



**UNIVERSIDAD DE SOTAVENTO A.C**  
ESTUDIOS INCORPORADOS A LA UNIVERSIDAD  
NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO



## **FACULTAD DE PSICOLOGIA**

**“EXPRESIÓN DE LAS EMOCIONES OCASIONADAS POR LA  
INFIDELIDAD EN MUJERES DEL PROYECTO PAMA DEL DIF  
NANCHITAL VER.”**

## **TESIS PROFESIONAL**

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:  
LICENCIADO EN PSICOLOGIA**

**PRESENTA:**

**MARYLIN ALVA CARBALLO**

**ASESOR DE TESIS:**

**LIC. ADRIÁN PORFIRIO MÉNDEZ FERNÁNDEZ.**

COATZACOALCOS, VER.

MARZO 2011



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.

## DEDICATORIA

*Quiero dedicar esta tesis con mucho cariño a mi madre, a la mujer que con su amor, entrega, fortaleza, esfuerzo, pero sobre todo con su gran ánimo me dio el empuje para salir adelante y ser mejor persona cada día , quien es el motor de mis grandes anhelos y sueños, porque me acompañó en todo momento en el camino que recorrí para culminar mis estudios, se desveló muchas noches a mi lado y volvió a cursar la universidad conmigo haciéndome compañía en mis tareas y proyectos, a ella que siempre estuvo presente cuando la necesite, te dedico este proyecto que hoy es una realidad, por que se que te sentirás muy contenta con ello y por que se que también lo veras como un logro personal y una gran meta gracias mami por ser mi amiga, la mejor madre y un ejemplar padre, gracias a ti hoy veo realizado lo que hace poco era una ilusión te adoro.*

## AGRADECIMIENTOS

*Antes que nada agradezco infinitamente a Dios por permitirme llegar hasta esta gran meta, sabes lo esencial que has sido en mi posición de alcanzar este logro, esta alegría, a través de esto podre siempre de tu mano alcanzar otras que espero sean para tu gloria.*

*Al término de esta etapa de mi vida, quiero expresar un profundo agradecimiento, a quienes con su ayuda, apoyo y comprensión me alentaron a lograr esta hermosa realidad. Gracias*

*A mi hermanito Luis Eduardo, con mucho cariño, por el impulso que en ocasiones me daba para continuar con el proyecto de tesis y apurarme en la realización de la misma, pensaste que nunca lo lograría pero aquí esta... al fin manito lo logre! espero que lo tomes como un ejemplo a seguir ya que con esfuerzo, constancia y fuerza de voluntad se logran todas las ilusiones y metas que uno se propone, si piensas que puedes, tú puedes, y si piensas que no puedes, tienes razón... te adoro.*

*A mi padre Juan Ramón por el esfuerzo tan grande que ha hecho desde lejos, para poder darme la educación que recibí, se que estas muy orgulloso de mí y yo siempre lo estaré de ti, muchas gracias, y esto también esto es por ti, gracias por brindarme tu confianza aun que no estemos juntos en momentos felices y de dicha, mis metas y triunfos estarán siempre a tu lado, te quiero mucho papá.*

*A mis abuelitos victoria y Rafael, muchas gracias por su experiencia, consejos y sabiduría por ser otro impulso más en este proyecto y por no dejarme jamás darme por vencida han sido un gran ejemplo con el cual quiero seguir creciendo, los quiero mucho.*

*A todos mis profesores no solo de la carrera si no de toda la vida, mil gracias porque de alguna manera forman parte de lo que soy ahora, en especial a la maestra Lupita Jiménez Sánchez que estuvo conmigo en el proceso de tesis siempre ayudándome, brindándome su apoyo incondicional y su gran paciencia, no lo hubiera podido hacer sin su ayuda maestra muchas gracias.*

# ÍNDICE

CONTENIDO	PAGINA
Preliminares	I
Agradecimientos	II
Dedicatorias	III
I. INTRODUCCIÓN	3
1.1 Justificación	8
1.2 Planteamiento del problema	10
1.3 Objetivos	11
1.4 Hipótesis	12
1.5 Operacionalización de las variables	13
1.6 Limitantes	
II. MARCO TEÓRICO	14
2.1 Marco teórico	18
2.2 Enfoque psicoanalítico, en la relación de pareja	39
2.3 Enfoque sociológico	46
2.4 Las emociones y sus componentes	59
2.5 Marco conceptual	66
2.6 Marco geográfico	
III. MARCO METODOLÓGICO	68
3.1 Tipo de estudio	69
3.2 Diseño	70
3.3 Muestra	72
3.4 Instrumentos de recolección de datos	73
3.5 Procedimiento	
IV. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS	75
4.1 Análisis del cuestionario	75

4.1.1 Concepto de infidelidad	78
4.1.2 Respuesta emocional ante la infidelidad	81
4.1.3 Nivel fisiológico de la infidelidad	83
4.1.4 Reacción conductual ante la infidelidad	87
4.1.5 Influencia psicológica de la infidelidad	91
4.1.6 Reacción emocional de la infidelidad	95
4.1.7 Reacción con el sexo opuesto a partir de la experiencia	98
4.1.8 Manifestación a nivel social de las emociones experimentadas	102
4.1.9 Áreas afectadas a partir de la infidelidad	107
4.1.1.0 Manifestación de emociones	111
4.1.1.1 Reacción emocional de la infidelidad	115
CONCLUSIÓN	122
PROPUESTA TERAPEUTICA	126
BIBLIOGRAFIA	129
ANEXOS	

## 1.1 JUSTIFICACIÓN

*En la actualidad, los valores básicos de la cultura universal son la verdad para el conocimiento, la justicia para la política, el bienestar para la ética y la belleza para la estética.* Francois Lyotard.

La familia, escuela, empresa y sociedad en general requieren que se vivan y ejecuten los valores, ya que estos llevan a construir a una persona como hombre y a hacerse más humano, es por esto que a la familia le corresponde, entonces, construir la civilización del amor, es decir, una cultura llena de valores, que le permita al hombre desarrollarse integralmente y que pueda acceder a otros ambientes, en tanto las escuela, las empresas y la sociedad en general son instituciones para la formación e identidad de la ciudadanía, en la que tienen el papel primordial los valores, por tal motivo el matrimonio como institución, ha sido cuestionado de manera fuerte como una base ideológica de control y de coerción que permite la recreación del orden establecido.

Al ser el matrimonio una institución social es difícil que la familia pueda modificar a la sociedad, más bien ocurre que lo social construye tanto a la intimidad como a la privacidad.

Hoy día es muy difícil que la infidelidad no se asome a las puertas de la mente, se han perdido los valores morales en la sociedad y es una de las causas principales de desintegración familiar, quizás este es un problema grande por el cual está atravesando la sociedad ya que se puede observar en todas las clases sociales, desde el más rico hasta el más pobre y entre estos están la perdida de respeto a la autoridad, la impuntualidad, la descortesía, la agresividad, la discriminación, etc.



A través de los medios de comunicación se vende la infidelidad como una moda que da status social, la televisión con sus novelas de baja escala social y la web con las relaciones en las paginas sociales como por ejemplo facebook, badoo, hi5, etc. dónde supuestamente se busca amistad, pero dichas amistades terminan en ocasiones en relaciones de pareja a corta o larga distancia, pasan a correos electrónicos y llamadas telefónicas, mensajería de texto hasta que se conocen personalmente y en la mayoría de las veces en la primera cita se da la oportunidad de relacionarse sexualmente.

La moralidad, junto con sus valores, costumbres, normas, etc. incitan al individuo a normar su conducta, pero también, sería por demás arbitrario, pretender conocer al individuo sólo desde afuera o desde el grupo sin intentar siquiera apuntar hacia los factores inconscientes y/o intrapsíquicos que desencadenan a la infidelidad.

La infidelidad es un hecho presente a lo largo del tiempo y la historia, involucrando desde personajes famosos y poderosos, hasta personas sencillas y sin ninguna influencia pública.

En la Roma antigua, se consideraba que un hombre era infiel, si mantenía relaciones sexuales con una mujer casada; no así, si los actos de intimidad los realizaba con esclavas, prostitutas o concubinas, esto indica que no siempre se ha considerado como algo inmoral o ilegal, pues el concepto ha cambiado y hoy día se interpreta de manera diferente de cultura a cultura, ningún amante está psicológicamente preparado para enfrentar a la sociedad haciendo de su amor ilícito algo público, así, todos los amantes serán boicoteados por su estructura superyoica que les prohíbe salirse de los cánones de la moral establecida, para Caruso, el amor de los amantes está cargado, desde un inicio, del impulso de muerte, pues los

amantes aceptan que su relación es sacrificable, que tiene que ser dolorosa y tormentosa, resignándose a gran dosis de dolor y muerte, lo anterior explica conductas suicidas de los amantes después del rompimiento.

La infidelidad es vivida como unas de las traiciones más severas que enfrenta la pareja a lo largo y transcurso del matrimonio y se cree que el infiel es el culpable, sin embargo, la infidelidad es solo el resultado de la crisis y no es solo sexual como se cree desde un primer término, pues el infiel buscara aspectos que su pareja no le brinda y estos pueden ser emocionales, intelectuales, físicos y sexuales, este hecho, genera estados de ansiedad que frecuentemente van acompañados de pensamientos obsesivos ligados a la imagen de la pareja en el acto del engaño, a nivel corporal, hay quienes describen un escalofrío que recorre todo el cuerpo, lo que invariablemente les puede provocar un temblor difícil de controlar, otro síntoma reportado, es la sensación de vacío en el estómago, así como taquicardia e ira que les abruma; existen casos en que incluso se presenta una excitación sexual que llega a causar dolor.

Diferentes autores explican el fenómeno, desde los muy conservadores, hasta los más abiertos, quienes en posturas opuestas llegan a plantear que la infidelidad es “el peor de los pecados”, o por el contrario, que se trata de un comportamiento consustancial a la naturaleza humana y animal.

El tema de la infidelidad, de los amantes o de las relaciones extraconyugales es uno de los puntos de partida para exaltar o desvirtuar a la familia y al matrimonio como el rector del status ideal, sólido e invulnerable, por tal motivo lo que genera a hombres y mujeres a cometer el acto de infidelidad responde a carencias e impulsos propios, la búsqueda de sexo por placer, la elevación del ego, la curiosidad, la aventura o la venganza, mientras que el hombre suele buscar un encuentro sexual con alguien con

quien no comparte nada, la mujer tiende a encontrar lazos con personas compatibles para su infidelidad.

Este tema es de gran importancia ya que en la actualidad las cifras y casos sobre infidelidad en mujeres son más comunes y vistos que en otros tiempos o quizás que en otros años; prueba de esto está la cifra según una encuesta reciente, el 37% de los hombres casados admite haber tenido relaciones sexuales fuera de su matrimonio, según el Dr. Bob Lanier, experto en el tema.

La verdad es que el tema de la infidelidad es delicado y apasionante, donde se quiere y requiere explicar la expresión de las emociones como consecuencia de la infidelidad ya que la mayoría de hombres y mujeres son infieles entre sí, no solamente por el hecho de la incomodidad, la venganza o el aburrimiento, sino también por un motivo nada claro y controversial la investigación permitirá conocer las expresiones más comunes de las emociones como son el caso de ira, celos, depresión, tristeza .

Actualmente este tema es de gran importancia para la sociedad en conjunto, es decir un tema de mucha polémica ya que no se habla abiertamente sobre las emociones que se pueden llegar a suscitar en cada mujer; Siendo así, el enfoque que se tomara dentro de esta investigación será cualitativo ya que solo se tratara de describir las diferentes expresiones de las emociones ocasionadas por la misma.

La Infidelidad es el incumplimiento del compromiso de fidelidad, vale resaltar que, en su acepción más común, el termino fidelidad hace referencia al respeto mutuo entre los miembros de una pareja, en particular al respeto y cumplimiento de un pacto,

explícito o implícito, de exclusividad, por lo cual al hablar y hacer hincapié sobre el tema de infidelidad se pondrá en evidencia la falta de comunicación, impotencia y disfunción familiar que llega a existir entre las familias de hoy en día.

Como mujer y estudiante de psicología se tomó la decisión de investigar sobre este tema por los tiempos en los que el hombre y así mismo la mujer fallan al compromiso de fidelidad y expresan de diferentes maneras sus emociones ante estas circunstancias de desespero, dolor y separación de la pareja.

La mujer perdona las infidelidades, pero no las olvida, el hombre olvida las infidelidades, pero no las perdona. Severo Catalina (1832-1871) Periodista y escritor español.

## **1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

Las emociones son expresadas y manifestadas de diferente manera tanto en hombres como en mujeres y así mismo en cada ser humano se observan cambiantes; la diferencia radica probablemente en la función socio-cultural que cada uno de ellos debiera asumir desde el punto de vista antropológico y que deben ser cumplidas a lo largo de toda su existencia, marcada por pautas educativas y culturales, muchas veces heredadas o ancestrales que significan y dan sentido y coherencia interna a las categorías de "hombre" o de "mujer".

La **infidelidad de los hombres** ha tenido diferentes explicaciones a lo largo del tiempo, casi todas tratando de justificar por qué el hombre llega a ser infiel en la mayoría de los casos, y estos son diferentes, en los varones la necesidad de reafirmar su autoestima y machismo, la búsqueda de variedad sexual, la cortesía masculina que impide dejar pasar una oportunidad que está servida, la insatisfacción sexual en la pareja, padecer un problema sexual, son las causas más comunes, en las mujeres, la insatisfacción afectiva, problemas de comunicación en la pareja, la sensación de no sentirse importantes y especiales para su compañero y una sexualidad muy mecánica y poco creativa son factores desencadenantes de la infidelidad que al mismo tiempo traen como consecuencia emociones y sensaciones poco explicables y muy comunes como en cualquier ser humano que vive esta experiencia.

Es por esto que se llega al siguiente planteamiento:

¿Qué tipo de emociones experimentan las mujeres del proyecto PAMA del DIF-Nanchital Veracruz que han vivido la infidelidad por parte de sus parejas y como las expresan?

### **1.3 OBJETIVOS**

## OBJETIVO GENERAL

Identificar los tipos de emociones y la expresión de las mismas, ocasionadas por la infidelidad en mujeres del proyecto PAMA del DIF- Nanchital Veracruz.

## OBJETIVO ESPECIFICO

- Distinguir las diferentes expresiones de las emociones ocasionadas por la infidelidad en mujeres del proyecto PAMA del DIF- Nanchital Veracruz.
- Relacionar la expresión de las emociones y sus manifestaciones fisiológicas en mujeres del proyecto PAMA del DIF- Nanchital Veracruz, que han vivido la infidelidad.
- Publicar y completar lo que aquí se expresa.

## 1.4 HIPOTESIS

Siempre que una mujer es sujeto de infidelidad, experimenta **tristeza, rabia, celos y miedo**, tendiendo a racionalizar, negar o proyectar estas emociones.

## **1.5 OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES**



VARIABLE	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	INDICADORES
V.I. Infidelidad	Incumplimiento del compromiso de fidelidad, que se manifiesta a través de una nueva relación sentimental y sexual, sin haber dado por terminado el contrato civil y religioso.	Acto de traición hacia la pareja.  Traición en la confianza depositada en ella (o él), de la cual no es posible repararse tan fácilmente ya que es una falta a un compromiso de amor entre dos personas.	Rel. Extramaritales  Disminución en las actividades sexuales.  Poco o nulo interés por las actividades en pareja.
V.D.  Expresión de las emociones	Mensajes potentes de comunicación no verbal, manifestados por movimientos faciales y corporales, que evidencian un estado de ánimo.	Formas en que una persona hace evidente a los demás sus emociones positivas y negativas	<p><b>Tristeza:</b> falta de apetito, rostro abatido, llanto.</p> <p><b>Miedo:</b> huir de la situación, encorvamiento del cuerpo, tartamudeo, temblor en el cuerpo, sudoración en las manos, taquicardia.</p> <p><b>Rabia:</b> cambio agresivo de la conducta, ojos saltones.</p> <p><b>Celos:</b> controlar los movimientos de la pareja, salidas, tipo de ropa.</p> <p><b>Depresión:</b> falta de interés en actividades cotidianas, tendencia al aislamiento, desarreglo personal, poca o nula higiene, dormir en exceso.</p>

## **1.6 LIMITANTES**

Al realizar la presente investigación, no hubo ninguna limitante que impidiera el seguimiento del proyecto de tesis, ya que la psicóloga del DIF de Nanchital Ver, siempre se mostró en la mejor disposición con una servidora y colaboro con el manejo del grupo de damas para la aplicación del cuestionario.

## II. MARCO TEORICO

### **2.1 Marco teórico**

Cuando se habla de una relación de pareja, se habla de algo más que la suma de las distintas personalidades que la conforman, la relación misma tiende a influir y a cambiar a cada miembro de la pareja, y este cambio, a su vez, también influye en la relación de la misma, en la adolescencia se va formando el concepto ideal de pareja, que al no lograrse cae en profundos conflictos, por la decepción, como por la ausencia del amor comprometido, por la frustración de no poder lograr lo que tanto se había anhelado, es aquí donde se va formando el logro de identidad ya que la mujer no espera desarrollar la capacidad para la intimidad, ya ha adquirido una identidad, basada en los valores, para ellas la identidad e intimidad se desarrollan juntas.

El enunciado de Sigmund Freud "La biología es el destino"<sup>1</sup> implica que los diferentes patrones de comportamiento en hombres y mujeres de casi todas las culturas, son el resultado inevitable de las diferencias anatómicas.

En la actualidad, los psicólogos creen que la "socialización es el destino" y que mayor parte de las diferencias entre hombres y mujeres surgen primero de actitudes y prácticas sociales ya que el ser humano no es un ser aislado sino social, se vive gracias a los auxilios y complementaciones que se recibe del medio social, sin la familia, se perecería, sin las escuelas, institutos y universidades sería muy difícil alcanzar los conocimientos necesarios para la cultura, oficio o profesión, sin la sociedad civil donde se desarrollan instituciones económicas, deportivas, políticas sería imposible alcanzar el desarrollo como personas, sin la Iglesia cualquiera se quedaría sin satisfacer plenamente la inquietud religiosa y la aspiración del alma de unirse a Dios.

<sup>1</sup> Sigmund Freud pulsiones y destino de pulsión. (1915) triebe und triebchicksale

Si tanto se recibe, también se puede dar, por ello se es responsable de los actos en relación con los demás, cualquiera que sea la razón o las razones, los sexos difieren en su lucha para definir la identidad ya que se han encontrado diferencias de género en los adolescentes femeninos por madurar más rápido que los adolescentes masculinos, la diferencia es pequeña en general y más notable durante la secundaria es así que desciende de manera notoria entre los adultos que se hallan en la universidad.

La diferencia de género en el desarrollo de la personalidad ha demostrado que las mujeres son más avanzadas, pues cuando los hombres aún son egocéntricos, las mujeres han pasado hacia la conformidad social, cuando los muchachos comienzan a ser conformistas, las niñas se vuelven más auto consientes.

Ya que se prepara para vivir en pareja y la familia es anterior a la pareja, se cruzan líneas generacionales de arriba y abajo, la pareja es crisol, produce autonomía, sirve de ayuda frente a ciertas particularidades de la angustia y del sufrimiento (soledad, sentimiento de inferioridad, falta de seguridad, etc.), le sirve al sujeto como colchón en su diferenciación y autonomía, también ayuda en determinados síntomas y ciertas dificultades en relación con los demás, pero también esto es irreal porque se enlaza el propio rol de padre, se entra en relación con papeles de jerarquía e igualdad al mismo tiempo, independizar e independizarse se dan a la vez, no obstante hay que llegar a asumir el papel de abuelo sin haber llegado a tener una relación de igualdad como pareja.

Entre la teoría Sistémica y la teoría de los ciclos de la vida hay un punto de unión, y es: la idea de que la mayor parte del tiempo se vive en pareja, pero funcionalmente, es la menor parte del tiempo la que se vive como pareja en la trayectoria hijo padre-abuelo, se va toda la energía en dar continuidad a la cadena, se está ocupando de los hijos cuando aún se está casi separando de los padres se da protección, contención y educación y sin darse cuenta el tiempo ha transcurrido y se llega rápidamente a la vejez, a veces sin pareja.

Ahora se puede decir que la vida en pareja es una forma de convivencia que tiene mucha carga en cuanto a las necesidades y expectativas de los hombres y mujeres modernos, ya que en la pareja se depositan todas las necesidades sexuales, económicas, roles sociales, comunicación, felicidad, protección, comprensión, etc., por tanto, consciente o inconscientemente se piensa que la pareja va a cubrir todos estos factores, es así que cuando éstas necesidades no se llevan a cabo a la perfección se entra en conflicto y se dan problemas en la pareja como falta de comunicación distanciamiento hasta los límites que son llegar a faltar al pacto de compromiso y así cometer una infidelidad.

## 2.2 ENFOQUE PSICOANALÍTICO, EN LA RELACIÓN DE PAREJA, POR DIFERENTES AUTORES.

### Sigmund Freud

Para, Freud<sup>2</sup> creador del psicoanálisis, la psique humana, tiene impulsos duales, que hacen que el ser humano actúe y viva, a los que llamó eros y thanatos; los nombró así siguiendo una tradición muy antigua de la Grecia clásica, en la que Eros (por el dios del amor griego), es el impulso de amar, el deseo por el otro, y la necesidad de prolongar la existencia mediante la descendencia, eros representa la fuerza creativa del deseo vivo o del amor altamente espiritual, sexual.

Por su parte, Thanatos es ese impulso que lleva inevitablemente a la muerte y que hace que el dolor y el sufrimiento sean el martirio de todo ser humano, "más allá del placer" el principio de nirvana, o instinto de muerte, por el instinto de muerte se encuentra en el sujeto un apetito hacia el estado de tranquilidad total, hacia el cese de la estimulación y de la actividad, un afán por regresar al estado inorgánico inicial, este instinto es irreductible a otros instintos positivos, formando junto con el instinto de vida o eros las disposiciones básicas de todo ser vivo, y por supuesto también el hombre.<sup>3</sup>

El masoquismo, el sadismo y todo afán por la destrucción es expresión patológica del instinto de muerte, lo más interesante, es que eros se encuentra íntimamente ligado a thanatos, aunque estén en constante lucha en la psique del ser humano; es por esto que se da una lucha entre las tres entidades, ello, yo y súper yo.

<sup>2</sup> La relación entre el amor y el odio es ulteriormente tratada por Freud, a la luz de su hipótesis de la pulsión de muerte, en el capítulo IV de El yo y el ello (1923b),AE, 19, págs. 41 y sigs.

<sup>3</sup> Freud, S. (1981) Introducción al narcisismo. España. Edit. Biblioteca Nueva.

Donde gran parte del ello está formado por elementos arcaicos, es decir, todo lo heredado, lo que ha traído el hombre genéticamente desde su nacimiento, todos los sectores del ello son inconscientes, no se ve afectado por el tiempo ni perturbado por las contradicciones, ignora los juicios de valor, el bien, el mal y la moral, únicamente trata de satisfacer sus necesidades instintivas según el principio del placer, al margen de cualquier consideración como la supervivencia, la defensa de los peligros, los principios morales o la convivencia social, dinámicamente está compuesto por los impulsos innatos, agresivos y sexuales y por los deseos reprimidos, es la parte más animal del ser humano, pulsiones sexuales, también de los instintos agresivos, es el producto que aporta la energía mental a los individuos.

Como menciona Freud más simplificado, el ello, contiene todo el material hereditario, lo que está presente al nacer, lo fijo en la propia constitución biológica por encima de todo, por tanto, los instintos se originan en la organización somática que encuentran su primera expresión mental en el ello, es necesario vigilar su energía y dirigirla hacia el logro tan total como permitan las exigencias de la vida, sin que se autodestruya.

Por tal motivo el hombre por naturaleza lucha contra sus fuerzas psíquicas y al no poder evitar sus impulsos comete adulterios como robar, golpear y ser infiel, se entra en conflicto con lo que se quiere, lo que realmente se hace y lo que se desea, es esa materia cruda, salvaje, indisciplinada, hedónica y fundamental que da energía al hombre durante toda la vida, así mismo, da al hombre la voluntad para seguir adelante y pone en movimiento todos los otros sistemas de energía que pudieran imponérsele, a pesar de su tendencia a tomar cualquier dirección que se le antoje, el ello debe adaptarse a otros sistemas.



Con respecto al ello, se puede decir que un [individuo](#) al nacer es un ello psíquico donde por influencia del mundo exterior, se altera y se diferencia un Yo.

El yo<sup>4</sup>, sigue el principio de la realidad, es la parte organizada del ello, sin juicios de [valor](#) ético; sólo busca [medios](#) para que el ello logre su propósito sin destruirse, es la parte de la personalidad que se organiza como consecuencia de la influencia del ambiente, por su capacidad para evaluar y comprender la realidad, el yo le permite al sujeto superar las amenazas externas e internas, en él funcionan los procesos secundarios (percepción, pensamiento); es básicamente consciente de su dominio en las actividades del sujeto ya que depende de la salud psíquica del mismo.

Más adelante, por diferenciación del yo va a originarse el superyó, no es factible coincidir al yo con el preconscious, ya que justamente lo que descubrió [Freud](#) es que dentro del yo también hay una parte inconsciente que desde el punto de vista dinámico se comporta como lo inconsciente reprimido, que es la [resistencia](#) en el [análisis](#) que parte del yo y el sentimiento de culpa.

El superyó, constituye el brazo ético-[moral](#) de la personalidad, tiene como función integrar al individuo en la sociedad, es la instancia que va a observar y sancionar los instintos y experiencias del sujeto y que promoverá la represión de los contenidos psíquicos inaceptables.

En gran medida su influencia en la vida del sujeto es inconsciente, como por ejemplo una situación de infidelidad, sea que se presente como ocasional o como crónica, generalmente refleja, a la manera de un síntoma, un debilitamiento de los lazos emocionales que se dan en una relación de pareja a consecuencia del aumento de los mecanismos de escisión (división, separación) e identificación proyectiva (modificación del vínculo o la relación para adaptarlo a las necesidades inconscientes personales) en uno o ambos compañeros, a la vez que se intenta mantener inalterada y preservada una parte del vínculo con la pareja, es decir, los aspectos de la relación que se sienten necesarios para la continuidad personal, conyugal, familiar o social.

En el superyó<sup>5</sup> se suele distinguir el llamado "ideal del yo" de la "conciencia moral", el primero para señalar las situaciones, estados y objetos valorados positivamente por el sujeto a las que tenderá su conducta, y la conciencia moral para designar más bien el ámbito de las prohibiciones y las sanciones a las que las personas creen que deben someterse.

Es así cuando las entidades psíquicas de Freud entran en conflicto y se da una lucha de poderes donde el yo es el vencedor aun así de la constante intervención del superyó; en esta parte entra múltiples cuestiones conscientes e inconscientes ya que mediante el mecanismo de proyección se supone que el otro debe satisfacer las necesidades requerida por el yo.

El ello es la parte consiente del yo mientras que el yo es la parte egocéntrica del ello, entonces para que el ello se sienta satisfecho de las necesidades el yo logra todos sus objetivos de la manera más tranquila, y de una manera adecuada, logrando con éxito las cosas, en cambio el yo, hace todo lo que el ello no debe de hacer, que es cuando se comete errores o travesuras, como por ejemplo, robar justificando la necesidad económica, golpear por que la otra persona pego primero o ser infiel por necesidad de cariño, afecto o quizás deseo.

El deseo, el nacimiento y la muerte son experiencias traumáticas en tanto provocan fuertes cambios internos en el sujeto y además, porque construyen al sujeto en tanto el amor y el odio es algo que se instruye por la mayoría de la gente esta, coexistencia Freud la llamo ambivalencia ya que, para Freud la palabra amor de una o cierta manera está ligada al sexo, por lo contrario el odio no está relacionado de entrada con la sexualidad, está íntimamente relacionado en sus orígenes lo que le molesta, lo que produce malestar, lo que produce displacentero Freud lo escribe de esta manera: el yo odia, aborrece y persigue con, propósitos destructores, a todos los objetos que llega a suponer una fuente de sensaciones de displacer porque constituyen una privación para su satisfacción sexual o para sus necesidades de conservación.

Pudo incluso afirmarse que el verdadero prototipo de la relación de odio no procede de la vida sexual, si no de la lucha del yo por su confirmación y afirmación, es por eso que el momento del orgasmo es equiparable o comparable con la muerte o con el nacimiento; Al experimentar una infidelidad la persona afectada sufre y llega a odiar y amar al mismo tiempo, dos emociones encontradas y a la vez ligadas ya que por el tiempo, acciones pasadas en parejas es imposible dejar de querer a una persona en un instante siendo así al mismo tiempo se siente odio por agredir la confianza y faltar a el compromiso pactado en el matrimonio; No en vano la sexualidad para Freud era el aspecto más importante del desarrollo de la personalidad.

<sup>4,5</sup> La planche jean y jean- Bertrand Pontalis , Diccionario de Psicoanálisis, Paidós, B.Aires 9ª. Edición 2007, pág. 112 (Título original: Vocabulaire de la Psychanalyse, 1967).

## **Carl Gustav Jung**

En controversia con Sigmund Freud, Jung<sup>6</sup> psicólogo suizo fundador de la psicología analítica, difiere de este en mucho de los puntos y uno de ellos es que la libido o energía sexual no solamente se dirige a la parte sexual del individuo sino a todas las fuerzas vitales, Freud llegó a idénticos resultados partiendo de la suposición de que el hombre está movido por un insaciable deseo de conquista sexual de todas las mujeres, y que sólo la presión de la sociedad le impide obrar de acuerdo con sus deseos.

Los seres humanos existen en dos planos o niveles: el corporal y el mental, en ese sentido, se esfuerza por establecer un conjunto de reglas morales puritanas que contradicen a nuestros deseos físicos, la seducción es lo contrario de la conquista, aunque, como siempre, hay excepciones, el hombre que decide seducir a una mujer, es porque está atraído por ella, y ¿Cómo hacer para seducirla? no hay reglas fijas, algunos ejemplos son oler bien, cocinar para ella, tener identidad propia, tener seguridad y ante todo, buen sentido del humor, etc.

Se cree que para seducir a una mujer lo principal es conocer su personalidad, cosa, por lo general, extremadamente difícil, pues, cuando recién se empiezan a tratar, la mujer puede ser introvertida y es muy difícil darse cuenta de cómo es realmente, desde luego, quien quiere seducirla es porque lo atrae, sea por su belleza, sea por su inteligencia o por su nobleza, exactamente lo mismo sucede cuando una mujer quiere seducir a un hombre, muchas veces lo que la atrae es su inteligencia, su belleza le importa poco.

Muy diferente es el caso del hombre, que es, casi siempre, fuertemente atraído por la belleza femenina, pero si el hombre tiene una personalidad bien constituida, además de la belleza, busca otras cosas, como bondad, comprensión y nobleza, es por esto que un hombre necesita sentirse seguro, atractivo, y deseado por las mujeres.

### **Alfred Adler**

Otro autor que estuvo en muchos desacuerdo con Freud fue Alfred Adler <sup>7</sup> psicólogo austriaco fundador de la psicología individual, sin embargo coincide con él en el conflicto que surge entre el ello y el súper yo esto es entre las restricciones sociales como normas y reglas y nuestros impulsos instintivos por buscar el placer, eros y thánatos conforman la denominada dualidad pulsional, la pulsión es el nombre que el psicoanálisis da al impulso sexual, en tanto que éste no es instintivo en él.

La sexualidad es casi siempre pensada al servicio de la vida, un aspecto central del ser humano, presente a lo largo de su vida, abarca las identidades y los papeles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la [reproducción](#) y la [orientación sexual](#), se vive y se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, prácticas, papeles y relaciones interpersonales.

La sexualidad puede incluir todas estas dimensiones, no obstante, no todas ellas se vivencian o se expresan siempre, está influida por la interacción de factores

biológicos, psicológicos, sociales, económicos, políticos, culturales, éticos, legales, históricos, religiosos y espirituales.

Según Adler, la sexualidad era sólo una expresión de lo que más tarde llamó “Estilo de Vida” del individuo, y que Oberst llama “personalidad”, y las fases del desarrollo sexual que postula Freud las considera meros artefactos de una determinada educación y no un desarrollo autónomo natural, propone que la sexualidad es un sistema de la vida humana, que significan sistemas dentro de un sistema.

Adler se dio cuenta de que, más que la sexualidad, eran las formas de ejercer el poder en la sociedad y en la familia, entre las clases sociales, generaciones y sexos, lo que influencia en la vida psíquica de las personas, y reconoció que en cualquier parte, donde una autoridad gobierna sobre los humanos, se encuentran antagonismos que, de forma más o menos metafórica se vuelven imperdonables a encontrar en la vida psíquica, por un lado, concibe al ser humano de forma holística, como una unidad y no dividido en instancias y, por otro lado, lo contempla siempre dentro de y respecto a su entorno.

Por esto se vuelve al tema de la pulsión donde el psicoanálisis enseña que dicha pulsión también lleva consigo un empuje hacia la destrucción y la muerte, lo que explicaría por qué se observa en el sujeto una disposición a hacerse daño a sí mismo y a otros ya que muestra a la infidelidad desde un enfoque sexual entre lazando sentimientos y orígenes.

<sup>6</sup>[http://es.wikipedia.org/wiki/Carl\\_Gustav\\_Jung](http://es.wikipedia.org/wiki/Carl_Gustav_Jung)

<sup>7</sup>Adler, A.: -El carácter neurótico (original, 1912). Ed. Paidós, 1984, Conocimiento del hombre (original 1927). Ed. Espasa-Calpe, 1984.

## LA TERAPIA RACIONAL EMOTIVA DE ALBERT ELLIS

Albert Ellis (1913)<sup>8</sup> comenzó su labor clínica en consultas privadas, tratando problemas matrimoniales, familiares y sexuales, en 1962 publica su primera obra relevante en el campo de la psicoterapia ("Razón y Emoción en Psicoterapia") donde expone extensamente su modelo de la terapia racional-emotiva, a partir de los sesenta, Ellis se dedicó a profundizar y ampliar las aplicaciones clínicas de su modelo, publicando una gran cantidad de obras, que tenían como eje central convertirse en "métodos de autoayuda".

### I.- Principales conceptos teóricos

#### 1.- Metas y racionalidad:

Los hombres son más felices cuando se proponen metas y se esfuerzan por alcanzarlas racionalmente. Las principales metas humanas se pueden englobar en:

a) Supervivencia.

b) La felicidad, esta última puede ser perseguida a través de una o varias de las siguientes submetas:

- Aprobación o afecto.
- Éxito y Competencia personal en diversos asuntos.
- Bienestar físico, emocional o social.



En este punto, Ellis, destaca la fuerte concepción filosófica de su terapia (siguiendo en gran medida la tradición estoica) donde los humanos son seres propositivos en busca de metas personales, que constituyen a su vez, las "filosofías personales" de cada cual.

## 2.- COGNICIÓN Y PROCESOS PSICOLÓGICOS:

- a) Pensamiento, afecto y conducta están interrelacionados, afectándose mutuamente. Los principales componentes de la salud y los trastornos psicológicos se encuentran a nivel del pensamiento, a nivel cognitivo.

Estos componentes determinantes son:

- Las Creencias Irracionales (Exigencias) en los procesos de trastorno psicológico.
- Las Creencias Racionales (Preferencias) en los procesos de salud psicológica.

## 3.-ÉNFASIS HUMANISTA-FILOSÓFICO DEL MODELO

- a) Las personas, en cierto modo, sufren por defender filosofías vitales centradas en perseguir sus metas personales de modo exigente, absolutista e irracional.

b) Las personas son más felices, de modo general, cuando persiguen sus metas de modo anti-exigente, anti-absolutista, preferencialmente o de manera racional.

## **II.- El modelo A-B-C del funcionamiento psicológico**

La mayoría de las personas suelen mantener un modelo atribucional o causal sobre su propia conducta centrado en los eventos externos.

### Emocionales

- Actuales (p.e "despido laboral") (p.e "ansiedad", "depresión")
- Pasados o históricos (p.e "niñez sin afecto del padre o madre")

### Conductuales

- Espaciales (p.e "evitación social", "llanto")
- Externos(p.e "rechazo amoroso") .Cognitivos
- Interno (p.e "recuerdos negativos") (p.e "obsesiones", "autocríticas")

El modelo de la terapia racional-emotiva propone que el proceso que lleva a producir la "conducta" o la "salud" o "trastorno emocional" es bien distinto, ya que propone:

A-----B-----C  
(Acontecimiento) ("Belief": Creencia sobre A) (Consecuencias)

Temporales	Creencias
Pasados/Actuales	Racionales
Emocionales	Irracionales
Espaciales	Cognitivas

En resumen, no son los acontecimientos externos por lo general (salvo eventos externos o internos extremos: p.e "terremoto", "dolor extremo") los que producen las consecuencias conductuales, emocionales y cognitivas. Más bien el propio sujeto, aplicando su proceso de valoración personal sobre esos eventos, es quién en última instancia produce esas consecuencias ante esos eventos.

El que esos eventos tengan una mayor o menor resonancia en sus consecuencias, es decir produzcan estados emocionales perturbadores extremos e irracionales o racionales dependerá fundamentalmente de las actitudes valorativas (creencias) de ese sujeto particular.

Esos acontecimientos serán valorados en tanto y en cuanto impliquen a las metas personales del sujeto. Ahora bien esas metas podrán ser perseguidas de modo irracional, produciendo un "procesamiento de la información absolutista" y consecuencias psicológicas trastornantes, a bien siguiendo un "procesamiento de la información preferencial" y consecuencias emocionales saludables. El que predomine uno u otro "procesamiento de la información" hará que el perfil "salud psicológica/trastorno psicológico" varíe en cada caso.

### **III.- La naturaleza de la salud y las alteraciones psicológicas**

El trastorno psicológico, como ya ha quedado expuesto, deriva de las creencias irracionales, una creencia irracional se caracteriza por perseguir una meta personal de modo exigente, absolutista y no flexible.

Ellis propone que las tres principales creencias irracionales (creencias irracionales primarias) son:

a) Referente a la meta de Aprobación/Afecto:

"Tengo que conseguir el afecto o aprobación de las personas importantes para mí".

b) Referente a la meta de Éxito/Competencia o Habilidad personal:

"Tengo que ser competente (o tener mucho éxito), no cometer errores y conseguir mis objetivos".

b) Referente a la meta de Bienestar:

"Tengo que conseguir fácilmente lo que deseo (bienes materiales, emocionales o sociales) y no sufrir por ello".

Estas experiencias entrecomilladas serían representaciones, modelos de las tres principales creencias irracionales que hacen vulnerable a las personas a padecer trastornos emocionales en los aspectos implicados en esas metas.

Hay tres creencias irracionales, derivadas de las primarias (creencias secundarias), que a veces son primarias, que constituirían el segundo eslabón cognitivo del "procesamiento irracional de la información":

a) Referente al valor aversivo de la situación: TREMENDISIMO.

"Esto es horroroso, no puede ser tan malo como parece".

b) Referente a la capacidad para afrontar la situación desagradable: INSOPORTABILIDAD.

"No puedo soportarlo, no puedo experimentar ningún malestar nunca".

c) Referente a la valoración de sí mismo y otros a partir del acontecimiento: CONDENA.

"Soy/Es/Son...un X negativo (p.e inútil, desgraciado...) porque hago/hace-n algo indebido".



"No debería haber sufrido esta pérdida, y es terrible que sea así". Si se cree responsable de la pérdida se condena: "No soy bueno", y si la cree fuera de control las condiciones de vida son: "Es terrible"

2. INQUIETUD: Derivada de la Creencia Racional:

"Espero que eso no suceda y sería mala suerte si sucediera"

**-VERSUS-**

ANSIEDAD: Derivada de la Creencia Irracional:

"Eso no debería ocurrir, sería horrible si ocurre"

3. DOLOR: Derivada de la Creencia Racional:

"Prefiero no hacer las cosas mal, intentaré hacerlas mejor, si no ocurre ¡mala suerte!

**-VERSUS-**

CULPA: Derivada de la Creencia Irracional:

"No debo hacer las cosas mal y si las hago soy Malvado/a"

4. DISGUSTO: Derivada de la Creencia Racional:

"No me gusta lo que ha hecho, y me gustaría que no hubiese ocurrido, pero otros pueden romper mis normas."

**-VERSUS-**

IRA: Derivada de la Creencia Irracional:

"No debería haber hecho eso. No lo soporto y es un malvado por ello."

Las principales CREENCIAS RACIONALES PRIMARIAS serían:

a.- Referentes a la Aprobación/Afecto:

"Me gustaría tener el afecto de las personas importantes para mí".

b.- Referentes al Éxito/Competencia o Habilidad personal:

"Me gustaría hacer las cosas bien y no cometer errores".

c.- Referente al Bienestar:

"Me gustaría conseguir fácilmente lo que deseo".

Las principales CREENCIAS RACIONALES SECUNDARIAS serían:

a.- Referentes al valor aversivo de la situación: EVALUAR LO NEGATIVO

"No conseguir lo que quiero es malo, pero no horroroso".

b.- Referentes a la capacidad de afrontar la situación desagradable:

TOLERANCIA.

"No me gusta lo que sucedió pero puedo soportarlo, o modificarlo si me es posible".



c.- Referentes a la valoración de sí mismo y otros en el evento: ACEPTACIÓN.  
"No me gusta este aspecto de mí o de otros, o de la situación, pero acepto como es, y si puedo la cambiaré".

Estas creencias facilitarían la consecución de las metas personales, aunque no siempre, y al no producirse disminuirían su impacto sobre el sujeto; la salud psicológica sería todo aquello que contribuiría a que el sujeto consiguiera sus metas con más probabilidad; es decir el autodoctrinamiento en las creencias racionales y su práctica conductual.

#### **IV- Adquisición y mantenimiento de los trastornos psicológicos.**

Ellis (1989) diferencia entre la ADQUISICIÓN de las creencias irracionales y el MANTENIMIENTO de las mismas. Con el término adquisición hace referencia a los factores que facilitan su aparición en la vida del sujeto. Estos serían:

a.- Tendencia innata de los humanos a la irracionalidad:

Los seres humanos tienen en sus cerebros sectores precorticales productos de su evolución como especie que facilitan la aparición de tendencias irracionales en su conducta.

b.- Historia de aprendizaje:

Los seres humanos, sobretodo, en la época de socialización infantil, pueden aprender de su experiencia directa o de modelos socio-familiares determinadas creencias irracionales.

También se destaca en este punto que una persona puede haber aprendido creencias y conductas racionales que le hacen tener una actitud preferencial o de deseo ante determinados objetivos, pero debido a su tendencia innata puede convertirlas en creencias irracionales o exigencias.

De otro lado con el término mantenimiento Ellis se refiere a los factores que explican la permanencia de las creencias irracionales una vez adquiridas. Se destacan tres factores:

- Baja tolerancia a la frustración: La persona, siguiendo sus exigencias de bienestar, práctica un hedonismo a corto plazo ("Tengo que estar bien ya!") que le hacen no esforzarse por cambiar ("Debería ser más fácil").
- Mecanismos de defensa psicológicos: Derivados de la baja tolerancia a la frustración y de la intolerancia al malestar.
- Síntomas secundarios: Derivados también de la baja tolerancia a la frustración y de la intolerancia al malestar. Constituyen problemas secundarios y consisten en "ESTAR PERTURBADOS POR LA PERTURBACIÓN" (p.e ansiedad por estar ansioso: "Estoy ansioso y no debería estarlo").

En resumen se destaca el papel de la baja tolerancia a la frustración derivado de una creencia irracional de bienestar exigente o inmediato.

<sup>8</sup> Albert Ellis & Michael E. Bernard (2006). "Rational Emotive Behavioral Approaches to Childhood Disorders. Theory, Practice and Research". Springer Science Business Media, Inc. EEUU.

## 2.3 ENFOQUE SOCIOLÓGICO

Según Eisenberg<sup>9</sup> es necesario distinguir entre adulterio e infidelidad adulterio es solo un término legal que se aplica a las personas que están casadas y que tienen relaciones sexuales con un tercero.

Por otro lado la infidelidad, representa una violación o traición a una promesa o a un voto que la pareja acordó en un convenio exclusivo entre dos, independientemente de si hubo o no, algún convenio formal ante la ley, no se refiere exactamente al coito sexual con el tercero involucrado y además es un fenómeno multicausal que no solo involucra factores sexuales, sino que también involucra factores biológicos y psicológicos , como también el factor de los valores, las actitudes que tiene, prejuicios por su educación, estereotipos que ha seguido como modelos en la vida, los problemas de inseguridad, etc.

En estos tiempos la entrada de la mujer al campo laboral, la posibilidad de controlar la natalidad, mediante el uso de métodos anticonceptivos, la falta de tiempo e interacción entre las parejas, la falta de comunicación y la incapacidad para relacionarnos en forma adecuada y realista han incrementado el índice de infidelidad en las parejas ya que el hombre como pareja se ha sentido desplazado en algunos ámbitos sociales, y se ha ido separando del hogar, los primeros ancestros no practicaban la fidelidad , solían ser monógamos seriales, creando vínculos por alrededor de cuatro años y luego, tendían a la diversidad.

Eisenberg Glantz (1993), señala que la infidelidad ocurre por diferentes factores, entre los aspectos de tipo sexual se encuentran la privación sexual, la búsqueda de aventura, curiosidad sexual, insatisfacción sexual, aburrimiento, falta de novedad, pasión e intimidad.

Abreu<sup>10</sup> menciona que la infidelidad del hombre tiene que ver por la atracción sexual, en el caso de la mujer lo principal es la búsqueda de nuevas experiencias y la insatisfacción emocional con su pareja estable, al respecto añade que no siempre la relación con un tercero implica una actividad sexual de por medio, muchas de las veces, se dan relaciones de compañía únicamente.

Muchas parejas se mantienen, a través de los años porque uno o ambos componentes completan su deficiencia emocional o sexual a través de aventuras amorosas, estables o esporádicas.

La infidelidad es, muchas veces, efecto del desconocimiento del otro, se cree que las parejas tomaran de mal modo que uno guste de experimentar nuevas sensaciones, no siempre es así, el error es mantener estas relaciones de modo clandestino, afirma la Lic. Claudia Rosso, "deberíamos perder falsos pudores, liberarnos y permitirnos voltearnos cuanto un muñeco pinte, al menos mientras lo permitan los órganos".

Tampoco se debe desafiar a la naturaleza, ya que al casarse se hace un pacto religioso o civil, y la fidelidad es fundamental; se supone que el matrimonio y la familia se deben respetar, algo que va de la mano con esto es la amargura, la persona burlada se siente resentida, siente aborrecimiento hacia quien se ha burlado de ella vienen los rencores y los resentimientos profundos como consecuencia de la infidelidad.

También la persona afectada se siente humillada en su dignidad, algunas se replantean si realmente valen como hombres o como mujeres, se preguntan por qué la esposa o esposo buscó sexo, o cariño fuera del matrimonio, se sienten menospreciados, son heridas muy profundas las que causa la infidelidad.

Por un lado, el que comete infidelidad puede presumir su acto con otros hombres o sentirse alagado, pero la persona afectada recibe heridas profundas ya que este es un acto de traición muy grande, puesto que al casarse, tanto el hombre como la mujer se comprometieron a ser fieles uno al otro en las buenas y, en las malas, en la salud, en la enfermedad, en la pobreza, en la riqueza; pero de repente sucede que esos votos no se cumplen y aparece una gran traición ,se le llama traición aunque la persona que comete el acto no piensa que va a traicionar a su esposa sino solamente ve el placer que el acto le va a producir.

A juicio de O. Kernberg<sup>11</sup> hay tres niveles principales que determinan el futuro de la relación de pareja, y son estos mismos desde los cuales se puede estudiar a la pareja.

Estos niveles son:

**Primer nivel:** nivel de su relación sexual. Mientras mejor nivel de relación sexual más segura la permanencia de la pareja como tal.

**Segundo nivel:** nivel de las relaciones de objeto. Predominantes en la relación de pareja, a mayor armonía en estas relaciones mejor es la relación a largo plazo de la pareja.

**Tercer nivel:** nivel de la función del superyó conjunto de la pareja, a mayor capacidad de desarrollar un superyó maduro y flexible, mejor es la relación de pareja.

Según Dicks cuando una pareja se lleva mal en estos tres niveles, se rompe la relación y cuando se lleva bien en estos tres niveles, la relación marcha muy bien, cuando se lleva bien en dos niveles y muy mal en uno, la pareja se mantiene junta pero tiene un conflicto crónico, y si hay un conflicto serio en dos de esos niveles, hay conflictos graves crónicos, si es que la pareja se mantiene junta, es porque obtiene una satisfacción dominante de la actuación de sus necesidades sadomasoquistas.

Es de gran importancia señalar que, los medios masivos de comunicación tienen una tremenda influencia porque han implantado en la mente el sexo como tal, ya sea fuera o dentro del matrimonio, entonces, muchos van detrás de ese sexo pretendiendo conseguir esa felicidad que el sexo da.

<sup>9</sup>Aureste, A.; Bravo, C.; Manríquez, F.; Díez, F. (sin año). Factores actitudinales que inciden en la infidelidad de pareja. Tomado de la página

<sup>10</sup>Abreu, García M. (sin año) Infidelidad: causas y consecuencias.

<sup>11</sup>Kernberg, O. (1987). Trastornos graves de personalidad. México: Manual Moderno.

<sup>12</sup>Cfr. Bobé y Testos, Conflictos de pareja, diagnóstico y tratamiento. Ed.. Paidós pag. 24



## **ERICH FROMM**

Desde una perspectiva social Erich Fromm destacado psicólogo social aborda el tema del amor y el matrimonio formulándose el problema del capitalismo humano de la siguiente manera:

El capitalismo moderno necesita hombres que cooperen mansamente y en gran número, que quieran consumir cada vez más, y cuyos gustos estén estandarizados que puedan modificarse y anticiparse fácilmente, a diferencia, el hombre moderno está enajenado de sí mismo, de sus semejantes y de la naturaleza, se ha transformado en un artículo que experimenta sus fuerzas vitales como una inversión que puede producirle el máximo de beneficios posibles en la condición imperante en el mercado.

En el plano moral, el legislador de lo moral es el sujeto mismo, y el tribunal de lo moral no es externo, sino interno, en la mente y el corazón, por tanto, el pacto entre los dos amantes es un acto moral, ya que la institución de la pareja o el matrimonio generalmente ordena entonces los valores morales, en donde el compromiso se basa más que nada en las decisiones y las reglas que cada ser humano tiene o le han inculcado, por así decirlo es un compromiso moral ya que es una disposición voluntaria entre dos personas que finaliza así con un matrimonio. Siendo así moral porque no hay contrato alguno, solo palabras y hechos donde los valores son los que juegan un papel importante y se suscitan un sin fin de motivos y situaciones que más adelante se abordaran.

La pareja, aunque fundada en el amor, en la pasión, no puede continuar sino se traduce en moralidad, sin embargo, no es sólo un hecho subjetivo, en el principio está implícito que se piensa en todos los demás, que se compromete delante de ellos, los enamorados están orgullosos de mostrarse en público, consideran ejemplar su amor, y están listos para asumir delante del estado o de la divinidad: el matrimonio.

Hay parejas estables y fuertes e incluso sin matrimonio, sin la necesidad de sanciones legales, y que, es más, se opone a la ley, el matrimonio sin embargo es importante en una sociedad, indica una intención de continuidad, de durar, de hacer aquella elección, aquellos actos, de cultivar aquellos sentimientos que refuerzan su amor.

Bachofer tiene razón evidente cuando afirma que el paso de lo que se llama "heterismo" o "Sumpfzeugung" monogamia se realizó gracias esencialmente a las mujeres, cuando más perdían las antiguas relaciones sexuales su expresivo carácter primitivo selvático a causa del desarrollo de las condiciones económicas y, por consiguiente, a causa de la descomposición del antiguo comunismo y de la densidad, cada vez mayor, de la población, más degradada y opresivas debieran parecer esas relaciones a las mujeres y con mayor fuerza debieron de anhelar, como liberación el derecho a la castidad, el derecho al matrimonio temporal o definitivo con un solo hombre.

La monogamia es la forma celular de la sociedad civilizada, en la cual podemos estudiar ya la naturaleza de las contradicciones y de los antagonismos que alcanzan su pleno desarrollo en esta sociedad.

## **2.4 LAS EMOCIONES Y SUS COMPONENTES**

El contrato matrimonial es una declaración que reúne el conjunto de expectativas de los cónyuges, con excesiva frecuencia, dicho contrato no es una declaración formal (oral o escrita) de lo que cada cónyuge puede esperar del otro, sino un conjunto no declarado de expectativas conscientes, además, cada miembro de la pareja abriga un conjunto de expectativas ignoradas (inconscientes) y que, por ende, no está dispuesto a reconocer, un contrato matrimonial que permita la satisfacción mutua de suficientes expectativas dará por resultado la armonía conyugal.

La imposibilidad de satisfacer aspectos importantes del contrato puede provocar, en el cónyuge defraudado, una reacción de cólera, ofensa, síntomas neuróticos o psicóticos, depresión y síntomas psicósomáticos, como si se hubiese violado un verdadero acuerdo, al desconocer las expectativas de su pareja, un individuo puede creer que ha cumplido sus propias obligaciones y que, por ende, el incumplimiento del otro es injusto o desleal.

## EMOCIONES BÁSICAS

Una de las cuestiones teóricas actuales más relevantes, al mismo tiempo que más controvertidas, en el estudio de la emoción es la existencia, o no, de emociones básicas, universales, de las que se derivarían el resto de reacciones afectivas.

La asunción de la existencia de tales emociones básicas deriva directamente de los planteamientos de Darwin y significaría que se trata de reacciones afectivas innatas, distintas entre ellas, presentes en todos los seres humanos y que se expresan de forma característica, la diferencia entre las mismas no podría establecerse en términos de gradación en una determinada dimensión, sino que serían cualitativamente diferentes, según Izard, los requisitos que debe cumplir cualquier emoción para ser considerada como básica son los siguientes:

- Tener un sustrato neural específico y distintivo.
- Tener una expresión o configuración facial específica y distintiva.
- Poseer sentimientos específicos y distintivos.
- Derivar de procesos biológicos evolutivos.
- Manifestar propiedades motivacionales y organizativas de funciones adaptativas.

Según este mismo autor, las emociones que cumplirían estos requisitos son: placer, interés, sorpresa, tristeza, ira, asco, miedo y desprecio, considera como una misma emoción culpa y vergüenza, dado que no pueden distinguirse entre sí por su expresión facial.

Por su parte, Ekman, otro de los autores relevantes en el estudio de la emoción, considera que son seis las emociones básicas (ira, alegría, asco, tristeza, sorpresa y miedo), a las que añadiría posteriormente el desprecio).

En general, quienes defienden la existencia de emociones básicas asumen que se trata de procesos directamente relacionados con la adaptación y la evolución, que tienen un sustrato neural innato, universal y un estado afectivo asociado único, las emociones son fenómenos neuropsicológicos específicos fruto de la selección natural, que organizan y motivan comportamientos fisiológicos y cognitivos que facilitan la adaptación.

### ANÁLISIS DIMENSIONAL DE LAS EMOCIONES

Si bien algunas de las principales discusiones teóricas actuales giran en torno a si existen emociones básicas y si el reconocimiento de las mismas es universal (y esto es un hecho controvertido, tal y como se ha puesto de manifiesto), lo cierto es que existen ciertos patrones de reacción afectiva distintivos, generalizados y que suelen mostrar una serie de características comunes en todos los seres humanos.

Se trata de las emociones de alegría, tristeza, ira, sorpresa, miedo y asco. Podemos defender incluso que se caracterizan por una serie de reacciones fisiológicas o motoras propias, así como por la facilitación de determinadas conductas que pueden llegar a ser adaptativas, se mencionara

algunas de las características principales de dichas emociones, que son sobre las que existe un mayor consenso a la hora de considerarlas como distintivas.

## Amor

Características: **Conjunto de sentimientos que se manifiestan entre los individuos capaces de desarrollar emotividad**, expresado en afecto profundo hacia una persona, divinidades, animales o la naturaleza. El amor hacia otra persona, generalmente comienza con la atracción y admiración, pudiendo ser o no correspondido, un aspecto importante es la capacidad de dar, sin esperar o anteponer las necesidades propias, por las del otro, generando por tanto, altruismo, empatía, compasión, en términos prácticos el amor es el opuesto fisiológico al estado de lucha o huida, que se presentan ante la ira y el miedo, que impide no solo el acercamiento a otra persona, sino también la aceptación incondicional.

### *Áreas cerebrales*

- Las reacciones parasimpáticas generan un estado de calma y satisfacción que facilita la cooperación y relaciones con los demás de manera armoniosa y humana.
- El hipotálamo envía mensajes al sistema endocrino ordenando a las glándulas suprarrenales que aumenten inmediatamente la producción de adrenalina y noradrenalina (neurotransmisores que comunican entre sí a las células nerviosas).

*Procesos cognitivos implicados:* El amor se asocia a moldes, es decir “estrategias habituales, peculiares y generalizadas a distintas situaciones, que cada persona, muestra en el modo de percibir, evaluar, interpretar y reaccionar cognitivamente ante la realidad”,<sup>1</sup> que implican realismo y ponderación en las interpretaciones, la disposición a generar expectativas flexibles, valorar lo que se posee, a no evaluar la realidad de manera negativa y no atribuir la maldad en la conducta de otras personas.

Hernández, P. (2002). Los moldes de la mente, más allá de la inteligencia emocional. La laguna: Tafor publicaciones

## **Felicidad**

*Características:* La felicidad favorece la recepción e interpretación positiva de los diversos estímulos ambientales. No es fugaz, como el placer, sino que pretende una estabilidad emocional duradera.

### *Actividad fisiológica*

- Aumento en actividad en el hipotálamo, septum y núcleo amigdalino.
- Aumento en frecuencia cardíaca, si bien la reactividad cardiovascular es menor que en otras emociones, como ira y miedo.
- Incremento en frecuencia respiratoria.

## **Ira**

*Características:* La ira es el componente emocional del complejo *AHI* (Agresividad, Hostilidad, Ira), la hostilidad hace referencia al componente cognitivo y la agresividad al conductual, dicho síndrome está relacionado con trastornos psicofisiológicos, especialmente las alteraciones cardiovasculares.

*Instigadores:* Estimulación aversiva, tanto física o sensorial, como cognitiva inmovilidad, restricción física o psicológica.



### *Actividad fisiológica*

- Elevada actividad neuronal y muscular.
- Reactividad cardiovascular intensa (elevación en los índices de frecuencia cardíaca, presión sistólica y diastólica).
- Se experimenta como una experiencia aversiva, desagradable e intensa. Relacionada con impaciencia.

### **Miedo**

*Características:* El miedo y la ansiedad quizá sean las emociones que han generado mayor cantidad de investigación y sobre las que se han desarrollado un arsenal de técnicas de intervención desde cualquier orientación teórica en psicología, el componente patológico son los trastornos por ansiedad están relacionados con una reacción de miedo desmedida e inapropiada, es una de las reacciones que produce mayor cantidad de trastornos mentales, conductuales, emocionales y psicosomáticos.

La distinción entre ansiedad y miedo podría concretarse en que la reacción de miedo se produce ante un peligro real y la reacción es proporcionada a éste, mientras que la ansiedad es desproporcionadamente intensa con la supuesta peligrosidad del estímulo.

- Pérdida de sustento y, en general, cambio repentino de estimulación.

#### *Actividad fisiológica*

- Aceleración de la frecuencia cardíaca, incremento de la conductancia y de las fluctuaciones de la misma.
- Al prestar una atención casi exclusiva al estímulo temido, facilita que el organismo reaccione rápidamente ante el mismo.
- Moviliza gran cantidad de energía, el organismo puede ejecutar respuestas de manera mucho más intensa que en condiciones normales, si la reacción es excesiva, la eficacia disminuye, según la relación entre activación y rendimiento.

### *Experiencia subjetiva*

- Se trata de una de las emociones más intensas y desagradables, genera aprensión, desasosiego y malestar.
- Preocupación, recelo por la propia seguridad o por la salud, sensación de pérdida de control.

### **Tristeza**

*Características:* Aunque se considera tradicionalmente como una de las emociones displacenteras, no siempre es negativa; existe gran variabilidad cultural e incluso algunas culturas no poseen palabras para definirla.

*Instigadores:* Separación física o psicológica, pérdida o fracaso. Decepción, especialmente si se han desvanecido esperanzas puestas en algo.

- Situaciones de indefensión, ausencia de predicción y control. Según Seligman la tristeza aparece después de una experiencia en la que se genera miedo debido a que la tristeza es el proceso opONENTE del pánico y actividad frenética.
- Ausencia de actividades reforzadas y conductas adaptativas.

- Dolor crónico.

#### *Actividad fisiológica*

- Actividad neurológica elevada y sostenida.
- Ligero aumento en frecuencia cardíaca, presión sanguínea y resistencia eléctrica de la piel.

#### *Procesos cognitivos implicados*

- Valoración de pérdida o daño que no puede ser reparado.
- Focalización de la atención en las consecuencias a nivel interno de la situación.
- La tristeza puede inducir a un proceso cognitivo característico de depresión (tríada cognitiva, esquemas depresivos y errores en el procesamiento de la información), que son, según Beck, los factores principales en el desarrollo de dicho trastorno emocional.

- Función -Cohesión con otras personas, especialmente con aquéllos que se encuentran en la misma situación.
- Disminución en el ritmo de actividad, valoración de otros aspectos de la vida que antes de la pérdida no se les prestaba atención.
- Comunicación a los demás que no se encuentra bien y ello puede generar ayuda de otras personas, así como apaciguamiento de reacciones de agresión por parte de los demás, empatía, o comportamientos altruistas.

#### *Experiencia subjetiva*

- Desánimo, melancolía, desaliento.
- Pérdida de energía

#### **Sorpresa**

*Características:* Se trata de una reacción emocional neutra, que se produce de forma inmediata ante una situación novedosa o extraña y que se desvanece rápidamente, dejando paso a las emociones congruentes con dicha estimulación.

*Instigadores:* Estímulos novedosos débiles o moderadamente intensos, acontecimientos inesperados.

- Aumento brusco de estimulación
- Interrupción de la actividad que se está realizando en ese momento.

#### Actividad fisiológica

- Patrón fisiológico característico del reflejo de orientación: disminución de la frecuencia cardiaca,
- Incremento momentáneo de la actividad neuronal.
- Facilitar procesos atencionales, conductas de exploración e interés por la situación novedosa
- Dirigir los procesos cognitivos a la situación que se ha presentado

### *Experiencia subjetiva*

- Estado transitorio: Aparece rápidamente y de duración momentánea hasta para dar paso a una reacción emocional posterior.
- Mente en blanco momentáneamente.

## **Asco**

*Características:* el asco es una de las reacciones emocionales en las que las sensaciones fisiológicas son más patentes, la mayoría de las reacciones de asco se generan por condicionamiento interoceptivo.

Está relacionado con trastornos del comportamiento, tales como la anorexia y bulimia, pero puede ser el componente terapéutico principal de los tratamientos basados en condicionamiento aversivo, tales como la técnica de fumar rápido.

### *Actividad fisiológica*

- Aumento en reactividad gastrointestinal
- Tensión muscular

*Función:* Generación de respuestas de escape o evitación de situaciones desagradables o potencialmente dañinas para la salud, los estímulos suelen estar relacionados con la ingesta de forma que la cualidad fundamental es olfativa u olorosa.



A pesar de que algunos autores restringen la emoción de asco a estímulos relacionados con alimentos en mal estado o potencialmente peligroso para la salud, lo cierto es que esta reacción emocional también se produce ante cualquier otro tipo de estimulación que no tenga por qué estar relacionada con problemas gastrointestinales, incluso puede producirse reacción de asco ante alimentos nutritivos y en buen estado.

### *Experiencia subjetiva*

- Necesidad de evitación o alejamiento del estímulo. Si el estímulo es oloroso o gustativo aparecen sensaciones gastrointestinales desagradables, tales como náusea.

## 2.5 MARCO CONCEPTUAL

Lake y Hills, (1988), hablan de lo frecuente que es, en las relaciones de pareja, que se rodeen de una maya de mentiras y engaños que sirven, según éstos autores, para proteger la relación, muchas de esas mentiras parecen constituir verdades a medias puesto que las verdades completas podrían alterar y dañar las relaciones ante marido y mujer. En la relación de pareja se reconoce un tipo de estabilidad basada en la unidad tiempo y espacio y caracterizada por los intercambios diarios, implica cierta constancia de la relación que va más allá de lo temporal, es la proyección mutua de las relaciones ya establecidas y sin necesidad de redefinir día a día, lo cual surge como resultado del encuentro y pacto entre dos que son como son. (Julio E. Hernández Elías).

Desde la aparición de la vida en pareja monogámica la infidelidad ha acompañado al ser humano y ha sido el motivo de sufrimiento de una gran cantidad de personas. Sin embargo es un hecho que la fidelidad y la infidelidad han sido concebidas de diferentes maneras a través del tiempo.

La **infidelidad** representa una violación o traición a una promesa, o a un voto que la pareja acordó, en un convenio exclusivo entre dos, independientemente de si hubo o no algún convenio entre los dos ante la ley, no se refiere necesariamente al coito sexual con el tercero involucrado y además es un fenómeno multicausal que no solo involucra factores sexuales, sino que también, factores biológicos y psicológicos (Eisenberg 1999).

Por su parte Zumaya la define como un fenómeno interaccional triangular y siempre desde la óptica de los afectados, puede ser conceptualizada como un continuo que va desde el involucramiento emocional que contenga los elementos de atracción y sobre todo, secreto hasta la ocurrencia eventual o continua, con o sin involucramiento emocional, del ejercicio sexual fuera de una relación de pareja, casada o no, homo o heterosexual, que suponga una exclusividad sexual, (zumaya 1994).

Algunos autores señalan que existen diferentes **tipos de infidelidad** y que cada una de ellas se lleva a cabo por factores relacionados a la tipología por ejemplo:

- Infidelidad por evitación a la intimidad: se refiere al obstáculo que algunas personas tienen para aceptar que la intimidad implica auto exposición y un cierto grado de dependencia emocional, cuando se revela la aventura, se convierte en un arma de la confrontación.
- Infidelidad por adicción sexual: esta aventura puede ocurrir en cualquier momento de la relación; es más común en hombres que mujeres y tiene un toque de desafío cuando se revela, la infidelidad, se defienden del miedo, la humillación y el dolor, a través de acusaciones.
- Infidelidad accidental: inesperadas no planeadas. No es que ocurra de manera involuntaria, pero hay un cierto grado de inconsciencia ya que no se tienen muy claras las consecuencias del acto.

- Infidelidad como castigo: se utiliza como un arma en venganza de la otra persona, aunque no siempre aplica un castigo por infidelidad, si no por diferentes aspectos que pudieron estar presentes desde el principio de la relación.

Por último, cabe mencionar que la infidelidad puede presentarse mayormente en las siguientes etapas del ciclo de la vida:

- Tempranamente: cuando los miembros de la pareja están luchando por establecer los límites de su compromiso e intimidad.
- Durante la maternidad. Cuando nace el primer o segundo hijo.
- Cuando los hijos dejan el hogar.
- Cuando resulta claro que la pareja no corresponderá a la imagen idealizada (zumaya, 1994).

Otro concepto ligado a la infidelidad es la traición John Ronald Reuel Tolkien (1983) define a la **traición** como la Violación de la fidelidad o lealtad que se debe, en términos legales, la traición es el crimen de deslealtad a la nación o estado de una persona. Infidelidad, engaño, mentira, traidor es la persona que traiciona (o es acusada de traición) a su propio partido político, familia, amigos, grupo étnico, u otro grupo al cual pueda pertenecer.

Jose Castán Tobeñ (Zaragoza, 11 de junio de 1889 Madrid, 10 de junio de 1969), define el matrimonio reuniendo notas de legalidad, permanencia y plenitud, como: el acto solemne por medio del cual el hombre y la mujer constituyen entre sí una unión legal para la plena comunidad de existencia.

Sánchez Román Albaladejo (Barcelona 1984), considera que el negocio jurídico bilateral por el que un hombre y una mujer declaran su voluntad de constituir una relación estable de convivencia plena.

Para Entrena el matrimonio es: la unión completa, permanente y familiar de un hombre y una mujer previamente solemnizada, y en cuanto a acto es la manifestación formulada por un hombre y una mujer, pública y solemnemente, de querer formar una familia permanente, manifestación confirmada por su unión física .

Jiménez Fernández (1999) a su vez, lo define como sistema de vinculaciones jurídicas pre establecidas, en orden a una finalidad y públicamente conocidas, al que libremente prestan su adhesión las personas capaces de ello, obligándose a su cumplimiento respecto del copartícipe cuya libre elección les compete.

Si se toman todos los elementos esenciales y comunes de todas las definiciones y conceptos anteriormente citadas, se concluye que el matrimonio es “la comunidad de vida entre un hombre y una mujer conforme a Derecho“.

El matrimonio constituye la institucionalización de las relaciones que tienen por base la unión intersexual, la institucionalización de esta unión entre un hombre y una mujer se logra en virtud de un acto jurídico, es decir, un acto voluntario, lícito, que tiene por fin inmediato establecer las relaciones jurídicas conyugales.

El derecho canónico concibe al matrimonio como una institución del derecho natural que fue elevada por Jesucristo a la categoría de sacramento, las propiedades esenciales del matrimonio son la unidad (equivalente en el concepto canónico a monogamia) y la indisolubilidad en vida de los esposos.

Otro concepto vinculado a la infidelidad es adulterio, Tordjman considera al adulterio una verdadera prueba de fuego de la pareja: destruye aquellas en las que falta amor, y consolida las demás.

Monogamia (del griego monos: uno y gamos: matrimonio), es un tipo de relación amorosa y [sexual](#) exclusiva entre dos personas, las que mantienen un vínculo matrimonial o de [unión libre](#) por un período específico o por toda la vida, al practicante a este tipo de relación se le llama monógamo.

En contraposición de la infidelidad esta la **fidelidad** que es la lealtad hacia una persona, el término proviene del latín fidelitas y también permite hacer referencia a la exactitud o puntualidad en la ejecución de una acción, es la virtud de dar cumplimiento a una promesa, se trata de un acuerdo que implica una serie de responsabilidades y que no debería ser violado por ninguna de las partes.

La relación de pareja se entiende generalmente, desde el aspecto psicológico y social, cuando dos personas de diferente sexo experimentan atracción una por otra, deciden tener relaciones sexuales y hasta vivir bajo el mismo techo.

Desde el punto de vista psicoanalítico según Freud, es continuación de la relación padre-hija o madre-hijo, pero la pirámide de Maslow lo señala como una satisfacción de necesidad afectiva de primer orden, pues se dice que quien no libera la tensión sexual o no tiene relación íntima suele vivir menos por la insatisfacción.

Desde el marco cognitivo conductual del individuo, también suele ser cumplimiento de un deseo y necesidad originado por un sentimiento llamado "amor" que es mutuo (si es unilateral, la relación no es de par (dos), sino de uno solo, el dilema del amante y el amado) y que comprende el compartir lo cotidiano, lo bueno y lo malo de la vida, si hay entendimiento mutuo, si la relación es estable y armónica, los hijos que vengan serán adaptados y felices, y si no, serán criaturas de hogar disfuncional, socialmente, la relación de pareja es importante para obtener cierto estatus en el trabajo, el ámbito donde te mueves y hasta tu círculo amistoso.

Los sentimientos son todas esas sensaciones que mueven y motivan al ser humano a hacer cosas increíbles, grandiosas, bellas, y al mismo tiempo, todo aquello que lo orilla a crear su propio némesis, lo más bajo del mismo ser, son el motor del mismo pensamiento, lo cual se proyecta en las mismas acciones de uno mismos, dándose una consecuencia, e influyendo en las propias decisiones, y al mismo tiempo dando vida al bien y al mal.

Dentro de la infidelidad se experimentan una serie de emociones, palabra que se deriva del latín “emotio”, y se define como la alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que aparece frente a cierta conmoción somática.

Por otra parte tal como señala la Real Academia Española (RAE) se trata del interés expectante con que se participa en algo que está ocurriendo, las emociones son fenómenos psicofisiológicos que representan modos eficaces de adaptación a diversos cambios de las demandas ambientales, en el aspecto psicológico, las emociones alteran y elevan el rango de ciertas conductas en la jerarquía de respuestas del individuo.

En cuanto a la fisiología, las emociones organizan las respuestas de distintos sistemas biológicos, incluyendo las expresiones faciales, los músculos, la voz, y el sistema endocrino, con el objetivo de establecer un medio interno óptimo para el comportamiento más efectivo.



## 2.6 MARCO GEOGRÁFICO

### DIF

El Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (SNDIF), es el organismo público encargado de instrumentar, aplicar y dar dimensión a las políticas públicas en el ámbito de la asistencia social.

El SNDIF tiene su primer antecedente en el Programa Gota de Leche, que en 1929 aglutinaba a un sector de mujeres mexicanas preocupadas por la alimentación de las niñas y niños de la periferia de la ciudad de México, a partir de Gota de Leche se formó la Asociación Nacional de Protección a la Infancia que comenzó a recibir apoyo de la Lotería Nacional para la Beneficencia Pública.

El 31 de enero de 1961, tomando como fundamento los desayunos escolares, se crea por Decreto Presidencial, el organismo descentralizado Instituto Nacional de Protección a la Infancia (INPI) que generó una actitud social de gran simpatía y apoyo hacia la niñez.

El 15 de julio de 1968 es creada, también por Decreto Presidencial la Institución Mexicana de Asistencia a la Niñez (IMAN), que se orientaba a la atención de niñas y niños huérfanos, abandonados, desvalidos, discapacitados o con ciertas enfermedades. Más tarde, en los años setenta, se crea el Instituto Mexicano para la Infancia y la Familia.

Es así como en 1977 se crea, por Decreto Presidencial, el Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF), a partir de la fusión del Instituto Mexicano para la Infancia y la Familia (IMPI) con la Institución Mexicana de Asistencia a la Niñez (IMAN), actualmente, el DIF pasa por una etapa de consolidación y reestructura orgánica como parte de un proceso de modernización administrativa que le permitirá adaptarse a las nuevas condiciones de la Asistencia Social en México, y afrontar los retos que el futuro le depara.

### III. MARCO METODOLÓGICO

### 3.1 TIPO DE ESTUDIO

Este trabajo cuyo tema es “expresión de las emociones ocasionadas por infidelidad en mujeres del proyecto PAMA del DIF- Nanchital Veracruz., corresponde a una investigación **de campo**, ya que para obtener datos que permitieran confirmar la hipótesis fue necesario acudir a las fuentes de información directas, es decir, al DIF de Nanchital Veracruz.

Con respecto al tipo de estudio, este proyecto se ubica en el tipo **de estudio descriptivo**, debido que se está consciente de la información que se requiere para realizar el trabajo, de esta manera se podrá formular preguntas precisas para la recolección de los datos necesarios. A demás se delimitara su universo y el ambiente bajo el cual se realizara la investigación.

### 3.2 DISEÑO

El tipo de diseño que se utilizó en esta investigación fue de **tipo no experimental**; ya que no se manipulo ninguna variable, ni tampoco se cambio aspecto o situación alguna a partir de ella.

Dentro de este tipo corresponde a los diseños de **un solo grupo sin nivel de comparación**; debido a que no se evaluó una situación antes de iniciar la investigación, ni después de terminarla; además de que no se establecieron parámetros de comparación con otro grupo.

Por lo que corresponde al momento de acopio de datos, el trabajo se ubica en los de **tipo transversal**, porque que solo se consideró la aplicación del instrumento de recolección, en un tiempo único, mujeres del proyecto PAMA del DIF- Nanchital Veracruz.

### **3.3 MUESTRA**

El DIF de Nanchital cuenta con un programa por los niños llamado: PREVENCIÓN Y ATENCION DE MENORES Y ADOLESCENTES, el cual tiene una población de 27 niños que acuden semanalmente junto con sus tutores a tomar clases a nivel primaria, mientras tanto las madres realizan actividades útiles para en el hogar, actividades para desarrollarse independientemente en el ámbito laboral y/o ayuda profesional según lo soliciten o requieran, en el marco de la política social del Gobierno del Estado correspondiente al Sistema para el Desarrollo Integral de la Familia ejecución de las acciones asistenciales que posibiliten la incorporación al desarrollo de los grupos en condiciones de vulnerabilidad.

Por ello, el Sistema Estatal DIF de Veracruz unifica los programas consolidando el proyecto, integral denominado Programa por los Niños: prevención y Atención de Menores y Adolescentes como una alternativa, para asegurar a estos menores, las oportunidades de desarrollo a que tienen derecho; Con ello se busca propiciar la integración de los menores y sus familias a los procesos formativos que requieren, para desarrollar su potencial humano que les permitirán alcanzar mayores oportunidades de empleo y mejorar su convivencia.

La operación del programa por los niños: Prevención y Atención de Menores y Adolescentes parte de un convenio de colaboración entre el Sistema DIF Estatal y el Sistema DIF municipal.

El aspecto central del programa propone brindar atención a los niños, niñas y jóvenes menores de 18 años trabajadores, en riesgo y en situación de calle a través de un apoyo económico que significa el elemento facilitador de un conjunto de acciones que buscan dignificar y mejorar sus condiciones de vida.

El recurso otorgado no pretende en modo alguno satisfacer todas las necesidades del menor o su familia, es solo una estrategia para inducirlos a un proceso de cambio y la construcción de un proyecto de vida con el apoyo y acompañamiento de los promotores municipales.

En este sentido a familia es como el núcleo central en la transformación e identidad de cada uno de sus miembros, forma parte de los trabajos, diseñados que permita transitar en un nuevo estilo de vida adquiriendo herramientas y mejores perspectivas en el presente y un mejor futuro para la niñez, desarrollándose en un ambiente que garantice su bienestar integral y que contribuya a la formación de hombre y mujeres con responsabilidad social.

Este grupo de niños como se menciono anteriormente, acuden cada fin de semana con sus madres ya que por lo general son niños no mayores de 10 años; Debido a la gran demanda de atención que manifiestan las mujeres de este programa (PAMA) del DIF de Nanchital, la psicóloga de la misma institución canalizo a 20 de las damas, que voluntariamente se interesaron en el tema, argumentando que,

necesitaban conocer más del mismo y afirmando haber experimentado la infidelidad como tal posibilitando su ayuda en la realización del proyecto de tesis.

El Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (SNDIF), es el organismo público encargado de instrumentar, aplicar y dar dimensión a las políticas públicas en el ámbito de la asistencia social.

### **3.4 INSTRUMENTOS DE RECOLECCION DE DATOS**

Para el presente trabajo de investigación se utilizó solo un instrumento de recolección de datos, que posibilitó la obtención de la información requerida para el mismo, y que permitió comprobar el tipo de emociones y las expresiones de las mismas ocasionadas por la infidelidad en mujeres del proyecto PAMA del DIF- Nanchital Veracruz.

El instrumento que se puso en práctica fue un cuestionario que consta de 8 reactivos con opción múltiple, 3 preguntas abiertas que hacen un total de 11 reactivos los cuales también se dividen en:

\*aspectos psicológicos que son los reactivos, 1,5.

\*aspectos emocionales: 2, 6, 10,11.

\*aspectos fisiológicos: 3.

\*aspectos conductuales: 4, 7, 8,9.

Todos los reactivos están dirigidos a mujeres que acuden al proyecto PAMA del DIF-Nanchital Veracruz., en donde se busca conocer el tipo de emociones y la expresión de las mismas ocasionadas por la infidelidad.

### **3.5 PROCEDIMIENTO**

Con la intención de llevar a cabo la investigación de campo para la recolección de datos se planteó las siguientes actividades, que sirvieron como guía al trabajo realizado.

- ❖ Se solicitó permiso a la psicóloga encargada del departamento de atención psicológica, para realizar la investigación de campo, así como la aplicación de encuestas.
- ❖ Se acudió tres veces al DIF de Nanchital, para acordar el día en el cual se aplicaría la encuesta.
- ❖ Posteriormente se aplicó el cuestionario a las mujeres presentes el día acordado.
- ❖ Se analizó la información obtenida a través de los instrumentos.
- ❖ Se analizó y correlacionó estadísticamente los datos obtenidos, presentando los resultados de manera gráfica y explícita.
- ❖ Se redactó el reporte final de la tesis



## **IV. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS**

## 4.1 Análisis del cuestionario

### 4.1.1 Concepto de infidelidad

De acuerdo a los datos obtenidos en relación al significado que dan las mujeres a la infidelidad, se puede distinguir lo siguiente, a partir de una muestra integrada por 20 personas de sexo femenino.

El 25% de la muestra, que equivale a cinco personas, opina que la infidelidad es una falta de respeto hacia la pareja, es decir, no reconocer en la otra persona los valores que como pareja tiene, así como pasar por alto sus derechos, en lo que a tiempo, presencia y consideración se refiere.

Un 25% de las encuestadas, se refirió a la infidelidad como un acto de maldad, “algo que no se le desea a nadie”, ya que provoca dolor emocional e incluso físico, cuando ocurre; y si se entiende maldad como hacer daño deliberadamente, implicaría entonces que la pareja tampoco tiene respeto, ni amor hacia el cónyuge.

El 20% tiene claro que la infidelidad no es más que un engaño hacia la pareja, hacia ese pacto moral de respeto y fidelidad realizado entre dos personas que se supone que es para toda la vida y que difícilmente se pasa por alto, ya que la mujer se siente engañada, por parte de su marido.

Otro 10% mencionó que es un acto de traición definiéndose este como un fraude hacia un compromiso de lealtad, manchar la imagen, la autoestima la persona traicionada así como echar a la borda, el tiempo de confianza depositado en la pareja, ya que este es muy importante en la relación.

5% dijo ser algo imperdonable, con esta actitud se deja de lado la posibilidad de buscar solución a un conflicto, que si bien es grave, puede ser doblegado por la buena disposición que ambos tengan por encontrar juntos la salida a un laberinto complicado, perdonar implica un profundo proceso de reencuentro con el amor que aún pueda existir, reuniendo a quienes sienten el arrepentimiento verdadero de disculpar un error humano y 'apostar' por un volver a empezar cuando las circunstancias así lo permitan.

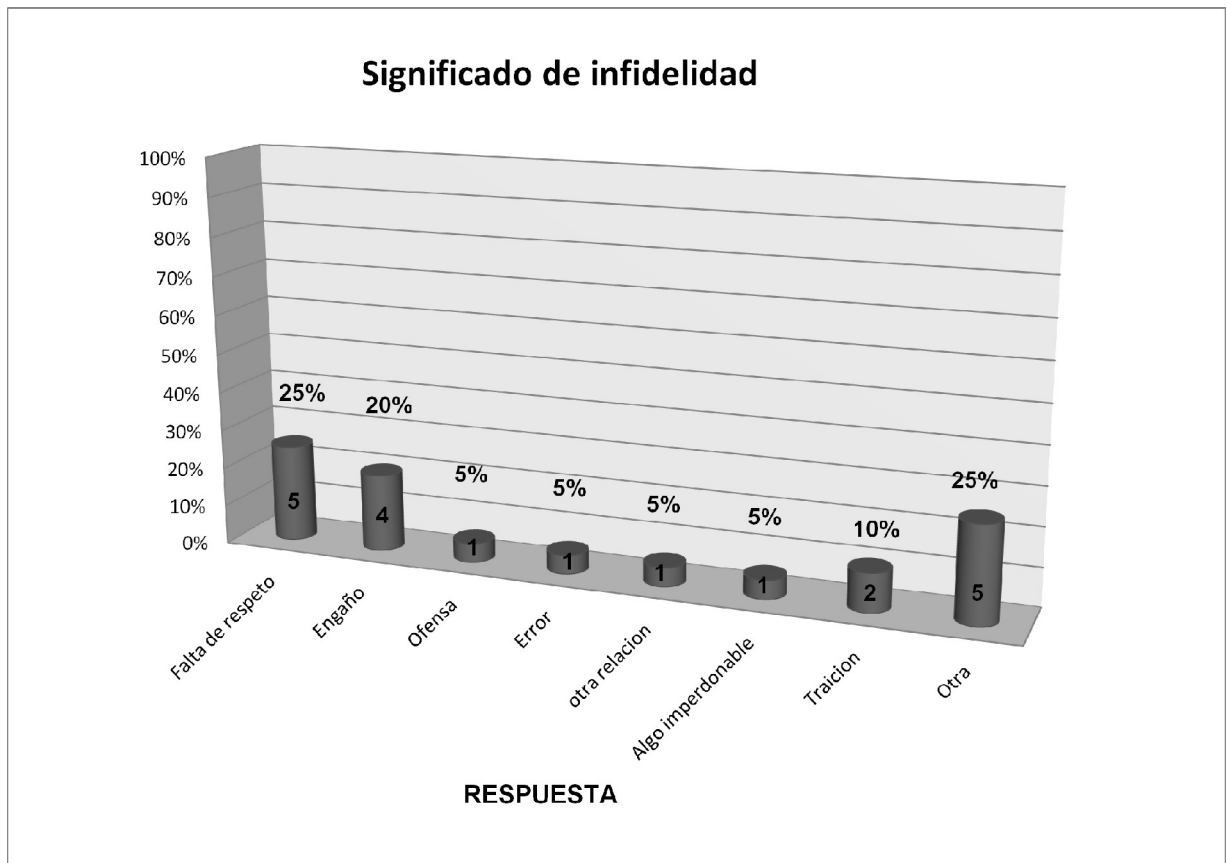
Un 5% ve la infidelidad como tener otra relación fuera del matrimonio, sin importar los sentimientos de la esposa y sin valorar lo que se tiene en casa, ya que la esposa da todo en el hogar y espera que sea correspondida de igual manera por parte de su esposo, no siendo así, el esposo busca una relación extramarital, por diversas situaciones y en distintos momentos del matrimonio.

Otro 5% dice ser un error muy grande del hombre, error es un concepto que pertenece a la esfera del juicio, o sea de las actitudes valorativas, es decir a todo juicio o valoración que contraviene el criterio que se reconoce como válido, un error irreparable, ya que la infidelidad es clavar un cuchillo en el corazón del otro, dejar de ser infiel es sacar el cuchillo pero recuperar la confianza es curar la herida y esta nunca se cura de un día para otro, a veces se cree que cuando se acaba la infidelidad todo está arreglado y se olvida de aquella herida en el corazón. El ser humano comete

errores, es un ser racional, el cual puede pensar por sí solo y tiene la capacidad suficiente para juzgar sus actos, siempre y cuando pueda dominar sus impulsos.

Culminando con el otro 5% que interpreta a la infidelidad como una ofensa hacia la integridad y el bienestar de la mujer, ya que la infidelidad se considera, en la sociedad, una de las peores ofensas que se le pueden hacer a alguien.

Se presenta los resultados a continuación de manera gráfica



- 1) Concepto de infidelidad expresado por el grupo de mujeres encuestadas del DIF de Nanchital Ver.

#### 4.1.2 Respuesta emocional ante la infidelidad

La imposibilidad de satisfacer aspectos importantes del contrato matrimonial puede provocar, en el cónyuge defraudado, una reacción de cólera, ofensa, síntomas neuróticos o psicóticos, depresión y síntomas psicosomáticos, como si se hubiese violado un verdadero acuerdo; al desconocer las expectativas de su pareja, un individuo puede creer que ha cumplido sus propias obligaciones y que, por ende, el incumplimiento del otro es injusto o desleal.

De acuerdo con los datos obtenidos en el cuestionario sobre infidelidad se obtuvo lo siguiente:

El 50% que corresponde a diez personas dijeron haber sentido como primera respuesta emocional ante la infidelidad de su pareja mucho enojo, ya que se rompe la confianza de los enamorados y los pilares sobre los que se cimenta una relación, descubrir que han sido traicionado por la persona amada siempre es una experiencia dolorosa y hasta humillante, puesto que se ponen en juego los valores que fundamentan una relación de pareja, como es, la sinceridad y el respeto. El enojo, es una emoción muy fuerte en el organismo, es una serie de sensaciones que llevan al descontrol e incluso a no pensar y actuar impulsivamente, hasta llegar a desconocerse a sí mismo por sus propias acciones ,es una energía como cualquier otra, solo que

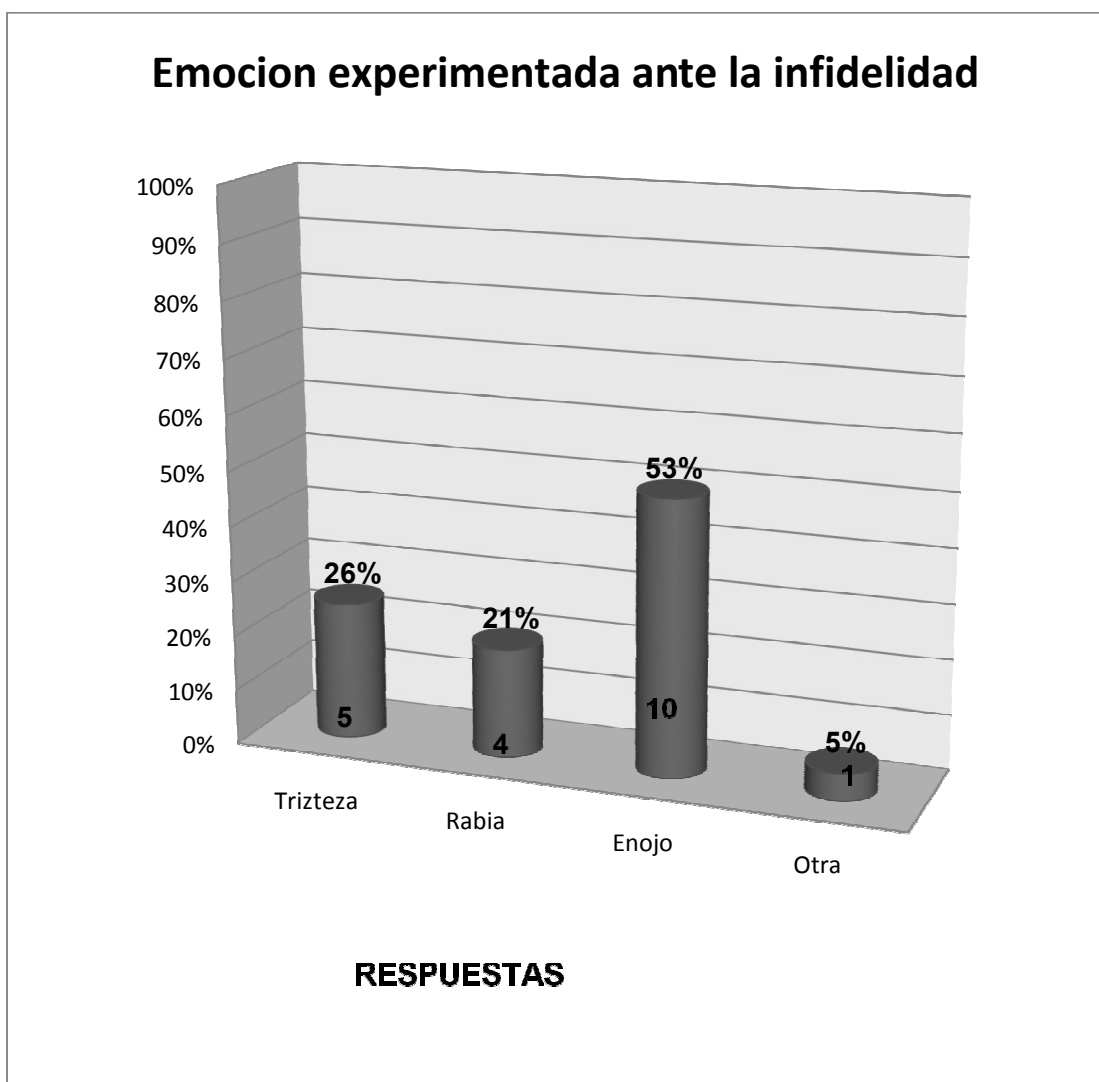
está en el lugar inadecuado, o la exteriorizamos de un modo inapropiado, en el caso de la infidelidad se llega a salir de control hasta cometer actos antisociales.

Otro 25% que corresponde a cinco personas dijeron sentir tristeza; es importante entender que tanto el enojo y la tristeza son energías, y la tristeza, es un sentimiento humano, como cualquier otro, no se trata de borrar el sentimiento como tal, al igual que el enojo, se presenta en diferentes momentos y etapas de la vida, de lo que se trata es de elegir la forma como se reacciona ante lo que produce la ira, el enojo o cólera. En la infidelidad estos sentimientos son muy profundos ya que la persona se siente destruida ante el engaño, siente tanta tristeza por la infidelidad, producido por un decaimiento moral se siente tristeza al no ver las expectativas cumplidas esas que se construyen a lo largo del matrimonio junto con la pareja, y al verse inmiscuido en un engaño, la profunda tristeza se denota por las facciones de la cara y los actos de la persona.

El 20% dijo sentir rabia, la rabia es la emoción más 'caliente' y pasional, el control psicológico se manifiesta mediante las reglas, las normas o las propias limitaciones y cuando la pareja rompe estas normas la ira invade a la persona traicionada, la rabia es potencialmente más peligrosa ya que su propósito funcional es el de destruir las barreras en el ambiente provocando destrucción y daños innecesarios como cuando una mujer utiliza los golpes hacia su esposo o sus hijos, la rabia moviliza la energía hacia la auto-defensa; una defensa caracterizada por el vigor, la fuerza y la resistencia, por esta razón, la rabia puede considerarse una navaja de doble filo, ya que una mujer enojada es capaz de realizar cualquier acto en desesperación por obtener lo perdido y dar un merecido a la persona causante de su estado de rabia.

Un 5% que corresponde a una persona menciona experimentar indiferencia hacia la infidelidad, pudiéndose tratar de un mecanismo de defensa como se explicara más adelante.

Los datos explicados se muestran en la siguiente gráfica





2) Emoción experimentada por las mujeres del DIF a causa de la infidelidad.

#### 4.1.3 Nivel fisiológico ante la infidelidad

A nivel fisiológico, hay quienes describen un escalofrío que recorre todo el cuerpo, lo que invariablemente les puede provocar un temblor difícil de controlar, otro síntoma reportado, es la sensación de vacío en el estómago, así como taquicardia e ira que les abrumba; existen casos en que incluso se presenta una excitación sexual que llega a causar dolor, dolor en el estomago.

De acuerdo a la encuesta, el 35% que corresponde a siete personas, dijeron tener falta de apetito al enterarse de la infidelidad de su pareja, es muy fuerte el dolor y todo el cuerpo sufre un cambio tanto físico como fisiológico.

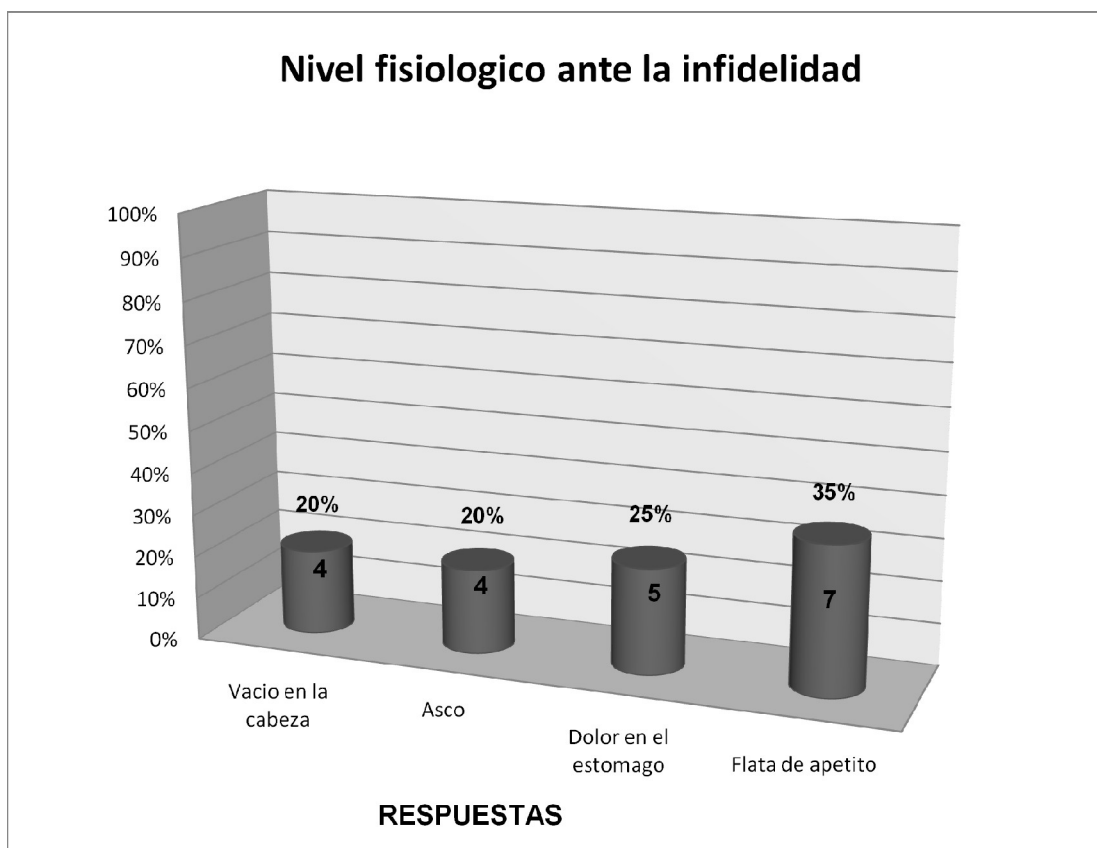
Un 25% contesto sentir dolor en el estómago, ya que el aparato digestivo está inervado por numerosos nervios y ganglios, el nervio vago, uno de los principales del SNP (sistema nervioso periférico) lo inerva por completo y allí se producen más neurotransmisores que en el cerebro. De otra forma el cuerpo es el espejo del alma cuando se está mal, por eso cuando se siente triste psicosomáticamente el cuerpo reacciona mediante los sentidos y sentimiento del alma.

El 20% dijo provocarle un vacío en la cabeza, sin ganas de pensar en nada y sin preguntas y respuestas que puedan dárseles ya que no tienen ningún pensamiento, por el gran impacto que les causa la noticia.



Otro 20% respondió que les causa asco, entendiendo este, como la denominación de la emoción de fuerte desagrado y disgusto hacia sustancias y objetos determinados, el asco se origina en el cerebro, en las amígdalas cerebrales, que pertenecen al sistema límbico, donde se procesan también otras emociones. La capacidad de sentir asco es innata, pero la sensación de asco se adquiere en el transcurso de los primeros años de vida mediante la socialización. Las mujeres sienten esta emoción al presentar síntomas de rechazo hacia su pareja.

Se presentan los resultados, de este tema en la gráfica siguiente



3) Respuesta fisiológica expresada ante infidelidad en mujeres del DIF.

#### 4.1.4 Reacción conductual de la infidelidad

La conducta alterada de cualquier persona debe ser tomada en cuenta en función del momento evolutivo por el cual transitan, las características de normalidad para la edad y el medio en que se desenvuelve. Esa alteración, comparada con parámetros de normalidad, indicará la severidad de la patología y debe ser valorada como una relación entre la conducta externa, observable y comunicable y el mundo interior simbólico.

La infidelidad no siempre es inconsciente y poco valorada, algunos dicen que se vieron de repente atrapados y que no podían salir, otras son más meditadas y se realizan conscientemente con lo cual, los mecanismos que subyacen serán más difíciles de superar; el dolor de la persona engañada tendrá menos consuelo si su pareja no se arrepiente de lo que ha hecho o si le abandonó por otra persona, apareciendo sentimientos de ira, inferioridad, inseguridad, etc.

De acuerdo al los resultados de la encuesta el 35% dijo mostrarse tranquilo al enterarse de la infidelidad de su pareja, se entiende por tranquilidad a la capacidad de salir o enfrentar el problema de la forma más conveniente para todos, ya que en la infidelidad los impulsos y conductas son diversos desde agresividad, hasta quizá el más sensato que es la tranquilidad, reacción en la que se toma las cosas con tiempo, sin nerviosismos ni agobios, y que no se preocupa por quedar bien o mal ante la opinión de los demás. Definición un tanto curiosa cuando menciona el no preocuparse por quedar bien o mal con los demás, ya que en el caso de la infidelidad es un tema muy alarmante y preocupante en una relación de pareja, en la que quizás la

tranquilidad sería una respuesta conductual nula, sin embargo la mayoría de las personas encuestadas, dijo reaccionar de esta manera siendo así una conducta inteligente, y es importante estar en un estado de tranquilidad, ya que lo contrario a este estado, el nerviosismo, puede ocasionar el no pensar correctamente, el tomar decisiones aceleradas y causar daños, en distintas áreas.

El 25% dijo gritar al enterarse de la infidelidad por parte de su pareja, gritar es levantar la voz, más de lo normal para expresar enfado o desaprobación, como forma de desahogo y enojo ante el hecho de infidelidad, ya sea pidiendo respuestas al cuestionar a la pareja tratando de buscar, las causas que originaron la infidelidad, estas pueden ser diversas, es más fácil que las personas se sientan atraídas hacia personas que realizan el mismo tipo de actividad o comparten gustos similares que hacia aquellas personas con quienes no tienen los mismos marcos de referencia, el hecho está en que la mujer busca una y miles de explicaciones.

Un 20% de la misma muestra, corresponde a ninguna reacción conductual provocada al enterarse de la infidelidad de su pareja, en este punto es importante aclarar que quizás, este sea un mecanismo de defensa ya que es un suceso a veces un tanto traumático y difícil de aceptar por parte de la mujer, valorando el temperamento de la persona, en este caso se toma en cuenta la **represión** que es un concepto central del [psicoanálisis](#) y que designa el mecanismo o proceso psíquico del cual se sirve un sujeto para rechazar representaciones, ideas, pensamientos, recuerdos o deseos y mantenerlos en el [inconsciente](#). Este podría ser ya que la mujer rechaza el hecho de que le fueron infiel, no lo acepta aunque inconscientemente sabe que es realidad; otro mecanismo que podría darse en este caso es la **negación** al ser un mecanismo en el cual se rechazan aquellos aspectos de la realidad que se consideran desagradables, el individuo se enfrenta a conflictos emocionales y amenazas de origen interno o externo negándose a reconocer algunos aspectos dolorosos de la realidad externa o de las experiencias subjetivas que son manifiestos

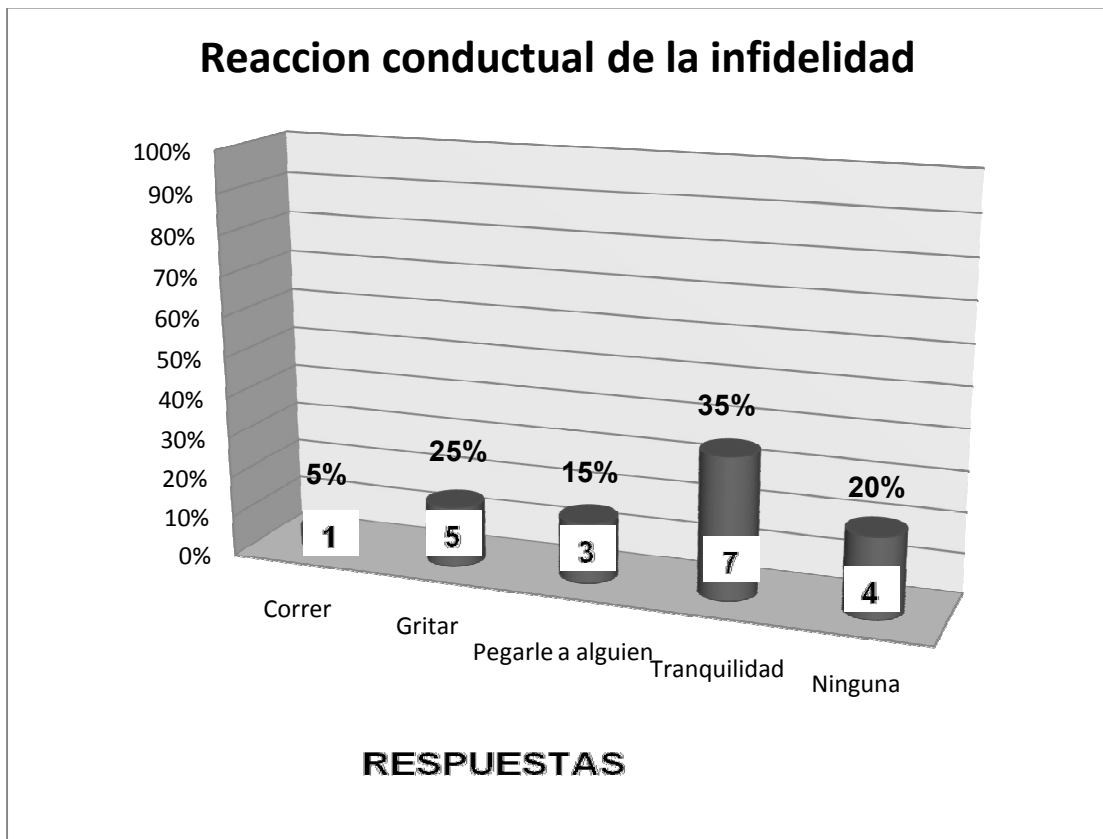
para los demás. No se da por hecho estos mecanismos pero podrían ser una respuesta al obtener que 4 personas encuestadas no tuvieran ninguna reacción conductual.

Otro 15% dijo reaccionar pegándole a alguien, ya que en las relaciones de pareja, igual que todo tipo de relación contiene cargas ambivalentes de amor y odio, en donde, de acuerdo con la teoría kleiniana, se van proyectando e introyectando partes del objeto bueno/malo, de manera dialéctica, es decir continua e ininterrumpidamente. En este caso la reacción de pegar pudiera darse hacia los hijos como una forma de liberación y canalización de la emoción, en otro caso podría agredirse directamente a la pareja.

Un 5% que corresponde a 1 persona dijo tener como reacción conductual correr, que es la manera más rápida de desplazamiento a pie de un animal o de una persona, este ejercicio estimula la agilidad, pone más resistencia a la fatiga y mejora el equilibrio mental, una de las cualidades que más buscan hoy las personas, al correr el cuerpo genera endorfinas, esta sustancia conocida como "la hormona de la felicidad" actúa como neurotransmisor que logra inhibir la transmisión del dolor, estas cualidades podrían ser motivo por el cual se opta por correr, ya que de cierta manera se genera estrés y sentimientos encontrados donde al ejercitarse se libera gran cantidad de disgustos, liberando la mente.



Resultados gráficos obtenidos de la información antes mencionada



- 4) Reacciones conductuales referente a la infidelidad maniestadas por las mujeres del DIF de primer instancia al enterarse de la infidelidad de sus parejas.



#### 4.1.5 Influencia psicológica de la infidelidad

Para una infidelidad pueden existir mil y una razones, o ninguna, algunas infidelidades son perdurables y otras duran dos minutos, hay infidelidades físicas y otras son puramente mentales, una infidelidad perdurable y puramente mental suele ser mucho más peligrosa que una infidelidad física que dura dos minutos, pero todas las infidelidades son fruto de dos razones principales la sensación que algo nos falta o un simple aburrimiento. De acuerdo a esto en la infidelidad es causante de síntomas negativos como lo es la ansiedad, depresión y culpabilidad entre otros más, causando en algunos casos traumas en la persona que está pasando por una infidelidad dejando este una herida, una marca, una brecha que rompe y desorganiza la integridad del ser e impide el desarrollo sano de la propia existencia en algunos casos.

El 40% dijo presentar depresión , que en términos coloquiales se presenta como un estado de abatimiento e infelicidad que puede ser transitorio o permanente, el término médico hace referencia a un síndrome o conjunto de síntomas que afectan principalmente a la esfera afectiva: la tristeza patológica, el decaimiento, la irritabilidad o un trastorno del humor que puede disminuir el rendimiento en el trabajo o limitar la actividad vital habitual, independientemente de que su causa sea conocida o desconocida. La depresión es común en el caso de la infidelidad habiendo este obtenido el mayor número de respuestas, la infidelidad es causante de un dolor profundo y severo en donde la mujer se ve afectada emocionalmente cayendo en un estado de depresión, teniendo dificultad para concentrarse y para tomar decisiones.

Un 30% respondió sentir baja autoestima, definiéndose primeramente la autoestima como la valoración e idea que se tiene de uno mismo. De lo contrario la baja autoestima se caracteriza por:

- Inseguridad acerca de quién es y falta de confianza en uno mismo.
- Problemas de intimidad en relaciones.
- Esconder los verdaderos sentimientos.
- Inhabilidad de premiarse a uno mismo por los logros.
- Inhabilidad de perdonarse a uno mismo y a los demás.
- Miedo al cambio.

La baja autoestima en este caso es ocasionada por la infidelidad, el hombre pone en juego el valor de la pareja, ya que ante una infidelidad, se plantean dudas sobre su propia feminidad y se identifica a “la otra” como alguien más sexy, más bonita o mejor mujer que una misma.

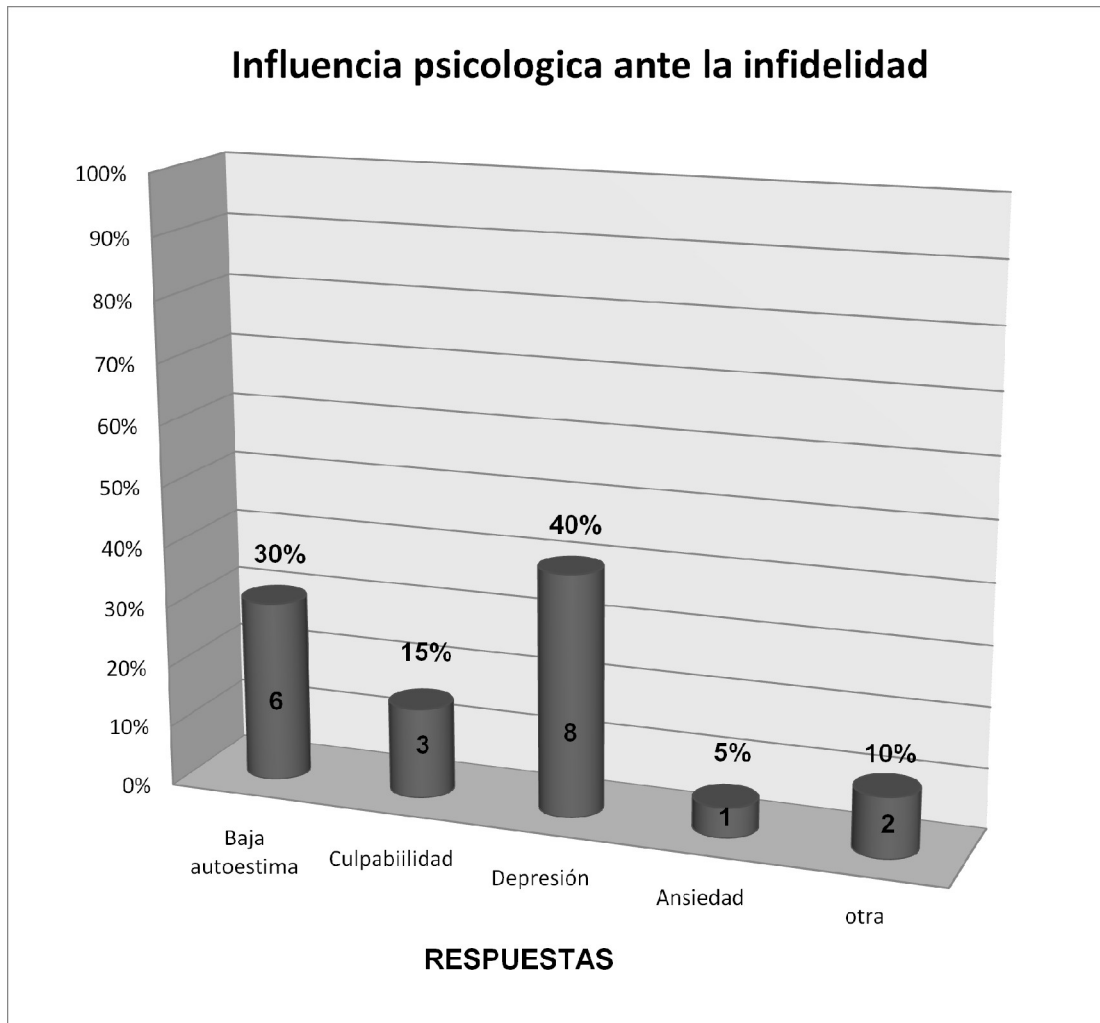
Otro 15% dijo influirle la infidelidad a manera de culpabilidad, ya que la mujer se pregunta una y otra vez en que fallo, que hizo mal, para ocasionar la infidelidad, en este caso se puede mencionar que entra la baja autoestima la falta de valoración ya que como se ha mencionado con anterioridad la infidelidad es producto quizás de diversos motivos como por ejemplo: vacío, búsqueda de nuevas experiencias, la monotonía, miedo a perder la libertad, una vida sexual deficiente, entre otras, se dice que una buena comunicación evita la infidelidad, el hecho esta en tenerla, de cierta forma la infidelidad es culpa de quien la realiza. Aun así la mujer se siente culpable por la infidelidad que le han cometido, el sentimiento de culpa es una de las principales consecuencias, la culpa la siente tanto el miembro de la pareja que ha sido infiel como el engañado, ya que este último se culpa por no haber sabido retener a su lado al cónyuge, también siente culpa el tercero.

El 5% dijo presentar ansiedad este se trata de un estado de agitación, inquietud, o zozobra del ánimo, es probable que se sienta ansiedad por conocer los motivos, las circunstancias y demás razones de la infidelidad, como también el hecho de no saber qué postura o decisión tomar ante tal hecho.

Sobresalir esto podría interpretarse en demostrar que la infidelidad no fue, ni será motivo para estar deprimido, ni para dejarse caer, ya que al sobresalir se entiende que es destacar y distinguirse entre otros demostrando así una actitud positiva ante la traición.

No presentar ninguna influencia psicológica, podría ser un mecanismo de defensa ya que quien vive la experiencia de una infidelidad experimenta diversas emociones.

Se presentan los resultados en la siguiente gráfica de los porcentajes anteriores



5) Nivel psicológico en el cual influyó la infidelidad.

#### 4.1.6 Reacción emocional de la infidelidad

Las emociones son fenómenos psicofisiológicos que representan modos de adaptación a ciertos estímulos ambientales o de uno mismo.

Psicológicamente, las emociones alteran la atención, hacen subir de rango ciertas conductas en la jerarquía de respuestas del individuo y activan redes asociativas relevantes en la memoria. Fisiológicamente, las emociones organizan rápidamente las respuestas de distintos sistemas biológicos, incluyendo expresiones faciales, músculos, voz, SNC y sistema endocrino, a fin de establecer un medio interno óptimo para el comportamiento más efectivo.

Conductualmente, las emociones sirven para establecer posiciones con respecto a el entorno, impulsando hacia ciertas personas, objetos, acciones, ideas y alejando a otras, las emociones actúan también como depósito de influencias innatas y aprendidas, poseyendo ciertas características invariables y otras que muestran cierta variación entre individuos, grupos y culturas.

Como se ha mencionado en la infidelidad se experimentan un sin número de emociones que van desde los celos, la ira, la tristeza, la rabia, y posteriormente la depresión, la persona víctima de la infidelidad no puede dejar de sentir emociones cuando se entera, y estas emociones no son nada agradables, aunque el matrimonio

sea un compromiso no solo de amor, de sexualidad, de economía, de formación de familia, de procrear hijos etc. se rompe fácilmente cuando hay infidelidad, sobre todo la sorpresa y las emociones son mas grandes cuando no había ningún signo de ruptura matrimonial, cuando todo marchaba sobre ruedas, y de repente, se sabe que no era todo color de rosa, que el acontecimiento no previsto llegó y ocasionó mucho malestar y resentimiento.

De acuerdo a los datos obtenidos se muestra lo siguiente:

El 40% respondió que su primer reacción emocional ante la infidelidad fue el de investigar ya que ante una infidelidad, se plantean dudas en cuanto al aspecto físico de la persona por la cual se fue infiel, dudas respecto a los posibles errores que se cometió durante la relación, sobre la propia feminidad, se llega a sentir la persona engañada como alguien sin importancia, fea, obesa, y sin ningún atractivo.

Cuando la pareja es infiel, son muchas las preguntas que dan vueltas en la cabeza de una mujer, algunas de ellas relacionadas con esa tercera persona hacia la que el cónyuge dirige su deseo, ¿qué tendrá ella para qué él la desee? ¿Por qué la engaño? algunas explicaciones rápidas se refieren a que la otra puede ser una chica sexy, que va a la moda, de esas que gustan a los hombres. La moda es una expresión que refleja gustos culturales, vehicula tendencias y propone a la mujer aquello que, según el tiempo en que se vive, se identifica con su feminidad. La mujer se cuestiona una y otra vez el por qué de la infidelidad, y trata de investigar todo lo relacionado con el hecho, desde el nombre de la persona, hasta el principio de la relación extramarital.

Un 25% respondió que aceptan el hecho en sí; aceptar es recibir voluntariamente una cosa, admitir un hecho que como bien es la infidelidad, esto no

quiere decir que se justifique más que nada la aceptación, se sustenta de dos valores humanos que son vitales en las relaciones, como lo son "La tolerancia" y "La comprensión". Aceptar el hecho como tal es de personas inteligentes y maduras, aunque esto no quiera decir que se perdone o se pase por alto la traición.

El 20% contesto racionalizar, esto es la sustitución de una razón inaceptable pero real, por otra aceptable, es un mecanismo de defensa que consiste en no justificar las acciones (generalmente las del propio [vecino](#)) de tal manera que eviten la [censura](#). Se tiende a dar con ello una "explicación lógica" a los sentimientos, pensamientos o conductas que de otro modo provocarían [ansiedad](#) o sentimientos de [inferioridad](#) o de [culpa](#); de este modo una racionalización es transformar en pseudo razonable algo que puede facilitar actitudes negativas ya sean para el propio sujeto o para su prójimo. Como en el caso de la infidelidad se racionaliza no justificando la traición, si no dándole motivos o circunstancias por las cuales sucedió.

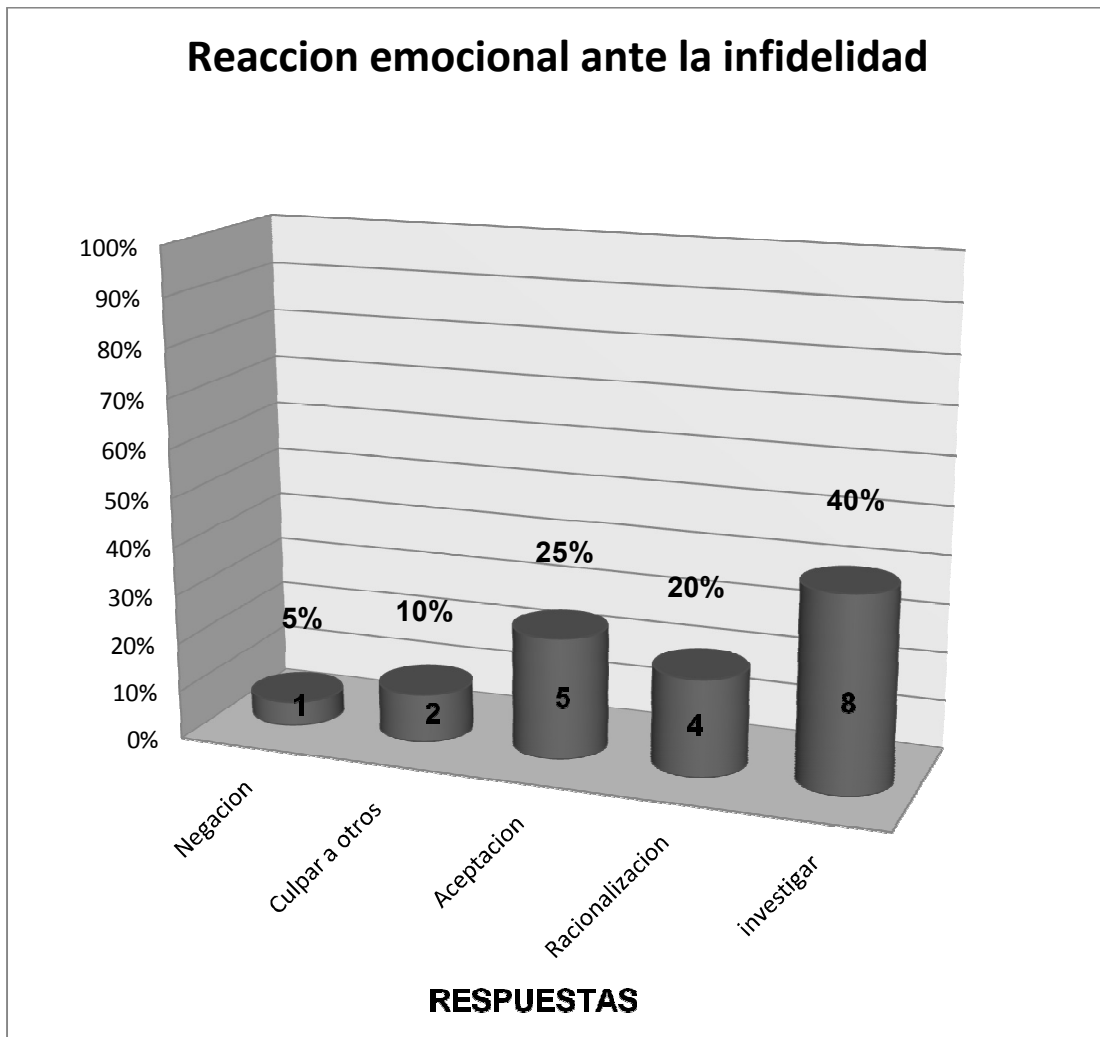
Otro 10% dijo reaccionar culpando a otros, ya sean amigos, familiares, e incluso a los propios hijos se llega a culpar excusando que, por el tiempo dedicado se descuida a la pareja lo cierto es que la persona infiel es el único culpable ante una infidelidad.

El 5% manifestó reaccionar negando el hecho de la infidelidad como tal; la negación es un [mecanismo de defensa](#) que consiste en enfrentarse a los conflictos negando su existencia o su relación o relevancia con el sujeto, se rechazan aquellos aspectos de la realidad que se consideran desagradables. Ya que la infidelidad es vivida como una de las peores traiciones que enfrenta la pareja, la mujer se niega a

aceptar el hecho y a creer que es mentira en una reacción de protección y bienestar mismo.



Se muestran los resultados en la grafica



6) Reacción emocional experimentada durante la infidelidad por las mujeres del DIF.

#### 4.1.7 Relación con el sexo opuesto a partir de la experiencia

Cuando la pareja atraviesa una etapa de crisis en la cual se cae en la infidelidad son muchos los aspectos que sufren una alteración importante que van a cambiar el curso de la relación de pareja.

El 35% dijo reaccionar normal, esto depende de la ideología, sentimientos y la infidelidad en sí, conociendo en qué contexto sucedió, el hecho está en que no deja de ser una infidelidad, normal se refiere a algo que se encuentra en su estado natural o que sirve de norma o regla, aun que este término podría ser subjetivo ya que normal puede ser diferente para cada individuo, es decir cada persona puede tener diferentes parámetros de la normalidad.

Un 30% dijo relacionarse con el sexo opuesto rechazando a la pareja, ya que en un principio la mujer cree que todos los hombres son iguales, y no está abierta a nuevas relaciones sentimentales, el rechazar al sexo opuesto se pone en manifiesto que la infidelidad fue dolorosa y algo traumática, la mujer rechaza desde primera instancia a la pareja y de forma indiferente.

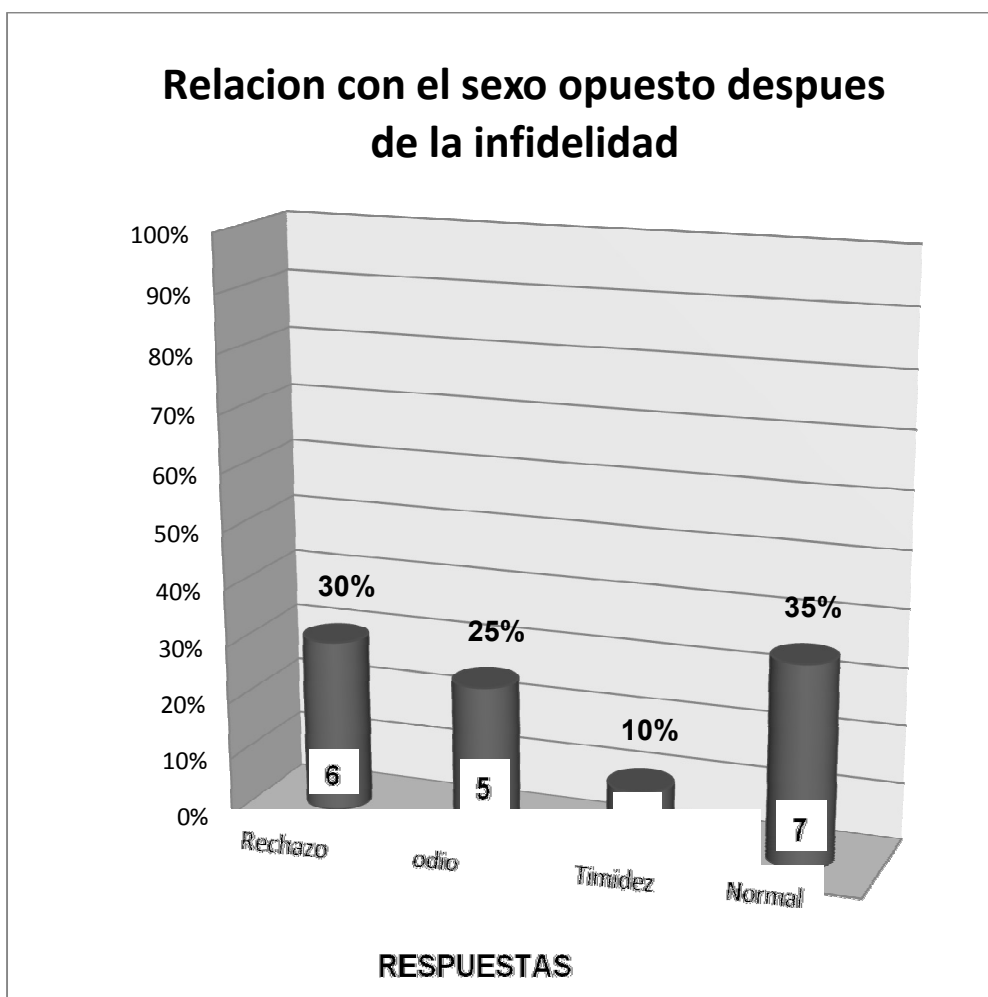
El 25% dijo relacionarse con odio hacia el sexo opuesto, apegándonos a la teoría de los impulsos de vida y muerte, y considerando que actualmente el matrimonio en el país, es más o menos voluntario, se ve así que en la unión (instinto de vida) está ya dada su muerte (thanatos) o separación por medio de toda la gama

de conductas agresivas y destructivas, esto, evidentemente, replantea el concepto vulgar y común de amor en donde se utilizan patrones maniqueístas que hablan de una pureza y de una eternidad que en el hombre no pueden darse, dada su condición finita, cuando ocurre una infidelidad es como si se pateara al amor que se ha brindado a la pareja y esto hace que el amor se resienta, en muchos casos el amor se convierte en odio, en otros tantos el amor hacia la pareja se disminuye y empieza a pagarse, es un trabajo constante el que puede hacer que la llama de amor se vuelva a encender y es una decisión de la persona infiel recuperarlo o no.

El 10% dijo reaccionar al sexo opuesto con timidez, este es uno de los estados más complicados que afecta el universo de las relaciones personales en su normalidad. Se le considera una pauta comportamental limitadora del desarrollo social de quienes la experimentan, en las diversas áreas de su realidad cotidiana.



A continuación se presentan los resultados en la gráfica



7) Relación con las personas del sexo opuesto apartir de la experiencia.

#### 4.1.8 Manifestación a nivel social de las emociones experimentadas

La emoción tiene dos componentes: uno es la sensación subjetiva que se siente en el interior, el otro componente es la manifestación externa de la emoción, de igual forma las emociones son funciones biológicas del sistema nervioso que han evolucionado como respuestas fisiológicas y conductuales especializadas para la supervivencia, por tanto son respuestas adaptativas, filogenéticamente antiguas e inconscientes, además son estados coordinados por la homeostasis y el entorno social, (regulan la conducta social).

La capacidad para expresar y reconocer expresiones es fundamental para la cognición social, el lenguaje es básico para regular la conducta social pero las emociones lo son aun más.

Cuando se trata de entender la conducta de una sociedad y, por definición, la conducta de los individuos que la conforman, es imprescindible hacer referencia al concepto de adaptación, es evidente que, en la sociedad actual, la adaptación ya no tiene las connotaciones drásticas de vida o muerte, tal como propusiera la orientación evolucionista, sin embargo, es necesaria la adaptación sistemática a las condiciones cambiantes que impone el medio ambiente, en muchas ocasiones se aprecia cómo las personas se ven sometidas a una excesiva presión o exigencia para la que no poseen una respuesta apropiada, adaptativa, en estas ocasiones se produce la respuesta más ancestral que posee el bagaje genético: la excesiva intensidad emocional.

Así, las presiones del exterior y/o del interior, las emociones negativas crónicas y los pobres recursos disponibles para enfrentarse a todo tipo de demandas producen un desequilibrio interno que incrementa la probabilidad de sufrir trastornos de diversa índole.

Mientras que las emociones positivas parecen jugar el papel de mantener o recuperar el equilibrio en un organismo, preservando su salud, las emociones negativas parecen afectar desfavorablemente de diferentes modos, así, las emociones negativas pueden actuar como desencadenantes o coadyuvantes en el desarrollo de enfermedades; también pueden ser las responsables de las fases de crisis o agravamiento; pueden ser las responsables de la recaída o recurrencia en diversos trastornos; y, por último, las emociones negativas a su vez también pueden aparecer como consecuencia de las enfermedades, siendo, por lo tanto, responsables de la calidad de vida de las personas enfermas. Las emociones nos preparan para un enfrentamiento y también tienen una función social, por tanto es algo innato.

De acuerdo al cuestionario aplicado se obtuvieron los siguientes resultados:

El 45% dijo a nivel emocional manifestarse normal, las emociones son importantes en la determinación de los motivos y la infidelidad es uno muy grande por el cual la mujer experimenta emociones tanto negativas, como positivas ya que no está exenta a ninguno de los dos tipos en esta experiencia, en este caso se define que a nivel social se presenta normal como se ha desarrollado en la sociedad desde antes del la traición y la ruptura del compromiso del matrimonio, normal se considera que no influye la infidelidad para cambiar las emociones ocasionadas en el momento de experimentarlas.

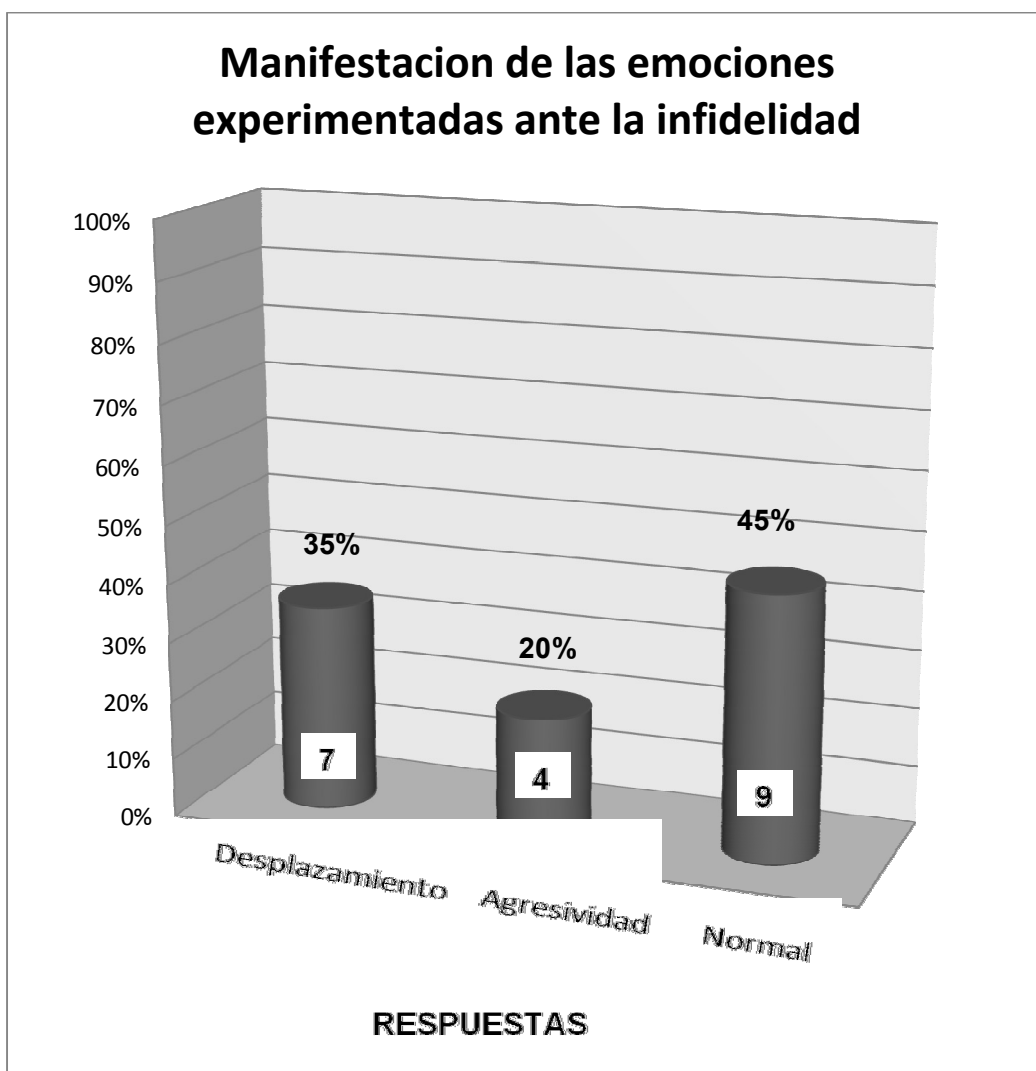
Un 35% dijo desplazar las emociones en la sociedad, desplazar consiste en desarrollar la energía agresiva o de frustración trasladándola de una manera inconsciente hacia un objeto, persona o animal que de alguna manera se puede controlar y se sabe que no va a reclamar. En este caso se tiene cierto coraje a la pareja o hacia uno mismo, quizás por diversas circunstancias no se puede enfrentar a la pareja, entonces es más fácil agredir a otra persona, de forma verbal o con acciones, ya que al ver los amigos, la familia, conocidos a una persona deprimida, angustiada, enojada suelen darle el apoyo necesario para sacarla adelante.

En relación al desplazamiento, un 20% manifestó agresividad, en relación con lo anterior es un hecho que la persona traicionada, descarga sus emociones negativamente, ya sea a terceras personas o a la pareja en sí, Cuando la mujer se entera de, o se le confiesa, la infidelidad, no existen fórmulas para enfrentar en calma la crisis que resultará, ni razones válidas que sirvan como excusa, los efectos son devastadores, resultando en un choque emocional muy fuerte y doloroso, la traición menoscaba la confianza y la seguridad que de antes se sentía entre ambos, ataca la autoestima y hace que alguien se sienta inferior, aunque, a veces, se siga sintiendo un gran apego emocional hacia el inculpado.

La pareja engañada atraviesa por diferentes fases que van desde la indiferencia hasta la furia, su reacción suele estar cargada de hostilidad, pudiendo devolver la infidelidad o teniendo conductas infieles; la persona asimismo se vuelve desconfiada y persigue cualquier pista que le asegure que la infidelidad terminó. A menudo se compara con la amante en todo y a veces se busca personalmente, simplemente para conocerla y/ o para establecer comparaciones muy tristes, siendo la agresividad la emoción más destacada dentro de la infidelidad en primera instancia.



Se muestran los resultados en la gráfica



8) Manifestación social de las emociones experimentadas.

#### 4.1.9 Áreas afectadas apartir de la infidelidad

La Infidelidad, es una de las alternativas más frecuentes que las personas de estos tiempos están buscando para darle soluciones a muchas de sus carencias en el matrimonio.

Cuando se traiciona al conyugue, se está realmente destruyendo uno mismo, y quitándose oportunidad de ser feliz, y aun de volver a soñar con ser feliz alguna vez en la vida, y no solamente dejándole un área por llenar, sino que lo deja completamente vacío, desilusionado, sin esperanza, sin ánimo, confundido, y en medio de un caos total.

Es egoísta que el infiel, trate de llenar un área de su vida, en la cual no se siente completamente lleno con su pareja, y recurra a traicionarla, sabiendo que es más grave y más hondo el profundo abismo al que la enviara, que la pequeña necesidad que se verá llenar.

Se obtuvieron los siguientes resultados en la encuesta:

El 40% respondió que el área afectada en su caso fue la de convivencia; estudios e investigaciones han comprobado, desde la psicología a la fisiología, desde la sociología a la medicina, que la convivencia es uno de los factores más

trascendentes, no sólo para el bienestar y la felicidad, sino para el sostén de la salud total, ya que la convivencia es una forma de vivir que se debe escoger desde muy joven, para la convivencia positiva es necesario el respeto, el amor, entre otros, se debe tolerar las costumbres de otras personas.

El ser humano, tiene dos necesidades sociales básicas: la necesidad de una relación íntima, estrecha con un padre o un cónyuge y la necesidad de sentirse parte de una comunidad cercana e interesada por él; se es fundamentalmente animal grupal y el bienestar es mucho mayor cuando se encuentra en un ambiente armónico, en el cual se vive en estrecha comunión.

El ser humano tiene muchos cambios de conducta que perjudican a la familia humana y perjudican también la convivencia humana, y al perjudicar la convivencia pone en peligro la sobrevivencia de la especie humana, y estos cambios de conducta se deben a que se podría pensar bien, pero piensan mal al pensar mal se actúa mal, se piensan egoístamente .

Los problemas de convivencia son hasta hoy los más graves que sufren los integrantes de la especie humana; ya sea por problemas familiares o por problemas en la conducta de cada individuo.

El 25% dijo afectar su vida sexual; la sexualidad humana se define como "Un aspecto central del ser humano, presente a lo largo de su vida, abarca al sexo, las identidades y los papeles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual, se vive y se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, prácticas, papeles y

relaciones interpersonales, puede incluir todas estas dimensiones, no obstante, no todas ellas se viven o se expresan siempre, la sexualidad está influida por la interacción de factores biológicos, psicológicos, sociales, económicos, políticos, culturales, éticos, legales, históricos, religiosos y espirituales; al presentarse una infidelidad hay cambios en todos estos factores ya que las emociones son diversas, por lo que la persona, evita a toda costa el contacto con la pareja y existe cierto rechazo.

Otro 25% dijo ser afectada su vida familiar; la familia es un grupo de personas unidas por vínculos de parentesco, ya sea consanguíneo, por matrimonio o adopción que viven juntos por un período indefinido de tiempo, constituye la unidad básica de la sociedad.

Se considera a la familia como un organismo en constante cambio influido por el ambiente y que atraviesa diferentes etapas del ciclo vital, en donde cada miembro está expuesto a modificaciones de roles y patrones para encontrar equilibrio en el sistema, la infidelidad indudablemente no es una experiencia positiva en la vida de nadie, ya que si se percibe como una experiencia dolorosa para los padres, también será vivido así por los hijos, y sucede que pueden ocurrir básicamente dos situaciones a futuro: que los hijos sientan que la fidelidad no es algo tan importante que haya que cuidar a toda costa y en sus futuras relaciones de pareja también tiendan a cometer (o a aceptar de parte del otro) infidelidad; o que sea tan doloroso y/o hasta traumático el recuerdo de lo vivido por sus padres, que no quieran bajo ningún motivo vivir en carne propia la experiencia, por lo que incluso pueden llegar a desarrollar rechazo a los compromisos por temor al fracaso en sus relaciones de pareja.

Lo importante siempre es mantener en vista que los niños son víctimas inocentes y nunca culpables por los problemas que puedan estar atravesando los

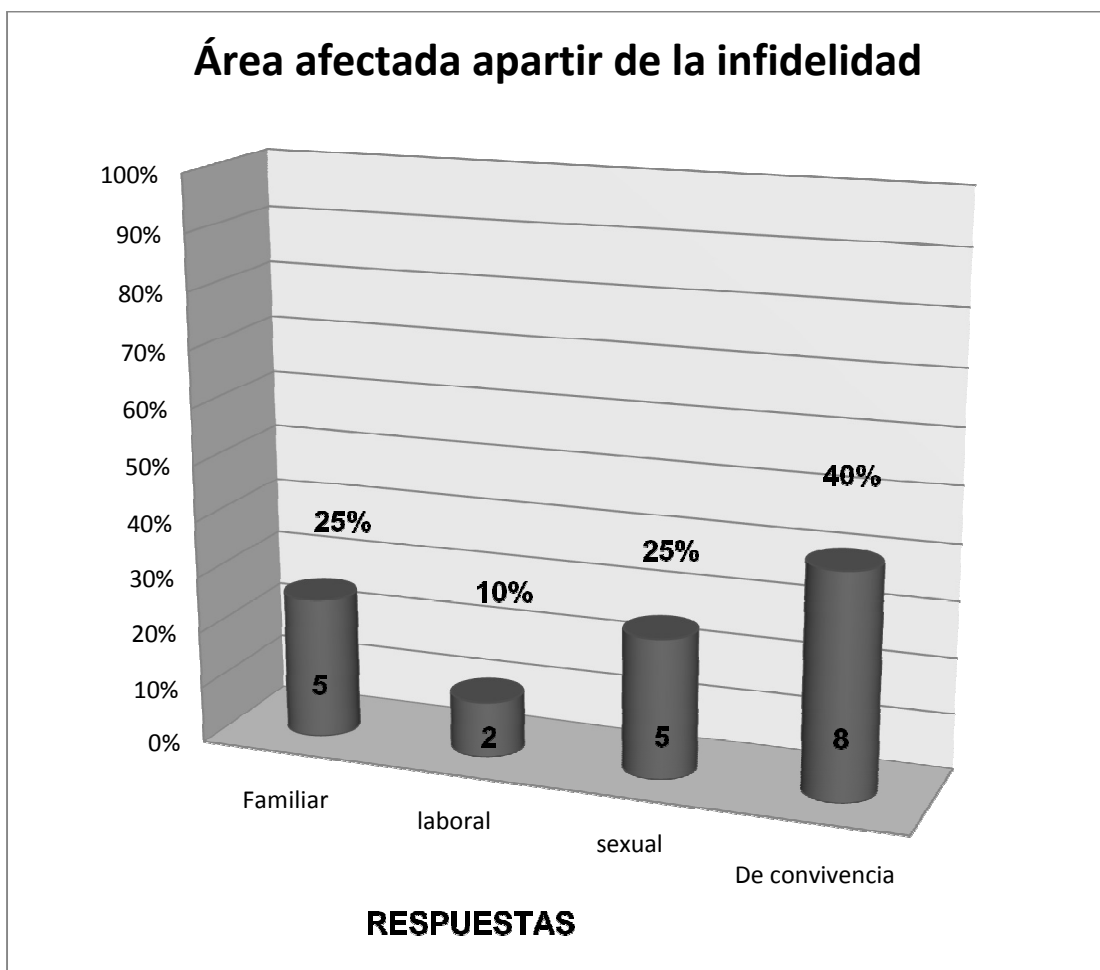
padres, pese a que tal vez las diferencias entre éstos sean originadas justamente por temas relacionados con los hijos, son los adultos los llamados siempre a intentar buscar la mejor solución posible a las dificultades, sean o no por infidelidad u otra causa.

En este caso este puede ser un factor importante en el área familiar, ya que la persona afectada puede llegar a tener problemas con los hijos si es que se tienen, o con la familia de la pareja, por diversos motivos referentes a la infidelidad, incluso por vergüenza ya que la infidelidad es una traición dolorosa que no es fácil de asimilar en muchas personas.

El 10% dijo que el área que se vio afectada en su vida después de la infidelidad fue el área laboral; siendo éste es una de las principales actividades humanas y sociales, implica muchas habilidades y destreza que tienen que desarrollarse día a día por lo que al experimentar una infidelidad, las emociones y los ánimos son negativos, el cuerpo se siente sin energía e incluso la persona se puede presentar deprimida, a lo cual esto puede ocasionar distraimiento y errores en el trabajo, ya que se requiere de la atención debida y del entusiasmo para sacar el trabajo al cien, en otro aspecto podría darse el caso que la infidelidad ocurrió dentro del área laboral, y esto no permitir seguir en el mismo lugar por lo que se afectaría por completo el trabajo y la persona en sí.



Se muestran los porcentajes en la siguiente gráfica



9) Porcentaje en áreas afectadas a consecuencia de la infidelidad.



#### 4.1.1.0 Manifestación de emociones

En el ser humano la experiencia de una emoción generalmente involucra un conjunto de cogniciones, [actitudes](#) y creencias sobre el mundo que utilizamos para valorar una situación concreta y, por tanto influye en el modo en el cual se percibe dicha situación.

Las [emociones](#) se han estudiado, principalmente, por el papel adaptativo que han jugado a través de la [evolución](#) del [hombre](#), gracias a las emociones se produce una activación que nos proporciona la energía necesaria para responder, rápidamente, a un estímulo que atente a nuestro bienestar físico o psicológico, permitiendo así, nuestra supervivencia, sin embargo, en los últimos años, se ha descubierto que las emociones pueden ser, también, perjudiciales para la [salud](#), influyendo en la contracción de ciertas [enfermedades](#), perdiendo, en este sentido, su [valor](#) adaptativo, finalmente se empieza a aceptar que disturbios psicológicos leves o intensos pueden causar enfermedades en el cuerpo.

El 50% dijo descargar sus emociones hablando, y hablar se entiende como expresar un pensamiento por medio de palabras. Se es sabido que Una infidelidad no significa necesariamente ruptura, en muchos casos, la pareja logra superar el trance basándose en perdón, promesas renovadas o nuevos compromisos, en otros casos la pareja se rompe indefectiblemente con el argumento de la imposibilidad de continuar confiando en la persona que faltó a sus votos o por temor a la repetición del

comportamiento, en otras situaciones la pareja retoma la relación hablando de lo sucedido, de los lazos rotos e incluso del futuro de la relación, se busca a los amigos (a) para conversar lo sucedido las emociones guardadas, y en otros casos se acude con especialistas buscando ayuda y respuestas a las infidelidad.

Un 40% dijo descargas su emoción ante la infidelidad llorando; derramar lágrimas en señal de dolor, tristeza, alegría o necesidad, permitirse llorar no es fácil, se ha educado para ser fuerte, ser árboles de pie ante las adversidades de la vida, sufrir la pérdida de ciertas cosas es inherente a la vida del ser humano, en el caso de la confianza, el respeto, el amor es difícil de aceptarse, los seres queridos muchas veces pueden ayudar a aliviar el dolor y a soportar las pérdidas, pero que sucede cuando son ellos los causantes de la nostalgia y la depresión, aun mas la persona se hunde en melancolía y llanto, llorar es una forma de expresión no solo negativa, también es saludable y permite expresar el sentimiento de dolor, provoca alivio y relaja; es un drenaje el cual se puede usar para exteriorizar un sentimiento, es por ésta razón que se debe dejar fluir el llanto sin interrupción, hasta que solo se detenga.

El 5% dijo descargar su emoción comiendo, ya que el comer produce y controla emociones, a partir de que se come algo que se desea se convierte, la comida se transforma en algo emotivo y no sólo físico.

Desde la más tierna infancia, la comida se utiliza para celebrar algo, calmarse, aliviar el aburrimiento o la depresión y consolarse en momentos de tristeza o angustia, es por esto que la mujer angustiada, preocupada, triste canaliza sus emociones hacia la comida.

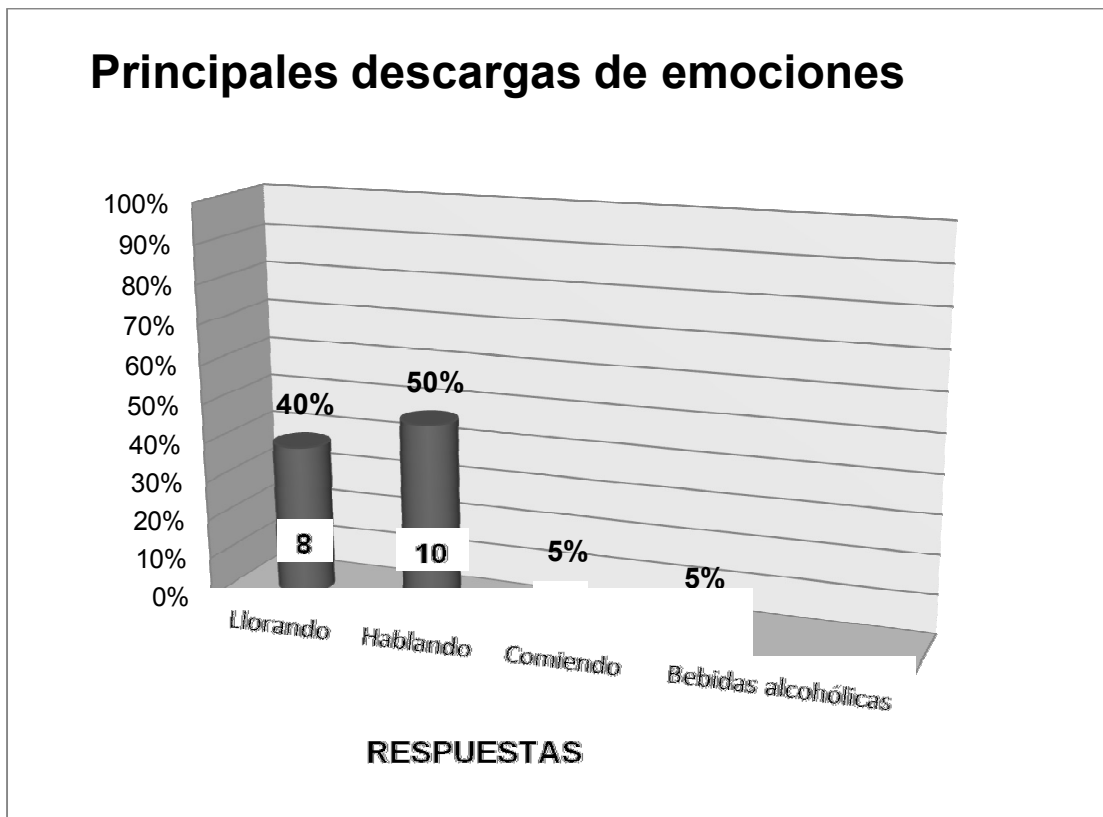
Otro 5% mencionó tomar bebidas alcohólicas como descarga de emociones, se toma para olvidar, el alcohol es una sustancia depresora del sistema nervioso central; además de tener efecto sobre el cerebro y variar algunas de sus funciones (coordinación, atención, memoria) el alcohol se utiliza como remedio para superar emociones molestas, el consumidor crónico de alcohol no intenta superar las circunstancias de vida problemáticas generadoras de estrés (por ejemplo, la separación), sino los estados emocionales negativos que de ello resultan (por ejemplo, la soledad, la amenaza que pesa sobre el sentimiento de autoestima).

El consumo de alcohol reduce la atención sobre uno mismo, las personas que se prestan a sí mismas una atención exagerada, reaccionan ante los fracasos con tremendas dudas sobre sí mismas, tienden a ver exclusivamente en sí mismos toda la culpa: lo he hecho todo mal, si yo fuera más interesante, más atractivo, más alegre, si tuviera más éxito, etc., nunca se hubiera habido una separación, ya que bajo la influencia del alcohol la percepción de uno mismo se reduce, la persona afectada puede (de forma pasajera) librarse de la valoración negativa que hace de sí mismo.

El alcohol, en reducidas cantidades, levanta el estado de ánimo, con un reducido consumo de alcohol se liberan las beta-endorfinas, estos son transmisores de recompensa del cerebro que causan sensación de euforia y reducen la vivencia del estrés, las personas con un estado de ánimo básico poco positivo intentan el mismo a base del alcohol.



Representación grafica de resultados



10) Descarga de emociones a consecuencia de la infidelidad en mujeres del DIF de Nanchital Ver.

#### 4.1.1.1 Reaccion emocional de la infidelidad

Las emociones son agitaciones del ánimo producidas por ideas, recuerdos, apetitos, deseos, sentimientos o pasiones, son estados afectivos de mayor o menor intensidad y de corta duración."Se manifiestan por una conmoción orgánica más o menos visible".

El 47% dijo resignarse ante la experiencia de infidelidad, la experiencia de frustración, además de ser dolorosa, es impulsora de crecimiento, hay personas que, como los chicos y adolescentes, no pueden soportar tal experiencia: quieren todo, ya, el adulto que está viviendo su edad y que ha asimilado las variadas lecciones que la vida enseña, ha aprendido a frustrarse, resignarse tiene que ver con un acto de sumisión, de mansedumbre, de ceder para no causar trastornos, para evitar discusiones o peleas, cuando uno se resigna no acepta que el deseo propio haya sido frustrado, la resignación siempre incluye enojo, bronca que puede transformarse en deseos de venganza: "ya van a saber quién soy", la persona resignada queda adherida al objeto perdido o jamás encontrado; no puede ni siquiera entrar en la etapa de duelo por ese objeto perdido, siempre se lo añora de una manera nostálgica.

"Nostalgia" es un profundo dolor (algia) por lo que no está, por lo que no pudo ser, por lo que ya fue y no sigue siendo (la niñez, los padres de la infancia, la juventud,

etc.) en esta condición, la energía de la persona queda estancada en ese objeto imposible, cuando ocurre una infidelidad en ocasiones el lo único que sensato que se puede hacer es resignarse y tomar una buena decisión ante ello.

El 18% dijo aislarse, esto significa dejar algo solo y separado de otras cosas, aislarse del la sociedad, de la pareja, podría ser una defensa hacia la pareja, ya que sumergida en la depresión, y la tristeza suele buscar un lugar, de tranquilidad.

Un 12% dijo enfermarse, esto podría deberse a una enfermedad psicosomática ya que las emociones y sentimientos negativos que no se pueden exteriorizar se manifestarán orgánicamente, una persona que sufre depresión por largo tiempo, tendrá debilitado su sistema inmunológico por lo que su organismo estará vulnerable a cualquier tipo de infección, desde una gripe hasta enfermedades de mayor gravedad, el estrés produce aumento en los niveles de colesterol, hipertensión arterial y hasta puede llegar a causar infartos y hemorragias cerebrales, las enfermedades psicosomáticas se manifiestan en el aparato digestivo como gastritis, úlceras, diarreas y colon irritable, entre otras, en la piel se encuentra dermatitis, psoriasis, urticarias, eccemas, caída de cabello.

En el aparato respiratorio se pueden manifestar con ataques de asma, bronquitis o tos, a nivel muscular son muy conocidas las contracturas cervicales y los dolores a nivel lumbar provocados por la ansiedad, son comunes las disfunciones sexuales de origen psicológico y las alteraciones en la menstruación, un trastorno psicosomático frecuente es el dolor de cabeza ante un problema de difícil solución, como sería el caso de infidelidad.

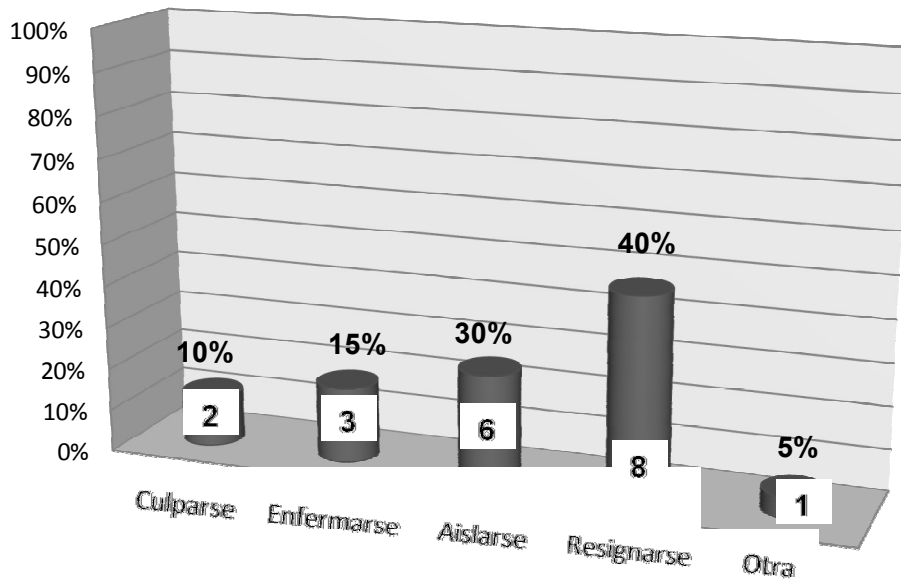
El 12% dijo sentirse culpable ante la infidelidad, por diversos motivos en ocasiones la persona que ha vivido la experiencia de una infidelidad se siente culpable, por la infidelidad de su pareja, la falta de comunicación, el estrés, generalmente se piensa que la persona infiel es la culpable, sin embargo la infidelidad es el resultado del la crisis de una pareja, este podría ser un motivo por el cual la mujer se siente culpable.

El 6% dijo participando, podría interpretarse participando en actividades comunes físicas o diarias, como lo es realizando ejercicio, participando en el trabajo, siendo más productiva, se interpreta como una forma positiva, para descargar las emociones experimentadas en la infidelidad.

Datos gráficos referentes a la información anterior



## Reaccion al No descargar las emociones ante la infidelidad



11) Reacciones indicadas al no descargar las emociones ante una infidelidad

## Conclusión

Con el paso del tiempo cambian las creencias, ideas, modos de pensar, y vivir, lo único que no se modifica es la vivencia de las emociones y los sentimientos; las

emociones son el auténtico motor de la felicidad o la desdicha, por eso es importante reconocer, conocer y manejarlas, pues de algún modo permitirá mejorar las relaciones interpersonales, la aceptación, autoestima y dará mejores elementos para relaciones más constructivas y provechosas.

La manifestación de la emociones y sentimientos, sirven de comunicación con el mundo exterior, dando como resultado la realidad del hombre con los demás, es así como él aprende de sí mismo, quién es, qué es capaz de hacer y cómo se puede adaptar el medio social en que vive y su influencia en la estructuración de su personalidad.

En la presente investigación se ha podido comprobar que las emociones no solo son el motor de la felicidad, sino de expresiones negativas, cuando estas, es decir las emociones, tienen origen en conductas poco morales como el engaño, la traición y en particular la infidelidad; objeto de este trabajo de investigación.

A lo largo de la historia, la mujer ha sido económicamente dependiente del hombre y ha cuidado directamente a los hijos, por lo tanto ha necesitado a un hombre que le dé la máxima seguridad, sin embargo, hoy la mujer del siglo XXI es económicamente independiente y tiene pocos hijos, por eso más que seguridad, busca admirar a una pareja competitiva, el hombre fracasado o sin iniciativa ya no responde a sus expectativas; es entonces cuando busca fuera y en muchas ocasiones lo encuentra en su lugar de trabajo.

Cuando se habla de la infidelidad, el pensamiento se transporta inmediatamente al hombre: se le acusa indiscriminadamente de ser el infiel en potencia aunque cabe

mencionar que este tema no es solo problema del hombre, ya que la mujer también es infiel, la gran diferencia es que ellas pueden actuar premeditadamente, una mujer casi siempre tiene en cuenta el daño a su pareja y su medio social, sobre todo "el qué dirán", frente a la posibilidad de tener una aventura y, antes de tenerla, sopesa fríamente los "pros" y los "contras"; una mujer es más cuidadosa en cuanto a infidelidad se trata ya que son muy discretas, no van alardeando por ahí, incluso lo ocultan a sus amistades más íntimas.

Por lo tanto la hipótesis de trabajo, expresada como: **Siempre que una mujer es sujeto de infidelidad, experimenta tristeza, rabia, celos y miedo, tendiendo a racionalizar, negar o proyectar estas emociones**, fue comprobada.

En lo referido a la diferenciación de las diversas expresiones de las emociones ocasionadas por la infidelidad en mujeres que acuden al proyecto PAMA del DIF de Nanchital Veracruz, se ha podido distinguir que las emociones más comunes en mujeres que han experimentado una infidelidad son:

- **Tristeza** es un sentimiento displacentero motivado por alguna adversidad de la vida, una de las emociones más naturales del ser humano y que lleva consigo una serie de manifestaciones físicas como lo es el llanto, el rostro abatido, la falta de apetito, etc. En la infidelidad este sentimiento es muy profundo ya que la persona se siente destruida ante el engaño, siente tanta tristeza por la infidelidad, producido por un decaimiento moral se siente triste al no ver las expectativas cumplidas esas que se construyen a lo largo del matrimonio junto con la pareja, y al verse inmiscuido en un engaño, la profunda tristeza se denota por las facciones de la cara y los actos de la persona.

- **rabia** que es una emoción caliente y pasional, es potencialmente peligrosa si no se sabe manejar ya que su propósito funcional es el de destruir las barreras en el ambiente provocando destrucción y daños innecesarios, es una respuesta natural y saludable igual al dolor, la frustración, las amenazas o la pérdida de algo/alguien, las mujeres que sufrieron una infidelidad experimentan esta emoción y el resultado puede significar que una persona defiende su reputación y aumente su habilidad para obtener recursos y sobrevivir ante las situaciones peligrosas o amenazantes como es la separación y la traición de su pareja.

- **Enojo**, siendo esta última la que mayor predominancia tiene de todas las respuestas, al reportarse para ella un 53% en los resultados del cuestionario, el enojo, es una emoción muy fuerte en el organismo, es una serie de sensaciones que llevan al descontrol e incluso a no pensar y actuar impulsivamente, hasta llegar a desconocerse a sí mismo por sus propias acciones, es una energía como cualquier otra, solo que está en el lugar inadecuado, o se exterioriza de un modo inapropiado, en el caso de la infidelidad se llega a salir de control hasta cometerse actos antisociales.

Quizás el enojo y la ira, más que cualquier otro elemento sean los defectos de la personalidad más difícil de reparar; algunas personas son más enojonas que otras, hay quienes sólo de vez en cuando lo hacen y quienes se hallan en permanente estado de enojo arruinando sus vidas (y haciendo miserable la de los demás).

Estas emociones tienden a ser expresadas de alguna manera, ya que la persona sufre trastornos fisiológicos significativos que afectan las vísceras, el sistema nervioso y en especial, la actividad cerebral, la sangre se agolpa, el corazón salta, la

garganta se anuda, la boca se seca, el sudor brota, las manos y las piernas tiemblan, por lo general, la persona iracunda sufre una contracción del rostro, acompañada de una mímica que manifiesta estupor y rabia a la vez, cuando habla aumenta el tono de la voz, esta conducta emocional, más comúnmente va acompañada de una tendencia exagerada a la gesticulación y en la mayoría de los casos, termina cuando se genera una respuesta violenta ante el estímulo que la provocó, y si bien estas manifestaciones tienden a salirse de control al presentarse una infidelidad.

En la tristeza el llanto es representativo, y la falta de apetito representa una de las manifestaciones fisiológicas, al experimentar una infidelidad el llanto es un indicador notable en esta emoción, por lo que la persona devastada por lo sucedido tiende a permanecer llorando la mayoría del tiempo, y buscando respuestas a sus dudas.

La emoción parece estar siempre con las personas y en cambio parece que hay una para cada situación y que cuando se siente muestra una serie de conductas apropiadas a esa emoción, las personas están continuamente conscientes de su experiencia emocional y estas sensaciones ejercen una fuerte influencia sobre la conducta, por lo general, las emociones son activadas internamente a través de la memoria y la imaginación.

Las emociones son fenómenos multidimensionales; son estados afectivos subjetivos, respuestas biológicas, reacciones fisiológicas que preparan al cuerpo para la acción adaptativa, también son funcionales y fenómenos sociales.

El impacto que puedan tener los acontecimientos vitales sobre la vida es, sin embargo, solo potencialmente aversivo; la manera en que una persona evalúa el sentido y el significado personal de un acontecimiento vital es de suma importancia, como es en el caso de una infidelidad, cada persona la experimenta de diferente modo y aun que suele haber similitudes nadie vive la infidelidad similar a otra persona ya que las emociones y sentimientos son diversos y distintos, el hecho de que una persona crea o no que pueda controlar este tipo de acontecimientos es importante a la hora de entender cómo los estresores potenciales afectan a las personas de forma psicológica y física, si algo problemático ocurre, entonces la evaluación de la persona de si puede o no afrontar adecuadamente el problema ,también es crucial.

Desde el punto de vista fisiológico, la emoción es una reacción principalmente biológica, las emociones son agentes que movilizan el cuerpo hacia una acción específica (como escaparse o luchar).

La emoción también facilita la adaptación del individuo al entorno social además de la adaptación del individuo a su entorno, comunican cómo se siente ante los demás, son mensajes potentes no verbales de comunicación, las expresiones emocionales regulan la manera en que los demás reaccionan ante uno, algunos investigadores proponen que las expresiones emocionales regulan la manera en que los demás responden a la persona que expresa.

Expresión de las emociones ocasionadas por la infidelidad:

- ❖ Baja autoestima
- ❖ Depresión

- ❖ Investigar
- ❖ Rechazo
- ❖ Normal (depresión)
- ❖ Desplazamiento
- ❖ Hablar
- ❖ Resignarse
- ❖ Llorar

La infidelidad, es uno de los mayores engaños que puede experimentar una persona, las emociones son diversas pero todas las mujeres llegan a presenciar las antes mencionadas, el amor y el odio está presente, y la barrera para cruzar es muy estrecha no solo en circunstancias negativas como lo es la infidelidad con lo cual se lastima a una persona, incluso afirmando que se ama sobre todas las cosas.

La infidelidad es uno de los tantos síntomas que enfrenta una pareja en crisis, y a veces, sin estarlo, es algo que no puede explicarse desde un punto de vista universal, cada caso es único y toda situación no es igual, es un tema sujeto a polémicas porque en éste confluyen infinidad de valores, actitudes, prejuicios y estereotipos.

Desde el punto de vista "patológico", esta conducta lo será, toda vez que sean conductas repetitivas y estereotipadas que impidan el desarrollo de la pareja y/o de cada uno de los cónyuges en su propia vida y en su relación, sin embargo, no hay que olvidar el hecho de que es incierto pretender hablar de la pareja o de la familia como el estado ideal, ya que existen personas que necesitan estar solas o que así pueden funcionar mejor, más que pretender hablar de la "crisis de la pareja" porque este tipo de conducta afecta a lo socialmente esperado, habría que concienciar a la población de que este tipo de procesos son comunes durante las crisis a las que toda vida está sujeta.

Respecto a la crisis de la pareja actual, que hay una incertidumbre acerca de lo que genéricamente el hombre debiera ser, pues éste se ha definido como lo opuesto a la mujer y al existir mujeres en lugares públicos (antes exclusivos de los hombres) son las mujeres, muchas veces, quienes sostienen a la familia, quienes ganan más, las de mayor escolaridad, las de mayor vida social, las de mayor empuje y las de mayor carácter, entonces la fuerte imagen del hombre preocupado por la vida pública y por realizar "las labores más importantes" se ve debilitada.

Sin embargo, hay que ver a la pareja como un sistema, en el cual de no cubrir las necesidades de sus miembros en el plano sexual, económico, de roles, de comunicación, y con los hijos, podrá darse algún tipo de relación extramarital que ponga su vida en peligro, pero, si a la inversa, se ve a la infidelidad como causa de una ruptura, se pierde de vista a la pareja como totalidad, porque la no satisfacción de los miembros puede traer como consecuencia no sólo la infidelidad, sino también la rigidez de los roles, la falta de comunicación, y lo más dañino, la violencia familiar.



Finalmente, como ya se mencionó, en la elección de compañero operan no sólo factores conscientes y amorosos, sino también causas inconscientes y factores externos, los cuales influyen de manera efectiva en la decisión de hacer vida en común; la cual no siempre puede ser tomada cuando la persona se haya consolidado como persona adulta y madura en toda la extensión de la palabra.

## PROPUESTA TERAPEUTICA

Es por esto que de acuerdo a los datos obtenidos en el presente trabajo que evidencia los rasgos emocionales, conductuales, psicológicos y fisiológicos presentados anteriormente, con base en las posibles consecuencias se lleva a plantear necesariamente la psicoterapia y se sugiere lo siguiente:

- Recibir psicoterapia en sus diferentes enfoques y según las necesidades de cada mujer, por ejemplo.
  - Terapia emotivo-racional: esta terapia es recomendada ya que en el funcionamiento humano existen tres aspectos psicológicos principales: pensamientos, sentimientos y conductas, estos tres aspectos están interrelacionados, de modo que los cambios en uno producen cambios en otro, si las personas cambian el modo en que piensan acerca de las cosas, el mundo o sí mismas, sentirán de modo diferente y se comportarán de diferente manera, ya que esta trata, con las causas de las emociones humanas. Básicamente, la terapia racional emotiva propone un cambio de tipo filosófico en la forma de pensar de las

personas para comenzar a vivir una vida más plena y feliz, aunque suena sencillo, esto se consigue solamente con la práctica, el empeño y el trabajo individual, no de forma mágica, algunas sugerencias se ofrecen en el debate de creencias.

- Terapia de pareja que en su caso ayuda a funcionar mejor e incluso superar los posibles problemas que se presenten. Las parejas que acuden a consulta suelen encontrarse en situación de crisis y están cargadas de dolor y desilusión; las parejas que aceptan la terapia conjunta tienen en un gran número de casos, esperanza de solucionar la situación, y es probable que esta se proyecte en la propia terapia, aceptar la ayuda profesional por ambas partes conlleva la posibilidad de conseguir los objetivos en la terapia de pareja:
- Proporcionar alivio a los sentimientos debilitantes y de indefensión engendrados por el conflicto duradero y no resuelto entre los miembros de la pareja.
- Poner de manifiesto la individualidad de cada miembro de la pareja, de forma que cada uno reconozca y manifieste con sinceridad sus sentimientos y necesidades, distinguiendo en qué grado son ellos mismos o la pareja los responsables de las dificultades.
- Liberar a las parejas de las interacciones dolorosas e infructuosas para que puedan vivir juntos más felizmente; o, por otra parte, para permitir la ruptura de la relación, si la encuentran intolerable o imposible de resolver.

- El propósito de la intervención de la terapia de pareja no es la permanencia de la relación a toda costa, sino el restablecimiento de la posibilidad de elección por parte de la pareja.
- Que la relación de parejas ha de basarse en un intercambio de conductas mutuamente gratificantes.
- Terapia Gestal, que se enfoca más en los procesos que en los contenidos, pone énfasis sobre lo que está sucediendo, se está pensando y sintiendo en el momento, por encima de lo que fue, pudo haber sido, podría ser o debería estar sucediendo, utiliza el método del darse cuenta ("awareness") predominando el percibir, sentir y actuar, el cliente aprende a hacerse más consciente de lo que hace, de este modo, va desarrollando su habilidad para aceptarse y para experimentar el "aquí y ahora" sin tanta interferencia de las respuestas fijadas del pasado.
- Terapia conductual ya que es un conjunto de métodos de tratamiento psicológico basados en el aprendizaje y dirigidos a sustituir las conductas inadecuadas por otras más adaptadas, el objetivo último de esta terapia es la modificación de conducta.
- Acudir a grupos de apoyo, en los grupos de apoyo se reúnen personas con problemas comunes que se dan apoyo emocional y moral, además de información precisa y práctica, pueden funcionar reuniéndose personalmente, comunicándose a través del teléfono o haciendo uso de las facilidades que ahora brinda la tecnología de

los chats, de los foros o de las videoconferencias, conocidos también como grupos de autoayuda y grupos de ayuda mutua, son fundados por profesionales de la salud convencidos de que ellos solos no pueden satisfacer todas las necesidades de los pacientes, y por gente con enfermedades específicas.

Los grupos de apoyo sirven de complemento al cuidado médico, compartir la parte emocional de las enfermedades e intercambiar consejos útiles puede animar a que la gente se recupere, o simplemente facilite la existencia con los problemas que tenga cada quien, si a una persona acaba de experimentar una infidelidad, por ejemplo, puede ocultar su angustia y temor a su familia y amigos para evitar preocuparlos o por la vergüenza que pueda llegar a sentir , y estos a su vez evitar hablar con la persona traicionada por no decir cosas que sean inadecuadas.

- Construir una red de apoyo con la familia, ya que está demostrado que el principal apoyo social se encuentra dentro de ella.
  
- Considerar el divorcio ya que es complicado vivir con una infidelidad porque no se olvida nunca, por mucho que se perdone siempre estará la desconfianza, en una infidelidad perdonar de corazón cuesta, y es un proceso .que se debe alimentar todos los días de lo contrario se terminara destruyendo lo que queda de la relación.

## BIBLIOGRAFÍA

Abreu, García M. (sin año) Infidelidad: causas y consecuencias. México.

*Adler, Alfred & Brett, Colin (2003) Comprender la vida, España. edit. Paidós Ibérica.*

Albert Ellis & Michael E. Bernard (2006). "Rational Emotive Behavioral Approaches to Childhood Disorders. Theory, Practice and Research". Inc. EEUU. Springer Science Business Media.

Aureste, A.; Bravo, C.; Manríquez, F.; Diez, F. (sin año). Factores actitudinales que inciden en la infidelidad de pareja. México.

Caruso, I. (1982) La separación de los amantes. México (10a. Edición) edit. Siglo XXI.

Corsi, J. (1995) Violencia masculina en la pareja. Argentina. Edit. Paidós una aproximación al diagnóstico y a los modelos de intervención.

Corsi, J. (1995) (compilador) Violencia familiar. México. 1a. reimpresión Una mirada interdisciplinaria sobre un grave problema social. edit. Paidós.

Cfr. Bobé y Testos, Conflictos de pareja, diagnóstico y tratamiento. Edit. Paidós pag.24.

Eisenberg, Glantz (1999) La infidelidad a lo largo del ciclo vital de la pareja Publicación electrónica de la división de administración y ciencias sociales de la rectoría Zona Sur (ITESM). Año 1, No. 2.

Freud, S. (1981) Introducción al narcisismo. España. Edit. Biblioteca Nueva.

Giusti, E. (1982) El arte de separarse. México. Edit. Alhambra Mexicana.

Gómez, Mena. (2003) La infidelidad. México. 5ta. edit.

Groddeck, Georg (1928). «The Book of the It». Journal of Nervous and Mental Disease (49).

Kernberg, O. (1987). Trastornos graves de personalidad. México: Manual moderno.

La planche, Jean y Jean-Bertrand Pontalis, Diccionario de Psicoanálisis Paidós, Argentina, 9ª. Edición 2007, pág. 112 (Título original: Vocabulaire de la Psychanalyse, 1967).

Lemaire, J. (1986) La pareja humana: su vida, su muerte, su estructura. México. FCE

Rogers, C. (1985). Terapia personalidad y relaciones interpersonales. (5ª Ed.) Argentina. Edit. Nueva visión.

Rogers, C. (1973) El matrimonio y sus alternativas. España. Edit. Kairós.

Rougemont, D. (1993) Amor y occidente. México. Edit. CONACULTA.

Strean, H. (1986) La pareja infiel. Un enfoque psicológico. México. Edit. Pax.

Tordjman, G. (1989) La pareja, realidades, problemas y perspectivas de la vida en común. México edit. Grijalbo.

Fuentes electrónicas

<http://www.psicochile.cl/trabajos/infidelidad.pdf> el día 20 de marzo del 2010.

[www.consultasexual.com.mx](http://www.consultasexual.com.mx)

[http://es.wikipedia.org/wiki/Carl\\_Gustav\\_Jung](http://es.wikipedia.org/wiki/Carl_Gustav_Jung)

<http://www.monografias.com/trabajos/freud/freud.shtml>

[http://es.wikipedia.org/wiki/Alfred\\_Adler](http://es.wikipedia.org/wiki/Alfred_Adler)

# *CUESTIONARIO*

*Anexo*



**Universidad de Sotavento A. C.**

**Campus Coatzacoalcos**



Este cuestionario tiene como objetivo conocer qué tipo de emociones experimentaron las mujeres que asisten al DIF, y que han vivido la infidelidad por parte de sus parejas, así mismo conocer como las expresaron. Gracias por su respuesta.

Edad: \_\_\_\_\_ Escolaridad: \_\_\_\_\_

Estado civil: \_\_\_\_\_

**Instrucciones:** Conteste brevemente o marque la opción que considere corresponde a su opinión.

1.- ¿ Qué es para Ud. la infidelidad?

---

2.- ¿Cuál fue la primera emoción que experimento al enterarse de la infidelidad de su pareja?

Miedo            Tristeza            Rabia            Enajo            Otra: \_\_\_\_\_



3.- ¿A nivel fisiológico que sintió ante la infidelidad?

el asco dolor de Estomago Vacío en  
cabeza falta de apetito

4.- ¿Cuál fue la reacción conductual que tuvo al enterarse de la infidelidad?

Correr Gritar pegarle a alguien Tranquilidad Ninguna

5.- ¿A nivel psicológico como le influyo esta situación?

Baja autoestima culpabilidad depresión ansiedad

6.- ¿Qué reacción emocional tuvo ante la infidelidad?

Negación Aceptación Racionalización Investigar  
Culpar a otros

7.- ¿Cómo se relaciona con las personas del sexo opuesto a partir de la experiencia?

Rechazo Timidez Odio Normal

8.- ¿A nivel social como se manifiestan las emociones experimentadas?

Aislamiento Agresividad Desplazamiento Normal

9.- ¿Qué otra área de su vida se ha visto afectada, a partir de esta situación?

Familiar Laboral Sexual De convivencia



10.- ¿Como descarga sus emociones?

Llorando                  hablando                  agrediendo                  Comiendo                  durmiendo  
ingeriendo alguna sustancia.                  Otra: \_\_\_\_\_

11.- En caso de que no descargue sus emociones, ¿Qué hace con lo que siente?

Culparse                  enfermarse                  aislarse                  resignarse  
Otra: \_\_\_\_\_