

CENTRO UNIVERSITARIO "VASCO DE QUIROGA" DE HUEJUTLA A.C.



EDUCAR, RESTAURAR, TRANSFORMAR

INCORPORADO A LA UNAM CLAVE: 8895  
AV. JUÁREZ # 73.HUEJUTLA, HIDALGO.

**"INFLUENCIA DE LAS LEALTADES CON LAS FAMILIAS DE  
ORIGEN, EN LA SEPARACIÓN DE PAREJAS".**

## **TESIS**

QUE PARA OBTENER EL GRADO DE:

LICENCIATURA

EN

PSICOLOGÍA

PRESENTA:

MARIBEL ESPINOSA HERNÁNDEZ

GENERACIÓN 2002 – 2006.

HUEJUTLA, HGO.

MARZO 2008.



Universidad Nacional  
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

**Biblioteca Central**



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

## **AGRADECIMIENTOS.**

A mis Padres, por su amor y apoyo incondicional.

A mis hermanos por su comprensión y cariño.

A Jesús por su amor, su apoyo y comprensión.

Y por estar siempre a mi lado.

A mis Maestros, por su gran enseñanza.

Al Lic. Rodolfo y Lic. Ana por su apoyo  
en la elaboración de esta investigación.

A Don Francisco Terán y Doña Alejandra Castillo  
por su valioso apoyo en mis estudios.

A Dios por haberme permitido lograr mis metas.

DICTAMEN

NOMBRE DEL TESISISTA: MARIBEL ESPINOSA HERNÁNDEZ.

NOMBRE DE LA TESIS: INFLUENCIA DE LAS LEALTADES  
CON LAS FAMILIAS DE ORIGEN, EN  
LA SEPARACIÓN DE PAREJAS.

GRADO A RECIBIR: LICENCIATURA

NOMBRE DE LA LICENCIATURA: PSICOLOGÍA.

FECHA: 12 DE FEBRERO DEL 2008.

La que suscribe, Lic. en Psicología Ana Isabel Terán Ponce, acreditada por el Centro Universitario Vasco de Quiroga como asesor de Tesis, hace constar que este trabajo cumple con los requisitos establecidos por dicha institución, para tener opción al Grado de Licenciatura y se autoriza su impresión.

ATENTAMENTE

L.P. Ana Isabel Terán Ponce.

# ÌNDICE

Portadilla	
Dedicatorias	
Dictamen	
Resumen / Abstract.....	6
Introducción.....	7

## **CAPÌTULO I.- PRESENTACIÓN DEL PROBLEMA.**

1.1.- Descripción del lugar.....	10
1.2.- Descripción del problema.....	12
1.3.- Justificación.....	14
1.4.- Objetivo general y específico.....	16
1.5.- Planteamiento del problema.....	17
1.6.- Pregunta de investigación.....	17

## **CAPÌTULO II.- MARCO TEÓRICO.**

2.1.- La pareja.....	19
2.1.1.- Elección de la pareja.....	24
2.1.2.- Etapas de la pareja.....	33
2.1.3.- La separación de la pareja.....	35
2.1.4.- Ruptura en la pareja (divorcio).....	39
2.1.5.- Efectos del divorcio.....	42
2.2.- Formas efectivas para una buena relación en la pareja..	46
2.2.1.- Definición de lealtad.....	48
2.2.2.- Repercusiones de la lealtad.....	51
2.2.3.- El papel de la familia en la formación de la lealtad.....	53

## **CAPÍTULO III.- DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN.**

3.1.- Hipótesis.....	57
3.2.- Conceptualización de las variables.....	58
3.3.- Operacionalización de las variables.....	59
3.4.- Forma y tipo de investigación.....	61
3.5.- Población y muestra.....	63
3.6.- Instrumentos de investigación.....	64

## **CAPÍTULO IV.- ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN**

4.1.- Validez y confiabilidad de la investigación.....	66
4.2.- Gráficas.....	69
4.3.- Análisis de Casos.....	81
4.4.- Discusión y conclusiones.....	83

## **CAPÍTULO V.- PROPUESTA DE INVESTIGACIÓN**

5.1.- Justificación.....	86
5.2.- Objetivos generales.....	87
5.3.- Objetivos específicos.....	87
5.4.- Actividades.....	88
5.5.- Presentación del taller.....	89

## **CAPÍTULO VI.- ANEXOS**

ANEXOS.....	105
BIBLIOGRAFÍA.....	113
GLOSARIO.....	115

# **INFLUENCIA DE LAS LEALTADES CON LA FAMILIA DE ORIGEN, EN LA SEPARACIÓN DE PAREJAS”.**

## **RESUMÈN**

La presente investigación, tiene como objetivo de indagar de qué forma las lealtades familiares influyen en la separación de las parejas y éstas a su vez, no puedan establecer un vínculo afectivo armónico y maduro. Se realizó una investigación a través de estudios de caso y entrevistas, con 25 personas encuestadas, obteniendo como resultado que en la mayoría de las parejas han llegado a la separación porque alguno de ellos permite que sus padres se inmiscuyan constantemente en la relación y no puedan desprenderse de los ligues emocionales primitivos.

**PALABRAS CLAVE:** Lealtades, Familia de Origen, Separación, Parejas.

## **ABSTRACT**

The present investigation has as objective of investigating of what it forms the family loyalties they influence in turn in the separation of the couples and these, they cannot establish a harmonic affective bond and I mature. One carries out an investigation, through case studies and interviews, with 25 interviewed people, obtaining as a result that in most of the couples they have arrived to the separation because, some of them allows to that their parents constantly interfere in the relationship and they cannot come off of you tie them emotional primitive.

**KEY WORDS:** Loyalties, Family of Origin, Separation, couples.

## **INTRODUCCIÓN.**

Durante los últimos años en la región Huasteca se ha observado un incremento en divorcios y separación de las parejas sin llegar a concretar adecuadamente la relación, y tienden a disolverla sin tener en cuenta los efectos que podría ocasionar esa ruptura entre los integrantes de la familia y pareja misma.

La presente investigación, habla sobre “como la familia de origen influye, para que se genere una separación en las parejas” y a su vez estos no permitan establecer vínculos afectivos firmes a nivel emocional, creando de esta manera una ambigüedad de sentimientos al querer profundizar un compromiso en alguna relación sentimental.

La investigación se desarrolló en el Centro de Salud “Dr. Horacio Camargo Rivera” de Huejutla Hgo; tomando en cuenta las problemáticas prioritarias de la población, se plantearon objetivos tanto generales y específicos para poder llevar a cabo el estudio.

Se pretende explicar y describir las pautas que generan una separación en pareja, sustentándolos con bases teóricas ya existentes, para después poder comprobarlos a través de diferentes métodos de investigación como entrevista, encuesta y estudios de caso, para que sean aplicados a una muestra representativa de la población (parejas), y los resultados obtenidos sean inferidos a la población total.



Así mismo, se dan a conocer los resultados obtenidos a través de gráficas, y la población a quien fue aplicada la encuesta. Los estudios de casos revelan algunas problemáticas de la vida diaria que podría estar pasando en pareja y no se dan cuenta del conflicto.

Para proponer alguna alternativa de solución y profundizar sobre el tema, se interviene a través de un taller dirigido a parejas o personas que se interesen para poner en práctica las habilidades profesionales. Por tanto, a través de tal propuesta se pretende generar un cambio en la percepción de pareja y brindar posibles alternativas que ayuden a tener una mejor visión en la relación sentimental.

## **CAPÍTULO I**

### **PRESENTACIÓN DEL PROBLEMA**

## 1.1 DESCRIPCIÓN DEL LUGAR

El municipio de Huejutla cuenta con una extensión de 450 Km. De región montañosa y cálida, esta constituida por colonias y barrios. El Centro de Salud se encuentra ubicado en la Colonia Capitán Antonio Reyes calle Jaime Nunó No. 21, y fue fundado en el año de 1960.

Actualmente se le conoce como Centro de Salud “Dr. Horacio Camargo Rivera”, en honor a un médico inquebrantable por su labor social que se dedicó a atender a la sociedad que así lo requería. Desde entonces hasta hoy en día, continúa ininterrumpidamente sus actividades atendiendo a las necesidades de la población en general, que así lo requiera.

Cuenta con clave de trabajo 1310028000100KT006; teniendo las siguientes áreas de trabajo.

- Laboratorio.
- Administración
- Dirección.
- Recepción.
- Sector de enfermeras.
- Consultorio de odontología.
- Consultorios médicos generales (5).
- Farmacia.
- Trabajo social.
- Psicología.
- Salud mental (2).

- Medicina preventiva.
- Citologías.
- Área de sindicatos.
- Área de participación social.

Los espacios físicos con los que cuenta la institución son: sala de juntas, sala de espera y un estacionamiento. Teniendo como misión proporcionar los servicios de salud con calidad, calidez y equidad al pueblo Hidalguense, para promover, conservar y recuperar su salud mediante una atención integral al individuo y comunidad con la participación activa de la población que satisfaga sus necesidades y contribuya al desarrollo integral del estado con una visión de ser una institución de excelencia, confiable, resolutive y comprometida que garantice el acceso y la calidad en la presentación de los servicios de salud de conformidad con las necesidades y expectativas de la población del Estado de Hidalgo.

El Centro de Salud tiene como objetivo brindar atención médica integral al usuario o solicitante, prestando los siguientes servicios a la población, comprometidos a la prevención y control de enfermedades para mejorar la calidad de vida, como: vacunación, atención a enfermedades crónicas degenerativas, pláticas de prevención, consulta general, consulta psicológica, planificación familiar, toma de muestras, aplicación de inyecciones, y consulta dental; teniendo una demanda aproximada de 300 personas por día, en sus tres turnos, además de estos servicios que ofrece, tiende a vincularse con otras instancias educativas, militares, municipales y estatales cuando la población así lo requiere, esto para brindar una mejor atención.

El área de Psicología trabaja coordinadamente con el área de salud mental, en donde se atienden necesidades prioritarias, como: problemas de conducta, enfermedades psicosomáticas, depresión, violencia intrafamiliar, problemas de aprendizaje y conflictos en pareja, así como fobias y alguna otra conducta que manifieste el individuo y requiera de Atención Psicoterapéutica es atendido por el Psicólogo en turno que se encarga de hacer su diagnóstico y llevar el seguimiento del paciente a su cargo.

## **1.2 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA**

Actualmente en nuestra región es común ver a las parejas que establecen una relación de noviazgo y se dé la separación en un lapso de tiempo, argumentando que “no se sienten bien” o que tal persona es “aburrido” o que “no le gusta como es”, después de haber convivido mutuamente.

Esto es común en los adolescentes que tienden a buscar un sentido de pertenencia y tienden a tener relaciones de pareja superficiales. Sin embargo; en la edad adulta este tipo de problemática se sigue suscitando y se observa en las parejas que ya tienen tiempo en su matrimonio o de vivir juntos continúan este patrón repetitivo, en donde alguno de los integrantes no se sienten bien sin saber lo que está pasando, y esto sin duda repercute en la salud mental de los integrantes de la familia.

Algunas parejas de la región, viven juntos físicamente y separados sentimentalmente porque no hay nada que los une y solo están por compromiso o porque sus familias se los piden. Ante esta situación se observa que existe cierta incomodidad al convivir como pareja; ya que actualmente algunas parejas jóvenes se les dificultan mantener una relación estable y armónica, porque la mayoría de ellas viven en conflicto aún estando en el noviazgo y esto se torna repetitivo al formar un matrimonio.

En nuestra región se dan muchos casos de divorcio o simplemente se separan, las parejas ya no llegan a permanecer juntos, ya que después de un periodo no muy largo se distancian, argumentando infinidad de excusas para no seguir con la relación, así que cada uno de los integrantes de la pareja siguen su vida de manera individual, sin profundizar lo que realmente ocurrió en su matrimonio.

El alto índice de separación de la región Huasteca, repercute notablemente en la conducta de los hijos, en el área social, familiar o educativo. Así también, conflictos emocionales que traen como consecuencia la baja estima, depresión y un incremento en conductas delictivas, intento suicidio o en su defecto el suicidio como tal; ya sea en niños, adolescentes y personas adultas, que por lo regular se da por la falta de una buena estabilidad familiar. Los signos actuales de suicidio en la región son alarmantes y pocas son las personas que expresan la razón de este conflicto.

Ante tales situaciones planteadas pocas personas piden ayuda a un profesional, y se observa una mayor búsqueda en la mujer y una indiferencia

en el hombre ya que se tiene la etiqueta de que el hombre es “fuerte” o que “siempre tienen la razón” aunque no necesariamente sea verdad.

### **1.3 JUSTIFICACIÓN**

La calidad afectiva es de suma importancia en el ser humano debido a que esto conlleva a tener un grado de socialización favorable, permitiéndole a su vez desenvolverse hábilmente en diferentes situaciones, sobre todo al elegir un compañero(a). Sin embargo no siempre se logra ya que en cada relación existen dificultades para poder mantener un equilibrio adecuado en la pareja.

Es por ello que, la presente investigación se deriva de la idea de explorar acerca de las lealtades con la familia de origen y su repercusión en la separación de parejas, ya que a través de las prácticas profesionales se ha observado que existe un índice significativo en demandas de pacientes que asisten a la institución por diversos conflictos emocionales provocadas por sus parejas, ya sea hombres o mujeres, puesto que el daño emocional en ambos se da de manera frecuente.

En tanto, es importante señalar que la idealización de la pareja, el egocentrismo y el conformismo ha sido estudiado a nivel general encaminado a cierta población del país, sin embargo resulta significativo el hecho de realizar una indagación a nivel regional, destacando las repercusiones a nivel emocional en el hombre y la mujer en las relaciones

con las figuras parentales, para que éstas sean un factor que predisponga un distanciamiento y a su vez presenten recesivas en resolver sus conflictos.

Se pretende que la presente investigación genere un gran impacto en la sociedad en general y resulte de gran beneficio sobre todo en la juventud y en aquellas relaciones tempranas, ya que tal población es la más expuesta a continuar presentando el mismo patrón de conducta. Así mismo, se acomete proporcionar fundamentos teóricos a todas las personas que muestren interés en el tema.



## **1.4 OBJETIVOS**

### **GENERAL**

- Verificar si existe una correlación positiva entre las lealtades familiares que posee el hombre y la mujer para que se genere una ruptura conyugal.

### **ESPECÍFICOS**

- Indagar repercusiones de las lealtades en la formación de parejas.
- Determinar las posibles causas que dan pauta en el hombre y la mujer para que se genere su separación en pareja.

## **1.5 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

Se indaga como influyen las lealtades en la separación de parejas, tomando a la familia como transmisora de enganches emocionales y cuando no se saben manejar los conflictos tiende afectar en la interacción social, principalmente en la formación de parejas. Cabe señalar, que en la actualidad, aquellas parejas que no se han desprendido de las ataduras emocionales de sus familias repercuten seriamente en la convivencia con su pareja, dejando de lado los sentimientos; y se dejan llevar por la impulsividad o fantasía para establecer una relación sentimental.

## **1.6 PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN**

¿De qué forma las lealtades con la familia de origen, provocan a que se genere la separación en la pareja?

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO.**

## 2.1 LA PAREJA

En nuestra vida diaria el ser humano tiene la necesidad de sentirse acompañado y formar una pareja, es decir; busca la manera de interactuar en su medio a través de relaciones sentimentales que propicien una satisfacción emocional.

Desgraciadamente en ocasiones no se logra formar una relación y muchas de ellas cuando se establecen carecen de los elementos afectivos necesarios para que estas perduren y de ahí surgen los conflictos entre las parejas, cada persona es diferente y su actuación en una relación también se torna de la misma manera.

La pareja puede estar constituida por hombre - mujer, hombre - hombre, mujer - mujer y que predomine los sentimientos más profundos, ya que es necesario expresar abiertamente lo que cada uno siente y piensa sobre el otro para fomentar una convivencia armónica así como reconocer sus aspectos positivos y negativos propios de la persona para formar un todo al traducirse en la pareja.

Cada integrante de la pareja lleva ciertas expectativas de permanencia y fidelidad, sin embargo para que esto exista es necesario que cada uno manifieste su creatividad, espontaneidad, individualidad, autenticidad, interés por los demás y la capacidad de amar, buscando siempre la felicidad, estabilidad de la persona amada así como el propio como ser individual y único.

La pareja representa una posibilidad de gozar, de compañía íntima, de compartir espacios, proyectos, crecimiento y apoyo mutuo, de esta manera se da el proceso de autoconocimiento y el concepto de sí mismo, se necesita conocer si lo que se está ofreciendo es lo mejor que uno tiene, lo que realmente se desea, si es lo que la pareja y la relación misma necesita.

Es común observar que en la mayoría de las relaciones es difícil dar lo que no se tiene, puesto que resulta complicado empatizar cuando no se tiene una costumbre para hacerlo, sin embargo el ser sencillo, aprender a compartir, y saber escuchar se logra una compañía armónica con el otro. La relación es un proceso, en donde cada uno de los integrantes al interactuar depositan su madurez para lograr su propia independencia en su relación y respetar la del otro, vivir su igualdad y aceptar sus diferencias individuales para que sus relaciones sean maduras y menos simbiotizadas.

Sin embargo, se observa que en ocasiones las parejas llegan a formarse con cierto propósito, quizá de manera inconsciente estén cubriendo una **necesidad** que no ha sido cubierta; dentro de esas necesidades va inmiscuida el deseo puesto que la mayoría de las conductas que emite el hombre está dirigida en buena parte por las creencias acerca de lo que se desea o debe desearse. ***¿Cómo se puede observar en una pareja cuando busca cubrir sus necesidades?***

La mayoría de las parejas busca a una figura paterna o representativa del cual careció, aunque no siempre lo hace de manera consciente, esa búsqueda está latente es por eso que observamos algunas relaciones en donde el hombre busca a una mujer fuerte, hábil y cariñosa

que interpretado sería la imagen propia de una madre, este rol le permite a la mujer asumir un parecido a la que jugaba su madre; de esta manera el hombre se siente cómodo, protegido y bien cuidado. El hombre es incapaz de tomar decisiones porque todo se lo deja a su esposa o pareja, mientras el se torna conformista, sumiso y dependiente.

En el caso de la mujer, suele ser similar al del varón en el que busca a un padre que lo proteja, le brinde seguridad y cariño. En este tipo de relación la mujer suele ser dependiente porque se siente desprotegida; entonces el esposo juega el papel fuerte (dominante) y la mujer el papel débil. El hombre parece ser inteligente, ecuánime y exitoso, mientras que la mujer aparece aceptando su regazo controlando la relación con una exagerada dependencia y aparente debilidad. Así encontramos a parejas, en donde el hombre es protector y la mujer carece de identidad proyectando su poder hacia el cónyuge en forma de su idolatrado amor.

En otras parejas se busca una relación competitiva, es decir suple al amor. Cuando éste se va, llega la competencia, en esta necesidad se busca descargar en la otra persona todo el rechazo, la soledad de su niñez su vacío existencial así como; el dolor, y tratan de destruirse el uno al otro porque no pueden cicatrizar las heridas de sus primeros años o experiencias dolorosas. Algunas veces, las parejas viven con la idea que necesitan estar convencidos de que deben gastar su tiempo en luchar por agradarse mutuamente, sin darse cuenta que podrían estar proyectando su debilidad que no tienen consistencia ni identidad y se dice que **“son manipuladores y pasivos usan la culpa como arma para controlarse mutuamente”**. (Átala, Pág.104).

En algunas relaciones se busca formar una pareja por **compromiso** en donde las dos personas involucradas se mezclen emocionalmente para lograr establecer una relación de manera armónica y verdadero amor que implica compromiso, y ese se da cuando se solucionan los conflictos a tiempo para mejorar la relación de pareja.

**“El compromiso es la decisión de pertenecer a un ente social, la pareja. Es la decisión de que, pese a las dificultades que surjan, se va a continuar en pareja luchando de forma eficaz contra los problemas” (Beck, 1988).** La decisión que implica el compromiso con la pareja es personal, pero se mantiene muchas veces por razones de tipo social, por creencias religiosas, por costumbres y presiones sociales de la familia de origen o del contexto en el que se vive.

Es indudable, que cuando se comparten cada vez más momentos juntos, bienes y afectos, el compromiso se incrementa, ya que cuando se hacen cosas en común se ha dado un paso importante en la relación con la pareja, aunado a esto son más fuertes con la procreación de los hijos, así como cuando se comparte los mismos sentimientos, amistades e intereses en común. Entonces; las decisiones parciales van fortaleciendo la decisión global de permanecer juntos y luchar por la pareja, haciendo que la separación sea cada vez más dura y difícil para ambos cónyuges.

Finchan y Beach (1999) **“señalan la importante influencia que tiene el compromiso con la pareja sobre la resolución de conflictos”.** Un mayor compromiso ayuda a acomodarse y a soportar las conductas negativas del otro, tanto las parejas armoniosas como las que no lo son,

tienden a entrar en el proceso de reciprocidad negativa, es decir; respondiendo a respuestas negativas con respuestas negativas porque es lo que menos esfuerzo conlleva.

Cuando el compromiso es grande, y no hay presión de tiempo, se hace un mayor esfuerzo para responder constructivamente. Si uno de los integrantes de la pareja no percibe el compromiso del otro, existe mayor probabilidad que esta unión se lleve a la reciprocidad negativa, y esto hace que poco a poco se deteriore la comunicación y la relación misma. La importancia del compromiso la reconoce Sternberg (1986), **“que lo incluye como uno de los componentes del amor e independiente de otros como el enamoramiento o la intimidad”**.

Sin embargo aunque muchas parejas luchan por tener lo mejor nos encontramos con la otra parte en donde se busca formar una pareja pero sin llegar a lo concreto sin saber lo que realmente quieren o lo que están buscando, creando así **fantasías** en la búsqueda de su cónyuge; por ende solo idealiza lo que cree tener, y no esta relacionado con la realidad en la que vive; muchas veces este tipo de relaciones se basan en la superficialidad, sin alguna conexión emocional y con frecuencia se decepcionan de su pareja puesto que buscan una imagen fantaseada.

En ciertos momentos exageran su amor viendo a su pareja como algo supremo u omnipotente buscando satisfacer con ello sus frustraciones, ya que de alguna manera cubren ciertas necesidades inconscientes. La infinitud le permite la apertura del desarrollo, cuando este predomina se convierte en un yo fantástico. Algunas veces la propia familia es la que



impone el hombre ideal a través de los “debes” ya que se les dice a los hijos el tipo de hombre o mujer ideal para ellos sin darles la oportunidad de elegir sus propios gustos, de esta manera se cumple lo que los padres esperan para no defraudarlos.

La infinitización transporta al hombre hacia el más allá que lo mantiene apartado lejos de sí mismo, los sentimientos no le pertenecen y no tiene nada que ver con el mismo ni con la realidad en que vive; ya que siempre vive de lo que los demás dicen o aprueban por no tener un criterio propio para defender sus propios intereses.

### **2.1.1 ELECCIÓN DE PAREJA**

Al formar una relación de pareja es necesario saber elegirla, y para que esto suceda se requiere de que este, sea consciente de lo que está buscando y con qué herramientas personales se cuenta, para que al momento de entablar una relación se incluyan habilidades, actitudes, sentimientos, valores, atracción, así como gusto por la persona a quien se ama y sobre todo un sentimiento profundo; para que de esta manera se conozca y logre saber si está apto para solventar una relación, o aún persiste la inseguridad de poder hacerlo, para evitar conflictos emocionales posteriores.

Sin embargo en algunos casos, las personas tienden a buscar una imagen idealizada en la persona opuesta, que pueda satisfacer sus necesidades personales del cual carece, logrando entonces elegir de manera equivocada a la pareja, ya que la búsqueda podría estar basada en la superficialidad por la fantasía inconsciente que existe en el interior de la persona.

Algunas parejas eligen a su compañero(a) buscando el bienestar personal haciendo a un lado a su cónyuge, creando una comunicación superficial, y pensando en sí mismo, siempre exigiendo más de lo que puedan ofrecer sin entregar un sentimiento mutuo en la convivencia conyugal. En caso contrario existen infinidad de personas que buscan a su pareja para darle lo que consideran que es lo mejor de sí mismo de una forma desmedida satisfaciendo las necesidades del compañero(a), a tal grado de quedarse vacíos, lo cual indica que los extremos no son sanos.

Las personas cubren ciertas necesidades para poder hacer una buena elección, en algunas se buscan rasgos en común, en otros los mismos gustos y cuando existe apoyo mutuo en la toma de decisiones ayuda a encontrar los aspectos positivos de ambos. **“Para satisfacer sus necesidades en la pareja, cada uno se comporta de manera que genere en el otro, las respuestas que él necesita. Estas actitudes se hacen repetitivas, se convierten en patrimonio común y son el origen de los códigos de la pareja”.** (Marta Atienza 1987. Pág.201).

En este tipo de parejas se busca la armonía y bienestar de la misma encaminándose siempre a fijar metas y a perdurar dentro de la misma. Aquí

se muestra un amor auténtico una sana preocupación por el propio crecimiento y el de la otra persona cuyos elementos más importantes son el reconocimiento y el bienestar del otro; de la misma forma para crear, confiar, compartir y experimentar un verdadero compromiso con la persona amada.

En otros casos las personas establecen sus relaciones de pareja a través de la **compensación** ya que de esta manera se da la identificación y búsqueda inconsciente mediante el cual el sujeto intenta contrarrestar su inferioridad real o imaginaria. Es decir; en las parejas se busca lo que no se posee, (tu me das lo que yo no tengo) para lograr fortalecer un lazo de unión dentro de la misma relación, siempre y cuando se estén logrando los objetivos que cada uno de ellos planteó al inicio de la relación.

Algunas veces estos objetivos que llevan a unir a la pareja no son logrados por alguna situación, ya que cada persona como ser individual busca cubrir sus necesidades que carece a través de una dependencia afectiva lo que conlleva a la no satisfacción de la misma cuando sus propósitos son saboteados por su propio cónyuge.

Es así, como se da la dependencia afectiva en la mayoría de las relaciones de pareja, por el temor a quedarse solos; también se dan las NECESIDADES PSICOLÓGICAS en cada una de las personas que están inmersas en la relación y estas necesidades no siempre son conscientes ya que algunas veces pueden ser inconscientes, ya que el ser humano es muy complejo y podría buscar elementos en su pareja que el o ella no posee como persona; es por eso que las necesidades psicológicas juegan un papel

importante en la elección de pareja y ayuda a darse cuenta de que es lo que impulsa a buscar o sostener una relación amorosa .

Las relaciones de pareja tienden a ser complicadas y difusas debido a que cada una posee diferentes características, sin embargo; podemos apreciar que existen infinidad de ellas que se la pasan lamentando por la infelicidad de su compañero(a) y qué experimentan sensaciones desagradables a tal grado que no les permite convivir satisfactoriamente, sin saber lo que esta pasando, esto da como resultado el culparse del uno al otro y evadir la responsabilidad de cada uno para salir adelante; creando de esta manera inseguridad en la relación como un sentimiento que va a limitar las actitudes, aptitudes y habilidades de la persona para expresar sus sentimientos. La inseguridad es un miedo que puede ser reflejada a partir de la incapacidad de hacer o decir algo por temor a equivocarse y defraudar a sus seres queridos.

En la pareja se puede pasar toda una vida con este sentimiento y ninguno de los dos se atreve a expresarlo; por el temor a perderse aunque ambos pueden estar sufriendo prefieren seguir así antes que arriesgarse a quedarse solos. El sentimiento de inseguridad puede ser originada desde la niñez debido a la falta de amor por los padres o incapacidad de mostrar amor. Esto repercute notablemente en la edad adulta, sobre todo en la pareja porque se busca a la figura que quizá nunca se tuvo y por lo tanto hace que aun estando acompañados y teniendo alguien con quien compartir y conversar la persona experimente una inmensa soledad, infelicidad y tristeza que le impide poder establecer una relación armónica.

Cuando en pareja se vive en constante tensión se crea una angustia en la persona como ser individual, y se expresa con un sentimiento de preocupación excesivo de que algo ocurrirá en la estructura de pareja y que tal o cual acción podría salir de control en cualquier momento, por no saber tolerar la situación de conflicto, creando de esta manera una angustia interna en el individuo porque no puede asimilar todo lo que está sucediendo y sobre todo porque la relación está a punto de desaparecer; para la persona que provoca esta fase de separación experimenta un sentimiento de inutilidad, ridiculez o incompetencia por la presión familiar y principios introyectados.

Así que, como no se puede deshacer una relación que ha sido de años porque la familia no lo permite, las personas que la integran optan por hacer algunas conductas indiferentes a su cónyuge como: reproches constantes de alguna situación que sale mal, discusiones sin razón, falta de tolerancia, salidas constantes de alguno de los dos con algún pretexto que tienen algún compromiso, rechazo constante en la parte afectiva haciéndole sentir a su pareja que no le importa, lastimando la autoestima y sobre todo en donde uno de los dos juega el papel de víctima por la infelicidad que se experimenta en el interior de cada uno.

En ocasiones, se genera la angustia por la separación, es decir en las parejas existe un fuerte vínculo emocional que puede ser patológico que los mantiene unidos y que ambos se retienen por el temor a separarse ya que esto reactiva las primeras experiencias y tratan de evitarlo a toda costa manipulando a su cónyuge o compañera sentimental.

Cuando en familia o en pareja se vive en constante conflicto emocional, se crea un ambiente de hostilidad, creando de esta manera un resentimiento contra la persona que de alguna manera se ha involucrado en cierto grado de maltrato, que podría ser el cónyuge o alguna figura paterna ya que algunas veces se busca descargar conflictos que desde la niñez han sido introyectados y que algunas veces las personas no se dan cuenta que existen; por lo tanto de manera inconsciente mitigan sus problemas con la persona equivocada que creen que es responsable de lo que pasa actualmente en su relación.

Entonces, ¿Qué pasa con las parejas que viven siempre con violencia y siguen estando juntos? Se puede observar que aunque se convive día a día la relación se vuelve hostil, llegando al límite de no poder conversar armónicamente porque de alguna manera se llega a la agresión. Entonces se da la lucha de poderes, en donde uno sale ganando y por lo tanto es quien tiene más poder en la relación, reafirmando de esta manera su conflicto ya que como no se ha resuelto el odio hacia las figuras paternas y se convivió en medio de la violencia o la educación fue ruda; siguen con el mismo estereotipo, con resentimiento y coraje, que no es por el cónyuge si no por el conflicto no resuelto por primeros objetos primarios introyectados.

Sin embargo, para que exista conflicto en pareja es necesario que los dos se presten al juego y se genere una desestabilidad o una separación, y cuando alguno de los dos integrantes de la pareja busca llevar una relación armónica y no permite una discusión la persona que incurre al hecho de violencia le genera un sentimiento de frustración por no lograr cumplir un anhelo tan esperado o algún objetivo en la vida. Además este sentimiento de frustración se puede presentar cuando en un principio de la relación se

crean demasiadas expectativas y al paso del tiempo se dan cuenta de que no era como se lo esperaban porque alguno de los dos no cumple los objetivos planteados; entonces se da un estancamiento en la pareja, y ya no pueden continuar su proceso de crecimiento.

La persona frustrada y con experiencias previas de frustración se encuentra presa de tensión emocional y de ansiedad. Luis Haro dice **“que la frustración de las necesidades normales de afecto y mimos maternos tienen consecuencias en la formación de carácter”**. (Pág.146). Sólo que ahora se ve reflejado en la pareja por no satisfacer las necesidades afectivas que se carecen.

Al establecer una relación de pareja se busca la separación individual, pero esto no se logra si la dependencia hacia las figuras parentales sigue vinculada y unida de algún integrante de la pareja, es decir; si la mujer sigue buscando a sus padres para solucionar sus problemas o si estas figuras se entrometen en la relación de sus hijos. Ésta situación se da cuando no se es capaz de poseer un “yo mismo”, como consecuencia presentan un sentimiento de sofocación por la presencia de la familia así como una serie de ideas ambivalentes hacia las figuras paternas, es decir; los quiero pero no puedo verlos (amor-odio) y se da por la simbiosis que existe como un vínculo afectivo muy fuerte lo cual impide entregarse por completo a la tarea de formar una pareja. Lo cual indica que algunas personas se **“quedan presas en necesidades psicológicas de su familia paterna que no permite aflojar las ligas emocionales y separarse”**. (Sandoval Pág.19).

Al formar parte de la relación uno de los dos (hombre o mujer), no pueden funcionar como seres individuales, es decir; siempre buscan que alguien apruebe lo que hacen, existe una sensación de que algo falta y no se pueden entregar ni amar a un extraño, a pesar de conocerlo por mucho tiempo; lo cual indica que algo está sucediendo y aún no se han percatado, quizá exista alguna necesidad inconsciente del que no han resuelto en el interior de cada uno como ser individual que no les permite aceptarse tal como son, ya que lo primordial para el buen funcionamiento en pareja es conocerse a sí mismo y saber que carencias se tienen, para que al establecer una relación sientan la concordancia de ambos y una entrega total emocionalmente y afectiva.

La parte afectiva es sin duda la más importante en el ser humano, sin embargo; en toda relación humana hay ambivalencia, entendiéndose como afectos opuestos de amor y odio. Sandoval (1988), dice que **“cuando lo predominante es el afecto hostil, los resultados van a ser negativos y dolorosos”**. En parejas vemos esto cuando existe la incapacidad de mostrar todos los sentimientos a la persona con quien se convive, existe una barrera que impide sentirse bien emocionalmente frente al compañero(a); quizá sienta que no es necesario expresar sus sentimientos porque el hecho de estar ahí se cree que la pareja todo lo sabe, y por lo tanto no hay nada que demostrar.

Esta conducta es aprendida desde la infancia en la convivencia de la familia, ya que algunas veces no es necesario expresar los sentimientos si los demás saben lo que está pasando, y si alguno dice lo que ve o siente es tratado por los demás integrantes como débil e incapaz de solucionar sus problemas. Sin duda, esto repercute en la edad adulta solo que ahora es



proyectada hacia la pareja y es en ella en donde se depositan los conflictos, ya que si se deja llevar por el afecto probablemente pierda su identidad y se vería desequilibrado como persona porque estaría luchando con sus propios sentimientos lo cual le generaría serios problemas.

Algunas veces las parejas siguen unidas solo por cuestiones personales, el miedo a quedarse solos, el depender de alguien, el que su cónyuge reafirme sus conflictos internos y por la obsesión que sienten por la relación misma. Sin embargo cuando los motivos neuróticos que hayan unido a la pareja dejan de existir en alguna de las dos partes se da la separación porque ya no hay un lazo que las una y terminan por separarse internamente, es decir; la pareja sigue unida aunque cada uno tenga diferentes rumbos, porque si se separan la sociedad y la misma familia termina rechazándolos, así que la necesidad de complementar los conflictos permanece y siguen en el complejo mundo de la compulsión a la repetición, por los vínculos afectivos que existen con la familia de origen.

Cuando en las parejas existe maltrato de uno de los cónyuges y se mantienen juntas durante toda la vida lo que pasa es que **Sandoval (1988) dice “en esta relación sadomasoquista se recobra un objeto y se complementa un todo”** pero cuando éstos son debilitados y se modifican las necesidades sobreviene la separación, y es así como se llega al divorcio; pretendiendo de esta manera la renuncia inconsciente de los objetos malos, (lealtades) que se han introyectado en la infancia y que no se pueden desprender de una manera conciente.

## 2.1.2 ETAPAS DE LA PAREJA

En las relaciones de pareja siempre debe haber un primer momento, en lo que cada persona tiene que pasar, que ayuda a fortalecer la relación o en su defecto disolverla según la madurez y responsabilidad en que se asumen los conflictos. Es por ello que todas las parejas pasan por diversas etapas que a continuación se describen:

Como primer momento se da el **encuentro**, que ocurre cuando dos personas se buscan en la vida, y a partir de esta comienza a sentir una mutua atracción, se vinculan afectivamente a través de una relación amorosa y se plantean un proyecto de futuro común y una convivencia cotidiana compartida en un mismo espacio. Evidentemente esto implica una manera de "estar", que existe en el momento en el que hay un compromiso. Es un momento de atracción personal muy fuerte hacia la otra persona que en ocasiones no se conoce, en esta influyen aspectos emocionales y viscerales es aquí donde se da el primer contacto.

Posteriormente se da la **idealización** que es cuando se trata de buscar todo lo positivo de la persona excluyendo lo negativo, se da lo que es el amor romántico, caracterizado por el apoyo, cartas de amor, detalles, palabras dulces, y todo lo que pueda presentarse en la búsqueda personal del compañero ideal. Este compañero ideal personifica todas las perfecciones y los atributos divinos que el propio individuo cree necesitar, ven al amor como el ser amado y no para amar. Es quien cubre todas las necesidades y por lo tanto todo es bueno.

Como tercer momento se da el **CONFLICTO** esta es una de las etapas esenciales que se da para observar de que manera son resueltos los conflictos, este es sin duda un momento de crisis en donde ambos se desequilibran y no saben que hacer con la relación, este es el punto de mucha tensión, sin embargo la manera de como resuelvan esta situación dará pauta al futuro de la pareja.

Aquí se pondrá en práctica el grado de madurez y la capacidad de afrontar el problema haciéndose partícipes de la misma, sin evadirla. Cabe mencionar que toda pareja pasa por este momento crítico, sin embargo algunas parejas no alcanzan a resolver esta etapa y terminan por separarse por no hacer frente a sus conflictos.

El reconocer límites, y aceptar tal como es la persona, conlleva a ser más sensible, se tolera con mayor facilidad los errores y limitaciones del otro, ayudándose a fomentar la humildad, compasión y comprensión, que son los elementos fundamentales para un buen matrimonio, así como la estabilidad de la misma. Además, el reconocimiento de sí mismos conduce, al cambio en la estructura de la persona.

Y como último momento tenemos la **aceptación**, este proceso dura después de los tres años aproximadamente, aquí es cuando los integrantes de la pareja deciden formalizar su relación encaminándolo al matrimonio, y esto se da cuando ya están conscientes de lo que quieren y buscan hacer de manera mutua.

La aceptación se observa a través de la siguiente manera; cuando algún integrante de la pareja realiza algo nuevo, el otro acepta esta situación de una manera pasiva o tolerante y es capaz de expresar su inconformidad de una manera armónica con palabras positivas que ayudan a crecer a su compañero. Así se concluye de que, aquello que era inaceptable e intolerable se convierta en algo no deseable, pero entendible y tolerable.

La aceptación de sí mismo y de la realidad en que se vive, ayuda a aceptar a la otra persona de una manera cálida y segura de lo que se quiere lograr. Cuando los dos integrantes de la pareja han realizado este proceso y se han apoyado de manera mutua así como se han establecido bases sólidas para una buena estabilidad en la relación, entonces se habrán dado cuenta de que son aptos para un matrimonio saludable. Cabe mencionar que para que se de una matrimonio eficiente también se deben reconocer y aceptar con humildad y prudencia los defectos y limitaciones de la pareja, así las expectativas acerca del matrimonio así como de su cónyuge habrán crecido con objetividad.

### **2.1.3 LA SEPARACIÓN DE LA PAREJA**

Las parejas que han convivido por mucho tiempo o a quien unieron su vida por primera vez, una separación o divorcio en su relación suele ser devastadora y difícil, ya que no es fácil enfrentarse al este conflicto, puesto que algunas personas han vivido alguna situación similar, como el abandono de padre o madre, la muerte de uno de ellos, o bien la ausencia de las

figuras representativas y, si estas pérdidas no han sido superados la ruptura de pareja revive el trance emocional, **“porque esta unión inicial tiende a repetir las características de la primera relación de objeto”**. (Sandoval 1988.)

La ruptura es una fuerte necesidad del yo para buscar algo mejor y liberarse de los lazos patológicos y conflictivos, mientras no se resuelvan esos trances internos se continuará buscando personas similares a la anterior, cayendo en el mismo complejo de la infelicidad.

En México existen tres tipos de divorcio que son:

- La separación de la pareja sin llegar al divorcio.
- El abandono de hogar por uno de los dos.
- Divorcio.

Cabe destacar que lo más importante no es la separación en sí, si no que existen otras personas que sufren por esto y que de manera inconsciente se involucran en el juego de los padres, las consecuencias inmediatas se observan en los integrantes de la familia que se queda sola o sin alguna figura ya que la pérdida de uno de su progenitores deja huellas imborrables. Las parejas que se han separado después de un tiempo se observa **“que no pueden superar el trauma y añoran lo perdido idealizándolo, o en otros casos las parejas alimentan una marcada hostilidad sin haber logrado elaborar la pérdida ni el perdón y el olvido de lo pasado”**. (Sandoval 1988).

Es por eso que se pueden observar a parejas que aún estando distanciados físicamente siguen peleando y usan a los hijos como pretexto para su mejor arma y de esta manera seguir luchando o verse solo para reprocharse todo lo que vivieron. Esto solo demuestra su incapacidad para independizarse y que de alguna manera buscan poder establecer una nueva relación o un posible regreso ya que la compulsión a la repetición esta presente por los fuertes vínculos viciosos.

Así; estas parejas siguen emocionalmente unidas y la historia nunca tendrá fin, porque al querer intentar una nueva relación, siempre se buscará el objeto amoroso ideal y mientras no exista un equilibrio emocional siempre se crearán ambivalencias.

Sandoval dice (1988) **“que en una relación insana separarse equivale a matar a uno de los padres y el sentimiento de culpa que provoca esto revive la necesidad de volver a unirse a fin de reparar la muerte y recobrar el objeto perdido”**. Es por eso que en muchos casos cuando las parejas están separadas uno de los dos intenta acercarse y busca una posible reconciliación para seguir reafirmando su conflicto. Es decir se sigue destruyendo aquella figura que nunca se tuvo o que se idealizó, porque la unión de la pareja esta ligada por fuertes impulsos infantiles no resueltos.

Algunas mujeres sienten temor el separase de su pareja o que las dejen solas con los hijos, el miedo a no saber que hacer después de ese momento sin ningún compañero que la ayude, en algunos casos el temor a ser lastimadas por su cónyuge si ella decide terminar la relación y por la

dependencia económica. Existe un desequilibrio emocional entre el irse y quedarse porque el irse resulta peligroso pero el quedarse es un mal no tan fuerte, por lo tanto no es fácil decidir lo que se quiere hacer.

Muchos hombres y mujeres prefieren mentir, engañar y hasta llevar una doble vida con tal de no afrontar los hechos como son. El proceso de ruptura puede ser difícil y atemorizante y no todas las personas quieren afrontarlo. Hay algunos signos que ayudan a detectar cuando se esta dando una separación en la pareja y pueden ser las siguientes:

- No contesta sus llamadas. Ya que una cosa es perder o dos por estar ocupados y otra muy distinta ya ni siquiera tiene la molestia de devolver la atención.
- Se molesta con mucha facilidad.

En una relación éstos son los dos signos más importante para saber que existe un conflicto interno, y es que hay personas que en verdad prefieren terminar una relación por teléfono, o simplemente por desaparecerse con tal de no afrontar la realidad. Aún no se puede determinar si esta conducta es por el temor a hacer daño o simplemente porque no tienen el suficiente valor para disolver la relación personalmente.

## 2.1.4 RUPTURA EN LA PAREJA (DIVORCIO)

Como ya es sabido, el divorcio es doloroso y equivale a una separación en donde no hay retorno, puesto que a veces es necesario para la relación misma y para los que lo integran. Una de las maneras en que puede darse el divorcio es a través del debilitamiento del yo, que significa no tener una buena estima. NATHANIEL (1998) **“dice que la autoestima es la suma de la confianza y el respeto por sí mismo”**; esto permite ver la capacidad que tiene cada persona para enfrentar los desafíos y los problemas de la vida y su derecho de ser feliz.

El tener un estima alta, es sentirse apto para la vida es sentirse capaz y valioso. En caso contrario, al poseer una autoestima baja es sentirse inepto para la vida y desacertado como persona. ¿Cómo esto influye en la pareja?; se puede observar que en ocasiones tanto el hombre como la mujer no saben que hacer, ni siquiera tienen conciencia de sus actitudes y algunas veces actúan de manera infantil sin tener congruencia entre lo que hacen y dicen, se sienten inseguros de la relación, experimentando un estancamiento dentro de la misma, tienen la sensación de que no es suficiente lo que tienen, tornándolos de esta manera en una relación demandante siempre exigiendo, si no le dan lo que necesita se siente frustrado y minimizado, haciendo que exprese su infelicidad de manera constante a través de reproches y agresiones.

En otras ocasiones, se lucha por las metas hasta lograr lo que se desea, sin embargo cuando son logradas hay una insatisfacción, inseguridad y un vacío inexplicable, aún teniendo alguien a su lado con quien compartir.



La mayoría de las personas buscan el respeto y confianza en la persona opuesta, (cónyuge) mientras esa búsqueda sea irracional, ese anhelo por algo más siempre existirá, ya que no se han permitido mirarse así mismos, puesto que cada uno de los integrantes de pareja tiene algo que aportar y es necesario descubrirse así mismos para poder lograrlo.

Sin embargo, cuando se da la falta de confianza y el sentimiento de rechazo de no ser dignos al ser amados no se ve más allá de lo que puede ofrecer y lograr de la relación; entonces comienza a destruir su propio yo; no logrando de esta manera una relación saludable ya que cuando existe una falla en la capacidad de proveer lo necesario para satisfacer sus necesidades, sobreviene un desequilibrio en la pareja. La falta de presencia y ayuda mutua para emprender los roles de cada cónyuge, así como la incapacidad de expresar su individualidad y su identidad da pie para pensar el divorcio.

Algunas parejas llegan al divorcio por la **falta de compensación**, es decir cuando no existe un intercambio recíproco de las necesidades personales y afectivas que carece cada uno de los integrantes de la pareja. De la misma manera muchas parejas no pueden tener un anclaje emocional porque existe una severa dependencia hacia las figuras paternas, por lo tanto no logran ser independientes, sienten que su pareja no cubre las necesidades y comienza a darse la lucha por obtener el poder, con esto aparecen las demandas constantes, los consecutivos rechazos de uno hacia otro con pensamientos ambivalentes por no lograr la satisfacción conyugal dificultando de esta manera la estabilidad de la relación.

Otra de las formas en que se da el divorcio es la **falta de complementación**, es decir no hay un intercambio mutuo de afecto, uno de los dos da todo, mientras que el otro solo recibe, o sea que la relación se torna pasiva y cuando esto pasa, alguno de los integrantes de la pareja termina por cansarse porque no es lo que quiere y entonces busca a otra persona que pueda saciar su necesidad y que le corresponda de la misma manera, es así como surge la llegada de un tercero, en donde ambos permitieron que esto sucediera. Cuando en la relación, existe una infidelidad es poco tolerable para alguno de los dos, por lo que existen reacciones desalentadoras en donde no existen acuerdos y el conflicto se hace más tenso, sin existir ninguna posibilidad por la destrucción personal que se presenta, entonces no hay nada mas que hacer, y la única salida, es el divorcio.

Cuando dos personas se juntan y se usan el uno al otro para funcionar en el mundo, usando las fuerzas del otro. Estas mismas fuerzas son las debilidades del compañero. El complementarismo expande y encoge a cada cónyuge, así mismo; puede servir para expandir a cada persona dándole un modelo del que puede aprender nuevas habilidades. **“En una relación complementaria, y enriquecedora, cada uno es el maestro del otro, y en donde no existe complementariedad, solo uno es el maestro”.** (Héctor Salama 2002.)

La relación complementaria es perfecta, sin embargo la historia de la pareja, también tiene que ver con la historia de los individuos. Si ambos de los integrantes de la pareja no han llegado a la etapa de auto-actualización y uno de los dos sigue buscando a ciegas su autoestima; entonces como

sistema se esta en problemas, porque no podrán establecer un vinculo afectivo armónico.

Al principio el compañero es escogido por seguridad y amor, es un compañero maravilloso por un límite de tiempo, sin embargo después la relación ya no crece. En un lapso de 5 o 10 años su utilidad como paquete de apoyo se hace pequeña, y este va mermando.

Las parejas, después de aceptar el complementarismo por un largo tiempo, pueden peligrar cuando algo cambia en la estructura de la misma, entonces se encamina al divorcio, porque ese cambio desestabiliza la relación y que mejor como pretexto una separación definitiva.

### **2.1.5 EFECTOS DEL DIVORCIO**

El divorcio siempre deja algo doloroso y poco conmovedor para todas las personas que pasan por este periodo, ya que experimentan una sensación de vacío emocional y sentimental, porque el vínculo con el esposo(a) aún siguen ligados no permitiendo de esta manera una adaptación total, se crean sentimientos indefinidos por no asimilar lo que está pasando, sobre todo cuando uno de los dos no esta de acuerdo en que se inicien los trámites del divorcio, o que se hagan sin aviso alguno a su pareja, ya que esta situación es sumamente doloroso y poco aceptable para la persona. El divorcio suele ser menos frustrante y conflictiva, cuando los dos integrantes de la pareja están en común acuerdo en una separación definitiva.

Sin embargo, las personas que han llegado a enfrentar el divorcio, ya sea porque ambos lo decidieron o porque alguno de los dos lo quiso, se ven inmiscuidas en algún tipo de problema familiar o social, debido a que algunas personas suelen ser discriminadas por el estigma que se tiene, así como la clase social a la que se pertenece, ya que en las clases altas es más difícil poder expresar lo que está sucediendo, por temor a las críticas de las amistades o de la familia misma, si estas son tradicionalistas.

Como consecuencia de la ruptura se vive en constante estrés, debido a que la situación de separación se torna bastante difícil para ambas personas, y comienzan a tomar actitudes de indiferencia hacia la vida, con temor a enfrentar lo que sigue en un futuro. Con la tensión que se da en el individuo tiende a tener constantes cambios de carácter, se vuelve agresiva(o) quizá un tanto retraída (o), así, como la búsqueda de otras alternativas para poder sobrellevar el dolor que le deja la separación. (alcoholismo, drogadicción, tabaquismo).

Las consecuencias de un divorcio por lo general son devastadoras y de larga duración, sin tomar en cuenta la calidad de vida que se tuvo durante ese matrimonio. Si el matrimonio se caracterizó por haber sido estable y bueno, va a dejar un dolor muy difícil de erradicar, a causa de los recuerdos imborrables que quedaron en todos los miembros de la familia envuelta, y en el resto de los familiares de la pareja. Los más afectados son siempre los hijos, porque ellos no entienden ni aceptan las razones de una separación.

Si el matrimonio se caracterizó por ser inestable, con malos entendidos y discordias que hicieron la vida insostenible, igualmente dejará

mucho dolor y resentimiento por el hecho de haber confiado en alguien que no llenó las expectativas y por el mejor tiempo de la juventud que se fue sin haber sido aprovechado. Es aquí donde se da, *el sentimiento de culpa* en alguno de los dos integrantes de la pareja o en ambos por todo el tiempo desperdiciado y por lo que pudieron haber hecho juntos; se crean sentimientos de ambivalencia y las preguntas del ¿para qué? ¿Por qué a mí? ¿Qué hice para merecer esto? Así como “si hubiera hecho esto” o “aquello” por el sentimiento de desesperanza y soledad que no permite ver mas allá del dolor, ya que la perdida afectiva de un ser querido con quien se convivió durante largo tiempo es doloroso.

Para poder seguir adelante como persona, algunas veces se utilizan algunos mecanismos de defensa, que ayudan a ser menos dolorosa la separación que se esta viviendo, y una de ellos es la *negación*. Negar lo que esta pasando en la vida personal o en pareja se evita a serios problemas exteriores para no ser juzgada (o), aparentemente es mas fácil salir del conflicto, aunque conscientemente saben que esto no va cambiar.

Ante la negación o aceptación de la realidad, en alguno de los integrantes de la pareja existe la ilusión que en cualquier momento, todo volverá a su normalidad aunque sea en apariencias. Sin embargo, cuando se dan cuenta de que esto no es posible y que de alguna manera están asimilando el vivir solos(as) sobreviene la *depresión* por el abandono sufrido ya que no es fácil enfrentarse a la sociedad por el miedo a que dirán. Para algunas personas esta situación es fatal ya que en ocasiones tienden a tomar actitudes irreversibles en contra de su propia persona por la gran desolación que presentan. Es importante que cuando una persona sienta angustia

excesiva pida ayuda para no caer en algún conflicto grave que pueda dañar la integridad física o emocional del individuo.

La mayoría de las personas que son divorciadas, tienden a tener reacciones físicas como signo de **depresión**, puesto que el daño es grande y no pueden tolerarlo, o se les dificulta expresar sus sensaciones que deja la separación, en algunas personas se pueden presentar algunos signos de alarma que indican que la persona afectada necesita ayuda, y se puede observar a través del insomnio, o en su defecto dormir más de lo normal falta de apetito, soledad, angustia intensa, así como consumir alimentos en grandes cantidades, tomar pastillas para dormir, quedarse encerrada(o) en casa todo el día, no tener amigos(as) y expresar minusvalía hacia su persona y quiera atentar en contra de su vida.

La depresión tanto en el hombre como en la mujer tiende a repercutir, ya que como se ha hablado que en ocasiones la pareja cumplía una expectativa que la familia misma y la sociedad esperaba, al ser parte de un divorcio siendo los protagonistas implica un desgaste emocional ya que no se cumplió la encomienda de los padres y por lo tanto al querer formar una nueva relación se continuará con los mismos estereotipos, dándose de esta manera las lealtades a través de la compulsión a la repetición porque no se ha podido desprender de los ligues emocionales de la familia.

## **2.2 FORMAS EFECTIVAS PARA UNA BUENA RELACIÓN DE PAREJA**

Entrar en el proceso de desprendimiento emocional es indispensable para mejorar la autoestima de cualquier persona, pero es necesario también, que esa disposición nazca de sí mismo. ¿Por qué? Porque ninguna persona puede empezar a trabajar autoestima, cuidarse, menos quererse, si primero no hace un distanciamiento de la persona que está generando conflicto.

El desprendimiento no se presenta de un día para otro, tiende a tardar un espacio de tiempo, ya que implica un proceso largo y difícil. Sin embargo, poco a poco se va logrando, y es una de las mejores maneras para poder tener una relación de pareja satisfactoria para ambas personas, y a su vez logren encontrarse verdaderamente como cónyuges, es decir, consigan lograr que cada integrante de la misma se desprenda de las ataduras emocionales de su familia para así lograr una buena estima; y aceptar la independencia de ambos, ya que desde el momento en que decidieron unirse o formar una relación sentimental dejaron a un lado a la familia, buscando que todo lo que exista en el presente y lo que pueda venir en futuro solo dependerá de ellos dos. Quizá en un principio resulte difícil, porque se acostumbra a depender de la familia en todo momento, y sobre todo cuando se presentan conflictos en las etapas de la vida, sin embargo, le corresponde a cada uno de la pareja velar por la relación, aceptando sus propios problemas y roles que se ejercen en el matrimonio.

Para poder lograr la separación, es necesario que toda persona logre una buena identidad y confianza en sí mismo, lo primordial es individualizarse de la familia de origen, es decir, lograr un yo total en todo momento de la vida, sentirse plenamente completo sin necesidad de hacer lo que los integrantes de la familia digan, se necesita estar libre para tomar las propias decisiones, ser capaz de reconocer las habilidades positivas que pueden beneficiar, y haciendo a un lado lo que podría estar generando conflictos, construyendo de esta manera la madurez emocional en cada integrante de la pareja.

Y como último momento lograr desprenderse de las lealtades familiares que unen a la familia, en un principio suele ser doloroso por las relaciones estrechas que existen, sin embargo; es necesario saber hacerlo para un beneficio personal. Jung (1959) dice **“que individualizarse significa liberarse de esas fuerzas a través de un ego fuerte y el dominio de conciencia”**.

En la pareja, tanto el hombre como mujer luchan por separarse emocionalmente de sus padres o de la sociedad, sin embargo existen barreras o ataduras que la familia utiliza para engancharlos emocionalmente, como “cuida a tu esposo” “mira como te trata”, “mira como traes los niños”, entre otros, para que estos no se vayan de su vida y que de alguna manera sientan que aún les pertenece. En pareja le corresponde a cada uno de los integrantes luchar por su propia felicidad y poner sus propios límites. Puesto que ahora sólo son dos y por ende son los únicos que pueden decidir lo que hagan o dejen de hacer, obteniendo de esta manera el éxito y buena armonía en la relación viéndose como seres individuales para formar un todo.



### **2.2.1. DEFINICIÓN DE LEALTAD.**

La lealtad, es la fidelidad al compromiso de defender lo que queremos y en quien creemos, tanto en los buenos y malos momentos. La lealtad es un valor que se desarrolla en el interior de cada persona, el tener conciencia de lo que hacemos y decimos, es una obligación que se tiene con los demás. Esto se aprende desde la infancia, ya que los padres heredan ese sentimiento de responsabilidad, que día a día se tiende a cargar en diferentes situaciones.

En tanto, como este compromiso implica ser leales a los padres o familia de origen de donde se proviene según sus costumbres, el cumplir las pautas de enseñanza del cual se fue creado se continúan de manera repetitiva, ya que no es fácil renunciar a los aprendizajes de las figuras paternas. Sin duda esto repercute notablemente en la formación de la pareja puesto que al tomar la decisión de entablar una relación, se crean ambivalencias en los sentimientos de las personas; mientras cumplan alguna expectativa de sus padres, en el interior de cada uno se siente desdichado e infeliz, porque tienden a obedecer todas las órdenes familiares, o bien; seguir con las mismas costumbres que su familia a transmitido, ya que si este viola las reglas tiende a ser desconocido como integrante de la familia.

En algunas parejas se puede observar que aún estando en desacuerdo en casarse con la persona que lo pretende, tienden a continuar con la relación, aunque no exista un sentimiento de promedio, ya que solo buscan quedar bien con su familia y la sociedad misma. Aunque cada uno de los que forman la pareja sean conscientes de lo que esta pasando en el

interior de la misma no se separan prefieren seguir luchando en contra de sus sentimientos, porque se unieron con la idea de que el matrimonio es para siempre, y pase lo que pase estarían juntos para no defraudar a sus padres.

Las lealtades suelen formarse por **creencias, es decir**; de lo que la familia inculca hacia sus descendientes y todo el vínculo encubierto al cual se está ligado por hacer que los demás miembros de la familia obedezcan lo que la máxima autoridad diga, ya sea la sociedad misma o las figuras parentales. Si algún miembro de la familia no obedece a ciertos límites, cae en la falta de respeto hacia la persona que impone (padres) lo cual es mal visto por la sociedad o familia y tienden a tomar represalias en contra del que viola las reglas.

En algunas familias imponen a sus hijos para formar una pareja, porque los padres quieren una persona para sus hijos o hijas con sus propios gustos, ya que según ellos por la experiencia que tienen son mejores para dar un consejo y estos tratan de elegirlos según sus creencias.

La lealtad también puede manejarse como una **fidelidad**; se puede observar en las familias cuando los padres esperan grandes expectativas de sus hijos exigiéndoles varias encomiendas. La persona a quién se delega una responsabilidad es enviado, a la vez está ligada a la familia por la larga cuerda de la lealtad. Las personas delegadas prueban su lealtad cumpliendo conscientemente la misión que les han encomendado, y la realización de la misión asignada origina un sentimiento de autoestima.

Las "misiones encomendadas a los hijos", pueden satisfacer diversas necesidades de los padres, o bien que se induzca al hijo adolescente a tener aventuras de diversa índole, generalmente para vivenciar una época de frenesí que, por diversos motivos los padres no fueron capaces de vivir.

En algunas parejas se observa que tanto el hombre como la mujer cumplen alguna expectativa de su familia, y aunque no exista un sentimiento mutuo en la relación, siguen estando juntos porque efectúan lo que sus padres dicen.

En el caso de la mujer es percibida fácilmente, ya que la mayoría es educada para satisfacer las necesidades afectivas de los demás y de esta manera obtiene una recompensa emocional. Por tanto podemos observar a parejas que continúan unidas aunque la relación ha terminado emocionalmente, cubriendo una necesidad con algún miembro de la familia por la fidelidad que existe y que es difícil disolverla. Por otro lado, se puede generar como un **compromiso** que se da en la familia ya que los mismos padres inculcan ese "**deber de**" formar una pareja y en el caso de no acatarlo suele ser excluido del núcleo familiar.

De esta manera el individuo es obligado a cumplir los deseos de los demás para formalizar o mantener una relación sentimental aunque quizá no se sienta a gusto y no es lo que quiera en ese momento, sin embargo; no hay nada que hacer aún estando conciente que esa decisión podría ser un fracaso; prefiere hacer a un lado sus verdaderos sentimientos para refugiarse en un "debo", el cual estaría cayendo en la compulsión a la repetición y seguir con el mismo ideal de la familia ya que por alguna razón se exige lo

que alguno de los padres no pudo lograr y ahora se espera que lo hagan los hijos.

## **2.2.2 REPERCUSIONES DE LA LEALTAD.**

La lealtad es un sentimiento de solidaridad y compromiso que unifica las necesidades y expectativas de la unidad social, en este caso la familia; las lealtades tienden a repercutir de manera significativa en la persona, desde el momento de “querer hacer” lo que la sociedad o figuras representativas esperan de él, esto trae como consecuencia el olvidarse de sí mismo sin saber lo que necesita, lo que quiere o lo que busca en la vida, perjudicando invariablemente en la formación de identidad.

Una persona que siempre complace a los demás sin sentir placer por sus éxitos o triunfos, éste siempre suele sentirse vacía, sin rumbo; logra mucho, sin embargo para él es como si no lo hiciera, por un lado esta satisfaciendo las necesidades de sus padres y por el otro se sacrifica para lograr sus metas personales, dando como resultado el estancamiento sin trascendencia.

La familia es la parte elemental de todo ser humano, sin embargo esto no significa hacer todo lo que estos indiquen ya que cada persona es individual y cada uno busca su propia identidad. Desgraciadamente esto no se logra adecuadamente, porque las figuras paternas necesitan seguir reteniendo a sus hijos y atarlos emocionalmente hacia ellos. Es difícil para

los padres comprender que los hijos han crecido y que es momento de separarse.

Esto repercute indudablemente en la formación de pareja o cuando ya se tiene una relación estable; puesto que los padres quieren seguir manipulando a sus hijos de alguna manera. A veces los propios hijos buscan a sus padres o familiares para pedir un consejo como producto de la no individualización, ya que al formar una pareja el saber solucionar un conflicto dentro de ella es la clave de una buena maduración personal.

Existen parejas que son inmaduras e inseguras y que así fueron formadas dentro del núcleo familiar ya que no tenían la capacidad de resolver su propio conflicto, además de que sus padres siempre estuvieron ahí para solucionarlo todo sin darles la oportunidad de poder expresar sus inquietudes. Al momento de querer formar una pareja seguirá siendo la misma persona tímida, insegura e inmadura con la incapacidad de ser él o ella misma; dentro de la relación dará pauta a seguir la misma dinámica así también seguirá cumpliendo los mismos sacrificios que hacía en casa para su beneficio personal o para darle lo mejor a su pareja haciendo a un lado su propio yo, ya que de esta manera aprendió a sobrevivir en la familia y así fue aprendido por sus padres por lo tanto no tiene porque romper con algo que le inculcaron desde niño(a). Dándose así la lealtad con su familia ya que no se atreven a romper ese vínculo que los une, tornándose más fuerte que cualquier cosa que estos hagan para cambiar su forma de vivir.

### 2.2.3 EL PAPEL DE LA FAMILIA EN LA FORMACIÓN DE LA LEALTAD

En la formación del individuo existen muchos factores que determinan la manera de comportarse y que forzosamente se encuentra la familia, la que provee de las necesidades básicas, quien se encargará de formar la organización y estilo de comunicación entre los miembros y éstas serán determinantes para sus futuras relaciones.

La familia influye en la formación de la lealtad a través de **creencias** y que éstas se transmiten de generación en generación creando así un vínculo emocional, que es difícil desprenderse, por lo que representan las figuras parentales para ambos (mujer - hombre) puesto que en caso de ser violadas se cree, que pueden ser pecaminosas o peligrosas y hasta puede traer consecuencias graves.

Dentro del núcleo familiar se observa que se transmiten una gran variedad de rituales o mitos que siempre están presentes de acuerdo a su cultura. Por ejemplo, en algunas familias se cree que “la mujer no debe salir sola fuera de su casa a altas horas de la noche” y en la mayoría “que los hombres no deben llorar o que son los mas fuertes”. Sin embargo lo que se siempre se a utilizado y que viene desde hace años es que “la mujer tiene que casarse de blanco” y en caso contrario es señalada por los demás y menospreciada.

Otro mito que se usa dentro de la familia es que “nunca le levantes la mano a tu padre porque es pecado”, así como; “los matrimonios deben ser para siempre” y que “sólo la muerte los puede separar”, aún viviendo en dificultades dentro de su matrimonio por lo tanto se tiende a obedecer, de lo contrario podría pasar lo peor y entonces no hay nada que se pueda remediar.

Jung (1959) dice que los mitos son **“predisposiciones a tener ciertas experiencias, la disposición de creer en una idea es solo potencialidad hasta que sea una imagen real”**. Es decir debe haber algo concreto para que este pueda ser real y vivido.

Los mitos van desarrollando y cambiando según las experiencias, por ejemplo si una mujer tiene un padre dominante puede percibir y generalizar a los hombres como figura de autoridad, pero el contacto con ellos logrará que se tenga una idea diferente de enfrentarse.

En ocasiones se tiende a distorsionar esa imagen, entonces no se logra una adaptación total, esto se percibe en jóvenes que desean establecer una relación de noviazgo, algunas veces se tiende a percibir erróneamente al compañero opuesto y se finge estar enamorado aunque en realidad sea su imagen arquetípica, es decir; una imagen fantaseada y no de la persona en sí.

Las predisposiciones de la familia distorsionan la percepción de cada integrante puesto que al fomentarlo no lo hacen de manera adecuada, la mayoría de las personas parecen tener la esperanza de una relación

duradera por el matrimonio tradicional en el cual se introyecta, que la unión es para siempre, dando pauta a la lealtad con su familia de origen.

Otra de las maneras con que la familia aprende a ser leal es por medio de los **códigos**, como cada familia es diferente, por lo tanto la manera de comunicarse suele ser disímil, que aunque varían los idiomas estos representan cosas, que en ocasiones no existen realmente. Las palabras y frases son símbolos, porque sustituyen algo, no tienen significado por si mismas, sin embargo; se le atribuye un significado y esto pasa en todas las familias que aunque son diversas cada una tiene su propio código, es decir; cosas que pasa en la familia y que solo los integrantes saben ocultándolo.

La lealtad ocurre cuando se sigue este mismo patrón de conducta al formar una pareja, lo que se vivió en casa se sigue conservando por que implica seguir atados afectivamente con la familia. Estos códigos expresan lo que es difícil de comunicar o lo que no puede expresarse fácilmente y esta es una manera de enfrentarse con sus problemas de una forma armónica.



## **CAPÍTULO III**

### **DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN**

### **3.1 HIPÓTESIS**

Hi: Las lealtades con la familia de origen, influyen directamente en la separación de las parejas.

Ho: Las lealtades con la familia de origen, no determinan la separación en parejas.

Ha: La dependencia con la familia de origen, es la causa principal en la separación de parejas.

### **VARIABLES**

V .I Las lealtades con la familia de origen.

V .D Separación en parejas.

### **3.2 CONCEPTUALIZACIÓN DE LAS VARIABLES.**

V.I. LEALTAD: Es un sentimiento de solidaridad y compromiso que unifica las necesidades y expectativas de una unidad social específicamente la familia.

FAMILIA DE ORIGEN. Es el centro de la familia nuclear del cual se tiene las raíces tanto de cultura y tradición; es el elemento principal para la formación del individuo.

V.D. SEPARACION. Es un distanciamiento que existe entre dos o más personas que puede ser física o emocional.

PAREJAS. Es la unión de dos personas que se involucran de manera afectiva para formar una relación sentimental.

### 3.3 OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES.

VARIABLES	INDICADORES	ÍNDICE	ITEMS
VI: LAS LEALTADES CON LA FAMILIA DE ORIGEN.	Definición de lealtad.	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Por creencia.</li> <li>b) Por fidelidad.</li> <li>c) Por compromiso.</li> </ul>	¿Cómo se forma la lealtad?
	Repercusiones de la lealtad.	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Relación de pareja.</li> <li>b) Relaciones familiares.</li> <li>c) Formación de identidad</li> </ul>	¿En qué y cómo puede afectar la lealtad?
	El papel de la familia en la formación de la lealtad.	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Códigos.</li> <li>b) Mitos.</li> <li>c) Sacrificios.</li> </ul>	¿Cómo influye la familia en la formación de la lealtad?
V.D SEPARACION EN PAREJAS.	La pareja	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Necesidad</li> <li>b) Compromiso</li> <li>c) Fantasías.</li> </ul>	¿Cómo se forma la pareja?

	Elección de la pareja.	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Complementariedad.</li> <li>b) Compensación.</li> <li>c) Necesidades psicológicas.</li> </ul>	¿Qué se toma en cuenta para elegir a la pareja?
	Etapas de la pareja.	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Encuentro.</li> <li>b) Idealización.</li> <li>c) Conflicto</li> <li>d) Aceptación.</li> </ul>	¿Cuáles son las etapas por las que pasa toda pareja?
	Separación.	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Distanciamiento.</li> <li>b) Falta de afecto.</li> <li>c) Por la llegada de un tercero.</li> </ul>	¿Cómo se da la separación?
	Divorcio	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Debilitamiento del yo.</li> <li>b) Falta de compensación.</li> <li>c) Dependencia.</li> <li>d) Falta de complementariedad.</li> </ul>	¿Por qué se da el divorcio?

	Efectos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Negación.</li> <li>b) Desaprobación.</li> <li>c) Depresión.</li> </ul>	¿Cuáles son los efectos del divorcio?
	Formas efectivas para una buena relación de pareja.	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Aceptación.</li> <li>b) individualización.</li> <li>c) Desprendimiento.</li> </ul>	¿Cómo se logra tener una buena relación de pareja?

### 3.4 FORMA Y TIPO DE INVESTIGACIÓN

Para llevar a cabo la investigación de tesis se apoya en la investigación **pura**, ya que la información desarrollada esta basada en teorías ya existentes, solo que se está llevando a un contexto real para brindar información más efectiva a la población. Este tipo de investigación permitirá llevar la información recabada de una manera más real extrapolando a la realidad en que se vive en la región

## **TIPO DE INVESTIGACIÓN:**

Este tipo de estudio es correlacional – descriptivo, debido a las cuestiones que a continuación se enuncian.

### **CORRELACIONAL**

Para esta investigación se usa la investigación correlacional porque se trata de medir la relación entre las variables que se presentan dentro del mismo y así poder observar si una variable depende de la otra y de que manera afecta.

### **DESCRIPTIVA**

Se usa este tipo de investigación porque se indaga la incidencia del problema y los valores en que se manifiestan. Además, esta investigación permite medir las variables y proporciona una descripción de la misma, haciendo comparaciones entre diversos grupos. Lo que trata esta investigación es, describir como se esta dando el problema en la región.

### **3.5 POBLACIÓN Y MUESTRA.**

#### **POBLACIÓN.**

Debido a que en nuestra región existen muchos casos de divorcio y separación de parejas aún viviendo dentro de una relación o matrimonio se toma como población a “personas con parejas” que asisten a consulta en el área de Salud Mental del Centro de Salud “Dr. Horacio Camargo Rivera” de Huejutla, para investigar de que manera esta afectando las lealtades dentro de su estructura conyugal; tanto hombres como mujeres, ya que ambos están expuestos a este tipo de problemática.

Esto para unificar la investigación y sea más completa para así obtener resultados reales de la investigación.

#### **MUESTRA**

En esta investigación se trabaja con las muestras no probabilísticas, ya que se está buscando hacer la entrevista y encuesta a 20 personas con pareja que asisten a consulta en el área de salud mental de 80% que asisten en el centro de salud de Huejutla, como una muestra representativa de la población que solicita este tipo de atención.



### **3.6 INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN.**

#### **a) ENTREVISTA**

Se diseñó y aplicó la entrevista para recabar información a personas que tienen una pareja para ver de que manera las relaciones se deterioran o en su defecto ocurre una separación y que es lo que pasa, en el interior de cada integrante. Este tipo de instrumento es confiable y así obtener la validez en la investigación. (Ver anexo 2).

#### **b) ENCUESTA**

Se diseñó y aplicó la encuesta a 20 personas que mantengan una relación de pareja o en su defecto la tuvieron y que asisten a consulta en el área de salud mental del centro de salud de Huejutla para recabar información necesaria que respalde la investigación y sea válida y confiable. (Ver anexo 1).

#### **c) ESTUDIOS DE CASOS**

Se trabajó con señoras y personas que se prestaron para comentar algún caso relacionado con su pareja, en donde solo se darán alternativas, más no se trabajara como terapia ni habrá ningún seguimiento. (Ver anexo 3 y 4).

## **CAPÍTULO IV**

### **ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN**

#### 4.1 VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN.

Se aplica la confiabilidad por mitades para ver el grado de validez de la investigación llevada a cabo en la institución en donde se realizó el estudio.

No.	X1	X1 <sup>2</sup>	No.	X2	X2 <sup>2</sup>	(x1-x2)
1	19	361	2	19	361	361
3	21	441	4	19	361	399
5	19	361	6	21	441	399
7	19	361	8	19	361	361
9	18	324	10	19	361	342
11	19	361	12	21		399
13	21	441	14	19	361	399
15	21	441	16	21	441	441
17	19	361	18	19	361	361
19	21	441	20	19	441	399
21	19	361	22	19	361	361
23	21	441	24	19	361	399
25	19	361		234	4652	19
	256	5056				4640

X 19.69

X - 19.5

Formula de correlación de **PEARSON**

$$r_{xx} = \frac{\sum (XA1) (XA2) / N - (\sum XA1) (\sum XA2)}{(\sum SA2) (\sum SA2)}$$

$$S = \frac{\sum X1^2 - (\sum X^2) / N}{N - 1}$$

$$S = \frac{5056 - 256^2/13}{13 - 1}$$

$$S = \frac{5056 - 5041.23}{12}$$

$$S = \frac{14.77}{12}$$

$$S = 1.23 = \mathbf{1.10.}$$

$$S = \frac{\sqrt{\sum X2 - (\sum X2^2) / N}}{N - 1}$$

$$S = \frac{4652 - 234^2 / 12}{12-1}$$

$$S = \frac{4652 - 4563}{11}$$

$$S = \frac{89}{11}$$

$$s = 8.09 = \mathbf{2.64.}$$

$$r_{xx} = \frac{\sum (XA1)(XA2) / N - (\bar{XA1})(\bar{XA2})}{(SA2)(SA2)}$$

$$r_{xx} = \frac{4640/12 - (19.69)(19.5)}{(1.10)(2.84)}$$

$$r_{xx} = \frac{386.66 - 383.95}{3.12}$$

$$r_{xx} = \frac{2.71}{3.12}$$

$$r_{xx} = .86$$

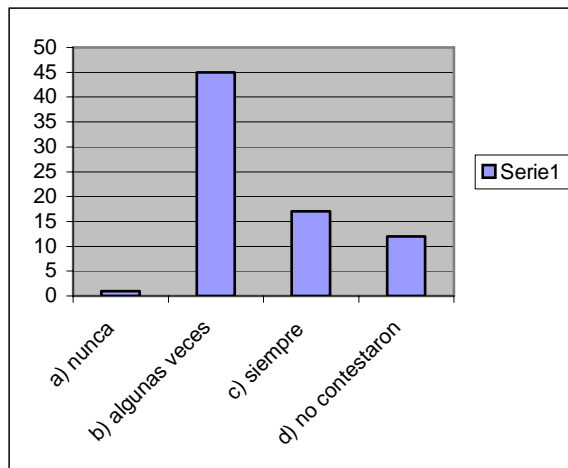
Nivel de significancia: 0. 0001

Es decir; a mayor lealtad con la familia se genera mayor separación en las parejas.

## 4.2 GRAFICAS

**GRÁFICA 1. Intervención de la familia en la relación de pareja.**

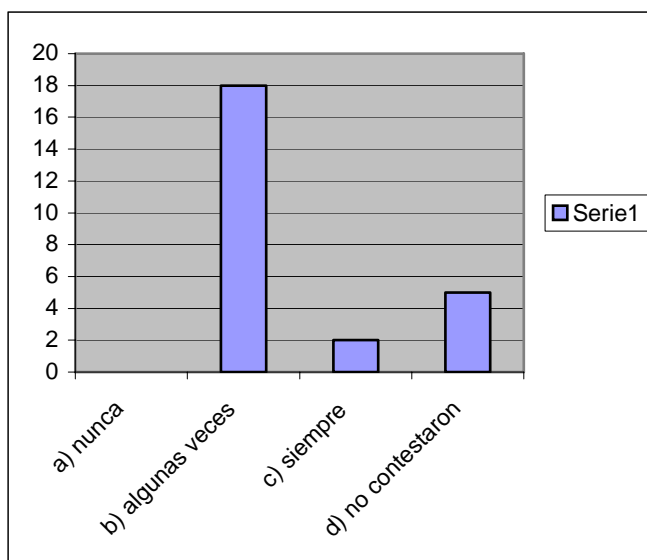
Ítem	Cantidad	%
a) Nunca	1	1.3%
b) Algunas veces	45	60%
c) Siempre	17	22.6%
d) No contestaron	12	16%
Total.	75	99.9%



En la gráfica puede observarse que la mayoría de las parejas de la región permiten que su familia se inmiscuya en su relación de pareja, mientras que el 16% prefiere no contestar acerca de lo que pasa dentro de su relación de pareja.

**GRÁFICA 2. Influencia de la familia en las decisiones personales.**

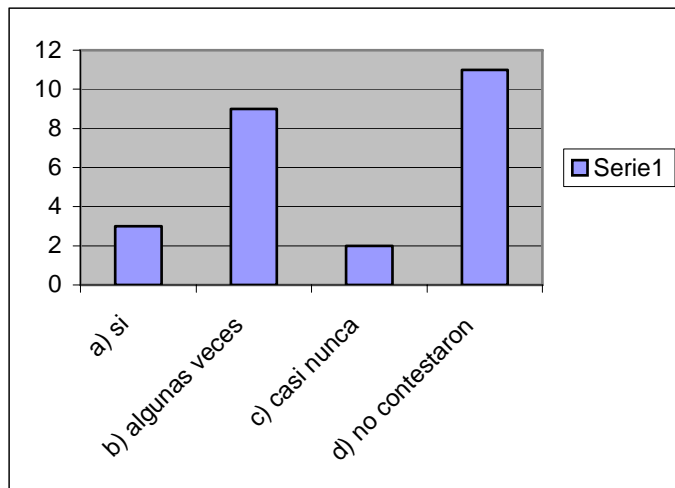
Ítem	cantidad	%
a) Nunca	0	0%
b) Algunas veces	18	72 %
c) Siempre	2	8%
d) No contestaron	5	20 %
Total.	25	100%



Se puede observar claramente que la familia tiende a influenciar en las decisiones personales de los integrantes de su familia mientras que el 20% decide no contestar por razones personales.

**GRÁFICA 3. Seguridad en la convivencia con la pareja.**

Ítem	cantidad	%
a) Si	3	12%
b) Algunas veces	9	36 %
c) Casi nunca	2	8%
d) No contestaron	11	44%
Total.	25	100%

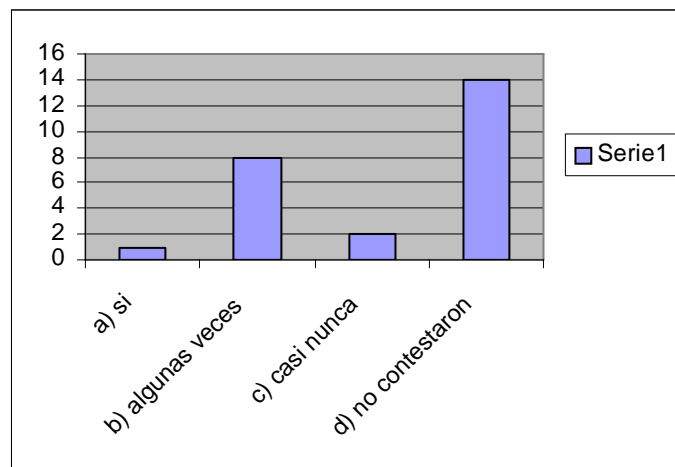


En la gráfica puede observarse que solo el 12% de las parejas encuestadas siente seguridad en la convivencia de la familia, mientras que el resto no se siente a gusto dentro de la misma y en su mayoría prefiere no contestar.



#### GRÁFICA 4. Comunicación en la pareja.

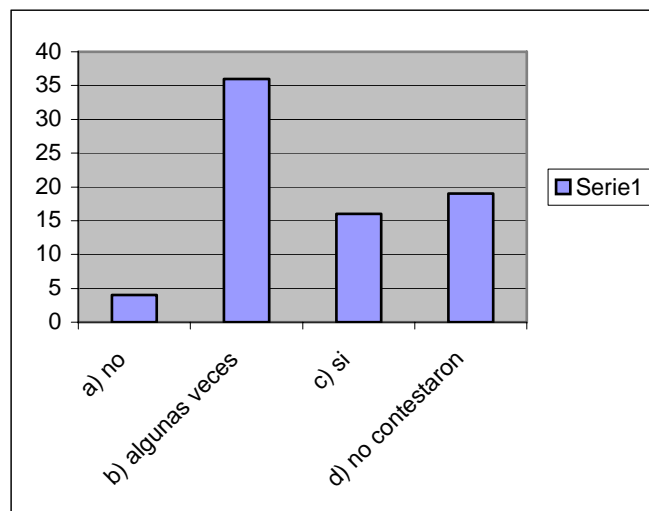
Ítem	cantidad	%
a) Si	3	12%
b) Algunas veces	9	36 %
c) Casi nunca	2	8%
d) No contestaron	11	44%
Total.	25	100%



Como puede observarse las parejas no tienen comunicación en su interior, mientras que algunos prefieren no decir nada de lo que pasa en el interior de su relación.

### GRÁFICA 5.La familia como transmisora de costumbres.

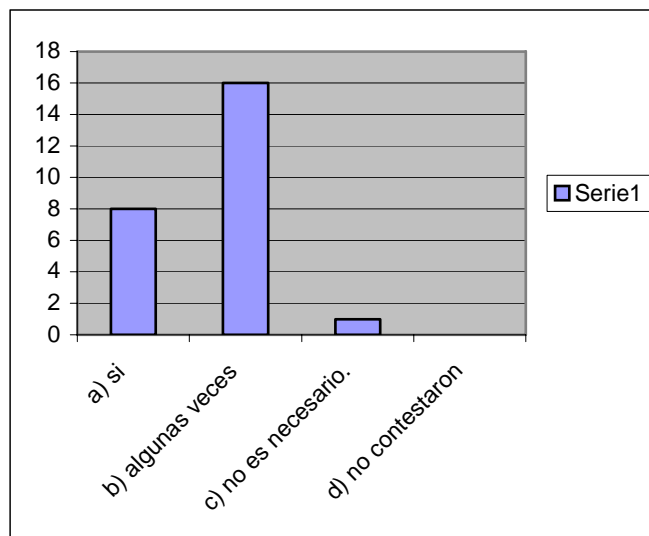
Ítem	cantidad	%
a) No	4	5.3%
b) Algunas veces	36	48 %
c) Si	16	21.2%
d) No contestaron	19	25.3%
Total.	75	99.8%



En la gráfica puede observarse que la mayoría de las parejas tienden a repetir las costumbres de su familia, y solo en un bajo porcentaje deciden formar su propia historia.

**GRÁFICA 6. El amor es esencial para la estabilidad de pareja.**

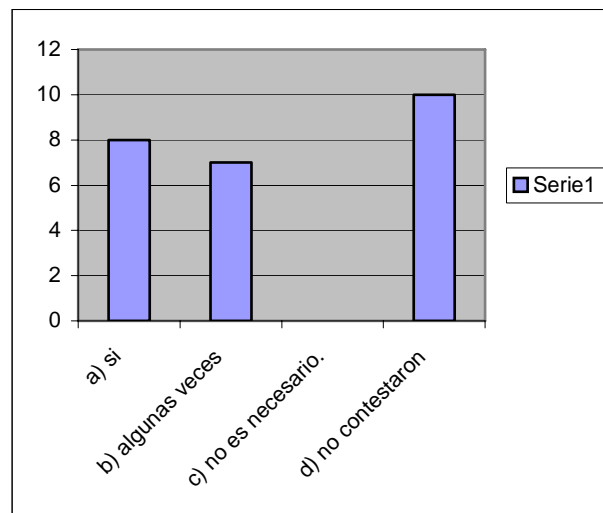
Ítem	cantidad	%
a) Si	8	32%
b) Algunas veces	16	64 %
c) No es necesario	1	4%
d) No contestaron	0	0%
Total.	25	100%



En la gráfica se observa que el 32% dice que el amor no es lo más importante en una relación de pareja, mientras que en su mayoría dice que solo algunas veces es importante el amor.

**GRÁFICA 7. Se puede mejorar la relación de pareja.**

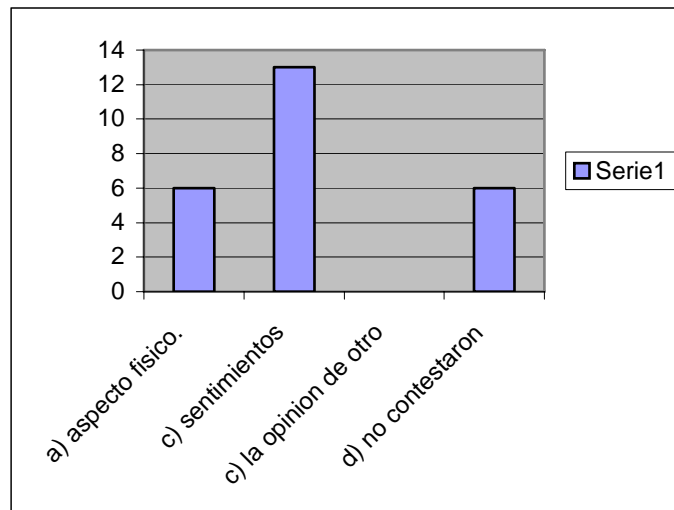
Ítem	cantidad	%
a) Si	8	32%
b) No se	7	28 %
c) No	0	0%
d) No contestaron	10	40%
Total.	25	100%



En la gráfica puede observarse que la mayor parte de las parejas encuestadas opina que si puede haber un cambio en su relación, mientras que el 28% dice que puede ser aunque no estén completamente seguros y el resto prefiere no contestar.

**GRÁFICA 8. Aspecto que se toma en cuenta para establecer una relación de pareja.**

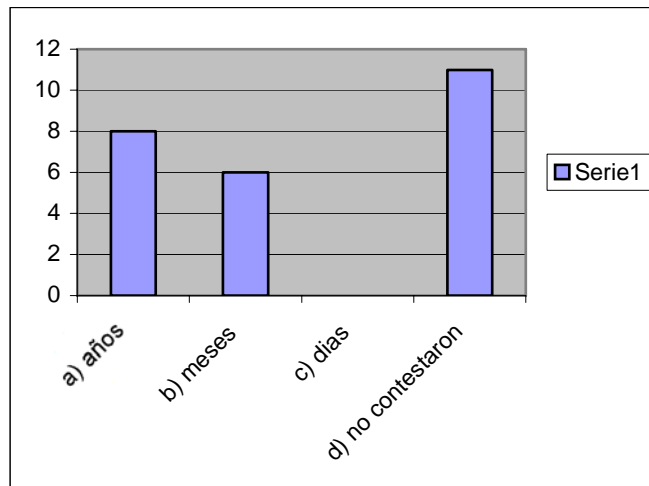
Ítem	cantidad	%
a) Aspecto físico	6	24%
b) Sentimientos.	13	52 %
c) La opinión de otro	0	0%
d) No contestaron	6	24%
Total.	25	100%



Se puede observar, que en la mayoría de las personas toman en cuenta los sentimientos para poder entablar una relación de pareja, como segundo plano está el aspecto físico y el resto decide no contestar.

**GRÁFICA 9. Duración en la relación de pareja.**

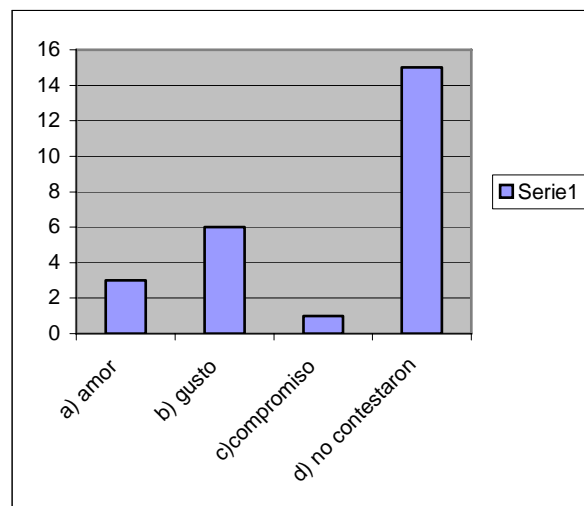
Ítem	cantidad	%
a) Años	8	32%
b) Meses	6	24%
c) Días	0	0%
d) No contestaron	11	44%
Total.	25	100%



En esta gráfica que la mayoría de las personas encuestadas decide no contestar la duración de pareja pero en su mayoría contesta que las relaciones que han tenido son de años y el resto ha sido de meses.

**GRÁFICA 10. Situación actual dela pareja.**

Ítem	cantidad	%
a) Amor	3	12%
b) Gusto	6	24%
c) Compromiso	1	4%
d) No contestaron	15	60%
Total.	25	100%

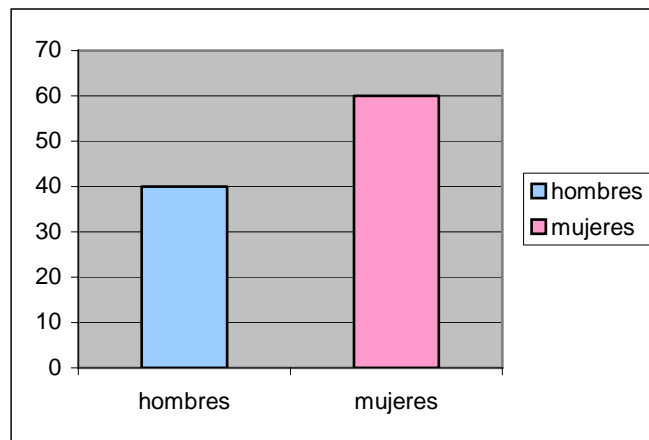


Se observa que las personas deciden no hablar de cómo esta su relación actualmente y el 12% de las personas están con su pareja por amor y en su mayoría con 24% esta solo por gusto y el 4% por compromiso.

## TOTAL DE ENCUESTADOS.

Hombres.	
25	100%
10	40%

Mujeres	
25	100%
15	60%



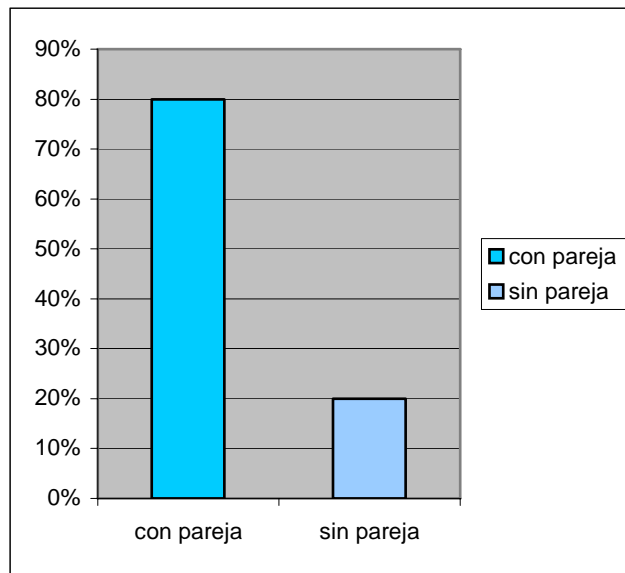
De 25 personas encuestadas la mayoría son mujeres, por tener mayor disponibilidad en contestar la entrevista y el resto de los hombres muestran mayor resistencia al ser entrevistados.



## TOTAL DE ENCUESTADOS CON:

Con pareja.	
25	100%
20	80%

Sin pareja.	
25	25 %
20	20 %



De la población encuestada el 80% de las personas tienen pareja actualmente y el resto no la tiene por cuestiones personales.

## 4.3 ANÁLISIS DE CASOS

### CASO 1.

Paciente del sexo femenino, cuya edad asciende a los 24 años, ubicada en sus tres esferas de forma adecuada (tiempo, espacio y persona), medianamente alineada; presenta una expresión con profunda tristeza, acompañada de un lenguaje claro y coherente. En tanto, se infiere que la paciente podría presentar un nivel de motivación instintiva en la etapa oral, debido a que frecuentemente generaba discusiones con el esposo, misma que conllevó a finalizar la relación de pareja.

Así mismo, se infiere que posee cierta tendencia a rasgos anales, por el dato significativo que presenta al querer controlar a su esposo, a través de diversas conductas que la paciente utiliza; tales como agresiones verbales utilizando palabras altisonantes.

Por otro lado, se observa frecuentemente que la paciente, utiliza como mecanismo de defensa el desplazamiento, ya que para encontrar una salida a su conflicto culpa a sus padres por inmiscuirse en su relación, asimismo canaliza la agresión a través de síntomas psicósomáticos dentro de los cuales podemos mencionar dolores de cabeza, disminución del sueño, falta de apetito.

Cabe señalar, que posee un súper yo, medianamente integrado, con calidad de relaciones objétales inestables y conflictivas debido a que no pudo sostener y mantener su relación sentimental.

Pese a los conflictos que la paciente ha manifestado en el transcurso de su relación, presenta cierta apreciación de la realidad estable y sostenida.

## **CASO 2.**

Paciente masculino cuya edad asciende a los 26 años, presenta un lenguaje claro y coherente, ubicado sus tres esferas (tiempo, espacio y persona), en tanto presenta un adecuado alineo. Por lo que refiere el paciente, se infiere que su cónyuge presenta una motivación instintiva ubicada en la etapa oral, debido que solo demanda atención del esposo, y necesita que le satisfaga sus necesidades. Asimismo podría estar presentando rasgos anales al querer tomar el control de la relación.

En cuanto al paciente se observa que es una persona madura, con calidad de relaciones objétales estables, sostenidas y conflictivas. Con una apreciación de la realidad estable, presentando algunos síntomas de ansiedad. Utiliza como mecanismo de defensa el desplazamiento debido a que canaliza su conflicto al manifestar síntomas físicos, que es generada por la misma ansiedad que presenta.

El paciente, presenta buena calidad de INSIGHT, mostrando la capacidad para solicitar ayuda con fines de solucionar su conflicto conyugal. (Ver anexo 4).

## 4.4 DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Tomando en cuenta los datos arrojados en la presente investigación y la opinión de las personas encuestadas, así como de algunos casos observados y analizados en el Centro de Salud, se observa que la mayoría de las familias de la región Huasteca siguen dependiendo de sus padres, no permitiéndoles de esta manera vivir su propia experiencia dentro de su relación, ya que de alguna manera el estar ligados con sus padres los predisponen a repetir patrones de conducta y crianza en sus relaciones de pareja.

Asimismo, se palpa en la información recabada que existe una predisposición alta, respecto a parejas que prefieren no hablar de lo que pasa en su relación personal, ya que esta situación les resulta incomoda para ellos por ser ésta de carácter íntimo y familiar; en tanto también existe cierta conducta de respeto hacia los padres o a la pareja, ya que de lo contrario sería un “pecado” hablar mal de la familia, como lo ven las personas de comunidades lejanas (zona rural), de esta manera se comprueba que las lealtades se encuentran presentes en cualquier momento de la vida del desarrollo humano.

Las relaciones familiares suelen ser muy complejas ya que desde muy pequeños se nos enseña a vivir de acuerdo a las costumbres familiares y seguir las mismas pautas, mientras sean violadas existe un castigo o tiende a ser señalado (a) por los demás integrantes de la familia tomándolo como la “oveja negra” el que causa problemas y desequilibrios dentro del núcleo familiar.

En las relaciones familiares existen un vínculo afectivo muy fuerte lo cual impide desprenderse totalmente de las necesidades afectivas psicológicas aún manteniendo una relación de pareja, en al cual tiende a notarse claramente toda situación de conflicto resultado de un yo no desprendido y que da como resultado regresiones de la persona a través de la pareja.

Como resultado de las lealtades familiares resalta el poco acoplamiento en la pareja, impidiendo de esta manera una relación estable, plena y satisfactoria, lo cual llevaría a la duración de la relación culminándola con armonía y sentimiento de pertenencia de pareja.

Sin embargo el no desprendimiento conlleva a la ruptura de la relación sentimental culminándola en divorcio o estancamiento sentimental, viviendo separados en cuanto a emociones y estando juntos físicamente, como se nota evidentemente en algunas parejas de la región.

Por todo lo anterior, se concluye que a través del estudio cuantitativo y cualitativo de los resultados obtenidos en las encuestas y estudios de casos se llega a la conclusión que se acepta la hipótesis planteada; acerca de que “Las lealtades con la familia de origen influyen directamente en la separación de parejas”.

No obstante, esta investigación esta basada únicamente a un porcentaje de muestra en la investigación en relación a parejas, por lo que los resultados son inferidos a toda una población en general. Así mismo, los estudios de caso que se plantearon no se le dio seguimiento solo se sugirieron algunas alternativas de solución.

**CAPÍTULO V.**

**PROPUESTA.**

## **“DESPRENDIMIENTO DE LEALTADES”.**

### **5.1 JUSTIFICACIÓN.**

Dentro de nuestro contexto se han observado diversas problemáticas en las parejas debido a diversos factores, tales como la poca o nula comunicación, violencia intrafamiliar, abandono de hogar, divorcios y separaciones de parejas por un lapso de tiempo, creando así, algunos conflictos psicológicos.

Considerando todo lo anterior, surge como propuesta de intervención la elaboración del Taller “DESPRENDIMIENTO DE LEALTADES” dirigido a padres de familia, parejas y adolescentes que asisten a consulta psicológica en el Centro de Salud “ Dr. Horacio Camargo Rivera”, cuyo objetivo es brindar atención e información adecuada, según lo requiera el usuario; así mismo dicha intervención se encuentra fundamentada en bases teóricas, sólidas y científicas con una estructura dotada para poder ayudar a la población a percatarse de lo que sucede en su relación de pareja así como también las herramientas para poder mejorarla creando mejores expectativas al buscar una pareja sentimental, fomentando de esta manera la madurez intelectual y emocional del sujeto, así como una experiencia agradable de su estancia en pareja.

## **5.2 OBJETIVOS GENERALES**

- ❖ Brindar información y dar atención a pacientes que así lo requieran con la finalidad de mejorar su relación o desarrollar habilidades personales, fundamentada en bases teóricas que ayuden a establecer relaciones más maduras.
- ❖ Ayudar a las familias a mejorar las pautas de educación a sus hijos sin llegar a la sobreprotección de los mismos, creando mayores expectativas de vida siendo estas satisfactorias en cuanto a la relación de pareja referida.

## **5.3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- ❖ Proporcionar una Definición de Lealtad.
- ❖ Proporcionar una Definición sobre desprendimiento de lealtad.
- ❖ Dar a conocer a través de ejemplos de la vida cotidiana acerca de cómo se genera la lealtad en el núcleo familiar.
- ❖ Proporcionar estrategias de solución que ayuden a reparar o desprenderse de las lealtades paréntales.
- ❖ Evaluación del curso a través de preguntas.



## 5.4 ACTIVIDADES A DESARROLLAR

- Presentación del ponente.
- Presentación del taller.
- Dinámica - Juego “Los vecinos”.
- Técnica de “lluvia de ideas” para recabar información previa del taller.
- Juego de refranes que se dicen en la familia.
- Juego cambio de roles.
- Técnica directiva.

## 5.5 PRESENTACIÓN DEL TALLER.

**OBJETIVO:** Que los participantes tengan una mejor visión de la relación en pareja y ayude a fortalecerlas mediante las actividades propuestas.

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	MÉTODOS Y TÉCNICAS	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
<ul style="list-style-type: none"> <li>□ Presentación del ponente y del grupo</li> </ul>	<p>* De manera sencilla y rápida se hará la presentación del ponente para brindar confianza al grupo.</p> <p>* Se le dará un gafete al grupo para que anoten su nombre para familiarizarse con cada uno de los miembros de grupo.</p>	<p>* Directa.</p>	<p>* Tarjetas. * Marcadores. * Cinta adhesiva</p>	<p>10 min.</p>

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	MÉTODOS Y TÉCNICAS	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
<p>□ Presentación del taller.</p>	<p>* Por medio del cañón se hará una presentación breve de lo que se tratará el taller y las expectativas que se tienen del mismo.</p> <p>* Así como se cuestionará al resto del grupo sobre sus propias expectativas de esta actividad.</p>	<p>* Lluvia de ideas.</p>	<p>* Cañón.</p> <p>* Computadora.</p> <p>* Lluvia de ideas</p>	<p>10 min.</p>

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	MÉTODOS Y TÉCNICAS	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
<p>□ Juego “Los vecinos”.</p>	<p>* Este juego consiste en sacar el mayor número de características en un tiempo no mayor a 5 minutos de las personas que están a su lado y que se consideran los vecinos.</p> <p>* Después se leerá en plenaria todo lo que hayan sacado para compartirlo.</p> <p>* Ganará la persona que tenga más características de sus vecinos.</p>	<p>* Juego “los vecinos”.</p>	<p>* Hojas blancas.</p> <p>* Colores.</p> <p>* Lápices.</p>	<p>10 minutos.</p>

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	TÉCNICA O MÉTODO	RECURSOS MATERIALES.	TIEMPO
<ul style="list-style-type: none"> <li>□ “Lluvia de ideas”.</li> </ul>	<p>* A través de la técnica “lluvia de ideas” se trata de obtener información previa de lo que saben los integrantes acerca del taller.</p> <p>* Así mismo, se aclararán dudas y se buscará establecer las expectativas del grupo.</p>	<p>* “Lluvia de ideas”</p>	<p>* Técnica lluvia de ideas”.</p> <p>* Opiniones de los integrantes de grupo.</p>	<p>10”</p>

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	TÉCNICA O MÉTODO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
<p>□ “Juego de refranes o dichos familiares”.</p>	<p>*Se formarán equipos de 4 integrantes.</p> <p>*Se realizará una lista de los refranes o dichos mas usados en casa.</p> <p>* Después a cada equipo se le pondrá un apellido para que se identifique como familia.</p> <p>* Cada familia dramatizará un dicho que con frecuencia usa.</p> <p>* En plenaria se comentarán de cómo afectan estas frases cuando no se tiene conciencia de lo que se comunica.</p> <p>* El objetivo de esta actividad es de que manera se introyectan los mensajes.</p>	<p>* Juego de dichos o refranes más utilizados en las familias.</p>	<p>* Hojas blancas.</p> <p>* Lápices.</p> <p>* Sillas.</p>	<p>20”</p>

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	TÉCNICA O MÉTODO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
<ul style="list-style-type: none"> <li>□ “Significado de lealtades”.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Por medio de preguntas escritas se recabara información previa.</li> <li>* A través de presentación en diapositivas se dará a conocer lo que es una lealtad.</li> <li>* Se presentará un ejemplo por medio de imágenes.</li> <li>* Se aclararan dudas.</li> <li>* El objetivo de esta actividad es que vayan conociendo y valorando como se da una lealtad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Preguntas escritas.</li> <li>*Diapositivas elaboradas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Computadora</li> <li>▪ Hojas blancas.</li> </ul>	30”

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	TÉCNICA O MÉTODO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
<p>□ “Como se transmiten las lealtades”.</p>	<p>* Se formaran 4 equipos.            *A cada equipo tendrá un nombre de alguna familia.             * Se hará una dramatización de algún problema en familia. (Todos serán diferentes).             * A cada familia se le pondrá etiquetas de las cosas que suelen decirse dentro de su estructura.</p>	<p>▪ Dramatización.</p>	<p>* Etiquetas con frases elaboradas.             * Sillas.</p>	<p>40 minutos.</p>



ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	TÉCNICA O MÉTODO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO.
	<p>* Se observarán las reacciones que suelen tener los demás integrantes del grupo.</p> <p>* En plenaria se discutirán las diversas formas en que se transmiten las lealtades.</p>	<p>* Directiva.</p>		<p>15 min.</p>

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	TÉCNICA O MÉTODO	RECURSOS MATERIALES.	TIEMPO
<ul style="list-style-type: none"> <li>□ “Repercusión de la lealtad”.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Por medio de diapositivas el ponente dará a conocer como repercute la lealtad.</li> <li>* Se formarán por parejas para trabajar algunos casos.</li> <li>* A través de ejemplos se analizará de cómo esta repercutiendo actualmente el vínculo de lealtad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Dirigida.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Diapositivas.</li> <li>* Cañón.</li> <li>* Computadora.</li> <li>* Casos elaborados.</li> </ul>	15”

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	TÉCNICA O MÉTODO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO.
<p>Juego</p> <p>□ “cambio de roles.”</p>	<p>* Se formarán equipos de 4 integrantes.</p> <p>* Se dará la indicación de que a cada integrante de equipo tendrá un rol.</p> <p>* El padre y la madre se encargaran de decirle a sus hijos todo lo que deberían ser.</p> <p>* Uno de los hijos hará todo lo que sus padres le digan.</p> <p>* El otro será diferente no creerá de lo que sus padres le digan y hará todo lo contrario.</p>	<p>* Juego “de roles”</p>	<p>* Recursos humanos.</p>	<p>15min.</p>

	<p>* Por lo que sus padres tendrán a señalarlo constantemente.</p> <p>* Se autoevaluará para ver en que momento de nuestras vidas actuamos de esa manera.</p>			
--	---	--	--	--

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	TÉCNICA O MÉTODO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
<ul style="list-style-type: none"> <li>□ Estrategias de cómo desprenderse de las lealtades familiares.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Se analizará un caso.</li> <li>* Cada uno de los integrantes dará alguna solución.</li> <li>* Se preguntaran a cada uno ¿Que harían?</li> <li>* ¿Cómo renunciarían a los mensajes inconscientes?</li> <li>* Sensibilizar a que se dé cuenta de su desagrado y a que se debe.</li> <li>* Preguntar lo siguiente:</li> <li>* ¿Te das cuenta?</li> <li>* ¿Como le haces? ¿Para qué lo haces?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Análisis de casos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Casos elaborados.</li> <li>• Preguntas elaboradas.</li> <li>• Serie de oraciones elaboradas para cada integrante.</li> </ul>	20''

	<p>* Se dará una serie de oraciones para completar iniciando como.</p> <p>Yo creo....</p> <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Si pudiera.....</li><li>✓ Se que no...</li><li>✓ Quiero ser yo.....</li><li>✓ Tengo mucha....</li><li>✓ Yo se que....</li></ul> <p>* Al final cada integrante de grupo expresará de cómo se sintió y que pudo rescatar de esta actividad.</p>			
--	---	--	--	--

CTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	TÉCNICA O MÉTODO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Formas efectivas para lograr una relación estable.</li> </ul>	<p>* Por medio del proyector se dará a conocer sobre algunas de las pautas para poder tener una mejor relación de pareja.</p> <p>* Se hablará de la individualización.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ El hacerse cargo de los propios problemas.</li> <li>✓ Responsabilidad.</li> <li>✓ Aceptación de la pareja.</li> <li>✓ Ser “tu mismo” equivale a no depender de nadie.</li> <li>✓ Asignación de roles.</li> <li>✓ Alta autoestima.</li> </ul>	<p>Técnica dirigida.</p>		<p>15”</p>

ACTIIVDAD	DESCRIPCIÓN	TÉCNICA O MÉTODO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
	<p>* Se trabajara con la dinámica “los espejos”.</p> <p>* Que consiste en formarse en parejas.</p> <p>* Después uno de los integrantes comenzará a ser una serie de movimientos y el que esta enfrente hará lo mismo puesto que es su espejo.</p> <p>* Después se invertirán los papeles.</p> <p>* Al finalizar la actividad se cuestionará de que aprendieron con esta actividad.</p>			15 min.



ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	TÉCNICA O MÉTODO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO.
<ul style="list-style-type: none"> <li>□ Evaluación del curso.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Se formará un círculo y cada uno expresara para que le sirvió el taller y que aprendió.</li> <li>✓ Se les preguntará algunas sugerencias que quieran dar desde su experiencia personal.</li> <li>✓ Se agradecerá a cada uno el haber participado y por la experiencia que se le deja al ponente.</li> <li>✓ Se hará el cierre a través de un obsequio.</li> </ul>	Preguntas directas.	Preguntas elaboradas.	10 min.

## **ANEXOS**

## **ANEXO 1.**

### **INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN.**

#### **ENCUESTA.**

#### **INFLUENCIA DE LAS LEALTADES EN LA SEPARACIÓN DE PAREJAS.**

OBJETIVO: Será aplicada a parejas de la región Huasteca que asisten al área de salud mental del Centro de Salud para investigar de que manera las lealtades influyen en la separación de su pareja.

Edad: \_\_\_\_ sexo: \_\_\_\_

Pareja actual: si \_\_ no\_\_

INSTRUCCIONES: Contesta las siguientes preguntas de la manera más sincera posible.

1.- ¿Tus padres han interferido alguna vez en tus relaciones de pareja?

a) No                              b) Algunas veces                              c) Siempre.

2.- ¿Alguna vez, te haz separado de tu pareja porque tus padres te lo pidieron?

A) No                              b) Algunas veces                              c) Siempre.

3.- ¿Al establecer tu relación de pareja sigues buscando la aprobación de tus padres?

a) No                              b) Algunas veces.                              C) Siempre.

4.- ¿Ha influenciado tu familia en cualquier decisión que tomas?

a) Nunca                              b) Algunas veces                              c) Siempre.

5.- ¿Al convivir con tu pareja te sientes seguro(a) de ti mismo?

- a) Si                      b) Algunas veces                      c) Casi nunca.

6.- ¿Fomentas la comunicación con tu pareja?

- a) Si                      b) Algunas veces                      c) No

7.- ¿Al establecer relaciones de pareja buscas que sea idéntica a la de tus padres?

- a) No                      b) Algunas veces                      c) Si

8.- ¿Al interactuar con tu pareja tomas en cuenta las costumbres de tu familia?

- a) No                      b) Algunas veces                      c) Si.

9.- ¿Consideras que tu familia puede intervenir frecuentemente en tu relación de pareja?

- a) No                      b) Algunas veces                      c) Si.

10.- ¿Crees que una pareja pueda modificar su conducta si ayuda de alguien más?

- a) Si                      b) Algunas veces.                      C) No.

11.- ¿Crees que para darle estabilidad a una relación de pareja es indispensable el amor?

- a) Si                      b) Algunas veces                      c) No es necesario.

12.- ¿Crees que puedes mejorar tu manera de vivir en pareja?

- a) Si                      b) No se.                      C) No.

13.- ¿Al establecer una relación de pareja que es lo que tomas en cuenta?

- a) Aspecto físico.      B) Sentimientos.      C) La opinión de alguien más.

14.- ¿Generalmente cuanto tiempo han durado tus relaciones de pareja?

a) Años.                      B) Meses.                      C) Días.

15.- ¿Actualmente estas con tu pareja por?

a) Amor                      b) Gusto                      c) Compromiso.

## **ANEXO 2.**

### **ENTREVISTA**

### **INFLUENCIA DE LAS LEALTADES EN LA SEPARACIÓN DE PAREJAS.**

OBJETIVO: Será aplicada a parejas de la región Huasteca que asisten al área de salud mental del Centro de Salud para investigar de que manera las lealtades influyen en la separación de su pareja.

SEXO\_\_\_\_ EDAD: \_\_\_\_

PAREJA ACTUAL: SI \_\_\_\_ NO\_\_\_\_

Instrucciones: contesta correctamente las siguientes preguntas según tu criterio.

1.- Desde tu perspectiva. ¿Porque decides entablar una relación de pareja?

2.- Al establecer tu relación de pareja que aspectos tomas en cuenta?

3.- ¿Buscas la aprobación de tu familia para establecer un compromiso con tu pareja?

4.- ¿En algún momento de tu vida, tus padres han intervenido en tu relación de pareja?

5.- ¿Cuándo convives con tu pareja buscas poner en práctica las costumbres de tu familia?

6.- ¿Cuándo tienes algún conflicto en pareja siempre buscas el apoyo de tus padres?

7.- ¿Tu pareja tiene las mismas características de tu padre o madre?

8.- ¿Tu relación de pareja es como te lo imaginaste al principio?

9.- ¿Como sería tu pareja ideal?

10.- ¿Crees que puedas mejorar tu relación de pareja? Si\_\_\_ no\_\_\_  
¿Por qué?

## **“PRESENTACIÓN DE CASOS”**

### **ANEXO 3**

#### **CASO 1**

Y es una paciente de 24 años, tez moreno claro, estatura media, es casada con X de 28 años de edad. Refiere que estuvieron unidos por dos años y que actualmente se encuentran separados, debido a que no pudieron sobrellevar su relación. Y refiere que su familia se inmiscuía constantemente en su relación y ella obedecía a sus padres, sin tomar en cuenta los sentimientos u opinión de su esposo.

Refiere que ella, agredía verbalmente a su cónyuge, por lo que el terminó por cansarse de la situación, porque vivían junto con sus suegros y decidió alejarse de los problemas.

Refiere que después de la separación, ella se ha sentido sola, triste y vive con frecuencia dolores de cabeza, ha disminuido el sueño, así como el apetito hacia la comida. Dice, que ha buscado a su esposo, para reconciliarse y este se niega hacerlo, es mas ni la escucha, por lo que Lulú, no sabe que hacer ante la citación que esta pasando.

Acude a sesión para encontrar una solución.

## **ANEXO 4**

### **CASO 2**

X es un paciente de escasos 26 años, complexión delgada, tez moreno, y es casado con Y de 22 años. Refiere que desde hace dos años no puede entablar una comunicación con su esposa ya que ella no se presta para hacerlo, es agresiva, y si toman acuerdos no es capaz de decidir por si misma.

Refiere que su esposa se muestra indiferente, es poco expresiva, y siempre anda de mal humor, a su hijo no lo atiende como debería de ser, lo cual a pedro le desespera porque ya no sabe que hacer.

Refiere que X ha dejado de trabajar y se siente constantemente estresado, frecuentemente se enferma por alguna razón. Sin embargo su esposa no hace nada para solucionar el problema. X asiste a consulta buscando una solución a su conflicto.



## **BIBLIOGRAFIA.**

Dolores M. Sandoval. **El mexicano: Psicodinámica de sus relaciones familiares.** Editorial. Villicaña. Año: 1988.

Diane E. Papalia . Sally Wendkoz Olds. **Desarrollo Humano.** Sexta Edición. Editorial: Mc Graw. Año.1997.

**Enciclopedia de pedagogía y psicología.** Edición especial. Editorial; trébol  
Año 1997.

Escuela para padres. **Disfunciones estructurales en el núcleo familiar.**  
Editorial trillas. Edición primera.

Ernesto J. Raje Átala. **Ciclo vital de la pareja y familia.** Edición 1997.  
Editorial plaza y Valdez

Héctor Salama Penhos **Psicoterapia Gestalt. Proceso y metodología.**  
Edición: tercera. Editorial. Alfaomega. Año: 2002.

Dr. Mario zumaya. **La infidelidad ese visitante frecuente. Causas, Distintos Tipos, ¿ Qué hacer ante su descubrimiento? ¿ Por qué somos infieles?** Editorial: Edamex. Edición 1998.

Marta Atienza. **Estrategias en psicoterapia Guestaltica. Psicoterapia de parejas.** Ediciones: Nueva Edición. Año:1987.

Nathaniel branden **Cómo mejorar su autoestima.** Edición Paidós.  
Editorial Paidós. Año. 1998.

Osho Hombre y Mujer. **La danza de las energías.** Editorial: Edaf. Edición  
1. Año 2002.

Violeta Cardenal Harnaez. **El autoconocimiento y la autoestima en el desarrollo.** Ediciones aljibe.

N. S. Dicaprio. **Teorías de la personalidad.** Segunda Edición. Editorial:  
McGraw Hill. Año.1989.

## GLOSARIO.

- **Compensación.** Es un sentimiento que tiende a suplir defectos que se manifiestan en las relaciones con el ambiente social y de esta manera se establece una relación equilibrada.
- **Complementación.** Es un sentimiento que alude a que otra persona tiene algunas características o habilidades que a si mismo le hace falta.
- **Compromiso.** Es una fuerza psíquica que se da entre los integrantes de la pareja para fortalecer la unión de la misma.
- **Dependencia.** Es una relación en donde siempre se pide ayuda por ser incapaz de expresar sus propios intereses y permanece atado a otras personas.
- **Desequilibrio Emocional.** Es un sentimiento que se da en la persona como que algo le hace falta, y empieza a buscar una respuesta ante cualquier situación sin medir el peligro o daño que pueda hacerse a si mismo o a los demás.
- **Desprendimiento.** Es la renuncia de los deberes de los padres y se aprende a vivir de manera separada de la familia.

- **Ecuánime.** Se alude a una persona inteligente, que da protección, apoyo, y sentimientos bien establecidos.
- **Egocentrismo.** Se interesa fundamentalmente en si mismo y con una gran indiferencia con su pareja o con los demás.
- **Estigma.** Es el nombre que se le da aquello que es difícil de descubrir o de hablar dentro de una relación de pareja.
- **Fantasías.** Es un pensamiento rico de imágenes que están alejados de la realidad.
- **Frustración.** Es un sentimiento que se da en las personas por no satisfacer sus necesidades.
- **Idealización.** Son ideas que se tiene acerca de lo que se quiere lograr sin alguna fundamentación básica.
- **Lealtad.** Es un sentimiento de solidaridad y compromiso que unifica las necesidades y expectativas de una unidad social específicamente la familia.
- **Necesidades psicológicas.** Impulso a cubrir cierto sentimiento que se genera en el individuo.
- **Simbiosis.** Es la unión psicológica que no permite separarse y viven en las mismas condiciones.
- **Soledad.** Es un estado de ánimo en el cual la persona esta ausente o retirado de la sociedad.