez y Rhaussa Cure Sánchez; estudiantes en formación del programa de psicología de la universidad de pamplona, bajo la asesoría de la psicóloga Sandra Licette Padilla Sarmiento. La presente investigación hace parte del trabajo de grado como requisito de la obtención del título de psicólogas.

Las psicólogas en formación se comprometen a conservar la confidencialidad de esta información la cual será utilizada exclusivamente con fines académicos. Su participación es voluntaria y no acarrea compromiso de tipo legal o económico para ninguno de los participantes.

Elizabeth Peñaranda Gómez

Rhaussa Cure Sánchez

Entrevista semi – estructurada.

Para esta investigación uno de los métodos de recolección de datos que se tomó como primera medida fue la entrevista semi-estructurada, Sabino, (1992:116), comenta que la entrevista, desde el punto de vista del método es una forma específica de interacción social, donde el investigador formula preguntas a las personas, estableciendo un diálogo peculiar, asimétrico, donde una de las partes busca recoger informaciones y la otra es la fuente de esas informaciones.

Las entrevistas semi-estructuradas, 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 temas deseados, (Hernández et al, 2003:455).

Teniendo en cuenta la definición de la técnica cualitativa entrevista semi-estructura, que será utilizada en esta investigación se formularon cuatro categorías, las cuales se tomaran a nivel individual, familiar, pareja y social, donde estas facilitan las elaboración de las preguntas donde serán cuatro por cada categoría, con el fin de analizar la dinámica de las relaciones de pareja y la dependencia emocional. Apéndice (B)

Cuestionario Apgar

Según (Suarez M y Alcalá M 2013). Apgar es un cuestionario de cinco preguntas que busca evidenciar el estado funcional de la familia, donde el entrevistado coloca su opinión al respecto del funcionamiento de esta para algunos temas claves considerados marcadores de las principales funciones de la familia, este instrumento fue diseñado por el doctor (Gabriel Smilkstein en 1978), en la Universidad de Washingto, quien en su experiencia como médico de familia propuso la aplicación de ese test para los equipos de atención primaria, en su aproximación al análisis de la función familiar. Este test se basa en como los miembros de la familia perciben el funcionamiento de la misma y pueden manifestar el grado de satisfacción con el cumplimiento de los parámetros básicos. Fue denominado “APGAR familiar” por qué fue una palabra fácil de recordar a nivel de los médicos.

La utilidad que tiene el instrumento para esta investigación, es muy importante ya que es sencillo y fácil de aplicar adicional a ello con este cuestionario hay una aproximación para identificar conflictos y disfunciones familiares que se puedan estar presentando dentro del sistema. Apéndice (C)

Familiograma

El Familiograma es un instrumento diseñado para evaluar el funcionamiento sistémico de la familia, y es útil para la identificación de familias cuya estructura las coloca en algún riesgo de carácter biológico (problemas hereditarios o de aparición familiar), psicológico (tendencias a tener una funcionalidad familiar inadecuada) o social (familia numerosa y/o sin recursos, hacinamiento, etc.). Dr. Guillem Feixas, Dra. Damaris Muñoz & Adrián Montesano, (2012).

En esta investigación se retomara como técnica cualitativa el genograma, ya que en la elaboración del mismo se conoce las reglas, roles, jerarquías que existen en la familia de origen de la pareja, por otro lado permite conocer el tipo de relación que se movilizan en la familia. Apéndice (D)

Análisis de resultados

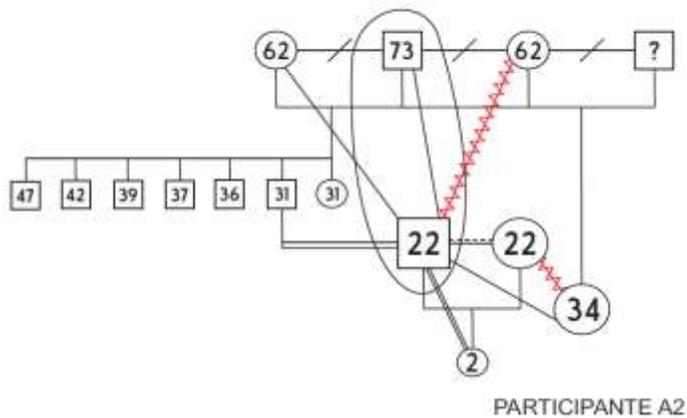
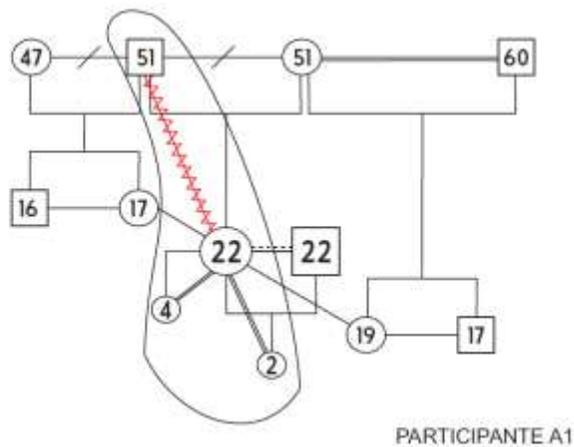
A continuación se presentara el análisis de resultados obtenidos de la aplicación de las técnicas utilizadas en la monografía. *Dinámica y dependencia de relación de pareja y familia monoparental de origen*, asimismo estos tendrán un orden consecutivo donde se debela la información facilitada por las parejas participantes.

Pareja 1

Mujer: 22 años A1

Hombre: 22 años A2

Familiograma;



Entrevista

Categoría Dependencia	Preguntas	Participantes A1	Participantes A2
	¿Cuándo usted tiene un problema de pareja de qué manera lo resuelve individualmente?	“Bueno cuando tenemos problemas, pienso que tengo que pensar en lo que hice malo, soy demasiado orgullosa no pido disculpas, y espero que el pida disculpas pero todo ha cambiado porque tenemos tres años, ya ha cambiado trato de calmarme espero que pase el tiempo y luego lo hablamos”.	“Primero pienso como actué, como respondí ante el problema, si lo hice bien o lo hice mal, no tanto buscando culpa sino buscando razones por si hice algo mal y si hice algo mal hablo con ella”
	¿Cómo participa su familia de origen en la resolución de un problema de pareja?	“Pues mi relación de pareja no la he involucrado con mi familia y si tengo algún problema lo soluciono con mi pareja”.	“A veces mi mamá pregunta cómo está la relación igual mi papá pregunta cómo estamos, pero igual que se metan en el problema y traten de resolverlo no, igual yo le comento a mis papas cuando estamos mal y ellos me dicen que trate de arreglar las cosas, si yo quiero, aunque ellos me dicen que la niña no nos puede amarrar”

<p>¿De qué manera su entorno social aporta a la resolución de problemas con su pareja?</p>	<p>“Mi relación no la comento con mis amigos, fue un error que cometí en un principio, y en ocasiones esos amigos no aportan nada, ahora si se presenta algún problema lo soluciono solo con mi pareja”</p>	<p>“mis amigos me ayudan desde su punto de vista dándome consejos, opiniones acerca de lo que está pasando o de pronto de lo que pueda hacer, aunque ellos no tienen la suficiente experiencia para decirme ya que ellos no tienen la misma relación que yo tengo ya que tengo una hija cambian las cosas, pero ellos intentan apoyarme en la resolución de ese problema, la mayoría de veces pienso en lo que ellos me dicen viéndolo desde mi punto de vista ”</p>
--	---	--

<p>Dinámica</p>	<p>¿Cuándo usted tiene un conflicto afectivo emocional que hace?</p>	<p>“No me deajo afectar por q ahora mi gran motivación son mis hijas y cuando tengo un problema con mi pareja me trato de calmar pero no hablo con él al instante por q soy muy impulsiva, mejor deajo que pase el tiempo y me calmo y hay si</p>	<p>“distraerme, juego futbol, boleibol”</p>
-----------------	--	---	---

busco solución”

¿Cómo deja usted que su familia de origen participe de su situación afectiva emocional?

Como lo dije anteriormente no he involucrado mi relación de pareja con mi familia, no me gusta comentar mis problemas con mi familia, pienso que es algo que no debe hacerse por q la solución se debe buscar en pareja, y soy poco expresiva cuando se me presenta alguna dificultad no lo comento con nadie, soy una persona que poco llora y me refugio en mis hijas”

“Trato de llamar a mi hermana, pero llamo más a mi papá que es al que yo le comento todo, yo lo dejo participar a él en ese sentido para que él me diga que debería hacer ”

¿De qué manera su contexto social aporta a su desarrollo afectivo emocional?

“Pues tampoco me afecta que a veces no nos entendemos con ellos pero si son un motivo distractor que me ayuda a olvidarme por un momento de los problemas por lo que esté pasando, no comento mis problemas porque A veces los amigos lo que hacen es invitar cuentos y pues eso hace que el problema sea más

“Pues tampoco me afecta que a veces no nos entendemos con ellos porque surgen problemas que ellos no entienden, ya que tratan de darme consejos que ayudan hasta cierto punto, pero después terminan no ayudándome por lo que mi relación es muy diferente a las que ellos tienen, y aportan hablando con mi pareja,

grande, pero si siendo
ayudan a subir mi intermediarios, y
ánimo hablando de fortaleciendo los
otras cosas”. lazos de amistad
que tienen conmigo
hacia ella”

¿Si hablamos de su “mi tiempo libre “primero con mi
tiempo libre, podría que es poco porque hija disfruto mucho
en jerarquización estoy en prácticas, estando con ella,
decir cómo y con los fines de semana luego con mi pareja
quien lo disfruta? en las tardes con mi porque ella es la que
pareja y salimos siempre está
con mis hijas pendiente de mí y
salimos a pasear y después con mis
voy donde mi amigos”
mama”

Cuestionario Apgar

Categoría	Preguntas	Participante A1	Análisis	Participante A2	Análisis
Dinámica	¿Está satisfecho con la ayuda que recibe de su familia cuando tiene un problema?	Nunca	Partiendo de la información obtenida del análisis del cuestionario apgar Desde un punto cualitativo, se concluye que la	Siempre	Teniendo en cuenta las respuestas arrojadas por el participante A2 en el cuestionario Apgar desde
	¿Conversan entre ustedes los problemas que tienen en su casa?	A veces	comunicación y el grado de satisfacción que tiene el participante con su entorno	A veces	una perspectiva cualitativa, se puede determinar que el
	¿Las decisiones importantes se toman en conjunto en su casa?	Nunca	familiar es bajo, siendo que no se siente satisfecho con la ayuda que recibe por los	Siempre	participante tiene un grado de satisfacción medio ya que se siente
	¿Está satisfecho con el tiempo que su familia y usted pasa juntos?	A veces	miembros de su familia y a la hora de presentar una dificultad a nivel emocional o familiar, partiendo de ellos que las decisiones a nivel familiar no se tiene en cuenta la opinión de los miembros de la	Nunca	satisfecho con el apoyo con le brinda su familia, y por tenerlo en cuenta en las decisiones que se tomen dentro de la misma, por consiguiente el cariño y el amor que su familia le

<p>¿Siente que su familia lo quiere?</p>	<p>A veces</p>	<p>familia, solo es tomada por solo una persona, por consiguiente siente que el tiempo que comparte con su familia no es de gran provecho y satisfactorio, siendo que en momentos de su vida no percibe aprecio o manifestaciones de cariño hacia Ella. Por consiguiente la comunicación y los lazos afectivos son nulos.</p>	<p>Siempre</p>	<p>provee el cual lo motiva para seguir adelante sin embargo, se siente un poco insatisfecho por el tiempo que su familia le da ya que por cuestiones de estudios vive lejos de estos.</p>
--	----------------	---	----------------	--

Triangulación de técnicas

Categoría	Familiograma	Entrevista	Cuestionario Apgar	Análisis
Dependencia	Con el análisis del genograma, se puede constatar que las reglas, roles y jerarquías, están definidas dentro de la familia de cada uno los participantes, por ende las relaciones que mantiene con los miembros de la familia son cercanas, manifestando así el participante A1, que esta cercanía se moviliza hacia su madre y el participante A2 a su padre. Por consiguiente se mantienen relaciones dentro del sistema de una manera adecuada y cerca, por consiguiente el	Partiendo de la información obtenida con la aplicación de la entrevista se debela que a la hora de resolver conflictos y toma de decisiones, buscan a la opinión de algún miembro de su sistema familiar siendo este el padre o la madre siendo este con el que mantienen un apego emocional fuerte, asimismo en el transcurso del discurso se constata que el núcleo familiar es de vital importancia para ellos, siendo que encuentren un soporte emocional, que	Partiendo del análisis del cuestionario apgar, se evidencia que la conformidad frente a la familia en media, siendo que la comunicación con la familia es cerrada ya que esta se mantiene con un miembro de la familia siendo este el padre o la madre con la que movilizaron un apego emocional debido al apoyo que se les ha brindado toda la vida, por consiguiente, esta inconformidad esta vista por la manifestación de afecto que reciben de los	Teniendo en cuenta la triangulación de las tres técnicas utilizadas en la monografía dinámica de relación de pareja y familia monoparental de origen, se evidencia que en la pareja número uno, se moviliza una dependencia emocional, partiendo de las relaciones y vínculos que mantienen con uno de los miembros de la familia, siendo esto una movilización a la dependencia emocional, asimismo se refleja una necesidad emocional insatisfecha que por ende busca

participante los motiva y demás satisfacer con
 Al presenta una moviliza a miembros del la pareja, donde
 relación tomar sus sistema siente la
 conflictiva propias familiar, necesidad de
 frente a su decisiones, por asimismo estar en cada
 padre ya que no otro lado las cuando se momento e
 siente el apoyo relaciones que presenta una instante con la
 emocional del mantiene con dificultad a persona, con
 mismo. su sistema nivel de pareja llevando esto a
 social son recurren a la una relación
 normales, “ persona más desadaptativa,
 solo cerna que tiene entrando a
 compañeros” en la familia, jugar
 ya que buscado en ella pensamientos
 comentan sus apoyo y obsesivos y un
 problemas aceptación. desequilibrio a
 buscando nivel
 opiniones y emocional,
 comprensión a presentándose
 las dificultades miedo a la
 que se soledad,
 presentan a sentimiento de
 nivel de pareja. frustración,
 asimismo se
 moviliza un
 cambio a nivel
 de toma de
 decisiones y
 metas
 priorizadas, ya
 que consiguen
 conformar
 metas juntos, y
 así estar
 siempre juntos

Dinámica Partiendo de la Por consiguiente
 dinámica que se en el transcurrir
 moviliza en el de la entrevista
 sistema familiar los participantes
 de los dos manifiestan que
 miembros de la en la resolución

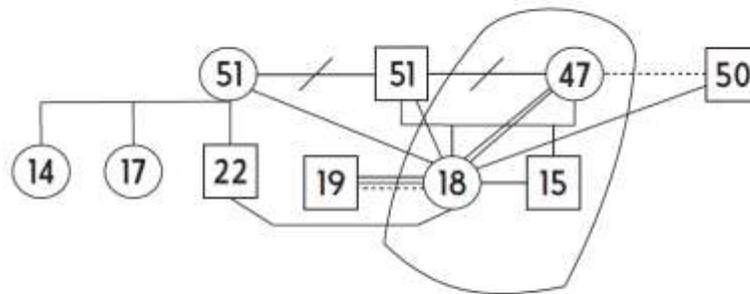
pareja, se de conflictos, evidencia que el buscan hacer mayor tiempo lo diversas pasan juntos, ya actividades para que sienten ese distraerse y no apoyo emocional prestar atención, del uno al otro, pero por otra han dejado de un parte, se han lado el sistema olvidado de su social, porque entorno social manifiestan que siendo estos este le ha amigos o generado compañeros, ya malestar y que no dificultades a comparten nivel de pareja. tiempo con estos, y prefieren compartir las mismas actividades en pareja, movilizándose así una relación desadaptativa, donde todos los momentos estas juntos y el uno depende del otro, por consiguiente en esta pareja existe un fruto de la misma, la cual es una hija de 2 años de edad, con la que se han sumergido a ella.

Pareja 2

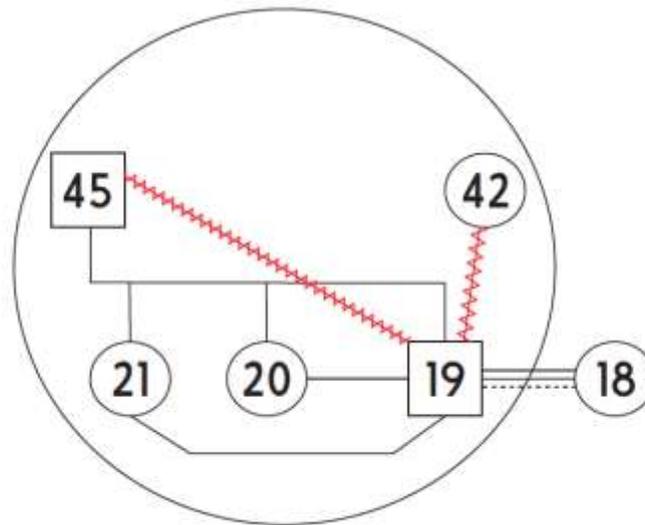
Mujer: 18 años B1

Hombre: 19 años B2

Familiograma;



PARTICIPANTE B1



PARTICIPANTE B2

Entrevista

Categoría	Preguntas	Participante B1	Participante B2
Dependencia	¿Cuándo usted tiene un problema de pareja de qué manera lo resuelve individualmente?	“Al principio trato de no darle tanta importancia al asunto y no estresarme por cosas que tiene solución hablándolas”	“lo principal es cuestionarse sobre el problema, hacer un análisis sobre los pro y los contra y ahí si cómo puede afectar eso en un tiempo determinado, como también preguntarse como que hice mal, y saber que tan grave fue el conflicto, para así poder saber de qué manera puedo reaccionar, siendo educado sin lastimar a la otra persona”
	¿Cómo participa su familia de origen en la resolución de un problema de pareja?	“ mi familia no se ve involucrada en mi relación de pareja porque no le doy importancia a los problemas porque sé que estos se van a solucionar	“siempre recurro a mis hermanas cuando tengo un problema, me acerco a ellos por la experiencia y en mi caso me tengo muy satisfecho en el

con el tiempo”
 tema de resolución de problemas, y dejo que se involucren hasta cierto punto ya que me considero una persona que no le gusta que se metan en su vida privada, pero a veces uno también necesita ayuda, no revelo todo el problema, pero si como el punto fundamental, y pues en la mayoría de casos son cosas que le pasan a todo mundo y por lo general en estos casos la familia tiene una respuesta adecuada o muy cercana a la adecuada”

<p>¿De qué manera su entorno social aporta a la resolución de problemas con su pareja?</p>	<p>“Pues cuando tengo un problema le cuanto a mis amigos para saber sus puntos de vista en que me pueden ayudar, pero en ocasiones no les doy participación, porque la dificultad la tengo que solucionar yo”</p>	<p>“uno debe saber a quién confiarle su problema, uno no puede llegar y decirle sus problemas a cualquier persona, pero si puede pedir un consejo a determinadas personas, yo diría que a mis amigos más cercanos solo les puedo permitir</p>
--	---	---

			tocar mi vida privada e intentar dejar que me ayuden en un problema
Dinámica	¿Cuándo usted tiene un conflicto afectivo emocional que hace?	“Cuando algo me afecta mucho lloro pero trato de que las cosas no me afecten tanto”	“Por lo general comento que me pasa y como me siento, pero por lo general ellos me dan consejos, pero cada uno tiene sus propios problemas por lo que no puedo arrecostarme a ellos por lo general intento hablar conmigo mismo e intentar comprender poniéndome en los zapatos de la otra persona y cuestionar por qué del problema e intentar hallar una solución conmigo mismo para después poder hallar una solución en pareja”

<p>¿Cómo deja usted que su familia de origen participe de su situación afectiva emocional?</p>	<p>“en ocasiones recurro a mi mama para que me ayude a solucionar algunas dificultades, porque ella me escucha y me puede dar consejos”</p>	<p>“cuando estoy muy desesperado que los problemas se salen de mis manos recurro a mi familia, pero cuando es un problema pequeño lo arreglo con mi pareja”</p>
--	---	---

<p>¿De qué manera su contexto social aporta a su desarrollo afectivo emocional?</p>	<p>“mis amigos ayudan a darme ánimo y son un soporte emocional cuando me estado de ánimo está muy bajo por problemas que se me presentan con mi pareja”</p>	<p>“Depende del amigo y de la amistad, en consejo puede ser tomado en cuenta o no, ya que no tomo el concejo de una persona que acabo de conocer a una amistad de muchos años ”</p>
---	---	---

<p>¿Si hablamos de su tiempo libre, podría en jerarquización decir cómo y con quien lo disfruta?</p>	<p>“ pues mi tiempo libre lo comparte la mayoría con mi pareja, con el hacemos muchas actividades, como salir a caminar comer, o tomar algo, y segundo como no vivo con mi papa voy y lo visito los fines de semana”</p>	<p>“Primero mi estudio, mi pareja y mi familia”</p>
--	--	---

Cuestionario Apgar

Categoría	Preguntas	Participante A1	Análisis	Participante A2	Análisis
Dinámica	¿Está satisfecho con la ayuda que recibe de su familia cuando tiene un problema?	A veces	Partiendo de la información obtenida, del análisis del cuestionario apgar, desde un punto de vista cualitativo, se	Siempre	Teniendo en cuenta las respuestas arrojadas por el participante A2 en el cuestionario Apgar desde
	¿Conversan entre ustedes los problemas que tienen en su casa?	A veces	concluye que la participante no se siente satisfecho con el vínculo que se ha	A veces	una perspectiva cualitativa, se puede determinar que el
	¿Las decisiones importantes se toman en conjunto en su casa?	A veces	establecido dentro de la familia, siendo que la comunicación en	Nunca	participante se encuentra insatisfecho ya que los problemas no se
	¿Está satisfecho con el tiempo que su familia y usted pasa juntos?	A veces	oportunidades es nula, y las dificultades o problemas que se presentan, en pocas ocasiones se cuenta con la opinión del misma, seguido a esto	A veces	conversan con todos los miembros del núcleo familiar, tampoco las decisiones las tomas en conjunto, por consiguiente el tiempo

¿Siente que Siempre
su familia lo
quiere?

no le satisface
el tiempo que
comparten ya
que no le es
gratificante y
significante,
desde otro
punto de vista
a pesar de los
inconvenientes
presentados
siente que su
familia le tiene
aprecio y le
manifiestan su
cariño, siendo
esto una
estrategia que
conlleve a
mejor la
relación que
tiene en la
familia.

Siempre

que pasa la
familia con
él es poco.
Aunque está
muy
satisfecho
con el apoyo
y el amor
que la
familia le da.

Triangulación de técnicas

Categoría	Familiograma	Entrevista	Cuestionario Apgar	Análisis
Dependencia	En cuanto a la dinámica familiar que está establecida en el sistema, se puede evidenciar que hay reglas, roles y límites en cada familia, lo cual conlleva que la participante B1 tenga buena relación con cada miembro de la familia, por otra parte con el participante B2 se puede observar que tiene una relación conflictiva con su padre y madre, dejando claro que con las únicas personas de la familia con las que se las lleva bien es con las hermanas.	Teniendo en cuenta las respuestas otorgadas se puede decir que son una pareja autónoma, teniendo claro sus prioridades por ende no se evidencia una dependencia emocional, ya que saben compartir el tiempo entre estudio, su familia, pareja y amigos.	Manifiestan tener buena comunicación con la familia, también presentan un grado de satisfacción por el apoyo que los miembros de la familia le brinda.	Teniendo en cuenta la triangulación de las tres técnicas utilizadas en la monografía dinámica de relación de pareja y familia monoparental de origen, se evidencia que en la pareja número dos no se moviliza una dependencia emocional hacía sus parejas ni a ningún miembro de su, por lo que son muy autónomos teniendo claro sus metas y objetivos para la vida, poniendo como punto principal sus estudios, así mismo comparten tiempo son sus redes de apoyo, lo que conlleva

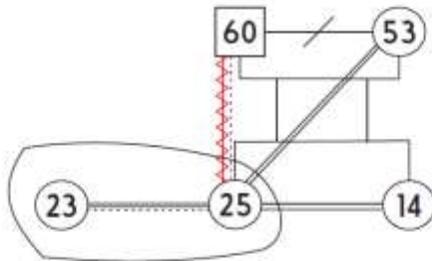
Dinámica	<p>En cuanto a la dinámica de la pareja manifiestan en conjunto distribuir bien su tiempo en cuanto a la universidad y la relación, no dejando a un lado el sistema social, de esta manera comparten con sus redes de apoyo.</p>	<p>Por otra parte en cuanto a la dinámica que hay en la pareja se obtiene resultados positivos ya que al momento de tener una ruptura en su noviazgo, va tener sus redes de apoyo de manera activa para brindarle el acompañamiento necesario, teniendo en como punto de referencia a sus hermanas como apoyo fundamental, en cuanto una situación de tipo emocional.</p>	<p>Por otra parte se sienten poco satisfechos con el tiempo que la familia le brinda, debido a las ocupaciones que tienen en el trabajo se presenta esa baja satisfacción.</p>	<p>a una relación sana y duradera.</p>
----------	--	---	--	--

Pareja 3

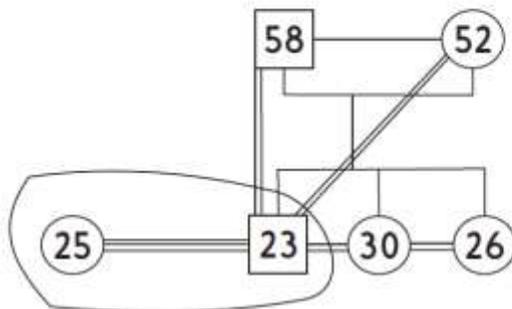
Mujer: 25 C1

Hombre. 23 C2

Familiograma;



PARTICIPANTE C1



PARTICIPANTE C2

Entrevista

Categoría	Preguntas	Participante B1	Participante B2
Dependencia	¿Cuándo usted tiene un problema de pareja de qué manera lo resuelve individualmente?	“Siempre digo las cosas porque soy muy directa no me quedo con nada guardado, pienso que los problemas se solucionan hablando”	“con amigos y mi familia, mamá, papá, pero casi nunca tengo problemas ”
	¿Cómo participa su familia de origen en la resolución de un problema de pareja?	“Yo de pronto le pido a mi mama un consejo por soy muy cerna a ella y en ocasiones le pido a ella que intervenga en mi relación para solucionar alguna dificultad”	“muy pocas veces le comento algo ami mamá, pero no es mucho, no dejo que se involucren igual no hemos pasado por un problema tan grave donde se involucre mucha gente”
	¿De qué manera su entorno social aporta a la resolución de problemas con su pareja?	“ por lo general no le comento nada a mis amigos, siendo que ya no tengo amigos por que muchos de ellos ya terminaron y no están, ahora mi círculo social está conformado por los amigos de mi pareja”	“poco a veces de pronto una opinión de alguno, pero de resto no dejo que se metan, soy muy autónomo”

	¿De qué manera su entorno social aporta a la resolución de problemas con su pareja?	“ lo que hago generalmente es llorar, siento muy mal, y siempre busca la ayuda de mi mama, para que ella me pueda ayudar”	“hablo con mi pareja y trato de darle solución, dejando las cosas claras para que no se vuelvan a repetir”
Dinámica	¿Cuándo usted tiene un conflicto afectivo emocional que hace?	“ lo que hago generalmente es llorar, siento muy mal, y siempre busca la ayuda de mi mama, para que ella me pueda ayudar”	“hablo con mi pareja y trato de darle solución, dejando las cosas claras para que no se vuelvan a repetir”
	¿Cómo deja usted que su familia de origen participe de su situación afectiva emocional?	Siempre ha estado mi mama en todo momento, a pesar de no estar viviendo con ella estamos en contacto diariamente y ella siempre sabe todo lo que me pasa”	“pocas veces mi familia se entera, ya que no hemos pasado por situaciones graves, donde ni uno de los dos encontremos solución
	¿De qué manera su contexto social aporta a su desarrollo afectivo emocional?	“no pues como ya no tengo amigos, lo que siempre busco es un refugio en mi esposo y en mi mama que son las personas que siempre han estado conmigo en los momentos más difíciles”	“solo que me den un consejo, pero soy muy autónomo en las solución de los conflictos”

¿Si hablamos de su tiempo libre, podría en jerarquización decir cómo y con quien lo disfruta?

“pues ahora el tiempo libre es muy poco porque estoy en prácticas, pero siempre estoy es con mi esposo nos gusta ver películas, salir a montar bicicleta y los fines de semana es rutina ir donde mi abuelita con mi mama y allá se reúne toda la familia”

“Con mi esposa salimos, vemos películas, montamos bicicletas, jugamos kinnet, hacemos distintas actividades, con mis padres salimos a comer, con mis sobrinos, y mis hermanas salimos a compartir”

Cuestionario Apgar

Categoría	Preguntas	Participante A1	Análisis	Participante A2	Análisis
Dinámica	¿Está satisfecho con la ayuda que recibe de su familia cuando tiene un problema?	Siempre	Partiendo desde el análisis realizado a el cuestionario Apgar desde un punto de vista cualitativo, se concluye que el participante muestra un nivel	A veces	Teniendo en cuenta las respuestas arrojadas por el participante A2 en el cuestionario Apgar desde una perspectiva
	¿Conversan entre ustedes los problemas que tienen en su casa?	Siempre	elevado de satisfacción con la familia de la que proviene, siendo esta, donde se toman	A veces	cualitativa, se puede determinar que este, está un poco insatisfecho
	¿Las decisiones importantes se toman en conjunto en su casa?	Siempre	en cuenta las opiniones de cada uno de los miembros y cada dificultad o problema le	A veces	ya que a veces no lo hacen participe de las decisiones que se toman dentro del
	¿Está satisfecho con el tiempo que su familia y usted pasa juntos?	A veces	buscan solución dentro del entorno familiar, siendo esto un fortalecimiento de los lazos afectivos que	Siempre	núcleo familiar, y aunque su familia no le comente las dificultades que hay
	¿Siente que su familia lo quiere?	Siempre	existen entre los mismos.	Siempre	dentro de la misma se siente muy a gusto con el tiempo que comparten con él.

Triangulación de técnicas

Categoría	Familiograma	Entrevista	Cuestionario Apgar	Análisis
Dependencia	En cuanto a la dinámica familiar que está establecida en cada sistema, se puede evidenciar que dentro de la familia de la participante C1 las reglas los roles y la comunicación están definidos por la figura materna, siendo esto una movilización al apego emocional a la misma por otra parte mantiene una relación conflictiva con el padre, en cuanto al participante C2 hay buena comunicación con todos los miembros de la familia.	Partiendo de la información otorgada por los participantes se evidencia que son personas dependientes emocionalmente. Ya que se puede evidenciar que su vida personal y social la han dejado a un lado, donde solo se han consumido en su relación de pareja.	Los participantes manifiestan tener un nivel satisfactorio con la familia de la que provienen, también ostentan sentirse queridos el sistema familiar origen.	Teniendo en cuenta la triangulación de las tres técnicas utilizadas en la monografía dinámica de relación de pareja y familia monoparental de origen, se evidencia que en la pareja número tres, se moviliza una dependencia emocional, ya que en la entrevista realizada sus respuestas fueron constante en cuanto a la necesidad de estar juntos, así mismo se evidencio que han dejado de compartir tiempo con su

			círculo social y en ocasiones con el familiar.
Dinámica	En cuanto a la dinámica que tiene a pareja se puede evidenciar un apego hacia la misma, ya que sólo comparte con esta y en pocas ocasiones con su círculo social, o redes de apoyo siendo predominante el tiempo que pasan juntos.	En cuanto a la dinámica de la relación, se evidencia dependencia ya que sólo se limitan a compartir los dos, dejando un lado sus redes de apoyo, lo cual puede ser desfavorable al momento de una ruptura.	

Triangulación de resultados

Categoría	Familiograma	Entrevista	Cuestionario apgar
Dependencia	Partiendo del análisis de las tres técnicas usadas en esta investigación que lleva como nombre dinámica de relación de pareja y familia monoparental de origen, se evidencia en las tres parejas participes de la misma, un nivel de dependencia emocional, siendo que al interpretar el genograma de cada una de las parejas, coinciden en que las relaciones que mantiene con los miembros de la familia son muy cercanos, y esto partiendo de el apego	Teniendo en cuenta el análisis de las tres técnicas utilizadas en esta investigación, se pudo evidenciar que hay una probabilidad de provenir de una familia monoparental que moviliza a una dependencia emocional ya que, en las respuestas obtenidas en la entrevista semi estructurada, dos de estas parejas predominan a ser dependientes de su pareja o de alguna figura ya sea la materna o la paterna.	En cuanto al cuestionario apgar, las tres parejas coincidieron en estar satisfechos con la ayuda que su familia de origen le brinda, aunque muchas veces hay inconformidad en cuanto a que los problemas no se comentan entre sí, por otro lado hay un poco de insatisfacción ya que las decisiones importantes no las comentan con todo el sistema familiar, en ocasiones los participantes sienten poca satisfacción ya que casi no comparten tiempo, por otra

movilizan del progenitor con él tuvo más cercanía, por consiguiente las reglas, roles y jerarquías, se encuentran totalmente claras, ya que de los inicios de sus vidas han estado con este miembro de la familia, asimos el fin de esta investigación es partir de estas característica para analizar si el hecho de provenir de una familia monoparental, promueve más adelante al conformar una relación de pareja se movilice una dependencia emocional, y si se concluye que esta condición hace que se movilice,

parte hay un grado elevado de satisfacción porque se sienten queridos por su familia.

partiendo que en las tres parejas se encontró un apego emocional desadaptativo, siendo que presentan angustia de estar solos, frustración, y la necesidad desmedida de estar en todo momento con su pareja.

Dinámica

por consiguiente lo que se debe a la dinámica de la relación de pareja, se evidencia en las tres parejas participantes en la investigación, que los lazos de afecto que mantiene con los demás miembros de la familia son cercanos, partiendo de la necesidad de estar con alguien en todo momento, seguido a esto el sistema social de

Así mismo dos de las tres parejas escogidas como muestra coincidieron en que la mayoría del tiempo lo pasa con sus parejas dejando a un lado su círculo social y en ocasiones su red de apoyo también.

las parejas es cerrado, siendo que se han alejado de los amigos por mantener la relación de pareja o en otras ocasiones comparten los amigos para no sentir la ansiedad de soledad, en conclusión con el análisis del genograma se evidencia que en las tres parejas existe un nivel de dependencia o apego emocional, siendo que se muestran diversos factores que movilizan la misma.

Discusión de resultados

En esta investigación se propuso como objetivo general Describir la dinámica de tres parejas con familias monoparentales de origen y su movilización a la dependencia emocional; Según (Castelló, 2000), citado por (Cid 2013), la teoría de la dependencia emocional señala 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. La dependencia emocional se define también como un patrón persistente de necesidades emocionales insatisfechas que se intentan cubrir de manera desadaptativa con otras personas. (Cid, 2013), ha detectado seis dimensiones básicas relacionadas con la dependencia emocional, teniendo en cuenta que la necesidad extrema del dependiente emocional no se restringe a la propia dependencia instrumental búsqueda de protección y falta de autonomía.

Donde se puede evidenciar en con la aplicación de las técnicas para obtener la información, se constata de la siguiente manera que las tres parejas participantes, movilizan un nivel de dependencia ya sea hacia su padre o madre y a la pareja con la que mantiene la relación, siendo las mujeres las que movilizan una dependencia emocional a la hora de conformar o establecimiento de una pareja, por consiguiente como se menciona anteriormente se quería identificar de las parejas que proviene de familias monoparentales movilizan dependencia emocional, se puede evidenciar que esta conducen a que las personas más adelante al momento de conformar y consolidar

una relación pareja experimenten situaciones en las que pierdan autonomía al tomar decisiones ya que se dejan llevar por lo que dicen las demás personas, siendo estas su padre o madre y su parejas, por otro lado dejan su vida social a un lado, ya que comparten la mayor parte del tiempo con la pareja.

También se pudo evidenciar que en el establecimiento de la relación esta se acopla al entorno social de su pareja para satisfacer sus necesidades y no sentirse sola (o) en ningún momento, en ocasiones se evidencia que la pareja en su totalidad abandona la vida social por completo sumergiéndose en la relación y dejando a un lado su entorno social, familiar y sólo viven en lo que demanda la relación de pareja, no teniendo claro que cuando hay una ruptura sus redes de apoyo se ven afectadas ya que durante la relación decidieron aislarse dejando un lado la misma.

Es por ello que las personas con estas características, padecen de ansiedad por separación genera y refuerza las pautas interpersonales de dependencia, la persona se aferra demasiado a su pareja, le asigna significados y lo sobrevalora, lo percibe como necesario para vivir feliz y en calma, y como la opción directa para no sentir la angustia que le genera la soledad. La ansiedad por separación puede surgir ante el distanciamiento temporal que implica la vida cotidiana, separaciones rutinarias que pueden generar desconfianza del regreso de su pareja y que lleva a la activación de pensamientos automáticos de relacionados con la pérdida y la soledad (Castelló, 2005; Schaeffer, 1998; Beck, Feeman, Davis et al, 2004).

Otro punto interesante con relación a esto, es que el dependiente emocional tiende a maximizar sus vulnerabilidades y minimizar y ocultar sus fortalezas, mientras que el objeto de la dependencia hace todo lo contrario. Todos estos puntos hacen que ambos encajen a la perfección como piezas de un engranaje y que por tanto se busquen mutuamente para completarse. La interacción de estas pautas individuales y complementarias origina un patrón de relación limitante y lesivo para ambos miembros de la pareja.

Por lo tanto el dependiente identifica el temor por no tener una relación de pareja, o por sentir que no es amado. Es por ello que necesita de la misma para sentirse equilibrado y seguro, de tal forma que la soledad es vista como algo aterradora, aspecto que es evitado por el dependiente emocional (Castelló, 2005; Schaeffer, 1998). Es por ello que las personas con estas características, siempre tienen que tener una relación sentimental, ya que suelen estar siempre en compañía de su pareja, o estar en constante interacción con ella.

Conclusiones

Según la investigación se logró analizar la dinámica de las familias monoparentales de cada una de las parejas, donde se reflejó y se constató la teoría de la dependencia emocional establecida por Castello (2000), esto se dio bajo la información otorgada de cada uno de los participantes en la entrevista semi-estructurada, donde se concluye, que provenir de familia monoparental moviliza más adelante una dependencia emocional, a la hora de formar y consolidar una relación de pareja, siendo que existen diversos patrones que conlleven a esto, por otro lado se puede decir que la dinámica de las familias está formada por las reglas, roles, valores, siendo esta una jerarquización a la hora de tomar decisiones, compartir tiempo libre y resolución de conflictos, donde se ve enmarcada si el sujeto es autónomo o requiere de la aprobación de la persona más cercana siendo esta su padre y/o madre, o su pareja; por consiguiente movilizar una dependencia emocional frente a la relación de pareja.

Conlleva a la persona a vivenciar estados de ánimo bajos, sentimientos de soledad, frustración, y miedo a la separación por otro parte esto hace que la persona no pueda realizar sus actividades si no está en compañía de esa persona.

Seguido a esto con la interpretación de genograma se pudo reafirmar que la movilización de la dependencia emocional en la relación de pareja, que provengan de una familia monoparental, es más probable que se presente, siendo que en su vínculo familiar solo se contó con la crianza de una sola figura ya fuese esta padre o madre, por ende esto conlleva a que se moviliza un apego inseguro por el miembro con el cual mantuvo más cercanía, asimismo las redes de apoyo de los sujetos que presenta esta condición es más cerrado ya que solo tiene encuentra a las personas más cercanas de su familia y a su pareja.

Por consiguiente movilizar esta condición conlleva a que la vida social de la persona se vea truncada, ya que no le da importancia a esto, o en ocasiones no le importa compartir con personas que no se encuentren dentro de su círculo, donde esto

tiene más prevalencia que a la hora de una ruptura de la relación de pareja se presenten estos estados de ánimo antes mencionados, por otro lado la persona no es capaz de sobrellevar las situaciones que se le presenten en su diario vivir, y como bien se sabe la dependencia emocional va de la mano con la depresión y la ansiedad, por lo que esto ya pasaría a ser un problema de tipo psicológico.

Por ultimo en esta investigación se elaboró una cartilla psico-educativa donde se incorporaron estrategias que fomentan un estilo de vida saludable, a estas personas que movilizan una dependencia emocional, donde se busca fortalecer la salud mental de cada una de ellas, esta cartilla se puede encontrar con estrategias tales como manejar de una manera adecuada el tiempo libre, la importancia de tener y mantener un vínculo social, establecerse metas a corto y mediano plazo, esto para que se generen más expectativas frente a su vida, y le ayude a fortalecer la autonomía, siendo estas unas de las pautas más claras dentro de esta cartilla, que brindan a las personas herramientas para no presentar esta condición que es la dependencia emocional, y por último se le recomienda asistir al psicólogo para que este le brinde un soporte para poder salir de esta situación.

Recomendaciones

Darle continuidad a esta investigación con una población más numerosa, ya que con estos resultados arrojados se pueden sesgar, por la cantidad de parejas, teniendo en cuenta que sólo se tomaron tres como muestra, sería interesante que a futuro compañeros que se sientan interesados en seguir con esta propuesta le den continuidad pero con los requerimientos antes planteados.

Que la investigación se realice desde un tipo de investigación mixta donde se implementen nuevos instrumentos y de esta manera no se limitaría a lo cualitativo sino que se tendría en cuenta los dos enfoques y de ahí se podría determinar de forma numérica si se moviliza una dependencia emocional, teniendo en cuenta lo planteado en el párrafo anterior.

Que esta investigación no sólo la realicen estudiantes que realicen diplomado sino en alumnos que lleven a cabo una tesis con este mismo tema, lo cual implicaría que investigaran a profundidad sobre el enfoque sistémico, teniendo en cuenta que el programa de psicología de la Universidad de Pamplona de cierto modo está más enfocada en lo que compete a los lineamientos del enfoque cognitivo conductual.

Además de lo planteado anteriormente si alguien le quiere dar continuidad a esta investigación, sería bueno que se focalizaran o se tuvieran en cuenta parejas que estén en otro ciclo vital diferente a las escogidas, o en su defecto que sean parejas que tengan más tiempo de duración al que se planteó en esta investigación.

A futuro que esta investigación también se haga con parejas del mismo sexo, para ver si se moviliza la dependencia emocional en este tipo de relación, teniendo en cuenta que muchas veces estas parejas también provienen de familias monoparentales y

de esta manera se constataría que provenir de una familia monoparental movilizaría una dependencia emocional.

Los estudiantes que retomen esta investigación tengan en cuenta el material que se deja (cartilla) lo cual le puede servir de apoyo y lo tengan como punto de referencia al momento de hacer la investigación, para dar estrategias de afrontamiento y superación si detectan movilización a la dependencia emocional.

Las personas que sigan con la investigación y crean necesario establecer nuevas estrategias que aporten de manera significativa a la indagación propuesta inicialmente por nosotras lo pueden hacer siempre y cuando nos den los créditos.

Promocionar la cartilla como material que facilite relaciones sanas y estables, ya que esta tiene estrategias muy interesantes y sencillas las cuales las pueden llevar a cabo las personas y así poder disminuir los índices de dependencia emocional y de esta manera se lograría relaciones poco asfixiantes y por ende duraderas.

Sería interesante que los futuros investigadores que retomen este tema como lo es la dependencia emocional en parejas que provengan de familias monoparentales, establecieran la información en una plataforma virtual o una página web, ya que de esta forma se trascendería con más facilidad la información.

Que las parejas compartan más tiempo con su círculo social y familiares, de forma independiente, teniendo en cuenta que al momento de una ruptura estas sean sus redes de apoyo.

Fortalecer la autonomía, esto es algo muy importante en la relación ya que no se necesita la aprobación de la otra persona para hacer lo que quieres, comienza por tomar decisiones sencillas, confía en tu propio criterio y veras como te vas fortaleciendo en este aspecto.

Que la relación se consolide bajo la comunicación, la confianza, y la libertad; como pareja animarle de la misma manera que pase más tiempo con su familia de origen y amigos; así mismo te darás cuenta que el amor sano es aquel que ayuda a la otra persona crecer.

Establecerse metas a corto plazo, las cuales te motiven a realizar y por ende le des cumplimiento y de esta manera te darás cuenta que tu vida no solo se reduce solo a tu relación de pareja.

Si quieres superar la dependencia emocional y no sabes cómo, ten en cuenta buscar ayuda del profesional de psicología, en cual te brindará herramientas para que puedas salir adelante y superar todas las barreras.

Tener establecido los roles, reglas, límite, y jerarquías dentro de la dinámica de la relación ya que esto es fundamental para la consolidación de parejas sanas, estables y duraderas en el tiempo.

Referencias Bibliográficas

- Bautista & Chávez, (2015). Comportamiento de los adolescentes por la influencia del estilo de comunicación con los padres. Recuperado el 25 de abril del 2016, de la base de datos monografía, Universidad de Pamplona.
- Becerra & Rollero, (2013). Dependencia afectiva y la salud mental en las relaciones de pareja. Recuperado el 13 de abril del 2016, de la base de datos monografía de la Universidad de Pamplona.
- Blasco y Pérez (2007). Eumed.net enciclopedia virtual, enfoque cualitativo. Recuperado el 01 de junio de 2016 http://www.eumed.net/tesis-doctorales/2012/mirm/enfoque_cualitativo.html
- Castelló, J. (2005). Dependencia emocional, características y tratamiento, (Alianza editorial). Recuperado el 28 de abril del 2016 <http://www.casadellibro.com/libro-dependencia-emocional-caracteristicas-y-tratamiento/9788420647258/1008665>.
- Cavero, R. (2008) La relación de pareja. Apego, dinámicas de interacción y actitudes amorosas: consecuencias sobre la calidad de la relación. Recuperado el 20 septiembre 2016. <http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/10234/melero.pdf?sequence=1>
- Cid, A. (2013). La dependencia emocional una visión integradora. Recuperado de https://escuelatranspersonal.com/wp-content/uploads/2013/12/dependencia-emociona_adriana.pdf
- Villamizar, D, (2009). las representaciones de las relaciones de pareja, a lo largo del ciclo vital. Recuperado el 28 de abril del 2016 de la tesis doctoral http://revistas.unipamplona.edu.co/ojs_viceinves/index.php/COH/article/view/95

Galindo & Quintana, (2015). Estilos de apego en las relaciones de pareja. Recuperado el 22 de abril del 2016, de la base de datos de monografía Universidad de Pamplona.

González, J. (2011). Educación y valores en las familias monoparentales. Recuperado de file:///D:/Usuario/Downloads/28768_Gonzalez_F2011_Educacion%20(2).pdf

Hernández, Fernández y Baptista(2003). Metodología de la investigación capítulo III, recuperado el 01 de junio de 2016 http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/8917/Capitulo_III_Marco_Metodologico.pdf;jsessionid=C7061F7F375A3D3532B26B8010754654.tdx1?sequence=7

Agudelo, M (2005). Descripción de la dinámica interna de las familias monoparentales, simultáneas, extendidas y compuestas del municipio de Medellín. Recuperado el 28 de abril del 2016 <http://revistaumanizales.cinde.org.co/index.php/Revista-Latinoamericana/article/viewFile/311/181>

Pérez & Piazzolla, (2012). Dependencia emocional en mujeres en situación de desplazamiento. Recuperado el 13 de abril del 2016, de la base de datos monografía de la Universidad de Pamplona.

Espriella, R (2008). Terapia de pareja; abordaje sistémico. Recuperado el 28 de abril del 2016 de [https://scholar.google.com.co/scholar?q=R,+Espriella,+\(+2008\).Terapia+de+pareja%3B+abordaje+sistémico&hl=es&as_sdt=0&as_vis=1&oi=scholart&sa=X&ved=0ahUKEwjIrLenudPMAhXFJR4KH6qAioQgQMIGDAA](https://scholar.google.com.co/scholar?q=R,+Espriella,+(+2008).Terapia+de+pareja%3B+abordaje+sistémico&hl=es&as_sdt=0&as_vis=1&oi=scholart&sa=X&ved=0ahUKEwjIrLenudPMAhXFJR4KH6qAioQgQMIGDAA)

Recuperado de [https://www.google.com.co/webhp?sourceid=chrome-instant&ion=1&espv=2&ie=UTF-8#q=Vanegas,+Alfonso.+Delgado+y+Guti%C3%A9rrez,\(+2010\).+Familias+mo](https://www.google.com.co/webhp?sourceid=chrome-instant&ion=1&espv=2&ie=UTF-8#q=Vanegas,+Alfonso.+Delgado+y+Guti%C3%A9rrez,(+2010).+Familias+mo)

noparentales+con+hijos+adolescentes+y+psicoterapia,+sist%C3%A9mica;+una
+experiencia+de+intervenci%C3%B3n+e+investigaci%C3%B3n

Rodríguez, C. (2003). Un análisis del concepto de familia monoparental a partir de una investigación sobre núcleos familiares monoparentales. *Papers* recuperado de <https://ddd.uab.cat/pub/papers/02102862n69/02102862n69p59.pdf>

Hernández. (2010, 15 de agosto) metodología de la investigación diseños no probabilísticos cap.3 recuperado el 1 de Junio de 2016 <http://es.slideshare.net/pepemario/sampierimetodologiainvcap3disenosnoexperimentales>

Suarez & Rodríguez, (2013). Pautas de crianza en familias monoparentales matriarcales y patriarcales. Recuperado el 13 de abril del 2016, de la base de datos monografía de la Universidad de Pamplona.

Suarez M, Alcalá M. (2014). Apgar familiar una herramienta para detectar disfunción familiar *revista médica la paz, volumen XX*, recuperado el día 19 de mayo 2016 http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-89582014000100010

Vanegas, Alfonso, Delgado & Gutiérrez,(2010). Familias monoparentales con hijos adolescentes y psicoterapia, sistémica; una experiencia de intervención e investigación. Artículo

Villegas, M. (2008). Amor y dependencia en las relaciones de pareja, *revista de psicoterapia volumen XVII* obtenida de <http://www.herdereditorial.com/media/3450/13.%20Dependencia.pdf>.

Anexos

A continuación presentamos los instrumentos utilizados en la investigación, para evaluar y conocer si la dependencia emocional en las parejas se genera por la monoparentalidad de sus familias de origen.

Formato consentimiento informado, aplicado a cada uno de los participantes.

Apéndice (A)

Universidad De Pamplona

Facultad De Salud

Programa De Psicología

Consentimiento Informado

Para esta investigación es muy importante contar con la información que nos pueda proporcionar, usted ha sido seleccionado como una de las personas que participará en esta investigación. Su elección consiste en responder a una serie de preguntas sobre los diferentes contextos en los cuales usted se relaciona (entrevista semi-estructurada), diligenciar el cuestionario de familia Apgar, los cuales serán analizados por Elizabeth Peñaranda Gómez y Rhaussa Cure Sánchez; estudiantes en formación del programa de psicología de la universidad de pamplona, bajo la asesoría de la psicóloga Sandra Licette Padilla Sarmiento. La presente investigación hace parte del trabajo de grado como requisito de la obtención del título de psicólogas.

Las psicólogas en formación se comprometen a conservar la confidencialidad de esta información la cual será utilizada exclusivamente con fines académicos. Su participación es voluntaria y no acarrea compromiso de tipo legal o económico para ninguno de los participantes.

Elizabeth Peñaranda Gómez

Rhaussa Cure Sánchez

ENTREVISTA SEMI- ESTRUCTURADA

Apéndice (B)

Dependencia Emocional y Dinámica de la Pareja

Toma de decisiones

- a. ¿Cuándo usted tiene un problema de pareja de qué manera lo resuelve individualmente?
- b. ¿Cómo participa su familia de origen en la resolución de un problema de pareja?
- c. ¿De qué manera su contexto social aporta a la resolución de problemas con su pareja?

Desarrollo afectivo emocional

- a. ¿Cuándo usted tiene un conflicto afectivo emocional que hace?
- b. ¿Cómo deja usted que su familia de origen participe de su situación afectiva emocional?
- c. ¿De qué manera su contexto social aporta a su desarrollo afectivo emocional?

Tiempo compartido

- a. ¿Si hablamos de su tiempo libre, podría en jerarquización decir cómo y con quien lo disfruta?

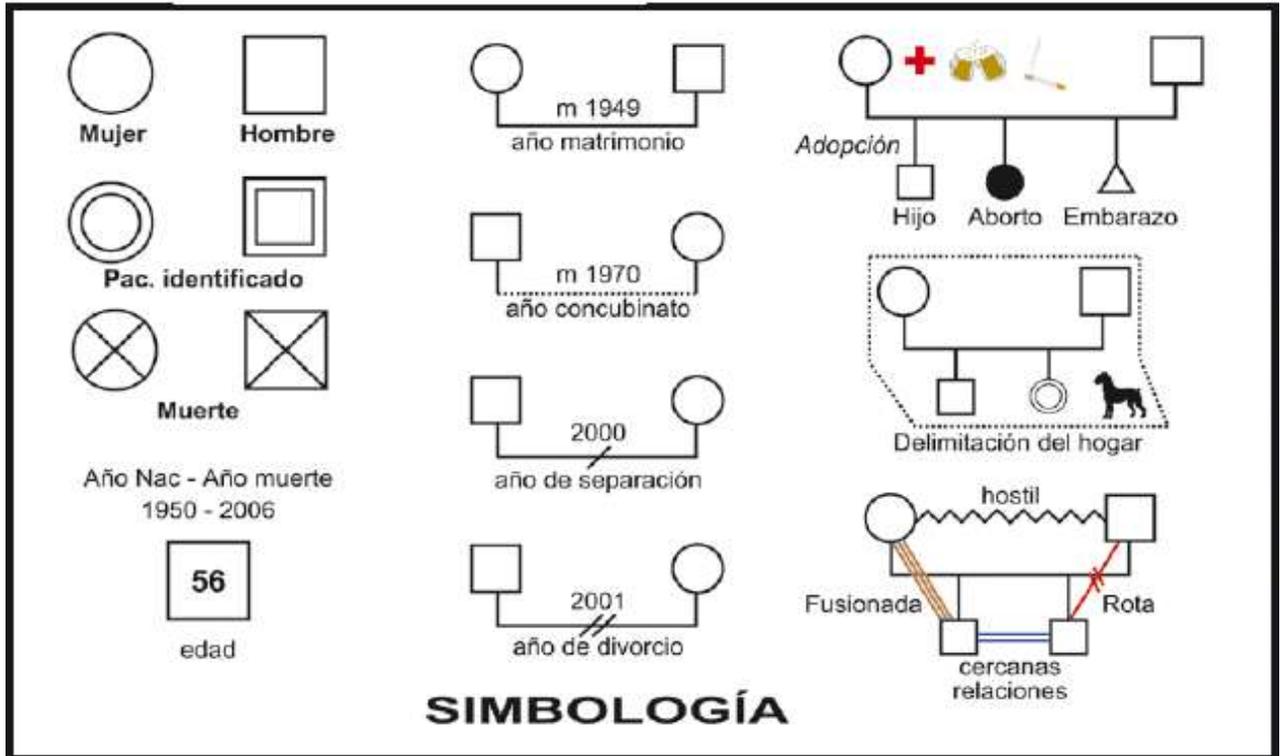
Cuestionario Apgar familiar Apéndice (C)

Instrucciones: Responda de acuerdo a su apreciación personal las siguientes preguntas marcando con una cruz la respuesta que más se acomode a su vivencia personal en su familia.

	NUNCA	A VECES	SIEMPRE
	0	1	2
¿Está satisfecho (a) con la ayuda que recibe de su familia cuando tiene un problema?			
¿Conversan entre ustedes los problemas que tienen en su casa?			
¿Las decisiones importantes se toman en conjunto en su casa?			
¿Está satisfecho con el tiempo que su familia y usted pasa juntos?			
¿Siente que su familia lo (a) quiere?			

Genograma Apéndice (D)

Figura N° 1



Fuente: elaboración propia