

UNIVERSIDAD DON VASCO A.C.

Incorporación No. 8727-25 a la
UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

Escuela de Psicología

**INFLUENCIA DE LOS FACTORES FAMILIARES EN LA
CODEPENDENCIA DE LAS MUJERES HACIA SU PAREJA**

Tesis

que para obtener el título de

Licenciada en Psicología

presenta:

Faridy Pureco El Mosri

Asesor: Lic. Héctor Raúl Zalapa Ríos

Uruapan, Michoacán, 13 de febrero de 2010



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.

Dedicatorias:

*A Dios, por todas las bendiciones
que me ha dado a lo largo de la vida.*

*A mis padres, por sus consejos,
su amor y apoyo incondicional
para poder llegar hasta aquí.*

*A Regina, por ser la fuerza que me
motiva cada día y porque es el regalo
más grande que la vida me ha dado.*

*A Oscar, porque me ha acompañado a
lo largo de estos años.*

Agradecimientos:

A la Lic. Leticia Espinosa García por el apoyo que me brindó para la elaboración de esta tesis.

Al Lic. Héctor Raúl Zalapa Ríos y Lic. José de Jesús González, por el esmero y dedicación que han puesto desde el inicio de nuestra carrera.

A mis profesores por compartir conmigo sus conocimientos y experiencias.

INDICE

Introducción.....	1
Antecedentes.....	1
Planteamiento del problema.....	4
Objetivos de investigación.....	5
Preguntas de investigación.....	5
Justificación.....	7
Marco referencial.....	8
Capítulo 1.La codependencia.....	9
1.1. Concepto de codependencia.....	9
1.2. Causas de la codependencia.....	13
1.3. Características de la codependencia.....	22
Capítulo 2. La familia y la codependencia.....	37
2.1. Concepto de familia.....	37
2.1.1. Tipos de familia.....	38
2.1.2. Funciones de la familia.....	46
2.2. Dinámica familiar en México.....	48
2.3. Características de la familia de la mujer codependiente.....	52
2.4. Influencia de los factores familiares en la codependencia de las mujeres.....	56
Capítulo 3. Metodología de la investigación, análisis e interpretación de resultados.....	61
3.1. Descripción metodológica.....	61
3.2. Descripción de la población y muestra.....	64

3.3. Descripción del proceso de investigación.....	65
3.4. Análisis e interpretación de resultados.....	72
3.4.1. Instrumento A: Codependencia a la pareja.....	72
3.4.2. Instrumento B: Factores familiares.....	74
Conclusiones.....	80
Bibliografía.....	86
Anexos	

RESUMEN

El propósito de la presente investigación es analizar los factores familiares que influyen en la codependencia de las mujeres hacia su pareja en la ciudad de Uruapan, Michoacán. Además se abordan los aspectos que caracterizan a la codependencia.

La metodología que emplea esta investigación es la siguiente: se utiliza un enfoque cuantitativo, con un alcance de tipo correlacional. El diseño es de tipo no experimental y transversal. Para medir la correlación entre las variables se utilizó el coeficiente de correlación de Pearson, con el cual se obtuvo un resultado de 0.44, así como la varianza de factores comunes, que indica un 20% de influencia de la variable factores familiares sobre la variable codependencia.

La muestra seleccionada para esta investigación constó de 13 mujeres, alumnas de los talleres que imparte el Área de educación y enseñanza del DIF Municipal(Desarrollo Integral de la Familia).

Las características de la codependencia que aparecen con mayor frecuencia son: la solicitud, la baja autoestima, la etapa progresiva y la comunicación débil. Los factores provenientes del núcleo familiar que más predisponen a la codependencia, según la investigación son: la falta de afecto, la incapacidad para lograr la adaptación del niño al medio, la desatención y el abandono.

INTRODUCCIÓN

Antecedentes

La codependencia es un tema del que se han hecho diversas investigaciones, entre las cuales se encuentran aquellas donde se mencionan hallazgos que van relacionados con diversos aspectos familiares.

La codependencia será abordada en esta investigación como un estado psicológico y conductual progresivo que se manifiesta en la incapacidad para participar de forma positiva en una relación, generando así conductas autodestructivas.

La familia, por otra parte, es definida como un grupo de personas que comparten un modo de existencia social y económica, cuya función principal es proveer a sus integrantes las necesidades básicas y psicológicas necesarias para generar sentimientos de valía e identificación, constituyéndose como el campo psicológico más importante del niño.

Una de ellas es la investigación señalada en la página electrónica www.imat.com.mx, la cual fue publicada por la Revista de la Universidad de Oviedo de España, por Delgado y Pérez (2004), donde se estudió la aparición de codependencia en familiares de consumidores y no consumidores de sustancias

psicoactivas. El objetivo de la investigación fue evaluar las escalas para la medición de la codependencia, así como la exploración de las diferencias entre las variables medidas en los grupos de sujetos con y sin una relación afectiva significativa con un consumidor de sustancias psicoactivas. Se obtuvieron los siguientes resultados:

1. Ser hombre o mujer no muestra una influencia significativa en la codependencia.
2. Haber tenido durante la infancia padres con estilo de autoridad emocionalmente restrictivos y niveles altos de ayuda autonegligentes, condiciona tener un vínculo con un consumidor de sustancias psicoactivas.

Otra investigación que cabe mencionar es la de Noriega (2002), quien llevó a cabo un estudio en la ciudad de México con una muestra de 830 mujeres, basando su indagación en la teoría transaccional.

La codependencia es presentada en este estudio como un trastorno en el área de las relaciones interpersonales y específicamente en la situación familiar, en la cual uno o varios miembros de la familia son adictos al alcohol y/o a las drogas. En dicha investigación, la autora sostiene que la codependencia está marcada por un guión personal, familiar, de género y cultural. Haciendo uso del Instrumento de Codependencia (ICOD) se mostró la asociación entre codependencia y los siguientes factores de estrés: pérdidas afectivas tempranas, violencia doméstica en la familia de origen, historia familiar de alcoholismo, una pareja con problemas de alcoholismo, una pareja mal tratadora y un guión tradicional de sumisión femenina.

Por otra parte, Mellody citando a Lesater (2005), menciona que se hizo una investigación de los problemas sociales y familiares, entre los cuales existía un 39% de personas cuyos parientes consumían drogas. Los autores llegaron a la conclusión de que: el consumo de sustancias químicas y los problemas familiares (uno de ellos la codependencia), son factores que afectan significativamente a la familia.

Planteamiento del problema

La codependencia está conformada por una serie de conductas que ha generado en México un patrón a seguir entre muchas de las mujeres para su relación de pareja, ya que los factores culturales e históricos han marcado ciertas pautas de comportamiento que la mujer debe seguir, pues de lo contrario, según lo establecido, no cumpliría con su rol.

La ideología permanece, sin embargo, actualmente el estudio del tema ha permitido diferenciar el cumplimiento del rol femenino en la sociedad mexicana del comportamiento codependiente que puede presentarse dentro de la relación de pareja.

La codependencia es un estado que incapacita a un sujeto ya que lo esclaviza a mantener totalmente la atención en su pareja, a pensar únicamente en las acciones de los demás o a generar la necesidad por mantener el control entre otras, trayendo consigo conductas autodestructivas.

Por lo tanto se formula la pregunta de investigación: ¿Influyen los factores familiares en la codependencia de las mujeres hacia su pareja?

De esta forma podrá definirse el origen de la codependencia desde un contexto más cercano, es decir, la ciudad de Uruapan Michoacán, permitiendo así ampliar los conocimientos que se tienen sobre el tema.

Objetivos de la investigación

Objetivo general:

1. Analizar los factores familiares que influyen en la codependencia de las mujeres hacia su pareja en la ciudad de Uruapan, Michoacán.

Objetivos particulares:

1. Definir los factores familiares que predisponen la codependencia en las mujeres en Uruapan, Michoacán.
2. Explicar las características familiares de las mujeres codependientes de Uruapan, Michoacán.
3. Definir las causas psicológicas y familiares que generan codependencia en las mujeres.
4. Especificar las características de la codependencia que se manifiestan en las mujeres.
5. Identificar los modelos paternos que existieron en la familia de la mujer codependiente.

Preguntas de investigación

1. ¿Cuáles son los factores familiares que influyen en la codependencia de las mujeres hacia su pareja?
2. ¿La relación del padre y la madre de la mujer influyen en la relación de pareja de esta última?

3. ¿Es la sumisión en la madre un factor influyente en la relación codependiente de la mujer hacia su pareja?
4. ¿Cuáles son las características de personalidad de los padres cuyas hijas son codependientes?

Justificación

La cultura en México ha establecido ciertas creencias que llevan a la mujer a crear una actitud de dependencia hacia su pareja, agregando a esto que la dinámica familiar que existió en el hogar de crianza de la persona codependiente, es también un factor predisponente de dicho problema.

Se pretende que la presente investigación transmita a la población en general, los aspectos que caracterizan a la codependencia y algunas causas que la generan con el fin de crear conciencia sobre la repercusión de ciertos factores familiares en las relaciones de pareja.

A las mujeres les servirá para que detecten si presentan codependencia hacia su pareja y, si es así, puedan modificar su comportamiento para lograr una mejora en la relación con los demás.

A los psicólogos les ayudará a identificar como posible etiología los factores familiares en un caso de codependencia, así como la manifestación de patrones codependientes en el paciente con el fin de utilizarlos como elementos para el trabajo terapéutico.

La Universidad Don Vasco podrá dar a conocer a la población interesada en el tema la investigación aquí presentada, la cual permitirá abrir el panorama del lector hacia una situación presente en México.

Marco referencial

El Área de Educación y Enseñanza es una de las dependencias que forman parte del DIF (Desarrollo Integral de la Familia), la cual se encuentra en la Avenida Chiapas 520 en la colonia Ramón Farías, de la ciudad de Uruapan Michoacán. Esta dependencia ha prestado sus servicios a la población desde 1998.

El principal objetivo de dicha área es capacitar a las personas para que puedan emplearse. Existen una serie de talleres tales como corte y confección, belleza, cocina, dibujo, manualidades y ballet, los cuales son impartidos por docentes capacitados, de lunes a viernes, con turnos matutino y vespertino. Los cursos se ofrecen a personas de ambos sexos, sin embargo existe mayor demanda por parte del sexo femenino, lo cual puede deberse al actual interés de la mujer contemporánea por brindar un apoyo económico a su hogar.

La plantilla consta de 23 maestros y 11 trabajadores para el área administrativa. El jefe de área es la Profesora Lucía Carrillo Téllez. La duración de los talleres es de 2 años para corte y confección, cultura de belleza y manualidades. Los talleres de dibujo, cocina y ballet no tienen un tiempo determinado.

Las instalaciones ubicadas en el domicilio ya mencionado, cuentan con el material y los instrumentos necesarios para llevar a cabo las actividades, el espacio de trabajo es amplio y acorde a las necesidades de los estudiantes.

CAPITULO 1

LA CODEPENDENCIA

La codependencia es un conjunto de comportamientos y características específicas que pueden aparecer en una relación de pareja, incapacitando la convivencia adecuada y positiva de quienes la conforman.

En este capítulo se pretende definir la codependencia y el estudio que se le ha dado en las últimas décadas, explicar las causas que la originan, así como describir las características que la conforman.

1.1. Concepto de codependencia

Según Beattie (1998), el uso del término codependencia se remonta a los años cincuenta cuando en los Estados Unidos a las esposas de los alcohólicos se les llamaba co-alcohólicas. Posteriormente en los años setenta, con la proliferación de la dependencia a sustancias químicas el término se transforma y a las personas vinculadas en el plano emocional a dichos adictos se les comenzó a nombrar codependientes.

El concepto de codependencia comenzó a ser utilizado en los años setenta, cuando se investigó el perfil psicológico de aquellas personas que tenían una relación directa e íntima con un alcohólico. El concepto se profundizó en su

comprensión, definiendo al codependiente como aquella persona que se dedica a cuidar, corregir y salvar a un drogadicto, involucrándose en sus situaciones de vida conflictivas y frustrándose ante las repetidas recaídas, llegando a adquirir características y conductas erróneas y autodestructivas.

De acuerdo con la revista Salud Mental (2002), en México, “el término de codependencia surgió en los grupos de Alanón, para describir a los familiares de los Alcohólicos Anónimos que se encontraban perturbados por los efectos del consumo del alcohol en su familiar”.

Años después, investigaciones actuales en México han reportado que la codependencia no sólo aparece en las parejas de algún alcohólico, ni de los hijos, sino que también depende de ciertos factores emocionales que giran en torno a la familia, entre ellos el abuso físico o sexual o alguna enfermedad mental o física de un integrante de la familia.

Beattie citando a Subby, (1998) menciona que la codependencia es un estado psicológico y conductual que se produce como el resultado de que un individuo haya estado expuesto y haya practicado prolongadamente una serie de reglas opresivas, reglas que evitan la expresión de sentimientos, así como la discusión abierta de problemas personales e interpersonales.

De acuerdo con Larsen (1996), la codependencia se define como una serie de conductas aprendidas, autoderrotantes, o defectos del carácter que producen una disminución en la capacidad de iniciar o participar en relaciones amorosas.

En lo referente a la lectura del libro de Beattie, se señala que una persona codependiente: “es aquella que ha permitido que la conducta de otra persona la afecte, y que está obsesionada con controlar la conducta de esa persona”. (Beattie; 1998: 16). La otra persona puede ser un niño, un adulto, un cónyuge, un amante, un hermano, un abuelo, un amigo íntimo. Estas personas a su vez pueden ser alcohólicas, drogadictas, con algún trastorno mental, o una persona con características de personalidad normales.

En la codependencia, la persona permite que la conducta de otro sujeto le afecte, generando por lo tanto un cuidado obsesivo y una necesidad de controlar las acciones de este último. En cuanto a la persona que genera la codependencia, puede observarse una baja autoestima, presencia excesiva de ira y culpa, temor al abandono, entre otras que se profundizarán más adelante.

Wayne (2005) menciona que la codependencia puede considerarse como enfermedad ya que es progresiva. Conforme pasa el tiempo, el codependiente comienza a reaccionar de forma más intensa ante aquellas situaciones que parecieran ser simples, pero que para el codependiente generan una gran preocupación que lo lleva al aislamiento, depresión o incluso ideación suicida.

Otra razón para llamarla enfermedad según el mismo autor, es la adquisición de hábitos de conductas codependientes que a su vez, son conductas autodestructivas, llevando a la persona a formar relaciones interpersonales disfuncionales.

Conforme a la definición otorgada por B. de Castillo; la codependencia “es una enfermedad que se manifiesta en la incapacidad para lograr participar en forma positiva en un relación”. (B. de Castillo et. al.; 1993: 24).

Tomando los conceptos anteriormente mencionados, se obtiene la siguiente definición: la codependencia es un estado psicológico y conductual progresivo que se manifiesta en la incapacidad para participar de forma positiva en una relación, generando así conductas autodestructivas.

Es importante mencionar que la codependencia no requiere necesariamente de la convivencia con algún familiar alcohólico, como se consideraba anteriormente.

De acuerdo con Ortega (2007), se entiende como participación positiva de una relación, aquella en donde existe respeto, confianza, sinceridad, apoyo, igualdad, comunicación y vida sexual sana. Entre las conductas autodestructivas resaltan la baja autoestima, miedo al abandono, dependencia, comunicación débil, aislamiento, entre otras que se abordarán más adelante en este capítulo.

1.2. Causas de la codependencia

Un rasgo muy característico de las familias de los codependientes, es que no cubren las necesidades de dependencia de los hijos hacia sus padres según Washton y Boundy (2005). Estas necesidades normales en la niñez no se ven satisfechas debido a que los padres no pueden hacerse cargo de ellos por distintos motivos (enfermedad física o mental, adicciones, ausencia física). En esta situación, los niños se ven obligados a depender y cuidar de sí mismos, e incluso algunas veces a hacerse cargo de sus hermanos. De esta manera se genera un personaje niño-adulto, prematuramente enfrentado a responsabilidades mayores a sus posibilidades físicas, psicológicas y emocionales.

El niño-adulto, como lo mencionan Washton y Boundy (2005), tiende a poseer características propias del perfil codependiente como la negación de sus propias emociones, omnipotencia, perfeccionismo, control, etc. Cuando este niño se convierte en adulto, se invierte el rol pasando a ser un adulto-niño que busca satisfacer sus necesidades y a su vez, controlar la vida de los demás.

Por otra parte, el miedo a la soledad puede ser una causa para que la mujer tienda a las relaciones de pareja dependientes. Las mujeres que manifiestan características de sumisión e inseguridad muestran mayor dificultad para distanciarse de su pareja a pesar del maltrato que pueda existir. Como lo explica

Navarro (2004), el miedo a la soledad es producto de una ausencia temprana del cariño de los padres, especialmente de la madre.

Cloninger citando a Horney (2003), explica que los lactantes y los niños pequeños dependen de sus padres para lograr una supervivencia y una seguridad psicológica, pero cuando existe un desamparo, el niño se siente intensamente vulnerable. A esta ausencia de una crianza adecuada, Horney, la conoce como ansiedad básica, la cual se refiere “al sentimiento que tiene un niño de estar aislado e indefenso en un mundo potencialmente hostil”. (Cloninger; 2003: 166). Ante este descuido y rechazo el niño genera una hostilidad básica, como la llamó Horney (2003), la cual es un sentimiento de enojo del niño hacia sus padres. Sin embargo como el niño no puede ir en contra de sus padres por el miedo a la pérdida de amor, reprime ésta hostilidad y tiende hacia una de las tres orientaciones interpersonales descritas por la autora: ir hacia los padres, ir en contra de los padres o alejarse de los padres. Por lo cual cuando el niño llega a la edad adulta genera una neurosis que afecta sus relaciones interpersonales.

Retomando a Horney (2003), los sujetos que eligen como orientación interpersonal ir hacia la gente, son personas que adoptan la solución de autoanularse, es decir, buscan amor y minimizan sus necesidades con tal de evitar perder la aprobación y el amor de los demás. Estos sujetos son de tipo complaciente, pues hacen cualquier cosa para obtener el cariño de las personas, hacen pocas

demandas a los demás y piensan que son superiores a ellos, más atractivos, inteligentes y valiosos.

1.2.1 Familia disfuncional

B. de Castillo et. al (1993) menciona que dentro de una familia disfuncional es más común que se observe un estancamiento en el desarrollo normal del niño, lo cual afectará la formación del yo. Algunas personas con codependencia provienen de familias disfuncionales. Este tipo de familias se caracterizan por la falta de capacidad para brindar a sus integrantes un ambiente adecuado que permita enfrentar las crisis y dificultades que se presentan a lo largo de la vida.

Algunas veces una de las figuras paternas se encuentra ausente por lo cual no consiguen brindar al sujeto el apoyo emocional necesario para un desarrollo psicológico adecuado, agregando la carencia de modelos sanos, según Washton y Boundy (2005)

En lo referente a la lectura, una familia disfuncional “es aquella en que los miembros juegan roles rígidos y en la cual la comunicación está severamente restringida a las declaraciones que se adecuan a esos roles. Los miembros no tienen libertad para expresar todo un espectro de experiencias, deseos, necesidades y sentimientos, sino que deben limitarse a jugar el papel que se adapte al de los demás miembros de la familia”. (Norwood; 1986: 13).

Los roles que surgen en la familia, no se adaptan a las necesidades que requieren los integrantes afectando así el vínculo de confianza y la comunicación. Además, la falta de atención de los padres hacia los problemas de los hijos genera en éstos una negación de la realidad y de los problemas que los rodean, es decir, el niño crea la idea de que sus sentimientos no importan y por tal razón no analiza la situación conflictiva, dejando de lado el problema que lo aqueja. El autor menciona que ésta puede ser la razón por la cual varias mujeres tienden a elegir un mismo patrón para sus relaciones, las cuales llegan a resultar inadecuadas por la falta de evaluación realista y autoprotectora de la que carecen.

Por otra parte y según Norwood (1986), en el caso de la mujer si durante su infancia el padre nunca le brindó afecto y atención, la codependiente buscará de manera inconsciente, una pareja con las características de su padre, para que le proporcione aquello que no recibió por parte del progenitor.

1.2.2 Relación madre-hijo

Conforme al artículo de Avedaño y Sánchez-Escárcega (2002), los orígenes psicodinámicos de la codependencia dependen del desarrollo psicosexual en la infancia temprana y de las correspondientes zonas de fijación en las etapas de desarrollo. Esto se da en dos procesos: el de la separación de la madre y el de la individuación del niño, es decir, durante esta etapa, entre los dos y tres años, el niño tiende hacia la autonomía separándose así de la madre. Este proceso puede ser complicado si la madre no logra un desprendimiento adecuado de su hijo, por lo que

tiende a darse un establecimiento de características dependientes que podrán verse reflejadas en las relaciones de pareja.

De acuerdo con Avedaño y Sánchez-Escárcega (2002), la unión simbiótica de la madre y el hijo es la primera experiencia de cercanía afectiva con otro ser humano, donde aparece demasiada dependencia por parte del hijo hacia su madre debido a la falta de recursos para sobrevivir independientemente.

Avedaño y Sánchez-Escárcega citando a Lewis y Landis señalan que “la simbiosis secundaria se da cuando una persona a alcanzado algún grado de diferenciación intrapsíquica de la madre, incluso sin proximidad física o evitación total, por experimentarla como amenazante o envolvente, pero debido a los sentimientos de inseguridad en sí mismo, siente una constante necesidad de restablecer esa unión protectora a través de las relaciones simbióticas sustitutivas, como pueden ser claramente las relaciones de pareja.” (Avedaño y Sánchez-Escárcega; 2002:94). Cuando se presentan durante la relación amorosa, sensaciones de la relación entre madre-hijo con una pérdida de la libertad individual, se puede determinar como causante al proceso de separación-individuación que no se llevó a cabo de manera adecuada con la madre y que ahora repercute en la relación de pareja del hijo.

1.2.3 Alcoholismo

Como se mencionaba anteriormente, el término codependencia se utilizaba para describir a los familiares de los Alcohólicos Anónimos que se encontraban perturbados por los efectos del consumo de alcohol en su familiar. Dicho término surgió de los grupos de Al-Anon los cuales están integrados por un conjunto de parientes y amigos de alcohólicos que se unen para compartir sus experiencias con el fin de encontrarle solución a su problema común.

El artículo de la revista Salud Mental (2002), señala que el estrés que acompaña al alcohólico se extiende de manera uniforme a toda la familia, haciendo que los hijos se vean forzados a asumir papeles de adulto frente a un padre o madre alcohólicos. La codependencia se genera cuando en la familia existe un adicto que el sujeto dependiente desea encubrir y justificar con el objetivo de aparentemente crear una dinámica familiar que funcione, y evitar así el sufrimiento y dolor que la adicción le provoca a todos los miembros de la familia, es decir, la pareja del adicto se vuelve codependiente en el momento en que decide acompañarlo en su adicción, según lo descrito en la página electrónica (www.adicciones.org; 2008).

El codependiente se vuelve facilitador de la adicción de su familiar, en este caso de su pareja, ya que la negación y encubrimiento no le permite percibir el problema. Las circunstancias en las que el codependiente facilita la adicción, pueden darse de diversas maneras: una de ellas es la sobreprotección del adicto, evitando que experimente las consecuencias negativas que la adicción le produce y escudándolo de aquellas personas que se sienten afectadas.

Otra forma se refiere a los intentos de control donde el codependiente pretende controlar los sentimientos, pensamientos y conductas del adicto, llegando a fijarse metas inalcanzables que únicamente generan frustración e ira.

Asumir las responsabilidades del adicto es otra forma en la cual el codependiente intenta facilitar la vida del sujeto, llegando al grado de hacerse responsable de las actividades de los demás y olvidarse de las que le corresponden.

1.2.4 Dificultad para establecer límites funcionales

El sistema de límites determina la medida en que un sujeto permite que otra persona penetre en su espacio y de cierta manera, indica las características de personalidad de un individuo, de acuerdo con Mellody (2005).

Los padres son los encargados de brindarle al niño los límites que necesita para protegerse y a su vez enseñarle a adquirirlos para evitar en la vida conductas abusivas. Como menciona la autora, las personas que crecieron en un ambiente desprotegido o sobreprotegido tienden a formar límites deteriorados que repercuten en sus relaciones adultas. La ausencia total de límites impide que la persona se defienda de cualquier tipo de abuso al que está sometido, es decir, el codependiente no se da cuenta del daño que le ocasiona estar en una relación de pareja destructiva, porque no sabe que tiene derecho a decir no. De igual forma, al no tener límites el sujeto codependiente traspasa los derechos de las demás personas, interfiriendo en la vida de quienes lo rodean.

Por otra parte, y conforme a Mellody (2005), existen personas que tienden a formar muros en lugar de límites. En este caso, la persona emplea la cólera y el miedo para resguardarse, por ejemplo, el sujeto se aparta de los demás para sentirse seguro y evita las reuniones sociales. La dificultad para establecer los límites funcionales incapacita al sujeto para que lleve a cabo relaciones interpersonales adecuadas. Al no existir un patrón aprendido que indique un respeto hacia sí mismo y hacia los demás, el sujeto no podrá darse cuenta del momento en que una relación está siendo destructiva y a su vez, no podrá respetar a los demás.

1.2.5 Baja autoestima

La dificultad que el codependiente tiene para aceptarse y valorarse como persona puede ser consecuencia como menciona Mellody (2005), de una serie de mensajes de tipo verbal y no verbal que el niño ha venido arrastrando desde pequeño. Probablemente sus padres o cuidadores enviaban al niño un mensaje de “menos que”, como lo llama la autora, haciendo que el niño forme un autoconcepto pobre y carente de valor. Por lo cual, el codependiente basa su autoestima en aspectos externos, tales como el dinero, la apariencia, los hijos, el cónyuge, las amistades o las posesiones materiales. Esto hace considerar que la autoestima del codependiente es débil ya que si alguna de estos aspectos llega a fallar, se verá afectado emocionalmente.

1.2.6 Dificultad para reconocer necesidades y deseos

Todo ser humano posee una serie de necesidades que se requieren satisfacer. Cuando un niño nace, depende completamente del cuidado de sus padres y conforme va creciendo aprende las formas y los medios para sobrevivir, por lo tanto se considera que sean ellos quienes deban cubrirlas. La dificultad para reconocer las necesidades y deseos se da de cuatro formas de acuerdo con Mellody (2005):

1. Ser demasiado dependiente. el sujeto espera a que sus necesidades sean cubiertas por los demás, de modo que no hace lo posible por satisfacerlas.
2. Ser antidependiente. el individuo se da cuenta de sus necesidades y deseos pero es incapaz de recibir ayuda de los demás, por lo cual trata de satisfacerlos por sí mismo.
3. No percibir deseos ni necesidades. la persona no se hace consciente de sus deseos y necesidades.
4. Confundir deseos con necesidades. el sujeto da preferencia a todo aquello que desea antes de cubrir las necesidades que más requiere.

Ser demasiado dependiente puede ser originado porque los padres del niño atendieron excesivamente sus deseos, de modo que no procuraron cierta independencia en el niño. Por otra parte, los niños que fueron atacados por sus padres al expresar algún deseo ó necesidad, desarrollan la idea de hacer todo por sí mismos, por el temor al rechazo cuando necesitan algo. Cuando a un niño se le ignoran todos sus deseos y necesidades, no se da cuenta de las mismas y es en la

adulthood where it experiments this lack. Codependents who experienced this type of rejection, according to Mellody (2005), in adulthood are characterized by satisfying with effort others, seeking to receive the same in return.

On the other hand, people who confuse their desires with needs, most of the time come from families where everything they wanted was fulfilled, but when they reach adulthood, they find it difficult to discern between what they want and what they need, so they can become addicted to gambling, sex, alcohol and drugs and live an excessive life.

1.3. Características de la codependencia

Continuing, the characteristics of codependency indicated by Beattie (1998), which are also supported by the references of other authors:

1.3.1 Solicitud:

1. Feeling responsible for other people, that is, of their feelings, thoughts, actions, choices, desires, needs, well-being, discomfort and destiny of their partner.
2. Feeling anxiety and guilt when the partner has a problem. According to Palmero et al., anxiety is: "a normal emotional reaction,

adaptativa y común a todos los individuos, que tiene lugar cuando el sujeto percibe algún tipo de peligro o amenaza, tanto concreta como difusa”. (Palmero et. al; 2004: 573). El mismo autor define: “la culpa es eliciteda por una evaluación negativa del yo más específica, referida a una acción concreta. Desde el punto de vista fenomenológico, las personas que sienten culpa también experimentan dolor”. (Palmero et. al; 2004: 378).

3. Sentirse obligado a ayudar a su pareja a solucionar un problema, por ejemplo, al ofrecer un consejo no requerido.
4. Presenta ira cuando la ayuda que brinda no es eficaz. Palmero citando a Lazarus (2004), describe que la ira es una emoción básica donde el sujeto reacciona ante una violación que se le hace a sus reglas personales u objetos.
5. Decir sí cuando en realidad quería decir no, dicho en otras palabras, actuar sin deseo alguno por la acción que se ejecuta.
6. Tratar de complacer a otros en vez de a sí mismo. Conforme a Beattie (1998), el codependiente busca la forma de cumplir los deseos de su pareja, incluso a costa de su bienestar.
7. Sentirse atraído por gente necesitada, cuyas características pueden ser cualquier tipo de enfermedades físicas ó mentales, adicciones, carencia económica y/o afectiva.
8. Comprometerse en exceso, sintiéndose obligado a satisfacer las necesidades de los demás, hasta el grado de superar sus posibilidades.

1.3.2 Baja autoestima

El codependiente tiende a:

1. Criticarse a sí mismo por su manera de pensar, de sentir, de verse, de actuar y de comportarse.
2. Rechazar cumplidos o halagos, es decir, todo aquello que mencione aspectos positivos de su persona.
3. Sentir que no es lo suficientemente bueno en las situaciones que se presentan cotidianamente.
4. Sentirse culpable por gastar dinero o por hacer cosas divertidas para sí mismo, que pueden ser pasatiempos o algo de su agrado.
5. Temer al rechazo, principalmente de la pareja. B. de Castillo (1993), menciona que el codependiente evita cualquier conducta que lo lleve al rechazo de la gente, por lo que intenta complacer constantemente a los demás.
6. Sentirse víctima. En este caso, el codependiente busca obtener ganancias secundarias. Una ganancia secundaria es la ventaja que el sujeto obtiene del problema que lo aqueja, es decir, consigue una función positiva de su situación.
7. Tener miedo de cometer errores. Palmero (2004), menciona que el miedo se manifiesta en la evitación de alguna situación o evento que amenaza la integridad del individuo.
8. Dificultad para tomar decisiones importantes en su vida, reflejándose en esta característica la baja autoestima y la inseguridad del sujeto. De acuerdo con Satir, se entiende por autoestima: “el valor que cada individuo da a sí mismo,

el amor y respeto que tiene hacia sí y que es independiente de la forma como los demás le perciben”. (Satir; 2002: 184). En cuanto a baja autoestima, la autora menciona que el sujeto puede experimentar gran ansiedad e incertidumbre sobre sí preocupándose por lo que los demás piensan de él. La inseguridad del sujeto se encuentra directamente relacionada con la baja autoestima. La falta de autoestima genera un sentimiento de impotencia y de inadecuación por parte del codependiente.

9. Tener una gran cantidad de “yo debería”. En este caso el superyó del codependiente es demasiado fuerte, por lo que constantemente se rige por el principio del deber.
10. Sentir mucha culpa. Conforme al texto de Palmero (2004) y de acuerdo con el psicoanálisis, ésta es el resultado de un conflicto entre el yo y el superyó. Su foco de atención se basa en la conducta que fue realizada por el sujeto y que él percibe como inadecuada.
11. Sentirse avergonzado de sí mismo. De acuerdo con Palmero, la vergüenza “es una emoción pública que surge de la desaprobación de los demás y requiere de la presencia de los otros”. (Palmero; 2004: 383).
12. Sentir que su vida no vale la pena. La ausencia de un sentido de vida, se debe muchas veces a la falta de autovaloración. En lo referente a la lectura de Riso (2004), las personas que logran tener un sentido de trascendencia, no se estancan en relaciones o situaciones que les impiden continuar con su proyecto de vida.

1.3.3 Obsesión

El codependiente tiende a:

1. Preocuparse excesivamente por los problemas o la conducta de otros. Ésta conducta es debido a la necesidad de control que el codependiente tiene sobre su pareja, a quien constantemente intenta proteger, buscando así una gratificación emocional a cambio. La manifestación de control será abordada más adelante.
2. Abandonar su rutina por estar tan afectado por alguien o por algo. De acuerdo con Beattie (1998), ésta actitud se caracteriza porque el sujeto considera que sus necesidades no son importantes, que están mal y no busca satisfacerlas, por lo tanto, no se preocupa por aquellas actividades cotidianas que son parte de sí.

1.3.4 Control

El codependiente:

1. No puede manejar el miedo que siente a la pérdida de control. En lo referente a B. de Castillo (1993), la persona intenta controlar a su pareja por medio de las enfermedades, del dinero, de la fuerza física y la protección. Cuando una de éstas no funciona, aparece el miedo.
2. Trata de controlar los sucesos y a la gente por medio de su desamparo, amenazas, manipulación, dominio o dar consejos. Según Beattie (1998), también pueden darse este tipo de controladores de la conducta de una

persona. De acuerdo con Real Academia Española se define el desamparo como: “ausentarse, abandonar a alguien o algo que lo pide o lo necesita”. (Real Academia Española; 2007: 105).

3. Las amenazas y la manipulación son de utilidad para el codependiente cuando éste asume un rol importante dentro de la relación, por ejemplo cuando sostiene económicamente la casa, intentando así que su pareja evite el abandono por las dificultades en las que se encontraría.

1.3.5 Negación

El codependiente tiende a:

1. Ignorar los problemas o pretender que no los tiene. El sujeto se rehúsa a creer en la realidad, a minimizar la importancia del problema, a evitar pensar en lo que le está sucediendo, de acuerdo con el texto de Beattie (1998).

1.3.6 Dependencia

El codependiente:

1. Se aferra a cualquier persona que piensa que le puede dar felicidad. Esta característica se refiere a la situación en la que el individuo encuentra a una persona, en este caso una pareja que le ayudará haciéndolo sentir querido.
2. Se siente amenazado por la pérdida de cualquier cosa o persona que piensa le proporciona felicidad. Relacionando con la característica anterior, el codependiente tiene miedo constantemente de perder a su pareja. De acuerdo

con B. de Castillo (1993), el sujeto piensa que al perder a su pareja, ya nada le produciría felicidad a su alrededor.

3. Busca desesperadamente amor y aprobación. El codependiente intenta satisfacer éstas necesidades, haciendo por su pareja cualquier tipo de sacrificio que incluso rebase sus posibilidades.
4. Relaciona el amor con el dolor. Este tipo de sentimientos son generados por la forma como se relaciona el codependiente con su pareja.
5. Centra su vida alrededor de otras personas, olvidándose de sus actividades cotidianas y preocupándose más por los problemas que afectan a los demás.
6. Se preocupa de que los demás lo dejen. El temor al abandono es una de las características más específicas del codependiente quien busca ser sumiso, agradable y obediente para evitar que lo abandonen.
7. Se queda dentro de relaciones que no funcionan. El sujeto codependiente es incapaz de darse cuenta cuando una relación es destructiva. De acuerdo con Beattie (1998), las características de una relación de éste tipo son: inmadurez emocional, angustia, falta de comunicación y de respeto, agresividad y falta de confianza.
8. Tolera el abuso para sentir que la gente lo sigue amando, refiriéndose con esto a lo anteriormente mencionado; el codependiente permite que se le lastime para evitar que lo abandonen.

1.3.7 Comunicación débil

El codependiente a menudo:

1. Culpa a los demás, principalmente a su pareja de todo aquello que le ocurre, evitando asumir responsabilidades dentro de la relación.
2. Suplica, por lo que el sujeto pide que no se le abandone y que se le ame.
3. Soborna, haciendo uso del dinero con tal de realizar lo que el desea.
4. No dice lo que siente. La incomunicación de sentimientos no permite al sujeto expresar sus necesidades, debido a la poca importancia que se otorga a sí mismo.
5. Pide lo que desea y necesita de manera indirecta, por ejemplo, suspirando. La dificultad para expresarse de manera asertiva hace que el sujeto piense que no se le toma en cuenta o que no le importa a los demás.

1.3.8 Falta de confianza

El codependiente:

1. No tiene confianza en sí mismo. Conforme a Beattie (1998) la falta de autoconfianza puede generar en el individuo celos excesivos hacia su pareja, ya que no se considera adecuado para mantener una relación duradera y estable.
2. No confía en sus decisiones, es decir, el sujeto se siente incapaz de decidir sobre su propia vida.
3. No confía en los demás. La falta de autoconfianza se encuentra relacionada con esta característica. El codependiente no se siente lo suficientemente aceptable y por lo tanto piensa que los demás lo abandonarán, especialmente su pareja.

1.3.9 Ira

La mayoría de los codependientes:

1. Muestran demasiada ira. De acuerdo con Palmero, la ira aparece “cuando un individuo realiza una valoración acerca de un determinado estímulo o situación, llegando a la conclusión de que alguna meta o posesión, se encuentra amenazada por algún agente externo o por la incapacidad del propio individuo”. (Palmero; 2004: 354).
2. Reprimen sus sentimientos de enojo.
3. Lloran mucho, comen en exceso, actúan de manera hostil, o tienen estallidos temperamentales violentos. De acuerdo con Beattie (1998), los codependientes muestran una personalidad cambiante que se modifica conforme al medio que los rodea por ejemplo, si el sujeto tuvo un conflicto con su pareja, actuará de forma extremista y sus reacciones serán magnificadas.
4. Se avergüenzan por haberse sentido enojados, ya que el sujeto codependiente tiende a reprimir sus sentimientos.
5. Sienten cantidades crecientes de ira, resentimiento y amargura. Al no vivir una relación de pareja estable y adecuada muestran estas características por la frustración que el individuo genera.

1.3.10 Problemas sexuales

Algunos codependientes:

1. Tienen relaciones sexuales cuando no lo desean realmente. La necesidad por complacer a su pareja, con el objetivo de evitar el abandono, lleva al sujeto a realizar el acto sexual sin que realmente lo desee.
2. Inventan razones para abstenerse de tener relaciones sexuales. La falta de interés por el sexo mencionando a Beattie (1998), es el reflejo de la ira, la falta de comunicación, el resentimiento y la serie de problemas que giran en torno a la relación.

1.3.11 Miscelánea

El codependiente:

1. Encuentra difícil sentirse cercano a la gente. Esta dificultad para las relaciones interpersonales es producto de la falta de autovaloración que el sujeto tiene de sí mismo, es decir, considera que no puede agradar a los demás.

1.3.12 Etapa progresiva

En las etapas tardías de la codependencia, el codependiente puede:

1. Sentirse aletargado. El letargo de acuerdo con la página electrónica (www.medline.gob;2008), se caracteriza por una falta de energía, de agotamiento o de cansancio; puede ser una respuesta al esfuerzo físico, estrés emocional, aburrimiento o falta de sueño. Sin embargo se menciona como otra posible causa un trastorno psicológico o fisiológico grave.

2. Sentirse deprimido. Tomando el texto del DSM IV-TR (2003), se define la depresión de la siguiente manera: “La característica esencial de un episodio depresivo mayor es un período de al menos 2 semanas durante el que hay un estado de ánimo deprimido o una pérdida de interés o placer en casi todas las actividades. Los síntomas han de mantenerse la mayor parte del día, casi cada día, durante al menos 2 semanas consecutivas. El episodio debe acompañarse de un malestar clínico significativo o de deterioro social, laboral o de otras áreas importantes de la actividad del individuo. En algunos sujetos con episodios leves la actividad puede parecer normal, pero a costa de un esfuerzo muy importante”. (DSMIV-TR; 2003: 326).
3. Tener una ideación suicida. Se refiere a aquellos pensamientos relacionados con el deseo de suicidarse, sobre las formas de morir, los objetos, circunstancias y condiciones en las que se pueda llevar a cabo, según la página electrónica (www.redsistemica.com.ar;2003).
4. Volverse adicto al alcohol y otras drogas. La desesperación lleva al codependiente al abuso de sustancias que le permitan terminar con los sentimientos dolorosos.

Por otra parte, las manifestaciones de la codependencia de acuerdo con B. de Castillo (1993), se presentan en cinco formas: rescate, reacción, atadura, dependencia y control.

Rescate: Es una de las manifestaciones de la codependencia, en la cual el individuo tiene una obsesión por rescatar, justificando que lo hace por generosidad

cuando realmente busca ganarse amor y aprobación por parte de su pareja. B. de Castillo citando a Berry (1993) menciona que existen distintos tipos de rescatadores:

1. El complaciente: es aquel que se muestra generoso y sensible para ayudar a los demás, se siente responsable de la felicidad de otros y busca llenar las expectativas de los demás, de lo contrario genera culpa y fracaso.
2. El dador: se refiere a la persona que regala todo, pero al dar pierde la satisfacción por hacerlo y comienza un resentimiento por tener que desprenderse de algo que le gusta.
3. El protector: constantemente se preocupa por el bienestar de otros sintiéndose responsable de protegerlos asumiendo una carga que rebasa su capacidad.
4. El consejero: tiende a ayudar a las personas con alguna problemática. Logra ganarse la confianza en los demás para así aconsejarlos respecto a su situación. Generalmente le afectan los problemas de los otros.
5. El salvador: se caracteriza por atraer a las personas con un estado de crisis; constantemente está al servicio de los demás sacrificando así su tiempo libre y su futuro. El salvador se siente indispensable.
6. El maestro: este tipo de rescatador tiende a trabajar en grupo, principalmente necesitados. Se frustra constantemente al no poder cubrir las necesidades de un grupo. Depende de la aceptación de la gente sacrificando sus necesidades para ayudar a los demás.

Reacción: La reacción en los codependientes se manifiesta de manera fuerte y exagerada como respuesta a las circunstancias que se presentan en su vida cotidiana de acuerdo con B. de Castillo (1993). Las reacciones pueden ser de coraje, culpa, vergüenza, preocupación, dolor, control, depresión, desesperación, furia, miedo o ansiedad.

Atadura: Esta manifestación se caracteriza por no permitir a alguien vivir libremente, dependiendo una persona de la otra. Durante el nacimiento, pueden darse diversas situaciones traumáticas que generen en el niño una dificultad para la individuación en un futuro. El peligro de muerte de la madre o el bebé en el parto, no permiten que el niño se separe de forma adecuada de su madre. Las características de esta manifestación son posesión, falta de respeto, control, manipulación de la pareja y enojo.

Dependencia: Se refiere al comportamiento del sujeto que depende del estado de ánimo y de las conductas de su pareja, poniendo sobre ésta una serie de expectativas que al no cumplirse generan frustración en el codependiente, haciendo que su felicidad y su estado de ánimo dependa de otro. B. de Castillo (1993) menciona que el dependiente se caracteriza por tener una baja autoestima y una necesidad obsesiva de aprobación.

Control: Esta manifestación se caracteriza por la búsqueda de supremacía por medio del control del comportamiento de otras personas. Conforme a B. de Castillo (1993), la persona controladora tiene miedo de sí mismo, de lo que piensa y de lo que siente, por lo tanto la protección que proporciona a los demás, le permite proteger y controlar todo el material reprimido que le causa algún conflicto. En lo referente a la lectura de B. de Castillo (1993), el codependiente busca diversas formas de ejercer control sobre los demás, una de ellas es por medio de las enfermedades, logrando así captar la atención de las personas especialmente de su pareja.

Otra forma de controlar es con la fuerza física, con el objetivo de causar miedo en su pareja. Este tipo de control genera resentimiento e ira en la persona maltratada.

El miedo que se genera en esta situación, no permite que la pareja del codependiente lo abandone. El dinero y el poder que se le otorga a éste, muchas veces hace que una persona codependiente se mantenga dentro de una relación conflictiva, siendo el dinero, un elemento que considera de importancia para la supervivencia y que llega a ser justificación para no alejarse de la relación, aunque ésta sea destructiva.

Por otra parte, el codependiente que posee más control sobre el dinero, puede hacer uso de éste para que su pareja no lo abandone. Otra forma con la que un sujeto puede controlar a una persona es por medio de la sobreprotección, la cual puede darse de forma cubierta, pues aparentemente el sujeto pretende únicamente

proteger a su pareja de lo que le provoca miedo, pero según B. de Castillo (1993), lo que el sujeto realmente teme es que la otra persona se vuelva independiente. Un ejemplo de ésta actitud controladora puede verse en una madre sobreprotectora que no le permite crecer a su hijo por el temor de ser abandonada y quedarse sola.

Como se abordó a lo largo de este capítulo, se concluye mencionando que la codependencia es un estado psicológico y emocional que dificulta las relaciones de pareja de los individuos que la padecen, sus causas provienen la mayoría de las veces del núcleo familiar y sus manifestaciones afectan al sujeto de tal forma que impiden un desarrollo psicológico y emocional sano.

CAPITULO 2.

LA FAMILIA Y LA CODEPENDENCIA

La familia es el primer contacto interpersonal del sujeto en el cual adquiere una serie de características y habilidades personales que marcarán las pautas de su comportamiento para las relaciones que establecerá con su medio.

A lo largo de este capítulo se pretende describir qué es una familia, cuál es su clasificación y cómo se conforma la estructura familiar en México. En seguida se describirán las características que posee el sistema familiar del codependiente para determinar la relación entre los factores familiares y la codependencia en las mujeres.

2.1. Concepto de familia

Conforme a Satir (2002), la familia es un sistema en el cual cada integrante tiene relación con los demás, por lo tanto, cada situación o estímulo que afecte a uno de los miembros, repercutirá en todo el sistema familiar.

La familia provee a los niños las necesidades básicas, tales como alimento, vestido, brinda patrones de amor, amistad y afecto, satisfacen las necesidades psicológicas fundamentales y proporciona sentimientos de valía e identificación. “La familia constituye el campo psicológico más importante de un niño: es un refugio y una fuente de afectos, identidad e identificación” (Lieberman, 1985: 33).

De acuerdo con la definición otorgada por el Instituto Interamericano del Niño, la familia es: “un conjunto de personas que conviven bajo el mismo techo, organizadas en roles fijos, con vínculos que pueden ser consanguíneos o no, con un modo de existencia económico y social comunes, así como sentimientos afectivos que los unen”. (www.iin.oea.org; 2007)

Minuchin (1996) explica que la familia es un grupo natural para crecer y recibir auxilio, que con el tiempo desarrolla pautas de interacción mismas que constituyen la estructura familiar y que rigen el funcionamiento de sus miembros, definiendo así la gama de conductas.

Por lo tanto tomando lo mencionado anteriormente, se obtiene la siguiente definición:

La familia es un grupo de personas que comparten un modo de existencia social y económica, cuya función principal es proveer a sus integrantes las necesidades básicas y psicológicas necesarias para generar sentimientos de valía e identificación, constituyéndose como el campo psicológico más importante del niño.

2.1.1. Tipos de familia

De acuerdo con Satir (2002), existen dos tipos de sistemas familiares: el abierto y el cerrado.

En un sistema familiar cerrado, la información del y hacia el exterior es limitada, las respuestas son circulares, y no toman en cuenta los cambios que ocurren en el contexto. En caso contrario en un sistema abierto, las respuestas e interacciones son influenciadas por los cambios del contexto.

El sistema cerrado la mayoría de las veces, posee reglas rígidas que no encajan en las necesidades de la familia, este sistema menciona Satir (2002), está sometido al poder, a la dependencia neurótica, a la obediencia, a las privaciones, a la conformidad y la culpa. Los miembros de un sistema cerrado permanecen ignorantes, limitados por el temor, el castigo y el sometimiento, por lo cual experimentan una baja autoestima, buscando así reforzamiento frecuente del exterior.

Por otro lado, un sistema familiar abierto se caracteriza por la libertad y flexibilidad de los miembros para tomar decisiones, la autoestima es esencial y los integrantes muestran un sentimiento de control de su destino. El elemento que mantiene la estabilidad de un sistema abierto es la capacidad para cambiar con un contexto.

El sistema familiar se encarga de transmitir una cultura y una serie de valores que marcarán las pautas de comportamiento del niño en la sociedad, el cual además, actúa en base a las creencias, las fantasías y los patrones que le han sido enseñados a lo largo de su vida. De acuerdo con Lieberman (1985), este tipo de características familiares le permitirán al niño adaptarse al medio y la mayoría de las veces son transmitidas de generación en generación.

Lieberman (1985) por otra parte, menciona que los hermanos juegan diversos roles dentro del contexto familiar, lo cual puede observarse en las familias numerosas donde la diferencia de edad es amplia y muchas veces los hijos adoptan el rol de cuidadores de sus hermanos, encargándose de la crianza de los mismos.

Cuando alguno de los padres muere o no se encuentran con ellos por determinada razón, los lazos fraternales se hacen más fuertes formando un gran apoyo entre ellos mismos.

Por otro lado, en las familias disfuncionales, cuyas características fueron mencionadas en el capítulo anterior, los hermanos desempeñan diversos papeles, entre ellos proporcionar estimación propia y ayudar en el desarrollo de la identidad.

Abordando la teoría de Leñero (1983), es importante rescatar ciertas clasificaciones de la familia, las cuales se aproximan a la población estudiada dentro de dicha investigación:

- a) Tipología de familias según la cultura o subcultura de las comunidades a las que pertenece:
 1. Familias de cultura marginal o de grupo indígena mestizado y con un cierto contacto hacia comunidades regionales o nacionales. Las características de esta cultura son: el habla de una lengua indígena, valores culturales de fatalismo, pensamiento mágico, referencia al ancestro, economía de subsistencia rural, incluso del tipo recolector o agraria precaria.

2. Familias de comunidad “tradicional” típicamente rural. Este tipo de comunidades son autosuficientes a nivel de consumo comunitario, existe un control social entre sus miembros por “el que dirán”, carecen de servicios urbanos propiamente dichos.
3. Familias de ciudades suburbanas y medias. Se encuentran entre tradicional-rural y moderna-urbana, es decir, en proceso de desarrollo.
4. Familias de subcultura urbana más o menos industrializada y cosmopolita, es decir, una comunidad moderna con un consumo masivo.

La segunda tipología definida por Leñero (1983), se basa en la estructura componente de la unidad doméstica:

- a) Clasificación según el sistema que rige a las relaciones básicas de los integrantes de la unidad doméstica:
 1. Familias de predominante estructura consanguínea sobre la relación conyugal.
 2. Familias de predominante estructura conyugal sobre la relación consanguínea.
 3. Familia de estructura mixta, más o menos ambivalente.

- 1) Tipos de familias según la composición grupal de los miembros que componen la unidad doméstica, es decir, aquellos que viven bajo un mismo techo, tienen una economía y un sistema de autoridad y división del trabajo doméstico cotidiano.
 1. Familias extensas, que integran tres generaciones y parientes colaterales en tercero y cuarto grado.

2. Familias nucleares constituidas por padres e hijos (dos generaciones solamente).

2) Tipología según el sistema de interrelación dependiente de acuerdo a la línea de parentesco lateral y de descendencia predominante:

1. Patrilineal: en el que las familias nucleares se afilian a la familia de origen del padre.

2. Matrilineal: en el que la dependencia proviene de la familia de origen de la madre.

3. Sistema ambivalente bilateral.

3) Tipos de familias según el sistema de unión matrimonial central y en base a la clasificación de Leñero (1983):

1. De matrimonio único monogámico.

2. De matrimonio monogámico pero sucesivo: viudez-nueva pareja o divorcio-nueva pareja.

3. De matrimonio incompleto por viudez o divorcio.

4. De matrimonio plural: comuna familiar o equivalente, es decir, grupo matrimonial o parejas de matrimonios conviviendo en una unidad doméstica.

4) Tipología de familias según parentesco del jefe con los miembros de la unidad doméstica:

1. Jefe: padre-esposo o sólo padre.

2. Jefe: madre-esposa o sólo madre.

3. Jefe: pariente ascendiente masculino o femenino.

4. Jefe: pariente colateral masculino o femenino.

5. Jefe: hijo o hija.

5) Tipos de familia según el estatus legal del matrimonio central:

1. Familias con pareja casada por las dos leyes, civiles y eclesiásticas.

2. Familias con pareja casada por una ley: civil o religiosa.

3. Familias con pareja en unión consensual permanente, es decir, la cohabitación de una pareja no casada por un período prolongado.

4. Familia con pareja en unión libre esporádica.

5. Familia sin pareja en unión.

6) Tipos de familia según sexo y autocracia del jefe:

1. Paternal: hombre con un sistema autocrático u hombre con un sistema compartido.

2. Maternal: mujer con un sistema autocrático o mujer con un sistema compartido.

7) Tipología de familia según la etapa de su desarrollo, tomando en cuenta el texto de Leñero (1983):

1. Familias iniciales: en etapa procreativa, previa o inicial procreativa.

2. Familias de desarrollo intermedio: en etapa de procreación y socialización de niños y adolescentes.

3. Familias finales: en etapa terminada de procreación y en proceso de disgregación familiar (casamientos, salida de hijos o de desintegración familiar por muerte o separación de la pareja central).

La tercera tipología familiar que Leñero (1983) refiere en el texto, se basa en los rasgos sociodemográficos de los componentes familiares:

1) Tipos de familia según el número de miembros:

1. Familias pequeñas (menor número que el de la media nacional: 2 a 4 miembros).
2. Familias medias (fluctuando en la media nacional de 5 a 6 miembros).
3. Familias grandes (mayores de 6 miembros).

2) Tipos de familia según la edad conjunta de los miembros de la unidad doméstica:

1. Familias con una edad agregada baja: hasta 75 años (suma de edad de sus miembros).
2. Familias con una edad agregada intermedia (más de 75 hasta 150 años).
3. Familias con una edad agregada alta: más de 150 años.

3) Tipo de familia según sexo predominante en la unidad doméstica:

1. Familias femeninas en las que predomina considerablemente el sexo femenino (en proporción de 3 a 1, al menos) y/o en donde el clima es

fundamentalmente femenino (principalmente por un ausentismo virtual de los hombres).

2. Familias masculinas en las que predomina considerablemente el sexo masculino (al menos 3 a 1) y/o el clima es fundamentalmente masculino.
3. Familias con equilibrio numérico o ambiental de los sexos.

En cuanto a la funcionalidad de la familia existe otra clasificación considerada por Lieberman (1985), en la cual se denomina familia funcional, a aquella en la que los objetivos familiares y las funciones básicas se cumplen adecuadamente y cuando los individuos que la conforman han logrado la homeostasis mediante una comunicación apropiada y un respeto en las relaciones intrafamiliares.

En caso contrario, una familia disfuncional se caracteriza por la perturbación del funcionamiento, el cual conlleva conflictos entre sus miembros. La disfuncionalidad familiar afecta a los individuos que conforman el sistema ocasionando miembros con ausencia de valores y principios, actuación impulsiva, dificultad para acatar normas y para establecer relaciones interpersonales apropiadas, según Lieberman (1985). En este tipo de situaciones, el padre desconoce su rol, por lo que carece de empatía para acercarse a sus hijos o conocer cuales son sus necesidades de dependencia.

Como refiere Lieberman (1985), el maltrato que llega a recibir un niño dentro de una familia disfuncional, es el resultado de un sistema de interacciones inadecuado donde el padre y la madre compiten por ser queridos, sin embargo, como

ninguno de los dos puede llenar las necesidades del otro, descargan su tensión en el niño, siendo éste último la víctima de los conflictos de pareja de sus padres.

2.1.2. Funciones de la familia

Chavarría (1990), menciona las funciones que deben ser cubiertas dentro del sistema familiar, las cuales se describen en seguida:

2.1.2.1 Función biológica

Se refiere a la supervivencia de la especie humana, la unión del hombre y la mujer que permiten procrear nuevas especies. Esto conlleva una responsabilidad de cuidado y protección de sus miembros. Chavarría (1990) menciona que anteriormente el objetivo principal del matrimonio era la procreación, sin tomar en cuenta otros aspectos como la compatibilidad psicológica y moral de la pareja. Actualmente, los cónyuges buscan primordialmente una relación funcional, dejando en segundo término la procreación, además la natalidad está más controlada en función de los hijos que se puedan mantener.

2.1.2.2 Función económica

Conforme a Chavarría (1990), ésta función se encuentra relacionada con la producción de bienes de los miembros de la familia, abarcando el trabajo de la familia como grupo y el de cada miembro de forma individualizada. En cuanto al trabajo grupal, la familia produce primeramente para su subsistencia y en segundo término para proyectarse a la sociedad. Desde el aspecto individual, el sujeto se

convierte en un miembro productivo de la sociedad que aporta un desarrollo a su país.

Además, cabe dentro de la función económica de una familia el consumo de bienes que haga a la sociedad, generando así movilidad en la economía del país y del resto del mundo.

2.1.2.3 Función cultural

La función cultural en base al mismo autor es: “transmitir a las nuevas generaciones la cultura conocida por los progenitores, enseñar al individuo funciones biológicas y sociales, hábitos de alimentación y aseo, el trato hacia los demás individuos, su relación con la naturaleza y todo aquello que le permita conocer el mundo en que vive”. (Chavarría; 1990: 29). Como parte de esta función, también es importante destacar la responsabilidad de los padres de participar activamente en la vida familiar y en los deberes anteriormente mencionados, para lograr una formación adecuada de los hijos y brindar un apoyo a la sociedad.

2.1.2.4 Función psicológica

La relación de los miembros de la familia, determinará en gran parte el bienestar psicológico y el comportamiento individual de quienes la conforman.

Haciendo referencia a la lectura de Chavarría (1990), la familia tiene como función proveer afectividad sana y adecuada, buena comunicación entre los integrantes, protección y satisfacción de necesidades emocionales, para que exista una estabilidad psicológica que permita que sus individuos se desarrollen convenientemente en la sociedad.

2.2. Dinámica familiar en México

Según Leñero (1976), en México los roles que se asignan a los integrantes de la familia están determinados por el sexo, la edad y las relaciones entre los integrantes de la familia:

2.2.1 Roles familiares según el sexo de las personas

De acuerdo con el autor el trato igualitario o con diferencias respecto al género dentro del hogar, ejercerá influencia en la conducta de los sujetos y en la forma como se relacionan con el sexo opuesto en su vida social. Las actitudes machistas que suelen ser comunes en los hogares mexicanos, son aprendidas por los miembros, quienes adquieren este patrón de ver a sus hermanas y sus madres como personas a su servicio.

2.2.2 Roles familiares según la edad

Usualmente en una familia suele jerarquizarse en base a las edades de los miembros que la conforman. Las relaciones que se establecen entre los individuos poseen una serie de características que se verán reflejadas en la interacción social del sujeto. De acuerdo con Leñero (1976), existen los siguientes modelos paternos:

1. Modelo autoritario: los miembros ejercen un papel sumiso y pasivo frente a las personas de mayor edad. El jefe formal de la familia toma decisiones sin considerar la opinión de los demás integrantes. El poder que se ejerce en este modelo es incuestionable y los sujetos están acostumbrados a obedecer, para evitar un castigo físico y/o moral.

2. Modelo paternalista: en este caso, la autoridad se impone con un estilo protector y amable, mientras que los integrantes son tratados como incapaces para tomar decisiones por su cuenta. De acuerdo con Leñero (1976), este modelo dificulta la promoción de la responsabilidad y la maduración del individuo. Una ejemplificación sería el padre que insiste a sus hijos que trabajen con él durante toda su vida, imposibilitando de cierta forma un aumento de responsabilidad. El modelo paternalista tiene un respaldo histórico que remonta a la época colonial, donde existían los caciques, quienes eran la autoridad que regía a los pueblos.
3. Modelo igualitario: considera a la familia como un grupo cuyas personas tienen los mismos derechos y capacidades. Los adultos respetan la dignidad de los menores, los cuales además pueden intervenir de forma democrática en la toma de decisiones, conforme a Leñero (1976). Sin embargo, este tipo de modelo dificulta la integración de los miembros de la familia, además de que algunas veces llega a ocasionar conflictos entre los miembros adultos, debido a las situaciones de igualdad.
4. Modelo individualista: de acuerdo con el texto del autor, los miembros de las familias con este modelo generan demasiada autonomía, la cual lleva a una desintegración familiar, sin una autoridad de por medio. A la larga, el modelo provoca ruptura de lazos afectivos o actitudes de indiferencia que terminan con la unidad familiar.

2.2.3 Roles familiares según la relación de matrimonio

De acuerdo con Leñero (1976), la relación conyugal adopta diferentes modalidades, en cuanto a la autoridad y la distribución de responsabilidades:

1. Matrimonio tradicional: en este caso, el esposo tiene la autoridad principal dentro del núcleo familiar y la mujer queda como dependiente de él. La tarea del hombre consiste en sustentar económicamente y ser la representación externa de la familia, mientras que la mujer se encarga de los trabajos domésticos, así como de la crianza física y moral de los hijos.
2. Matrimonio como unidad integrada cerrada: consiste en un matrimonio donde la autoridad es compartida entre los cónyuges, sin embargo, se sigue manteniendo al hombre como cabeza formal y a la mujer en un papel de corresponsable y de apoyo, como lo menciona Leñero (1976). Esta modalidad de matrimonio busca una separación física del hogar de los padres de cada uno, sin perder la relación con ellos. Los hijos son el factor de mayor interés para la pareja e influyen demasiado en la indisolubilidad del matrimonio. Cabe mencionar que es el modelo al que se aspira más frecuentemente.
3. Matrimonio igualitario abierto: El modelo tiende a resultar contradictorio, pues por una parte los cónyuges buscan una integración con el objetivo de crear una relación indisoluble, y por otra favorecen el desarrollo individual en el cual cada uno puede ver por sus intereses aunque estos sean externos a la familia. Este tipo de modelo genera mayor facilidad para una desintegración familiar.

Como señala Eguiluz (2007) el arquetipo de la familia en México, está conformado por una pareja con más de un hijo, formándose de manera sociocultural la idea de una familia donde los cónyuges tienen roles claramente diferenciados, en los cuales el hombre es el encargado de la subsistencia del hogar y la mujer del cuidado de los hijos, de su esposo y de las labores domésticas. Este concepto es señalado también por Leñero (1976), quien lo ubica dentro del matrimonio tradicional que se mencionó anteriormente.

2.2.4 Roles familiares según la relación paterno-filiales

Desde el momento de la concepción y el nacimiento de los hijos, la participación y actitud de los padres, influirá mucho en la relación futura. Leñero menciona: “la aceptación del hijo según su sexo, según su temprana o tardía presencia, según la cercanía o lejanía de sus hermanos, es clave en la relación padres-hijos. Igualmente el afecto y amistad del padre frente a los hijos o hijas y de la madre, frente a los hijos o hijas, es también trascendente en la vida del desarrollo de las personas”. (Leñero; 1976: 93).

En México, la imagen que los hijos tienen de sus padres es muchas veces distorsionada. Como indica el autor, el recelo que los varones tienen a sus padres es común en la adolescencia, sin embargo, cuando el hijo se convierte en adulto, tiende a reproducir los patrones de conducta de su padre.

A lo mencionado, se agrega la socialización plural que existe actualmente, la cual va acompañada de conocimientos escolares y científicos superiores a los

conocidos en la generación de los padres, así como el sistema igualitario que le otorga a la mujer más beneficios, uno de ellos, trabajar.

Leñero (1976) explica que los conflictos paterno-filiales y la promiscuidad han sido factores que aceleran la formación de nuevas familias a temprana edad, lo cual la mayoría de las veces acarrea conflictos por la falta de preparación económica y psicológica que se requiere.

2.3. Características de la familia de la mujer codependiente

La familia constituye el núcleo que fomenta el desarrollo psicológico de sus integrantes, por lo que juega un papel muy importante en la formación de aspectos psicológicos y personales del sujeto.

Cuando un individuo manifiesta codependencia, aparecen una serie de características que la representan y el individuo incluso llega a reconocer que sus relaciones interpersonales son inadecuadas. Sin embargo, lo que existe de fondo, son las razones que desataron la codependencia hacia su pareja y que han aparecido en el seno del núcleo familiar.

A continuación se explican aquellas características que presentan las familias y que predisponen a la mujer hacia la codependencia:

De acuerdo con Mellody (2005), una de las características de la familia es la incapacidad para lograr la adaptación del niño al medio que lo rodea, así como

apoyar el sano crecimiento durante la infancia. Cuando los padres no permiten que el niño se centre en sí mismo como parte de su proceso de maduración, impiden que tenga un crecimiento normal, agregando que en este caso la adaptación del niño se rige por los deseos de los padres de que sea como ellos quieren. Como resultado de no lograr un crecimiento adecuado, no se establece en el niño un concepto de autovalía y autoestima adecuadas. Además retomando el capítulo 1, cuando los padres no satisfacen las necesidades que aparecen durante el crecimiento del niño, éste último cubre tales carencias en la adultez a través de su pareja.

La incapacidad para respaldar el valor personal y existencial del niño, es otra característica de la familia descrita por Mellody (2005). Los padres se muestran exigentes pidiendo al niño que sea perfecto, mencionan constantemente que vale menos que los demás, que es torpe, sin considerar la inmadurez del niño y lo orillan a negar las necesidades propias de la edad. Por lo tanto, el niño no desarrolla una autovalía y se considera por lo que hace y no por lo que es. Algunas veces, ésta incapacidad para valorar al niño, proviene de una autoestima baja en los padres, quienes utilizan factores externos tales como el trabajo, las pertenencias materiales o las relaciones sociales para cubrir dicha necesidad, haciendo lo mismo con los hijos, valorándolos por las calificaciones, los deportes que realice o las habilidades que posee.

Tomando como referencia a Mellody (2005), cuando la vergüenza afecta a algunos de los padres, son los hijos quienes reciben dicho sentimiento. La vergüenza, se considera una característica familiar que puede aparecer en un

progenitor porque éste haya sido víctima de algún abuso, por una frustración ante ciertas situaciones que no pudieron ser superadas y que pretende cubrir por medio de sus hijos, por ejemplo cuando el padre que no tuvo la oportunidad de estudiar una carrera profesional y espera que su hijo la estudie; o cuando alguno de los padres muestra dificultad para atender las necesidades y deseos de sus hijos, intentando controlar la conducta, el aspecto físico o la forma de pensar de éstos.

La vergüenza además, va acompañada del mensaje “menos que”. Si los padres utilizan constantemente la comparación que lleva un mensaje inconsciente donde el niño se siente menos que los demás, su autoestima y autoconcepto se verán dañados. Este factor generará que la mujer en su relación de pareja, se sienta en un rango inferior en comparación con otras mujeres o incluso con su pareja, lo cual conlleva inseguridad personal y el miedo al abandono por no sentirse capaz de mantener a una persona a su lado.

Por otra parte, dentro del sistema familiar, la desatención y el abandono son características mencionadas por Melody (2005) como predisponentes a la aparición de la codependencia.

La desatención según la misma autora, se da cuando las necesidades del niño no fueron lo suficientemente satisfechas por los padres.

El abandono, aparece cuando las necesidades del niño no se cubrieron en lo absoluto. Este se puede dar cuando existe una carencia de la presencia física, emocional o psicológica de los progenitores, e incluso cuando físicamente están presentes pero ignoran al niño. Algunas de las razones del abandono son la muerte,

el divorcio, una adicción (a sustancias químicas, al trabajo, al juego, al sexo), entre otras.

De acuerdo con Mellody, “las necesidades que requieren de dependencia en un niño son: comida, ropa, casa, atención médica y odontológica, nutrición física, emocional (tiempo, atención y orientación), orientación e información sexual y económica”. (Mellody, 2005: 224).

La desatención y el abandono aparecen cuando una necesidad como las anteriormente mencionadas, no fue debidamente cubierta. Una de estas, como ya se mencionó es la nutrición emocional, en la cual Mellody refiere: “la nutrición emocional tiene una importancia especial para el desarrollo que lleva a la madurez. Los padres que cubren dicha nutrición le hacen saber al hijo, de forma implícita y no verbal, que es alguien que tiene valía”. (Mellody; 2005: 224). Al no existir una nutrición emocional, el niño no desarrollará una autovalía adecuada y tendrá una carencia de orientación sobre la forma de enfrentar diversas situaciones futuras en su vida, como causa de la disfuncionalidad de los padres y falta de satisfacción de alguna necesidad.

El alcoholismo es una característica que también puede estar presente en la familia de la mujer codependiente. Como se mencionó con anterioridad, la revista Salud Mental (2002), refiere que el término codependencia surgió de los grupos de Alanón para referirse a los miembros de la familia, específicamente la pareja del alcohólico, que se encontraban afectados por la adicción de su familiar.

Retomando el concepto anteriormente señalado por Lieberman (1985), otra característica de la familia es que no tiene un funcionamiento adecuado, es decir es disfuncional. Entendiendo como una familia disfuncional, según el autor, aquella en la que la perturbación de las funciones conlleva conflictos a los miembros que la conforman, entre ellos, la dificultad para establecer relaciones interpersonales.

De acuerdo con B. de Castillo et. al. (1993), la familia disfuncional se caracteriza por la falta de comunicación entre sus integrantes, la represión de los sentimientos, una rigidez en las reglas que se establecen, relaciones conflictivas entre sus integrantes, adquisición de un sistema de valores incoherente e impuesto con tradiciones estrictas que van en contra de las circunstancias, los integrantes tienden a la psicopatización, aparecen relaciones dependientes dentro de la familia y existe envidia y descontento entre los miembros.

2.4. Influencia de los factores familiares en la codependencia de las mujeres

Conforme a las características de la familia que se presentaron en el apartado anterior, se presenta a continuación una relación entre la codependencia y los factores familiares que podrían ser predisponentes de la relación de codependencia de la mujer hacia su pareja.

Cuando la maduración psicológica y emocional del niño queda incompleta porque las necesidades que debieron cubrir los padres no fueron satisfechas, el adulto comenzará a cubrir estas carencias por medio de su pareja. Retomando lo

abordado por Washton y Boundy (2005), el niño adquiere en la infancia una serie de roles adultos que necesita adquirir porque alguna o ambas figuras paternas no lo lograron.

Cuando una mujer durante su infancia detectó una falta de cariño y afecto de su padre, en la adultez según Norwood (1986), sentirá mayor atracción por aquellos hombres que se muestran poco cariñosos, existiendo una identificación de la figura paterna depositada ahora en la pareja. Esto se genera como resultado de la lucha que la mujer tuvo durante su infancia para obtener el cariño y afecto de su padre y que ahora busca conseguirlo por medio de su pareja.

Es aquí donde aparecen algunos síntomas de la codependencia, entre ellos la búsqueda de aprobación de su pareja sin tomar en cuenta el riesgo que pueda correr su propio bienestar. Este deseo por satisfacer a la pareja a cambio de una aprobación por parte de él, es producto de una carencia que pretende cubrir necesidades psicológicas de la infancia que quedaron incompletas.

Si en la familia existió una incapacidad para fomentar el valor personal del niño, se generará una baja autoestima, según Mellody (2005). Cuando la mujer no forma su autovalía, tiende a las relaciones disfuncionales como producto de una elección incorrecta de pareja. La codependiente no se da cuenta que su relación es conflictiva y cómo le afecta ya que carece del sentimiento de autoprotección y evaluación de lo que merece como persona. Como se abordó en el capítulo 1, un aspecto propio de la codependencia es la búsqueda de un agrado o aceptación por medio de pertenencias materiales, de comportamientos aceptables para los demás,

de relaciones sociales, entre otras, pero siempre con el objetivo de mantener el agrado de los demás y no perder el amor y atención que le brindan.

El sentimiento de vergüenza, referido como otra característica de la familia, hace que la mujer se sienta mal por no ser perfecta para su pareja, ya que conforme al texto descrito por Mellody (2005) arrastra aún con la culpa de que nunca fue perfecta para sus progenitores, por lo tanto, no se acepta y se considera una persona que vale menos que todos los demás. Como consecuencia, la mujer codependiente tiene miedo de cometer errores por lo que evita situaciones en las que pueda correr riesgo. Esta característica a su vez, conlleva el deseo de la codependiente por mantener el control de las conductas de su pareja, para evitar el riesgo de perderlo.

Por otra parte, cuando existe una falta de atención de los padres, ya sea por abandono o desatención, los hijos no logran una expresión de sus necesidades. Cuando el niño constantemente solicita algo al padre y la mayoría de las veces no se le atiende, surge una incapacidad para manifestar sus necesidades, deseos y sentimientos. Esto en un futuro llevará a la codependiente a que su relación de pareja muestre una comunicación débil, basada únicamente en lo que la otra parte necesita. Beattie (1998), refiere la aparición de un gran temor a pedir atención y ser rechazada, por lo que la codependiente evita manifestar lo que necesita.

En este tipo de familias existe una incapacidad de los padres para manejar sus roles, que dificulta o impide un acercamiento a sus hijos para conocer las necesidades de dependencia que tienen hacia los padres, es decir, no se cubre una

de las funciones de la familia, que está relacionada con el bienestar psicológico de sus miembros.

El alcoholismo es considerado como otra de las características de la familia. Mellody (2005), menciona que muchas veces las codependientes traen consigo antecedentes de uno o dos progenitores alcohólicos. De cierta forma, la codependiente busca el mismo patrón dentro de su relación de pareja para reconstruir una situación reprimida de la niñez. Al hacer esto, la codependiente probablemente revive el contexto donde fue rechazada, y tomando como segunda oportunidad su relación de pareja intenta agradar o ser perfecta, logrando así terminar con la vergüenza, la culpa, el miedo y el dolor que han quedado latentes.

La familia disfuncional como se mencionó anteriormente, genera predisposición a la codependencia. B. de Castillo (2003), refiere que cuando el niño crece en un ambiente adverso, donde los miembros de la familia manifiestan un descontento hacia los demás por la falta de las experiencias nutricias propias de la infancia, se forma un sí mismo falso o débil; lo cual incapacita al niño para adaptarse apropiadamente a su entorno.

La familia disfuncional genera una serie de patrones que influyen en las relaciones destructivas de pareja, tales como:

1. Comunicación débil: que dificulta a la persona expresar emociones, necesidades y deseos, ya que en su familia nuclear nunca tuvo la oportunidad de expresarlo.

2. Ira: la represión de sentimientos que van acompañados de la ira tales como el miedo y la vergüenza, se acumulan de forma que cuando los codependientes se enojan, reaccionan de manera fuerte y exagerada. Además esta ira viene acompañada de culpa por haberse enojado con su pareja y por lo tanto, se produce un miedo al abandono.
3. Falta de confianza: principalmente en sí mismo por la carencia de una formación apropiada de autoestima y autovalía por parte de los padres , y en seguida una falta de confianza a los demás, ya que dentro del sistema familiar de la codependiente, existió una carencia de apoyo, vinculación y apego adecuado.

Como se comprendió en este capítulo, la codependencia muestra una serie de patrones autodestructivos y de relaciones interpersonales inadecuadas que han sido en gran parte, causa de un hogar disfuncional y de padres que no cubrieron adecuadamente las necesidades de sus hijos. La exploración de las características de familias de mujeres codependientes, permite una mejor comprensión de los elementos que predisponen relaciones de dependencia, y de la influencia de los aspectos de la niñez reflejados en la relación de pareja de la vida adulta.

CAPÍTULO 3.

METODOLOGÍA, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

Este capítulo pretende explicar las características metodológicas de la presente investigación con el objetivo de indicar el procedimiento que se llevó a cabo para la obtención de resultados. A lo largo del capítulo se hará una descripción de la metodología de dicha investigación, así como de la población y muestra que fue seleccionada, además se explicará específicamente el proceso que se llevó a cabo en la investigación, para concluir con el análisis de los resultados obtenidos.

3.1. Descripción metodológica

Cozby explica que “la investigación básica sirve para responder preguntas fundamentales sobre la naturaleza del comportamiento”. (Cozby; 2005: 11). Los estudios de la investigación básica se diseñan para tratar aspectos teóricos sobre diversos fenómenos. Por lo tanto, la investigación que se lleva a cabo es de tipo básica ya que se pretende conocer la codependencia y los factores familiares haciendo uso de información teórica respaldada con referencias bibliográficas.

Hernández, por otra parte, describe al enfoque cuantitativo como “el uso de la recolección de datos para probar hipótesis, con base en la medición numérica y el análisis estadístico, para establecer patrones de comportamiento y probar teorías”

(Hernández; 2008: 5). El paradigma que sostiene esta investigación es de tipo cuantitativo, porque utiliza datos estadísticos para comprobar o descartar las hipótesis establecidas al inicio de la investigación.

De acuerdo con el autor, el enfoque cuantitativo indica determinados pasos que el investigador debe realizar:

1. Plantear un problema de estudio delimitado y concreto.
2. Una vez planteado el problema de estudio, se hace una revisión de la literatura.
3. Sobre la revisión de la literatura se construye un marco teórico.
4. De la teoría se derivan hipótesis que se van a probar si son ciertas o no.
5. Se someten a prueba las hipótesis mediante el empleo de los diseños de investigación apropiados.
6. Para obtener tales resultados el investigador recolecta datos numéricos de las variables que estudia analiza mediante procedimientos estadísticos.
7. Al final, los estudios cuantitativos pretenden explicar y predecir los fenómenos investigados, buscando relaciones causales entre elementos.

El alcance que tiene esta investigación es de tipo correlacional, para lo cual Hernández explica: “el estudio correlacional asocia variables mediante un patrón predecible para un grupo o población”. (Hernández; 2008: 104). El propósito de este tipo de estudio, es conocer la relación que existe entre dos o más conceptos o variables de un contexto en particular. Para la medición de las variables correlacionadas se hace uso de los mismos sujetos. Con respecto a la utilidad de

este tipo de estudio, Hernández menciona: “la utilidad principal de los estudios correlacionales es saber cómo se puede comportar un concepto o una variable al conocer el comportamiento de otras variables relacionadas. Es decir, intentar predecir el valor aproximado que tendrá un grupo de individuos o casos en una variable, a partir del valor que poseen en la o las variables relacionadas” (Hernández; 2008:106).

Es importante mencionar que la investigación correlacional tiene en parte un valor parcialmente explicativo, ya que conocer la relación entre dos variables aporta información explicativa. Sin embargo, la explicación se considera parcial porque existen otros factores relacionados. Hernández (2008) describe que entre mayor sea el número de variables asociadas en el estudio y la fuerza de relación entre éstas, mas completa será la explicación.

El diseño de investigación de tipo no experimental es el utilizado, ya que las variables no fueron manipuladas. Hernández (2008) menciona que este tipo de investigación observa los fenómenos en su contexto natural y después los analiza. Las situaciones observables ya existen y no son provocadas por el investigador.

Por otro lado, Hernández (2008) describe que los diseños de investigación transversal recolectan datos en un tiempo único. Su propósito es describir variables y analizar el evento e interrelación en un momento determinado. El diseño con que se desarrolló esta investigación es de tipo transversal, debido a que los datos recolectados provienen del mismo grupo y de la misma fecha.

3.2. Descripción de la población y muestra

La población que se eligió para el estudio de esta investigación es una de las dependencias del DIF, llamada Área de educación y enseñanza. Dicha área tiene como objetivo capacitar a personas de escasos recursos para que puedan emplearse. Está dirigida a hombres y mujeres, sin embargo, el mayor número de alumnos que asisten son del sexo femenino y de nivel socioeconómico bajo y sin empleo, según los datos proporcionados por la Prof. Lucía Carrillo Téllez, quien es el Jefe del área.

El total de alumnos que actualmente acuden a los talleres es de 675 estudiantes. Los requisitos para ingresar son: tener la mayoría de edad, o la tutela de algún mayor según sea el caso, así como una mínima cuota de inscripción.

La muestra seleccionada para esta investigación consta de 13 mujeres, las cuales son alumnas de los talleres de corte y confección, cultura de belleza y manualidades.

El estado civil de la muestra es de 12 mujeres casadas, y 1 mujer en unión libre. Las edades oscilan entre los 20 a los 50 años. El 100% de la población se dedica al hogar además de estudiar en uno de los talleres.

Cabe mencionar que se encontraron algunas limitaciones para la aplicación de los instrumentos, una de ellas es que únicamente se tuvo acceso al turno matutino

de los talleres, ya que fue el único momento en el que se otorgó permiso. Otra limitación es que el día en que se llevó a cabo la aplicación, es decir el 12 de diciembre de 2008, por ser un día festivo, no hubo suficiente asistencia de las alumnas a sus talleres.

Para la elección de la muestra se utiliza el muestreo no probabilístico, para el cual Cozby explica: “se desconoce la probabilidad específica que tiene cualquier miembro en particular de ser elegido, es bastante común y útil en muchas circunstancias”. (Cozby; 2005: 147)

Por otra parte, una de las formas del muestreo no probabilístico es el muestreo accidental, en el cual Cozby (2005) describe que los participantes son obtenidos de cualquier lugar que sea accesible para el investigador. El muestreo que se utiliza para esta investigación es de tipo accidental, ya que se hace uso de una población que se encuentra al alcance para la aplicación de las pruebas correspondientes. Una limitación es que este tipo de muestreo se considera el más alejado de la posibilidad de generalizar a la población los resultados obtenidos.

3.3. Descripción del proceso de investigación

Al inicio de la investigación se formuló la pregunta: ¿Influyen los factores familiares en la codependencia de las mujeres hacia su pareja?

Dicha interrogante surgió ante la inquietud por conocer si los factores provenientes del núcleo familiar tenían influencia en la relación de pareja de la mujer en la ciudad de Uruapan, Michoacán.

Una vez planteada la pregunta de investigación así como los objetivos, se procedió a buscar información teórica que sustentara el planteamiento del problema, por lo cual se recurrió a diversos autores que han estudiado las variables de la investigación: la codependencia y la familia.

Al concluir la elaboración del marco teórico se llevó a cabo la elaboración de instrumentos que midieran dichas variables, para lo que fue necesario elegir una población conformada por mujeres que tuvieran pareja, por lo tanto se eligió a las mujeres que acuden a los talleres impartidos en el CRI (Centro de Rehabilitación Integral), dependencia perteneciente al DIF (Desarrollo Integral de la Familia). Cabe mencionar que se decidió tomar la muestra de esta institución por la accesibilidad de los directivos.

Con el objetivo de investigar las variables de la codependencia y los factores familiares, fueron elaborados por el tesista ex profeso para esta investigación, dos instrumentos que permitieron medir dicha variables.

Inicialmente, se procedió a diseñar el cuestionario que mide las características de la codependencia, basándose en el sustento teórico de esta investigación para elaborar los ítems que lo conforman.

El cuestionario constaba de 34 ítems, lo cuales miden los siguientes factores: baja autoestima, incapacidad para establecer límites, alcoholismo, obsesión y rescate, control, comunicación débil, falta de confianza, solicitud, dependencia, problemas sexuales y la etapa progresiva de la codependencia (letargo, depresión, ideación suicida y adicciones).

Una vez elaborado el instrumento, se procedió a elegir un grupo de jueces conformado por 10 elementos, estudiantes de 9° semestre de la carrera de Psicología de la Universidad Don Vasco, en el mes de noviembre de 2008, para detectar aquellos ítems del instrumento que eran confusos o rebuscados. De éste análisis se descartaron 8 enunciados.

Por lo tanto, el cuestionario de codependencia está conformado por 26 ítems, el cual puede apreciarse en el anexo 5. A continuación se muestran los factores de codependencia indicando los ítems en los que aparecen respectivamente:

1. Baja autoestima: 7,8,9,10,11,25
2. Incapacidad para establecer límites: 23
3. Alcoholismo: 22
4. Obsesión y rescate: 12
5. Control: 13, 18, 24
6. Comunicación débil: 26
7. Falta de confianza: 25
8. Solicitud: 1,2,3,4,5,6
9. Dependencia: 14, 15, 17

10. Problemas sexuales: 16, 19

11. Progresiva: 20,21,22

Posteriormente, dentro de las aulas del Área de educación y enseñanza, se aplicó el instrumento a las 13 mujeres que conformaron la muestra, sin existir un tiempo determinado para responderlo.

La media total de la prueba que mide la codependencia es de 66.69 y el coeficiente de confiabilidad Alfa de Cronbach es de 0.81. Cabe mencionar que para la obtención del coeficiente de confiabilidad del instrumento de codependencia se utilizó la siguiente fórmula:

$$\alpha = \frac{\kappa}{\kappa - 1} \left[1 - \frac{\sum \sigma^2}{\sigma^2 x} \right]$$

Donde:

α = coeficiente de confiabilidad alfa

κ = número de ítems

σ^2 = varianza de cada ítem

$\sigma^2 x$ = varianza del cuestionario total

Para efectuar la calificación se utilizó la media total del instrumento, para determinar que si el resultado del participante fuese superior a la media, establecía la aparición de características codependientes en el sujeto.

De igual manera, fue elaborado por el tesista ex profeso para esta investigación, un instrumento que detecta los factores y aspectos familiares que se encuentran relacionados con la codependencia. Para ello, fue necesario hacer uso de la investigación teórica relacionada con las características de la familia de la mujer codependiente.

El instrumento de los factores familiares mide los siguientes factores: modelos paternos, disfuncionalidad familiar, tipo de relación matrimonial entre los padres, falta de afecto, desatención y abandono, incapacidad de los padres para la adaptación del niño al medio y proceso separación-individuación.

Este instrumento puede apreciarse en el anexo 6 y a continuación se muestran los ítems donde aparecen los factores familiares que mide tal instrumento:

1. Familia disfuncional: 34, 36
2. Modelo autoritario: 27
3. Modelo paternalista: 28
4. Modelo igualitario: 29
5. Modelo individualista: 30
6. Matrimonio tradicionalista: 31
7. Matrimonio con unidad integrada: 32
8. Matrimonio igualitario abierto: 33
9. Falta de afecto: 37
10. Desatención y abandono: 43, 44
11. Incapacidad de los padres para la adaptación del niño al medio: 35, 40,41,42

12. Proceso separación-individuación: 38

No se determinó la media total para el instrumento de factores familiares, ya que el objetivo de su aplicación es analizar qué factores de los ya mencionados aparecen en la familia nuclear de la mujer que responde a los reactivos.

Para la obtención de datos de los dos instrumentos, se tomaron como respuestas calificadoras aquellas que fueron elegidas en las opciones 4, 5 y 6, a las cuales corresponden respectivamente las opciones de respuesta: moderadamente verdadero de mí; la mayor parte verdadero de mí; me describe perfectamente.

Una vez elaborados los instrumentos, se hizo una selección de la muestra para efectuar la aplicación, la cual fue llevada a cabo el mismo día y la misma hora para los dos cuestionarios. Se aplicó un cuadernillo de preguntas y una hoja de respuestas con las mismas características para todos los participantes.

De los datos obtenidos, se seleccionaron aquellos sujetos cuyos resultados en el instrumento de codependencia, arrojan características codependientes según los parámetros anteriormente mencionados; es decir 7 sujetos.

Los 6 sujetos restantes fueron descartados por no presentar características de codependencia hacia su pareja.

Posteriormente se determinaron cuáles son los ítems del instrumento de codependencia que muestran mayor frecuencia entre los participantes, para conocer los factores que más se presentaron.

Una vez que fueron seleccionados los sujetos con codependencia, se procedió a detectar los factores familiares, para indicar la relación entre ambas variables.

Por otra parte, se procedió a determinar la correlación existente entre el instrumento de codependencia, en relación con el instrumento de factores familiares.

Para lo cual se utilizó la fórmula de correlación de Pearson con calificación estándar:

$$r = \frac{\sum ZxZy}{n}$$

Donde:

r= coeficiente de correlación de Pearson

Zx= calificación estándar del valor x

Zy= calificación estándar del valor y

n= número de sujetos

Se hizo uso de 2 series de valores para r.

Para conocer la influencia que tienen los factores familiares en la codependencia de la mujer hacia su pareja en la muestra seleccionada, se obtuvo la varianza de factores comunes, que de acuerdo con Hernández (2008) es una medida de correlación que indica el porcentaje en que una variable, en este caso la

codependencia, es influida por otra como son los factores familiares. Este dato se obtiene con la elevación al cuadrado del coeficiente de correlación “r” de Pearson.

3.4. Análisis e interpretación de resultados

De la muestra seleccionada, que está conformada por 13 participantes del sexo femenino, se efectuó la aplicación del instrumento de codependencia que demuestra que el 54% de la muestra presenta codependencia, y el 46% de la muestra no la presenta.

3.4.1. Instrumento A: Codependencia a la pareja

Abordando los datos arrojados por el instrumento, se obtiene que el 86% de las mujeres siempre intentan complacer a su pareja. Conforme a Beattie (1998) este factor es denominado *solicitud* y se refiere a la necesidad constante de la codependiente por sentirse indispensable para su pareja.

B. de Castillo citando a Berry (1993), denomina a este factor con el nombre de *rescatador*, considerado por la autora como otra característica de la codependencia, que tiene como objetivo ganar amor y aprobación por parte de la pareja, accediendo a todas las demandas que éste solicite a la codependiente.

Como parte del factor *solicitud*, denominado así por Beattie (1998), la mujer se siente molesta consigo misma por no brindar ayuda a su pareja cuando la necesita.

En este caso, existe una necesidad en la mujer codependiente de que se requiera de su apoyo. Sin embargo, si no consigue ayudar a su pareja cuando la necesita, genera ira contra sí misma.

El 86% de la muestra, según los datos de este instrumento, menciona sentirse mal cuando gasta dinero en su persona. Este factor es definido por Beattie (1998) como *baja autoestima*. El sentimiento que se genera es culpa.

Como parte de la baja autoestima, la dificultad para tomar decisiones importantes en la vida y la incapacidad de decir “no” a alguien cuando se les pide ayuda, son manifestaciones de dicho factor.

Esta característica se atribuye también a la inseguridad del sujeto, ya que la mayoría de las veces, requiere de su pareja para lograr la toma de decisiones. La incapacidad para decir “no” ante la ayuda que le solicitan, se relaciona con la necesidad constante por sentirse valorado.

Por otra parte, el 71% de la muestra se siente deprimida cuando tiene un problema con su pareja. La depresión es un síntoma de la etapa *progresiva* de la codependencia que se presenta en las mujeres cuando existe algún conflicto con su pareja. Retomando a Beattie (1998), la mujer deposita toda su felicidad en el otro, lo cual produce una incapacidad para cubrir dicho sentimiento de otra manera.

Agregando a esto, el 57% de la muestra se encuentra en el factor de *comunicación débil*, en el cual la mujer menciona dificultad para expresarle a su pareja lo que siente. Puede considerarse como antecedente de este factor, un niño

que sufrió rechazo por parte de sus progenitores y no tuvo la oportunidad de expresar sus deseos y sentimientos, por lo que se forma una barrera que le impide la expresión de emociones.

3.4.2. Instrumento B: Factores familiares

De acuerdo con este instrumento se determina que el 50% de las mujeres que conforma la muestra investigada, crecieron con un modelo paternal de tipo *autoritario*. El modelo autoritario es aquel donde no se considera la opinión de los miembros, quienes a su vez obedecen las órdenes de los integrantes de mayor edad con el fin de evitar un castigo.

El modelo *autoritario* mencionado por Leñero (1976), se aproxima claramente a las características de la familia de la codependiente, en donde Mellody (2005) menciona que cuando los padres impiden la maduración de su hijo y la adaptación al medio, imponen que éste último sea como ellos desean. Por lo cual, se crea en el niño una ideología basada en la búsqueda de satisfacción a los demás y no a sí mismo, que se verá reflejada en su relación de pareja. Este modelo paternal, intenta manipular la conducta y el desarrollo de los hijos por medio de castigos e imposiciones de los progenitores.

Otro 50% de la muestra indica un modelo paternal de tipo *individualista*. Este modelo es definido por Leñero (1976) como aquel donde los miembros realizan sus actividades de forma individual, sin compartir tiempo y actividades con el resto de los

integrantes. Además los miembros participan de forma democrática en la toma de decisiones. Como lo menciona Leñero, (1976), el modelo *individualista* llega a provocar un distanciamiento y una ruptura en los lazos debido a la falta de convivencia que se da entre sus integrantes.

La comunicación débil que es una de las características de la codependencia, puede ser derivada de este tipo de modelo paternal, pues la mujer no desarrolla adecuadamente la capacidad para comunicar sus sentimientos, deseos y necesidades, debido al distanciamiento que hay en la familia de origen.

Por otro lado, las mujeres que consideran que no recibieron suficiente afecto y cariño por parte de su padre, conforma el 86% de la muestra. De acuerdo con Norwood (1986), las mujeres con esta característica encuentran una mayor atracción en los hombres que son poco cariñosos y afectivos. Esto debido a la lucha que ha tenido la mujer desde la infancia para obtener afecto de su padre y que ahora intenta cubrirlo por medio de su pareja.

El 71% de la muestra, opina que en la infancia se sentían inferiores a las demás. Este sentimiento de inferioridad se debe principalmente al mensaje "*menos que*". Mellody (2005), menciona que se genera por la comparación que los padres pudieron haber hecho de la codependiente en relación con otras niñas. Este factor es llamado *incapacidad para lograr la adaptación del niño al medio*.

Otra situación que genera el mensaje "*menos que*", según la misma autora, es la vergüenza que aparece en los progenitores y que a su vez, transmiten a su hijo.

Una de las manifestaciones de la vergüenza de los padres, reflejada en la codependiente es el sentimiento de inferioridad en relación a otras mujeres, lo cual afecta su autoestima y aumenta el miedo al abandono por sentirse incapaz de mantener a la pareja a su lado.

Por otra parte, 57% de la muestra, considera que sus padres no brindaban el apoyo suficiente cuando ellas lo necesitaban. La *desatención y el abandono* por parte de los padres, son una característica común de la familia de la codependiente. Mellody (2005) refiere que cuando las necesidades de la infancia no se cubrieron adecuadamente, surge en la niña una falta de autovalía creyendo no ser lo suficientemente adecuada para recibir afecto. Otra consecuencia de la desatención y el abandono en la infancia reflejada en la relación de pareja adulta, es la incapacidad para manifestar necesidades y sentimientos, pues la mujer piensa que lo que ella piensa y siente no es de importancia.

De igual manera, el 75% de la muestra señala una relación entre la *falta de afecto* con la característica denominada *solicitud*. Cuando la codependiente busca comprometerse y satisfacer excesivamente a su pareja, lo que intenta, es ganarse el afecto y cariño que probablemente no recibió durante la infancia.

La incapacidad de los padres para lograr *la adaptación del niño a su medio* se encuentra relacionada con la *dependencia* en un 33%. Retomando a Beattie (1998), cuando no se logra la adaptación adecuada del niño a su medio, se dificulta la capacidad para desprenderse de aquellos objetos que le proporcionan seguridad así

como poder discernir entre aquello que le afecta y aquello que le favorece. La *dependencia* como característica de la codependencia refiere que la mujer se aferra a la persona y no se muestra capaz de identificar la relación de pareja como destructiva, por lo cual tolera cualquier situación.

Sin embargo, la *dependencia* en relación con la *desatención* y *el abandono* es mayor, mostrándose en un 50% de la muestra. Conforme a Beattie (1998), la codependiente se preocupa por que su pareja la abandone o no le preste atención. Esto se encuentra relacionado con la ausencia de “*nutrición emocional*” como lo menciona Mellody (2005), que existió por parte de los progenitores durante la infancia.

Así mismo, la *dependencia* se encuentra relacionada con la *falta de afecto* en el 17% de la muestra. Beattie (1998) refiere como característica de la *dependencia* el intento por obtener la aprobación y el amor de quien cree le puede dar toda la felicidad. La falta de afecto en la infancia, produce una disminución importante en la autoestima del sujeto, lo cual lo lleva a aferrarse a otra persona, sin considerar el tipo de relación de pareja que se tiene.

Cabe mencionar que la baja autoestima aparece en los factores familiares: *falta de afecto, incapacidad para la adaptación del niño al medio y desatención y abandono*. El conjunto de estos factores familiares muestra la disfuncionalidad de la familia.

Según B. de Castillo (1993) la familia disfuncional, es un hogar donde no se dio la adquisición de valores, donde existían relaciones conflictivas, falta de comunicación, represión de sentimientos y descontento entre los integrantes.

Considerando que el conjunto de estos elementos negativos crean una baja autoestima en el sujeto.

Lieberman (1985) por otra parte, indica que los hogares disfuncionales dificultan el establecimiento de relaciones interpersonales adecuadas, reflejándose en la dificultad de la mujer para formar una relación de pareja sana. Es de importancia mencionar que el factor de familia disfuncional no se encuentra medido por estos instrumentos, sin embargo, considerando la información que se mencionó en el marco teórico de esta investigación, se indica que los ítems que conforman el instrumento de factores familiares son características generales de un hogar disfuncional.

Retomando los datos obtenidos del instrumento de codependencia, se indica que el 46% de la población no presenta codependencia a su pareja. Sin embargo, los sujetos de la muestra que conforman este porcentaje, refieren algunos factores familiares que también corresponden a las mujeres codependientes, tal es el caso de la falta de afecto, la desatención y el abandono.

Se considera relevante mencionar que existió un sujeto dentro de la muestra estudiada que sí presentó codependencia de acuerdo con los rangos de calificación, sin embargo, según el instrumento de factores familiares, no arroja ningún factor familiar que pudiera haber desencadenado la codependencia.

Por otra parte, según los datos arrojados por la fórmula de correlación de Pearson (r) se obtuvieron las siguientes puntuaciones: la correlación existente entre los resultados obtenidos con la medición de las variables codependencia y factores familiares es de 0.448. Esta puntuación es interpretada por Hernández (2008) como una correlación positiva media.

Además, el resultado obtenido de la varianza de factores comunes es de 20%, lo cual indica que los factores familiares muestran una importante influencia en la aparición de codependencia a la pareja.

En otros términos, existe una correlación estadísticamente significativa entre las dos variables estudiadas.

A lo largo de este capítulo se explicó de forma detallada la metodología de esta investigación, así como las características de la muestra y los datos que se obtuvieron del estudio de esta última. Se consiguió un conocimiento de los factores familiares que se relacionan con la codependencia gracias a los resultados de los instrumentos aplicados, lo cual servirá para hacer las conclusiones pertinentes.

CONCLUSIONES

La codependencia es un estado psicológico que se manifiesta en la incapacidad para participar de forma positiva en una relación interpersonal, además de ir acompañada de un conjunto de comportamientos que la caracterizan. La baja autoestima, el intento por controlar la conducta de los demás, la atadura y la dependencia hacia la otra persona, son algunas de las características que la mujer codependiente presenta.

Diversos autores explican las causas que pudieron originar la codependencia hacia la pareja, entre ellas se encuentra: la falta de afecto, la desatención y el abandono, la disfuncionalidad familiar, la dificultad en el proceso separación-individuación, el alcoholismo, entre otras.

Por lo tanto al inicio del presente estudio se planteó la pregunta de investigación: ¿Influyen los factores familiares en la codependencia de las mujeres hacia su pareja?. Una vez llevando a cabo la investigación teórica y de campo, se llega a las siguientes conclusiones:

Existe una influencia media de los factores familiares en la aparición de la codependencia de la mujer hacia su pareja, según los datos arrojados por los instrumentos y la teoría abordada en esta investigación. Los factores familiares que parecen tener cierta influencia son la falta de afecto, la incapacidad para lograr la

adaptación del niño al medio, la desatención y el abandono. Estos factores familiares son considerados causas psicológicas que predisponen una codependencia a la pareja por parte de la mujer. Mellody (2005) menciona como otro factor familiar la falta de “nutrición emocional” que los padres no brindan a sus hijos, lo cual genera que el niño en la adultez, establezca relaciones interpersonales inadecuadas, debido a la falta de autovalía.

De los factores familiares mencionados, el que muestra más frecuencia es la falta de afecto, la cual se presenta en un 40% de la muestra investigada.

Por otra parte, las características de la codependencia que aparecen con mayor frecuencia son: la solicitud, la baja autoestima, la etapa progresiva, la dependencia y la comunicación débil. Esto responde al objetivo planteado al inicio de la investigación, el cual pretendía explicar las características psicológicas de las mujeres codependientes.

Sin embargo, de tales características, las que tuvieron más frecuencia en esta investigación son la de solicitud y baja autoestima, las cuales representan a un 86% de la muestra y son referidas por Beattie (1998) como manifestaciones de codependencia a la pareja.

Retomando la pregunta de investigación ¿La relación del padre y la madre de la mujer codependiente influyen en la relación de pareja de esta última?, los datos obtenidos indican que la relación de pareja de los padres no influye en el desarrollo de la codependencia. Sin embargo, si la relación se considera disfuncional y destructiva aparecen una serie de patrones que son aprendidos por los hijos y

adoptados como normales. Cuando el niño crece y forma una relación de pareja y una familia, según Eguiluz (2007), el arquetipo familiar se repite en la siguiente generación.

Una de las preguntas planteadas al inicio de la investigación está relacionada con la influencia de la sumisión en la madre como un factor predisponente a la aparición de la codependencia.

De acuerdo con los datos arrojados por la muestra estudiada, no existe una relación entre la sumisión de la madre y la aparición de la codependencia en la hija. Sin embargo, es importante señalar que existen algunas conductas de la sumisión que pueden identificarse con ciertas características de la codependencia, mencionadas por Beattie (1998): tratar de complacer a otros en vez de a sí mismo, tolerar el abuso para sentir que la gente lo sigue amando, tener relaciones sexuales cuando realmente no lo desea y sentirse incapaz de decir lo que siente y necesita.

Por otra parte, se propuso como objetivo identificar los modelos paternos con los que crecieron las mujeres codependientes, los cuales son autoritario e individualista. Tomando los datos obtenidos de la aplicación del instrumento de factores familiares, el 50% de la población creció con un modelo paternalista de tipo autoritario, mientras que, de igual manera, el otro 50% creció con un modelo paternal de tipo individualista. Es decir, ambos modelos paternos muestran la misma aparición en la muestra. Retomando lo mencionado por Leñero (1976), las relaciones que se establecen entre los miembros de una familia poseen un conjunto de

características que influirán en la interacción social del sujeto y la forma en como éste último establezca las relaciones interpersonales.

Relacionado con lo anterior se encuentra la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuáles son las características de personalidad de los padres cuyas hijas son codependientes? Una de ellas es la baja autoestima en alguno de los progenitores, a la cual hace referencia Mellody (2005). Cuando el padre muestra una baja autoestima, busca sentirse mejor por medio de factores externos tales como las posesiones materiales, la profesión u ocupación. Por lo tanto, se refleja de igual manera en el niño quien no puede formar una autoestima por la falta de autovalía que el padre transmite.

En el 71% de la muestra aparece el sentimiento de inferioridad que se encuentra relacionado con el mensaje “menos que”, abordado en el capítulo 3 y mencionado así por Mellody (2005).

Señalado por la misma autora, aparece otra característica de personalidad de los padres que es la vergüenza. Ésta puede atribuirse a alguna frustración o situación de la cual haya sido víctima el padre y que no pudo ser superada, por lo que intenta cubrirla por medio de su hijo. Dicha acción lleva a la incapacidad para lograr la adaptación del niño al medio.

Considerando los datos obtenidos de la aplicación de los instrumentos, se ha encontrado que la falta de afecto en la infancia muestra cierta relación con el factor de la codependencia denominado solicitud. Beattie (1998), en dicho factor menciona

que la mujer pretende captar la atención de su pareja para evitar el abandono y, por otro lado, que la falta de afecto proviene de padres que en la infancia no brindaron suficiente cariño al niño. Por lo tanto, puede decirse que la codependiente lo que intenta es mantener a la pareja a su lado, porque es así como cubre la carencia afectiva de su infancia.

Se ha encontrado que la desatención y el abandono en la infancia, generan dependencia y atadura a la pareja en la edad adulta, según los datos arrojados por el instrumento de codependencia. Como lo indica Beattie (1998), la desatención y el abandono aparecen cuando no se cubrieron completamente las necesidades del niño en la infancia, de manera que en la adultez, la mujer se aferra a su pareja por el miedo al abandono, llegando incluso a tolerar conductas destructivas.

El coeficiente de correlación de Pearson, indica que entre los resultados obtenidos con el instrumento A (codependencia) y con el instrumento B (factores familiares), es de 0.448. Tal coeficiente indica una correlación positiva media. Es decir, las mujeres que presentaron características codependientes en el instrumento A, muestran factores del núcleo familiar de origen que predisponen a la codependencia.

Por otra parte, la varianza de factores comunes indica que la variable codependencia es influida por la variable factores familiares en un 20%.

Por lo tanto, se llega a la conclusión de que los factores familiares propios del núcleo familiar, y que fueron experimentados en la infancia de la mujer, sí influyen en la codependencia hacia la pareja, en la etapa adulta.

Es importante mencionar que la influencia de los factores familiares en la codependencia no es determinante, ya que según los datos obtenidos de los instrumentos se encontró que puede existir codependencia sin que exista una influencia familiar como antecedente.

BIBLIOGRAFÍA

B. de Castillo, María Esther. (1993)

Quiero ser libre.

Ed. Promexa. México.

Beattie, Melody. (1998)

Ya no seas codependiente.

Ed. Promexa. México.

Chavarría de, Alfonsina C. (1990)

Derecho sobre la familia y el niño.

Ed. EUNED. Costa Rica.

Cloninger, Susan C. (2003)

Teorías de la personalidad.

Ed. Pearson Prentice Hall. México.

Cozby, Paul C. (2005)

Métodos de investigación del comportamiento.

Ed. Mc Graw Hill. México.

Diccionario esencial de la real academia española (2007)

Ed. Espasa Calpe. España.

Eguiluz, Luz de Lourdes. (2007)

Marcos teóricos para el trabajo terapéutico, entendiendo a la pareja.

Ed. Pax. México.

Hernández Sampieri et. al. (2008)

Metodología de la investigación.

Ed. Mc Graw Hill. México

Larsen, Earnie. (1996)

Seminario de Codependencia.

Ed. Stillwater. Estados Unidos de América

Leñero Otero, Luis (1983)

El fenómeno familiar en México, su estudio sociológico.

Ed. IMES. México

Leñero, Otero Luis (1976)

La familia

Ed. ANUIES. México

Lieberman, Florence (1985)

Trabajo social, el niño y su familia

Ed. Pax México. México

López-Ibor Aliño, et. al. (2002-2003)

Manual de diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales, DSM IV –TR. Ed.

Masson. Barcelona.

Mellody, Pía (2005)

La codependencia, qué es, de dónde procede, cómo sabotea nuestras vidas,
aprende a hacerle frente.

Ed. Paidós. México.

Minuchin, Salvador. Fishman, Charles. (1996)

Técnicas de terapia familia.

Ed. Paidós, España.

Navarro, Roberto. (2004)

Mujeres mexicanas que sufren y aman demasiado.

Ed. Pax México. México.

Norwood, Robin. (1986)

Las mujeres que aman demasiado.

Ed. Litoarte. México.

Ortega Benavides, Sonia Ruth. (2007)

Relación de pareja inteligente.

Ed. Psicom editores. México

Palmero, Francesc et. al. (2004)

Psicología de la motivación y la emoción.

Ed. Mc Graw Hill. México

Riso, Walter (2004)

Amar o depender.

Ed. Granica S.A. Barcelona.

Satir, Virginia. (2002)

Terapia familiar paso a paso.

Ed. Pax México. México

Washton, Arnold. Boundy Donna. (2005)

Querer no es Poder.

Ed. Paidós. Barcelona

Wayne W, Dyer. (2005)

Tus zonas erróneas.

Ed. Grijalbo. México.

HEMEROGRAFÍA

Lemos Hoyos, Mariantonia. Londoño Arredondo, Nora Helena. (2006)

Construcción y validación del cuestionario de dependencia emocional en población colombiana. Revista acta colombiana de Psicología. 9; 127-140.

Avedaño Barroeta, Aurora. Sánchez Escárcega, Jorge. (2002)

La dependencia emocional en las parejas. Revista intercontinental de psicología y educación. 1; 91-96.

Noriega Gayol, Gloria. Ramos Lira, Luciana. (2002)

Construcción y validación del instrumento de codependencia (ICOD), para las mujeres mexicanas. Revista Salud Mental. 002; 38-41.

OTRAS FUENTES DE INFORMACIÓN

<http://www.redsistemica.com.ar/suicida.htm>

<http://www.adicciones.org/familia/facilitacion.html>

<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/003088.htm>

http://www.psicoadictiva.com/diccio/diccio_a.htm

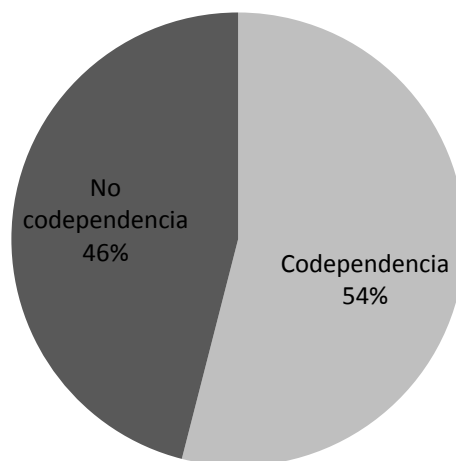
<http://www.medline.gob>

[http:// www.iin.oea.org](http://www.iin.oea.org)

<http://www.imat.com.mx/?s=biblio>

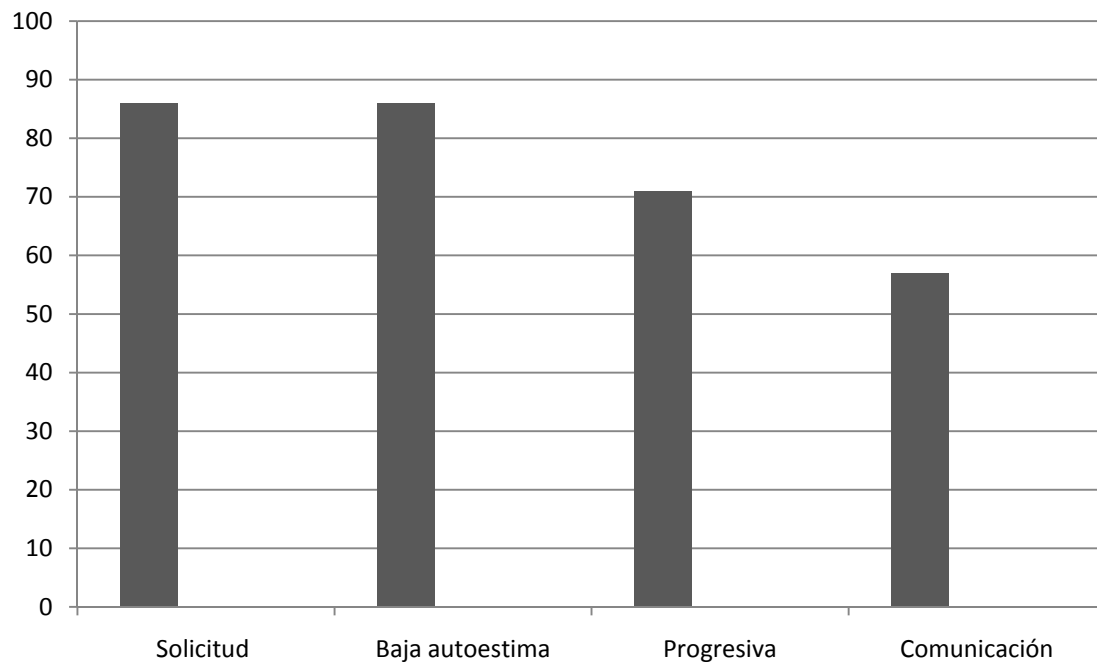
Anexo 1

Instrumento B



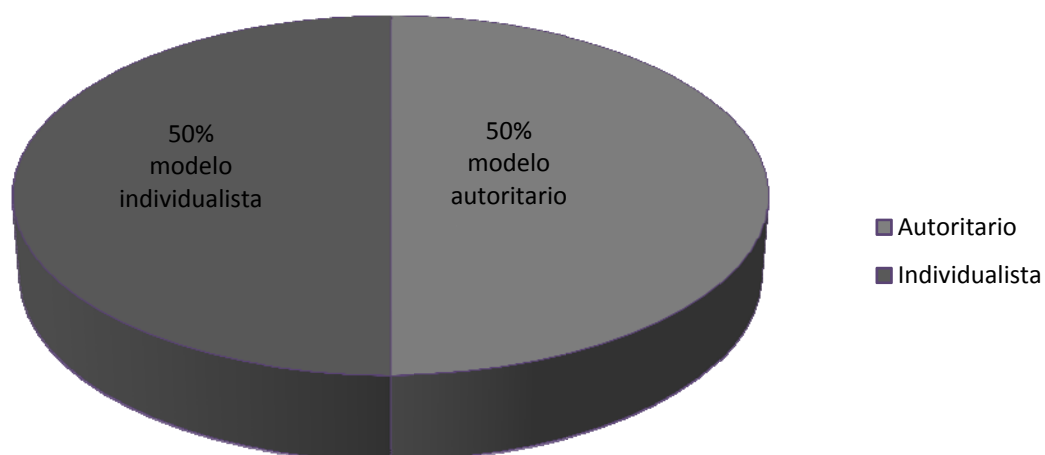
Anexo 2

Características de codependencia más frecuentes



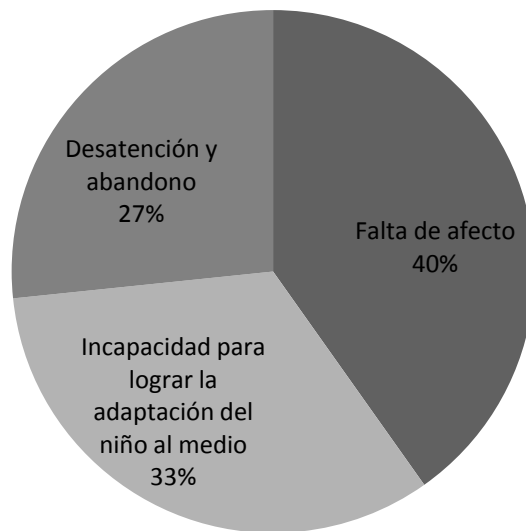
Anexo 3

Modelos paternos



Anexo 4

Factores familiares que generan codependencia



Anexo 5

INSTRUMENTO A

1= Completamente falso de mí

4= Moderadamente verdadero de mí

2= La mayor parte falso de mí

5= La mayor parte verdadero de mí

3= Ligeramente más verdadero que falso

6= Me describe perfectamente

1. Me siento responsable de los deseos, necesidades, bienestar y destino de mi pareja
2. Siento ansiedad y culpa cuando mi pareja tiene algún problema
3. Me molesta no poder brindar ayuda a mi pareja cuando la necesita
4. Cuando alguien me pide ayuda soy incapaz de decirle que no
5. Siempre intento complacer a mi pareja
6. Cuando brindo ayuda prefiero hacerlo a gente necesitada
7. No me gusta como pienso, como me veo y como actúo
8. No me gusta que me hagan cumplidos y halagos
9. No soy lo suficientemente buena para enfrentar situaciones complicadas en mi vida diaria
10. Me siento mal cuando gasto dinero en mi misma
11. Se me dificulta tomar decisiones importantes en mi vida
12. Me preocupo excesivamente por los problemas de mi pareja y siento que debo resolverlos
13. Me gusta mantener el control de la vida de mi pareja
14. Cuando alguna persona me hace sentir feliz, me aferro a ella
15. Creo que el amor y el dolor van de la mano
16. He llegado a inventar razones para no tener relaciones sexuales con mi pareja
17. Prefiero que mi pareja me lastime para evitar que me abandone
18. Utilizo regalos o dinero para manipular a mi pareja
19. Tengo relaciones sexuales con mi pareja cuando realmente no lo deseo
20. Me siento deprimido, sobre todo cuando tengo un problema con mi pareja
21. He pensado en suicidarme porque siento que no vale la pena vivir
22. Tengo una adicción al alcohol o las drogas
23. Se me dificulta poner límites a mi pareja para que me respete
24. Manipulo a mi pareja por medio de amenazas
25. No me considero capaz de mantener a mi pareja a mi lado
26. Se me dificulta expresarle a mi pareja lo que siento

INSTRUMENTO B

1= Completamente falso de mí

4= Moderadamente verdadero de mí

2= La mayor parte falso de mí

5= La mayor parte verdadero de mí

3= Ligeramente más verdadero que falso

6= Me describe perfectamente

27. Mi padre era quien solía tomar las decisiones de la casa sin considerar la opinión de los demás integrantes.
28. Mi padre acostumbraba influir en mis decisiones de forma amable y siempre con la intención de protegerme
29. En mi familia, todos teníamos los mismos derechos y podíamos participar en la toma de decisiones
30. En mi familia, no acostumbrábamos a pasar tiempo juntos porque cada integrante realizaba sus actividades de forma individual.
31. En mi casa, mi padre era quien tenía la autoridad, él sustentaba la casa y mi madre se dedicaba al hogar y criaba a sus hijos.
32. Mis padres compartían la autoridad y ambos colaboraban económicamente en los gastos del hogar.
33. Mis padres se preocupaban más por su desarrollo personal, que por la convivencia familiar.
34. La relación entre los miembros de mi familia era conflictiva
35. Mis padres me exigían perfección constantemente
36. No existía buena comunicación entre los integrantes de mi familia
37. Creo que mi padre no me brindó suficiente afecto y cariño
38. Mi madre me sobreprotegía cuando era niña
39. Alguno de mis padres era adicto al alcohol o a las drogas
40. Mis padres constantemente me comparaban con otros niños
41. Mis padres siempre quisieron que fuera de otra manera
42. Cuando era niña me sentía menos que todas las demás
43. Cuando necesitaba apoyo, mis padres no me lo brindaban
44. Pienso que fui una niña abandonada por mis padres porque no solían estar pendientes de mis necesidades

Anexo 6

HOJA DE RESPUESTAS

Edad: _____

Edo. Civil: _____

Ocupación: _____

INSTRUMENTO A

1	1 2 3 4 5 6
2	1 2 3 4 5 6
3	1 2 3 4 5 6
4	1 2 3 4 5 6
5	1 2 3 4 5 6
6	1 2 3 4 5 6
7	1 2 3 4 5 6
8	1 2 3 4 5 6
9	1 2 3 4 5 6
10	1 2 3 4 5 6
11	1 2 3 4 5 6
12	1 2 3 4 5 6
13	1 2 3 4 5 6
14	1 2 3 4 5 6
15	1 2 3 4 5 6
16	1 2 3 4 5 6
17	1 2 3 4 5 6
18	1 2 3 4 5 6
19	1 2 3 4 5 6
20	1 2 3 4 5 6
21	1 2 3 4 5 6
22	1 2 3 4 5 6
23	1 2 3 4 5 6
24	1 2 3 4 5 6
25	1 2 3 4 5 6
26	1 2 3 4 5 6

INSTRUMENTO B

27	1 2 3 4 5 6
28	1 2 3 4 5 6
29	1 2 3 4 5 6
30	1 2 3 4 5 6
31	1 2 3 4 5 6
32	1 2 3 4 5 6
33	1 2 3 4 5 6
34	1 2 3 4 5 6
35	1 2 3 4 5 6
36	1 2 3 4 5 6
37	1 2 3 4 5 6
38	1 2 3 4 5 6
39	1 2 3 4 5 6
40	1 2 3 4 5 6
41	1 2 3 4 5 6
42	1 2 3 4 5 6
43	1 2 3 4 5 6
44	1 2 3 4 5 6

Anexo 7

Correlación entre los instrumentos A-B

SUJETO	X	X ²	Z(a)	Z(b)	$\Sigma ZaZb$
1	74	5476	0.359	0.831	0.298329
2	71	5041	0.212	-1.571	-0.333052
3	88	7744	1.048	-0.289	-0.302872
4	76	5776	0.458	-0.129	-0.059082
5	67	4489	0.015	-0.369	-0.005535
6	48	2304	-0.919	-1.251	1.149669
7	53	2809	-0.673	-1.17	0.78741
8	38	1444	-1.412	0.191	-0.269692
9	54	2916	-0.624	1.472	-0.918528
10	56	3136	-0.526	-0.529	0.278254
11	107	11449	1.983	1.873	3.714159
12	39	1521	-1.362	-0.049	0.066738
13	96	9216	1.442	0.992	1.430464
	867	63321	0.001	0.002	5.836262

media= 66.692
s= 20.319
N= 13
r= 0.44894323