



**UNIVERSIDAD  
DE  
SOTAVENTO A.C.**



---

---

ESTUDIOS INCORPORADOS A LA UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

**“COMO AFECTAN LOS INTROYECTOS PSICOLÓGICOS, EN LAS RELACIONES DE  
PAREJAS HETEROSEXUALES, EN LOS PACIENTES DEL DIF MUNICIPAL DE  
MINATITLÁN, VERACRUZ.”**

**TESIS PROFESIONAL**

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

**LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

PRESENTA:

**SILVIA ARACELI TREJO VELÁZQUEZ**

ASESOR DE TESIS:

**LIC. ADRIÁN PORFIRIO MÉNDEZ FERNÁNDEZ**

Coatzacoalcos, Veracruz

Septiembre 2015.



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.

## Índice

Capítulo 1. Planteamiento del problema .....	9
1.1 Planteamiento del problema .....	10
1.2. Objetivo general.....	10
1.3. Objetivo específico.....	10
1.4 Preguntas de investigación: .....	10
1.5 Hipótesis .....	10
1.6 Justificación .....	11
1.7 Planteamiento .....	13
Capítulo 2. Marco teórico .....	16
2.1 Introyectos o creencias negativas .....	17
2.1.1 Los introyectos en Gestalt .....	18
2.1.2 Introyectos en Psicoanálisis.....	29
2.1.3. Introyectos en la Teoría Cognitivo-Conductual .....	33
2.1.4 La cultura en la creación de introyectos.....	38
2.2. Psicología Mexicana en la búsqueda de la pareja .....	41
2.3. Factores que intervienen en la selección de pareja .....	42
2.4 La relación de pareja.....	45
Capítulo 3. Metodología .....	51
3.1 Metodología .....	52
3.2 Método de investigación .....	53

3.3 Métodos usados en la investigación .....	54
3.2.1 Método Observacional .....	54
3.2.2 Método Etnográfico.....	55
3.3 Técnicas o instrumentos de medición.....	56
3.3.1. Entrevista Semiestructurada .....	56
3.3.2 Observación participante .....	57
3.3.3 Cuestionario de áreas de compatibilidad-incompatibilidad (Carmen Serrat, 1980).....	57
3.3.4 HTP.....	58
Capítulo 4. Resultados .....	60
4.1 Análisis de resultados.....	61
4.2. Análisis de resultados general.....	86
4.3 Conclusión.....	88
4.4. Propuesta Terapéutica.....	91
Referencia Bibliográfica .....	94
Anexo .....	96

## **Agradecimiento**

Dedico estas líneas para expresar, mi más profundo y sincero agradecimiento a mis padres, ya que con su esfuerzo y dedicación me apoyaron para concluir mis estudios.

Me proporcionaron las habilidades necesarias para defenderme, a no rendirme, por insistirme diariamente a cerrar este ciclo con mi titulación y a concluir todo lo que me propongo en la vida.

A mi hermano, quien pasó noches y días trabajando en la corrección de mis errores ortográficos, gramaticales, por su paciencia para revisar una y otra vez las correcciones, que fueron de vital importancia para la aceptación de mi tesis.

A mi esposo porque con su valioso apoyo pude por fin concluir mi tesis y porque sin él, esta meta no podría haberse logrado. Por su paciencia, comprensión, motivación, deseos de ayudarme a ser una mejor profesionista y porque gracias a él llegó una motivación más a mi vida, nuestra hermosa bebé Emily, quien nace en noviembre y es un motivo más para que sea mejor persona, profesionista, para ser su orgullo y ejemplo.

Muchas gracias, ya que todos ustedes son parte importante, fundamental de mi vida, sin ustedes este gran logro no hubiera sido posible.

## **Introducción**

El estudio se basa en la influencia de los introyectos psicológicos que llamamos también en el transcurso de este estudio como, creencias negativas en la relación de pareja; cómo estos introyectos psicológicos afectan a la dinámica de pareja y orillan al fracaso de la relación. Durante los capítulos se mencionarán los objetivos, los fundamentos y la adquisición de datos que ayudarán a comprobar si la hipótesis es verídica. Posteriormente, en base a estos puntos, se describirá la propuesta terapéutica que apoye o funcione para la solución de dicha problemática.

El capítulo uno, consiste en el planteamiento del problema, se detalla el objetivo de la investigación: qué es analizar, cómo afectan los introyectos psicológicos, en las relaciones de parejas heterosexuales en los pacientes del DIF municipal de Minatitlán, Veracruz. Se enfoca principalmente en las creencias negativas que tienen los individuos en la relación de pareja, para ver en qué medida éstos afectaron directamente o indirectamente en su relación. Para lograr este análisis es necesario retomar los objetivos específicos que nos dan una pauta de lo que se busca para lograr corroborar el objetivo de la misma y que nos conllevan a cuatro preguntas de investigación

El capítulo dos, marco teórico, es toda aquella información recolectada que sirve de apoyo para justificar los resultados obtenidos en la aplicación de los instrumentos de medición. Alguno de los temas que se mencionan en este capítulo son: introyectos, de manera general, en el cual definiremos a un introyecto como una información adquirida en la infancia que se toma como verdad absoluta y se lleva a lo largo de la vida, de este primer tema se selecciona las siguientes corrientes psicológicas que mencionan los introyectos psicológicos: Humanista (Gestalt), Psicoanálisis y Psicología Cognitivo-Conductual, estos hablan sobre los introyectos de una manera más específica y cada uno con su determinada adquisición en la personalidad; en la corriente Humanista (Gestalt) se retoman

autores como Fritz Perls, quien es el padre de la psicología Gestalt. Tomamos el concepto de el perro de arriba y perro de abajo que es una explicación de cómo estos introyectos son integrados a nuestra personalidad, así como Eric Berne con su análisis transaccional, quien nos introduce a las estructuras de la personalidad y en qué etapa los introyectos se instalan en la personalidad de cada individuo; introyectos en psicoanálisis, se abordarán autores como Sigmund Freud, quien es considerado como el padre del psicoanálisis. Se analiza la estructura del aparato psíquico para comprender cómo es que los introyectos o creencias se instalan en la personalidad, se explicarán los mecanismos de defensa, haciendo especial énfasis al de introyección. Se toma la psicología cognitivo conductual, debido a que trabaja para persuadir a los pacientes que sus creencias son irracionales y les ofrecen enseñarles una filosofía de vida más adaptativa;<sup>1</sup> en éste se menciona las creencias nucleares.

Se toman los cinco tipos de matrimonio de Cuber y Harrof, que gracias a su investigación con parejas separadas y que tenían un largo matrimonio, fueron capaces de identificar estos tipos de matrimonios, sin embargo se consideran estos matrimonios, no por el hecho de referirnos únicamente a personas en estado civil casados, sino que se considera de igual manera para los que viven en unión libre. Desde el punto de vista cultural y de la psicología del mexicano a los introyectos o creencias negativas y de qué manera seleccionamos pareja.

El capítulo tres, la metodología, es en el que se explican detalladamente los instrumentos de medición que se aplicaron, los cuales son: la observación participante, la entrevista (compuesta de preguntas semiestructuradas), el cuestionario de compatibilidad-incompatibilidad en la pareja, de Carmen Serrat, permite detectar áreas problemas que pudieran existir y pretende discriminar también la habilidad o inhabilidad que la pareja puede mostrar en la resolución del

---

<sup>1</sup> Manual de psicoterapia cognitivo-conductual para trastornos de la salud. Nicolás Hernández & Juan Sánchez. 1ra edición, Editorial Libros en Red 2007. Pág. 50

problema; el test del árbol, la casa y la persona que en adelante se mencionará con sus siglas HTP, es una prueba proyectiva basada en la técnica gráfica del dibujo, a través del cual podemos realizar una evaluación global de la personalidad, su estado de ánimo, emocional, etc. Se menciona el grupo en el que se realizó la aplicación de los instrumentos de medición y las características específicas de los pacientes.

Las pruebas fueron realizadas en el DIF Municipal de Minatitlán, a 10 pacientes que asistieron a terapia, debido a la problemática que vivían con su pareja; sin embargo se realizó únicamente a 8 pacientes, por motivo de que dos pacientes no quisieron participar en la aplicación de las pruebas (las pruebas que se aplicaron son el cuestionario de compatibilidad-incompatibilidad, entrevista semiestructurada y el HTP). Se solicitó el apoyo de la psicóloga del DIF, para ver en sus expedientes qué pacientes cubrían con las siguientes características: edad de entre 18 a 60 años, sexo indistinto, parejas heterosexuales, estado civil actual indistinto y que asistieron a consulta por problemas de pareja.

En el capítulo cuatro, análisis de resultados, se describe ampliamente los resultados obtenidos de la entrevista, aplicada tanto a hombres como mujeres dentro de las características requeridas y mencionadas en la muestra; la realización del cuestionario de compatibilidad-incompatibilidad, que mide o detecta las áreas problemáticas de la pareja; y por último, el HTP, que nos da una vista de cómo se encuentra actualmente el paciente con su situación de pareja, así como los rasgos de su personalidad.

Con base en lo antes mencionado, se realiza la conclusión, en donde se constata que la hipótesis es verídica y efectivamente las creencias negativas. Influyen de manera negativa en la relación de pareja, y a su vez se logra la comprobación de los siguientes objetivos específicos: la identificación de las creencias negativas que afectan en la relación de pareja, los factores que intervienen en la selección



de pareja, los tipos de creencias que pueden afectar en la personalidad y por último las teorías de la personalidad que hablan acerca de estas creencias negativas.

Por lo cual se desarrolla una propuesta terapéutica que ayude a disminuir el fracaso en las parejas y logre interesar: a los psicólogos, instituciones gubernamentales de apoyo y a los mismos individuos que conformarán la pareja, en la sanación de estos introyectos como individuos, para poder formar relaciones de parejas estables y sanas.

## **Capítulo 1. Planteamiento del problema**

### **1.1 Planteamiento del problema**

Tema: “Cómo afectan los introyectos psicológicos, en las relaciones de parejas heterosexuales de los pacientes del DIF Municipal de Minatitlán, Veracruz”.

### **1.2. Objetivo general.**

Analizar cómo afectan las introyectos psicológicos, en las relaciones de parejas heterosexuales de los pacientes del DIF municipal de Minatitlán, Veracruz.

### **1.3. Objetivos específicos:**

- 1.- Identificar cómo afectan los introyectos psicológicos, en la relación de pareja.
- 2.- Describir los factores que intervienen en la elección de pareja.
- 3.- Identificar los tipos de introyectos que pueden afectar la personalidad.
- 4.- Identificar las teorías que hablan acerca de los introyectos psicológicos.

### **1.4 Preguntas de investigación:**

- 1.- ¿Cómo influyen los introyectos psicológicos, en las relaciones de pareja?
- 2.- ¿Cuáles son los factores que intervienen en la elección de pareja?
- 3.- ¿Cuáles son los introyectos que pueden afectar en la personalidad?
- 4.- ¿Cuáles son las teorías que mencionan los introyectos psicológicos?

### **1.5 Hipótesis**

“A mayor grado de introyectos psicológicos, mayor será el índice de fracasos en la pareja”.

## **1.6 Justificación**

El estudio surge por la necesidad de interesar a la psicología y a la sociedad en la influencia de los introyectos o creencias negativas en las selecciones importantes del ciclo de la vida, en este caso, nos enfocamos en la selección de pareja.

La psicología Gestalt define a los introyectos como, aquellos mensajes negativos que desde pequeño se adquieren; esto a su vez perjudica la autoestima y el autoconcepto de la persona.

Según la Antropología o el punto de vista social, los introyectos son todo lo que se aprende o adquiere de los padres, llámese normas sociales o reglas sociales; lo que los padres adquieren de forma generacional y que no necesariamente son conceptos verdaderos, pero la persona que los transmite los considera reales y el que adquiere el conocimiento los acepta de la misma manera.

Como resultado de las problemáticas que afectan a uno de los miembros o ambos, suelen manifestarse daños emocionales, tales como: culpa, tristeza, sensaciones de fracaso, temor a la soledad, sensación de pérdida de la identidad y depresión, entre otros; daños físicos y las psicósomáticas que en algún momento la pareja ha manifestado. Las cuestiones antes mencionadas son la base principal de la necesidad que surge de analizar cómo los introyectos influyen en el fracaso de la relación.

El interés enfocado en la pareja surge de todas estas cuestiones y crea la necesidad de tener una propuesta terapéutica que coadyuve en el trabajo de los psicólogos, psiquiatras e instituciones como el DIF, a parejas que deseen matrimoniarse, vivir en unión libre o en el diverso estado civil que consideren idóneo, a las instituciones como el registro civil y la iglesia. Brindando una información real y objetiva y que los individuos que conforman la pareja acepten y tomen el reto de crecer como personas y como pareja, reconociendo sus debilidades y fortalezas para logra una vida satisfactoria, plena y de constante crecimiento y modificación de los introyectos que afecten la relación.

Este trabajo permitirá identificar las creencias negativas o introyectos que prevalecen en las parejas del DIF municipal, y que en un momento determinado propicien el fracaso de la relación, integrando los antecedentes del mismo; es decir, el noviazgo y por tanto las etapas de enamoramiento y amor, además del rol de marido y mujer que asigna la sociedad, como factores que inciden en el éxito o fracaso.

Es importante detectar o mencionar estos aspectos para esclarecer que la pareja no sólo es la unión de una pareja para formar una familia, sino que es una unión que conlleva a responsabilidades con otros miembros, además de los diversos roles que permitan a cada integrante desarrollarse a nivel personal, social, profesional y sentimental.

Los alcances de la investigación no sólo se limitan al área de desarrollo de la investigación, sino a cualquier persona que esté pasando por condiciones similares y requiera apoyo e información, pudiendo ser éstos a cualquier nivel (social, económico o de estatus civil).

A nivel educativo, uno de los beneficios de este trabajo, es orientar a las parejas futuras sobre lo que en realidad significa el matrimonio, con sus beneficios, compromisos y responsabilidades, de tal forma que las decisiones que se tomen en relación a éste, sean con conocimiento de causa, pero también con ideas propias y libertad.

Actualmente la psicología es percibida como una ciencia que puede atribuir en el desarrollo de los seres humanos; en el caso de las parejas, la psicoterapia constituye una herramienta que aporta elementos para el conocimiento y potencialización de aceptar las diferencias, sin evadir la realidad, más bien buscando romper esquemas y mitos, que no permiten la salud mental y emocional del individuo. Impidiendo que las experiencias negativas en las relaciones fallidas bloqueen, obstaculicen o limiten nuevas experiencias amorosas, provocando disfuncionalidad en las otras áreas de la vida (social, laboral y emocional).

En función de las teorías, los enfoques psicológicos servirán de apoyo para fundamentar este trabajo, así como la propuesta terapéutica que surja del mismo, con el compromiso de contribuir a la sociedad, a las familias y a las parejas, con lo que la psicología a través de los años ha investigado.

## **1.7 Planteamiento**

Siendo la relación de pareja, un aspecto importante, en el cual se inicia un nuevo ciclo en compañía con otro ser y que permite alcanzar metas y logros en común, es necesario revalorar el concepto y función, tanto social, emocional, como reproductiva, ya que de ellos dependen las futuras familias que conformarán la sociedad.

Debido a que existen esquemas que limitan la superación individual y de pareja, hoy en día es vital desarrollar una conciencia más amplia, realista y equitativa, donde ambos integrantes fluyan con libertad hacia metas que satisfagan sus necesidades individuales, sin bloquearse u obstaculizarse.

Por tal motivo se decide analizar: cómo afectan las creencias negativas en las relaciones de parejas heterosexuales. Es importante mencionar, que se toman como creencias negativas, los introyectos, que son aquellos mensajes que se adquieren de manera consciente o inconsciente y que no necesariamente son verdaderos, pero se vuelven parte de la personalidad.

De este objetivo se desglosan los siguientes 4 específicos, que son necesarios para el estudio.

El primero, se enfoca en la relación de pareja, tomando en consideración las consecuencias o afectaciones del fracaso en la relación de pareja, que afectan a uno de los miembros o ambos; suelen manifestarse daños emocionales, tales como: culpa, tristeza, sensaciones de fracaso, temor a la soledad, sensación de

pérdida de la identidad y depresión, entre otros; daños físicos y psicosomáticos, que en algún momento ha manifestado, razón por la cual, se desprende el segundo objetivo, que se fundamenta en aquellos factores, que se deben de analizar al momento de la selección de pareja.

Se tomará en cuenta en el marco teórico y en la entrevista, que se realiza a los sujetos de la muestra para determinar la manera individual de cada uno para la selección de su pareja y si afectaron o no las creencias negativas. Es importante que se considere este punto, ya que la pareja es el inicio del nuevo ciclo de vida de ambos miembros, en el cual, surgirán hijos que requieren de una estabilidad emocional de ambos padres para la superación de las problemáticas o retos que se enfrenten más adelante como familia.

Para lo mencionado anteriormente es necesario identificar: los tipos de creencias negativas que afectan a nuestra personalidad y que influyen a su vez en la selección de pareja y por consiguiente en el éxito o fracaso de la relación.

Es importante analizar la personalidad en el marco teórico, debido a que las creencias negativas repercuten o forman parte de la misma; se analizan las corrientes psicológicas que la mencionan, como son: la humanista, psicoanálisis, Gestalt y psicología cognitiva.

De manera que a través de ellos, daremos respuesta a nuestra hipótesis, analizando como un factor de fracaso en la relación de pareja, estas creencias negativas que se adquieren no sólo de manera familiar, sino que también a través de la sociedad.

Es importante mencionar que un fracaso tiene muchas repercusiones para uno o ambos miembros de la relación; de manera emocional, económica y familiar, entre otras.

Los sujetos con los que se realizará el estudio, son 10 pacientes del DIF municipal de Minatitlán, Veracruz, a quienes se les aplicará entrevistas basadas en las cuestiones de cuáles son sus creencias, cómo eligieron a sus parejas, cómo

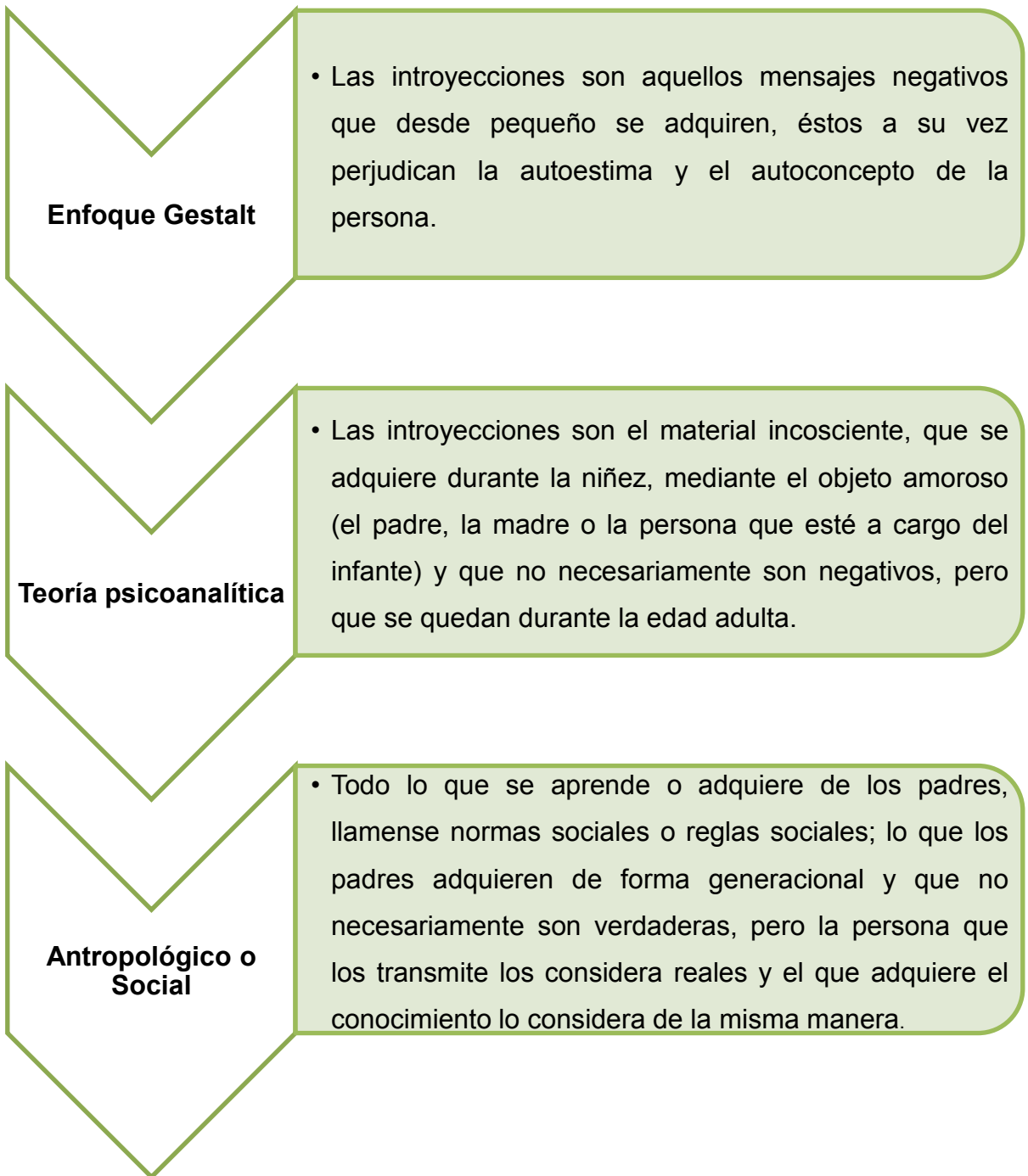
esperaban que fueran sus parejas, entre otras, que nos darán respuesta a los introyectos adquiridos de manera consciente e inconsciente. Los requisitos primordiales para los sujetos muestra, serán únicamente parejas heterosexuales, que estén actualmente en una relación o estuvieron, con edades entre los 18 y los 60 años.



## **Capítulo 2. Marco teórico**

## 2.1 Introyectos o creencias negativas

Se definen de distinta manera, dependiendo el enfoque del que se trate, ya sea Psicoanálisis, Gestalt o desde la social..



Cada una de estas teorías o enfoques están de acuerdo en que estos conocimientos inician desde la infancia y continúan a lo largo de la vida. Todas las personas, sean hombres o mujeres, tienen creencias o ideas de cómo deben ser las relaciones de pareja; mediante éstas dan una explicación o una guía de cómo realizar o cómo ser ante determinada situación. En este caso en específico, nos referimos a la relación de pareja. Las creencias negativas que afectan, aquéllas en las que la realidad está completamente distorsionada o totalmente errónea y esto ocasiona en la pareja una problemática que puede llevar al fracaso. Un ejemplo de ésta, es la frase “cuando nos casemos él (o ella) cambiará”.

En los siguientes capítulos se abordará a las creencias negativas o introyectos en las diferentes corrientes psicológicas, su definición y su adquisición.

### **2.1.1 Los introyectos en Gestalt**

Según la Corriente Gestalt y tomando en cuenta al autor Fritz Perls, todos crecemos con la habilidad de discriminar, lo cual ayuda a delimitar lo que es propio y lo que es de otro. Aceptamos o rechazamos lo que el ambiente tiene para ofrecernos, llámense padres, sociedad, amigos, entre otros.<sup>2</sup>

En este caso lo podemos analizar de dos maneras: la primera es cuando podemos crecer personalmente al discriminar de manera adecuada, es decir, de qué manera tomamos esta información del ambiente y de qué manera lo dirigimos o asimilamos completamente y éste a su vez puede ser devuelto de una manera personalizada al ambiente.

---

<sup>2</sup> El enfoque Gestalt y testigos de terapia. Mecanismos Neuróticos. Fritz Perls Editorial 4 vientos, Edición 2, 2013, Santiago de Chile. Pag. 36

El segundo, consiste en no discriminar la información que se adquiere del ambiente, y de esta manera se convierte en un parásito o un cuerpo extraño que hace de nosotros su morada. En este caso no forma parte del individuo, ya que continúa siendo una parte del ambiente.

Los conceptos, los datos, los patrones de conducta, valores morales, éticos, estéticos y políticos, todos provienen originalmente del mundo externo. Todo lo que existe en nuestra mente proviene del mundo externo, no existe nada en el ambiente por lo cual no exista ninguna necesidad organísmica, ya sea física o psicológica.

Para convertirse en parte de la personalidad, éstos deben de ser dominados y digeridos, si por el contrario aceptamos la palabra de otra persona, ya sea porque son correctos, de buen gusto o tradicionales, o si por el contrario son de mal gusto, peligrosos o revolucionarios, éstos permanecerán en nosotros. De todas maneras son indigeribles y seguirán como cuerpos extraños aún cuando se hayan alojado en la mente.

En psicología, tales actitudes, medios de actuar, sentir y evaluar sin digerir, se denominan como introyectos y el mecanismo mediante el cual estos cuerpos extraños son agregados a la personalidad se llama introyección.

Los introyectos son mensajes ajenos al yo y tienden a la destrucción del ser humano y sus relaciones, éste puede ser positivo o negativo, dependiendo del contenido mnémico neuronal y se identifica como el yo. Los introyectos bloquean la voluntad, los pensamientos y las emociones impulsadas por el yo, a través de descalificaciones y afectan de manera negativa la conducta del individuo. Estos introyectos surgen como:

1.- Por mensajes directos: “Eres un tonto”

2.- Por comparación: “Tu primo es más listo que tú”

3.- Por identificación proyectiva: “Eres tan tonto como yo”

Tomando en consideración a la introyección que es el mecanismo mediante el cual los introyectos entran a la personalidad existen dos peligros:

En primer lugar, el hombre que introyecta nunca tiene la oportunidad de desarrollar su propia personalidad, pues está tan ocupado asegurando los cuerpos extraños alojados dentro de su sistema. Mientras mayor es el número de introyectos con que se ha aparejado, menos lugar hay para que él se exprese e incluso descubra lo que él mismo es.

En segundo lugar, la introyección contribuye a la desintegración de la personalidad. Si uno engulle dos conceptos incompatibles entre sí, es probable que se destruya en el proceso de tratar de reconciliarlos y hoy en día ésta es una experiencia bastante común.

Para la Gestalt, las creencias pueden transformarse en creencias negativas cuando las personas creen en ellas como una verdad absoluta, que no puede ser modificada y pueden ser transmitidas a través de la familia (padre, madre, hermanos, abuelos, tíos, etc.), por la sociedad (cultura, creencias, amigos, películas, novelas, series, radio, televisión, periódicos, libros, cuentos, etc.), por la iglesia e incluso pueden ser personales

### **2.1.1.1 Estructura de la personalidad según Gestalt**

El sí mismo de los gestálticos funciona sobre tres modelos: el ello, el yo y la personalidad.

- 1) La función del ello. Se relaciona con las pulsiones internas con las necesidades vitales y principalmente con su traducción corporal. Funciona en mi acto automáticos, respirar, caminar, conducir un auto. Mi ello me hace funcionar, de alguna manera casi sin que yo lo sepa.
- 2) La función del yo. Funcionamiento activo de elección es de rechazo deliberado: se trata de mi propia responsabilidad de limitar o de ampliar el contacto, de manipular mi medio a partir de una toma de consciencia de mis necesidades y deseos.
- 3) La función de personalidad. Es la representación que el sujeto hace de sí mismo; su imagen le permite reconocerse como responsable de lo que siente o lo que hace. Es la función “personalidad” de mí mismo, que asegura la integración de mis experiencias anteriores, la asimilación de lo que he vivido a lo largo de mi historia es lo que construye mi sentimiento de identidad.

El sí mismo funciona sobre el modo “personalidad”, integrando la experiencia en lo adquirido por la persona, volviendo a situar el aquí y el ahora en la dimensión histórica, propia de cada uno. Pierde poco a poco su agudeza; la consciencia disminuye progresivamente y el sujeto se encuentra disponible para otra acción, la gestalt se cierra y un nuevo ciclo inicia.

Goodman considera que existen diversas resistencias que son: confluencia, introyección, proyección, retroflexión, egotismo.

Para esta investigación, se enfoca únicamente en la introyección, que constituye la base misma de la educación del niño y del crecimiento, nosotros no podemos crecer si no asimilamos el mundo exterior. Por tanto nosotros no podemos crecer si no asimilamos el mundo exterior, algunos alimentos, algunas ideas, algunos principios, pero si nos contentamos con tragar estos elementos exteriores sin masticarlos, no se digieren, permanecen en nosotros como cuerpos extraños. Algunos ejemplos comunes de introyecciones: que merecen ser masticadas con la cabeza tranquila: se debe de amar y respetar a los padres, se debe de decir siempre toda la verdad a su cónyuge, se debe de amar a la pareja y a nadie más que a ella.<sup>3</sup>El sí mismo está invadido por el mundo, hace lo que los otros quisieran que él haga

Fritz Perls explica esta adquisición en la personalidad con su teoría, el perro de arriba y el perro de abajo, calificados como un conjunto de introyectos y paradigmas incorporados en las personas desde muy temprana edad, y que por su origen, son facilitados por personas con las que crecen y que tienen una gran autoridad sobre él, como por ejemplo, sus padres o quienes fungieron este rol, estos introyectos han sido incorporados a la personalidad sin ser cuestionados en ningún momento.<sup>4</sup>

El perro de arriba simboliza una serie de componentes que forman una inflexible conciencia resultante del afuera que fue introyectado y ahora forma parte de la

---

<sup>3</sup> La Gestalt, una terapia de contacto Serge Gingr, Anne Ginger, Manual Moderno 1993, 2da edición pág. 293-312.

<sup>4</sup> Fritz Perls: "Sueños y Existencia". Ed. Cuatro Vientos. Santiago de Chile, 2012. Pp.: 26-27

personalidad del individuo; estos componentes fueron introyectados por la presión como la culpa, la venganza y el miedo a ser fuertemente castigado o a ser abandonado emocionalmente y afectivamente, además tienen la función de cuidar que la persona haga y piense “lo correcto”, “lo que debe” y de castigarse con severas autocríticas cuando comete una transgresión a estos paradigmas rígidos, es como tener en el interior un cruel verdugo.

En tanto, el elemento del perro de abajo, simboliza un conjunto de actitudes y creencias manejadas para manipular a los otros. Hacen ver a la persona como alguien indefenso, débil e inútil, necesitado de la compasión y la protección de los demás, mientras recibe constantemente las agresiones del perro de arriba.

### **2.1.1.2 Teorías de la personalidad Humanista**

Menciona que nuestra personalidad está estructurada por tres estados del yo. Son sistemas compuestos de pensamientos, sentimientos, actitudes y conductas aprendidas del pasado, de nuestras figuras parentales, nuestras experiencias, ideas heredadas. Los ejemplos de figuras importantes como los sentimientos, los sentimientos como tres voces que nos hablan todo el tiempo y responden ante diferentes circunstancias. Para su comprensión, utilizaremos un diagrama que muestra la estructura de los estados del yo.

#### **a. Primer círculo – Estado del Yo padre.**

Está formado por introyectos, ideas, reglas, mandatos todo lo que aprendemos de nuestras figuras parentales y ahora forma parte de nosotros. Si tu mamá te decía: “las mujeres somos las que nos sacrificamos”, “todos los hombres son iguales”, son ideas que emergen desde la memoria de este estado del yo, ideas que se quedan como parte de los aprendizajes de la vida; pudieron venir de abuelos, maestros y todas las personas que son una autoridad y aprendimos de ellas ideas acerca de



la vida. Para entender completamente cuál es la funcionalidad del padre, es necesario distinguir entre el Padre Crítico y el Padre Nutritivo, los cuales se mencionan a continuación.

- Yo Padre Crítico. Si en nuestra infancia tuvimos figuras de autoridad muy duras, rígidas, padres muy severos, críticos, descalificadores, poco afectivos, de seguro tenemos una voz yo padre crítico muy fuerte. Hoy este sistema se manifiesta con ideas de “debo hacer”, “tengo que”, “no puedo equivocarme”. Puede ser severa con nosotros mismos, tener mucha autocrítica. Esta voz es muy importante porque nos estructura y nos permite ordenarnos y cumplir, pero cuando crecimos con muchos “debes de”, esa parte puede gobernarnos y ser muy dura, rígida y hacer las cosas sin disfrutar.<sup>5</sup>

Éste también considera que existen dos versiones del padre crítico, uno positivo y el otro negativo. El primero se refiere cuando los comportamientos de conducción y dirección se llevan a cabo sobre la base de normas objetivas, con rectitud, cuando las indicaciones y las ordenes son las debidas, cuando valoramos y damos reconocimiento justo, cuando expresamos juicios propios y opiniones formadas, cuando reconocemos a los demás sin disminuirlos y damos nuestro parecer sin rebajar el ajeno; en definitiva, cuando protegemos poniendo límites, pero desde el reconocimiento del otro.

El segundo se expresa en conductas tendentes a rebajar a los otros, a disminuirlos, dañarlos; son comportamientos persecutorios,

---

<sup>5</sup> Hambre de Hombre, Anamar Orihuela, Editorial Aguilar

autoritarios, arbitrarios, prejuiciosos y, en último extremo, son comportamientos que atentan contra la autoestima de los demás.

- Padre Nutritivo, éste se refiere a cuando actuamos con interés hacia los otros, cuando damos afecto y apoyo y, en suma, cuando hacemos maternaje y amparamos. En éste existe un padre nutritivo positivo y un padre nutritivo negativo. El primero se caracteriza por comportamientos de apoyo, interés y cariño hacia los demás, pero sólo cuando es preciso, cuando los otros lo necesitan realmente. Igualmente éste ayuda y permite el crecimiento y la individuación, es tolerante y permisivo con las equivocaciones y los fracasos ajenos, y permite el disfrute y el gozo. Nutrir es dar permiso y cuidar. El segundo es negativamente sobreprotector, impide el crecimiento, mantiene el desvalimiento, alienta la dependencia y la inutilidad, pretende salvar al otro y, por consiguiente, lo mantiene impotente, frenado, incapaz, en un discurso de víctima.<sup>6</sup>

b. El yo Niño. Es el primero, puesto que aparece con el nacimiento, es la sede de los sentimientos, emociones, necesidades y de las pulsiones. Es el que experimenta la sed, el hambre, la necesidad de moverse, el que necesita ser amado, se muestra furioso, tiene miedo, disgustos, tristezas y alegrías. Es el registro de los acontecimientos interiores, las respuestas del niño pequeño a lo que él percibe.

El estado del Niño se descompone en dos sub-conjuntos o puede funcionar de dos maneras:

- El niño adaptado. Contiene el registro interiorizado de las decisiones, hábitos y conductas resultantes de las experiencias, de

---

<sup>6</sup> Los equipos asistenciales en las instituciones, Enrique Fernández. Narcea 2000  
1ª edición. Pág. 90-91

la educación y de los mensajes de los padres o de las figuras parentales. Según las circunstancias, las presiones del medio ambiente o las actitudes de los padres, el sujeto se expresará bien. Existen dos tipos de este niño adaptado que se consideran negativos: el niño sumiso y el niño rebelde.

El Niño sumiso es pues, imputable a este estado, la sensación de inadecuación, de incapacidad, de torpeza, de inutilidad o de falta de autoestima

El niño adaptado rebelde, también se considera un aspecto negativo, éste se manifiesta en el funcionamiento de la personalidad, se observa en actuaciones que se caracterizan por la no aceptación de los criterios normativos, el desafío, la destructividad, el enfrentamiento, el negativismo, la envidia, la rivalidad y la venganza, cualidades todas ellas en las que se advierte un radical conflicto con las figuras de autoridad.

- El niño libre. Corresponde con respuestas semejantes a las que se dieron en la infancia, remiten a contenidos psíquicos, en gran medida, fuera de la esfera consciente, y conciernen al modo en que fueron experimentados y vividos, tanto los aspectos emocionales internos, como sus complejas interacciones con los agentes sociales exteriores. Éste a su vez se subdivide en niño libre positivo y niño libre negativo. El primero es aquél que juega, habla en condicional (yo sería la profesora y tú el alumno), que esté libre de todas las restricciones y no se autocensura. Éste es el niño sin restricciones, sin tabúes, sin prejuicios, que se asombra de cualquier cosa que se rebela contra las anomalías de este mundo.

El aspecto negativo del niño libre se manifiesta en la ausencia pertinente de los elementos disciplinares, puede hacer daño a los otros o a sí mismo, cuando se expresa libremente o le advierte seguir la corriente, en un camino peligroso.

Cuando la presión de sus emociones es tal que pierde el control de sí mismo, se hablará del niño loco, el cual no se controla.

- c. El yo adulto. Este estado del yo se caracteriza por su vocación, por la objetividad, la razón, la lógica. Es una especie de ordenador, que capta los datos, los combina de manera inteligente, los trata lógicamente procediendo por inducciones y deducciones sucesivas para tomar, finalmente, la decisión adecuada, captar las mejores, si no la mejor acción, elegir la solución correcta.

A través del adulto, un niño puede comenzar a ver la diferencia entre la vida enseñada y aquella que es pensada y sentida por sí mismo.

Para concluir sobre el yo adulto, repitamos que éste es una instancia de arbitraje, habituada, en general, a efectuar la síntesis de las solicitudes de los yo padre y niño, y que, en ciertos casos, toma la última decisión.<sup>7</sup>

Ejemplo:

El yo padre: el hombre no debe ser emocionalmente expresivo

Yo niño: aislarme y no mostrar mis sentimientos

Yo adulto: tomar la decisión de expresar sus emociones

Se dice que existen el adulto positivo y el adulto negativo. El primero conduce sus comportamientos sobre la base de una adecuada información, busca y ofrece información correcta, se atiende a los datos de

---

<sup>7</sup> El análisis Transaccional. G chandezon A Lancestre, 3ra edición editorial Morata 2001 pág. 27-35.

la realidad y su criterio conductor es hacer lo que conviene; es responsable, autónomo, eficaz y previsor; analítico, deductivo, estudia los aspectos positivos y negativos de la situación y de lo que pretende hacer, y aceptar las consecuencias de sus acciones.

El segundo, es deshonesto, carece de información adecuada, especula, utiliza estrategias maquiavélicas para la obtención de beneficios, es calculador, engaña y lleva a cabo con racionalidad, técnicas, operaciones que responden a fines poco éticos socialmente.

El yo adulto existe rudimentariamente en el niño desde la aparición del lenguaje; pero se considera que no estará formado completamente antes de la edad de 12 a 14 años. En efecto, no es sino a esta edad cuando el adolescente es capaz de separarse de las figuras de autoridad parentales y de hacerse cargo, tanto en el plano del pensamiento como en el de la acción

### 2.1.2 Introyectos en Psicoanálisis

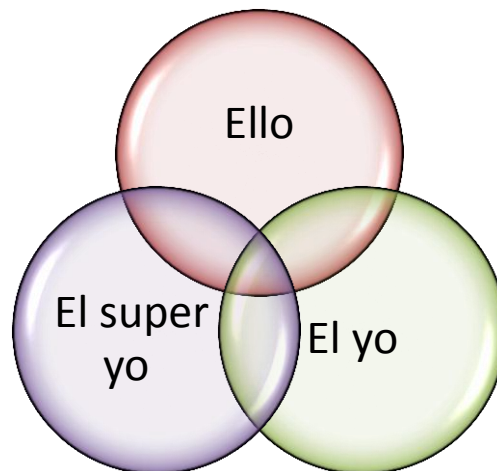
El psicoanálisis define a los introyectos como imágenes de identificación con personas en acción que se internalizaron en la infancia.

El proceso de introyección es aquel por el cual los padres y otros miembros de la familia penetran como arquetipos en nuestro inconsciente. El psicoanálisis define la introyección como la absorción por parte del yo de una característica o un rasgo que ha percibido en el exterior. Se trata pues de una aprobación.<sup>8</sup>

Es importante explicar cómo está compuesto el aparato psíquico para entender cómo se manifiestan los mecanismos de defensa y en qué etapa se sitúan los introyectos en la personalidad.

El aparato psíquico está compuesto por el ello, el yo, y el superyo

El aparato psíquico está compuesto por las estructuras:



- El ello se refiere a todo lo heredado, los instintos surgidos de la organización somática. Éste obedece a satisfacer las necesidades de la

---

<sup>8</sup> Manual de terapias psicoanalíticas en niños y adolescentes. Marcelo Salles. Grupo editorial planeta de México 1ra edición 2001.

persona en el mismo momento en el que se manifiesta, sin importarle si es o no el momento idóneo para satisfacer la necesidad. Éste se considera meramente inconsciente.

- El yo controla los movimientos voluntarios, la tarea que cumple es la autoafirmación y la realización en doble sentido, aprende a conocer los estímulos, acumula experiencia sobre los mismos, tiene la capacidad de evitar los que son demasiado intensos y de enfrentar aquéllos que son moderados, y aprende a modificar el mundo exterior adecuándolo a su propia convivencia. Éste, es capaz de conquistar los instintos y puede decidir si ha de tener acceso a la satisfacción, aplazándola a algún momento adecuado para satisfacerla o bien suprimiendo totalmente las excitaciones instintivas. Una parte del yo es inconsciente en donde se manifiestan los mecanismos de defensa, mientras que otra parte es consciente.
- El súper yo. Es una subestructura dentro del yo, su función central, es de la conciencia moral, es de censura, de prohibición y de ideal a imitar. Las energías dominantes son eróticas, pero sobre todo agresivas. Esta agresividad, según nos dice Freud, es aquella agresión hacia los padres y que no pudo ser liberada en su momento, por tanto el superyó es en gran parte inconsciente. Lo que se incorpora es el Súper Yo el padre, quien lo incorporó a su vez de su padre

Como se menciona, el súper yo es el que adquiere todo este material inconsciente denominado como introyectos de nuestras figuras parentales y que rigen nuestra manera de comportarnos y actuar hacia ciertas situaciones.

### 2.1.2.1 Mecanismos de defensa

Existen tres mecanismos de defensa que predominan en el niño pequeño y sirven adecuadamente para estructurar su yo:

- La proyección. Consiste en la exteriorización en el mundo exterior de los sentimientos y pensamientos que nos pertenecen y que nos vuelven como si fueran extraños. Si el niño se siente incapaz de asumir el odio que profesa a alguien, tenderá a decir: me odia. Si el niño pasea con su abuelo por un lugar oculto y se niega a asumir el miedo que siente, le dirá: abuelito, vámonos, que tienes miedo. Es decir se busca que el sentimiento del propio individuo se manifieste al expresarlo como la necesidad o el interés de otro.
- La introyección. Al contrario de la proyección, permite al sujeto, de un modo fantasmático, pasar de fuera, a dentro determinados objetos o cualidades inherentes a esos objetos. Se halla muy próximo a la identificación.
- La identificación. Es el proceso por el que un sujeto asimila un aspecto, una propiedad, un atributo del otro y se transforma total o parcialmente, a base de ese modelo. Sin proyección o introyección, no habría una identificación válida y tan necesaria para el desarrollo del niño.<sup>9</sup>

El más relevante para nosotros y que se hablará de manera detallada, será la introyección en base a los diferentes autores del psicoanálisis y que hicieron aportaciones a estos tres mecanismos de defensa antes mencionados.

Para Freud, la introyección es un proceso por el cual un objeto experimentado inicialmente como externo, se vuelve a situar dentro del yo y provoca una alteración de éste en la realidad, de este mecanismo se desprende la identificación, que se refiere no sólo al proceso que prepara un vínculo afectivo,

---

<sup>9</sup> Psicoanálisis y Literatura. José Guimon 1ra edición 1993 Editorial Kairos. Pág. 17-23



sino que es el vínculo mismo; además, puede ser parte del desarrollo tanto normal como patológico.

Freud distingue dos tipos de identificación, las cuales son identificación primaria y secundaria.

- La identificación primaria. Es un estado de desarrollo temprano, en el que, la representación mental del sí-mismo, del bebé no se distingue de la del objeto; no existe un límite firme, pues el sí-mismo y el objeto son lo mismo, por lo tanto, está relacionado con la estructuración del yo.
- La identificación secundaria. Se relaciona con el establecimiento del súper yo, por medio de la identificación con el padre.

Un paso importante en la modificación del mecanismo de identificación se da a partir de Melanie Klein, acerca de la diferencia entre introyección, incorporación e identificación, distingue además, la identificación introyectiva que se refiere a la identificación con algún objeto interno y llegar a ser como él, esta identificación es cuando cierta parte del yo se segrega y se proyecta un objeto externo.<sup>10</sup>

---

<sup>10</sup> Los procesos de identificación entre el actor y sus personajes. Natalia Torres V. 1ra edición, Editorial Fondo editorial de la pontificia Universidad Católica de Perú 2005. Pág. 19-22

### **2.1.3. Introyectos en la Teoría Cognitivo-Conductual**

La estructura cognitiva puede relacionarse con los esquemas, los procesos cognitivos con la atribución de sentido que se da a partir de los esquemas. Los resultados cognitivos se relacionan con las creencias, que son el resultado del proceso que se da entre los esquemas y la realidad, dichas creencias a su vez influyen en el mismo proceso.

Los esquemas son patrones cognitivos relativamente estables que constituyen la base de la regularidad de las interpretaciones de la realidad. Las personas los utilizan para localizar, codificar, diferenciar y atribuir significaciones a los datos del mundo. También son consideradas como estructuras más o menos estables que seleccionan y sintetizan los datos que ingresan.

Éstos se consideran adaptativos y van tomando su forma mediante las relaciones que las personas van estableciendo con el medio, a partir de ello y de los determinantes genéticos se van constituyendo las pautas propias de los mismos.

Las creencias son los contenidos de los esquemas, son el resultado directo de la relación entre la realidad y nuestros esquemas. Podemos definir a las creencias como todo aquello en lo que uno cree, son como mapas internos que nos permiten dar sentido al mundo, se construyen y generalizan a través de la experiencia.

En la terapia cognitiva de Beck, las reacciones emocionales y el comportamiento ante las situaciones que acontecen están medidos por las cogniciones. Se pueden distinguir tres niveles o categorías cognitivas: los pensamientos automáticos, las creencias intermedias y las creencias nucleares. A lo que hay que añadir las distorsiones cognitivas, que son sesgos de errores en el procesamiento de la información, facilitados por las cogniciones desadaptativas y los estados emocionales negativos.

- A. Los pensamientos automáticos son verbalizaciones internas específicas, discretas y cortas, o bien imágenes visuales, breves y espontáneas. No son

resultado de una reflexión o deliberación. La persona los ha aprendido desde la infancia y los considera verdaderos, sin analizarlos. Suelen incluir contenido exagerado, en forma de debería, tendría y tienen consecuencias emocionales aversivas, catastróficas, tristeza, alarmas, etc., son las cogniciones más superficiales.

- B. Creencias intermedias. Éstas son proposiciones condicionales, actitudes o reglas en donde la temática expresada en las creencias nucleares se presenta aplicada a situaciones concretas. Constituyen, por lo tanto, una forma de operacionalización de las nucleares, en donde se establecen normas interpretativas sobre la base de las contingencias situaciones.<sup>11</sup>
- C. Creencias nucleares. Consisten en enunciados absolutos y globales respecto de uno mismo, las personas y el mundo. Son afirmaciones incondicionales referidas a la propia identidad y el entorno que se caracterizan por su tendencia a ser muy estables<sup>12</sup>

Las creencias nucleares constituyen el núcleo de lo que nosotros somos, nuestros valores, nuestras creencias más firmes e incommovibles, justamente por eso es que nos dan estabilidad y nos permiten saber quiénes somos. En cambio las periféricas o secundarias son más satelitales y no involucran a los aspectos centrales de la personalidad, por lo tanto pueden modificarse con más facilidad.

Obviamente entre estas dos posibilidades existirá una escala amplia, en cuanto a la importancia o centralidad que cada persona le atribuya a las creencias. Las creencias nucleares nos permiten decir quiénes somos, por ejemplo, al decir “soy varón”, aunque parezca una verdad obvia, es una creencia fundamental, más que una verdad, se trata simplemente de una creencia, ya que hay personas que siendo varones biológicamente hablando, creen que son mujeres y viven como

---

<sup>11</sup> Manual de terapia cognitivo conductual de los trastornos de ansiedad. Ricardo Rodríguez & Gielle Vetere. Editorial Polemos. 1ª Edición 2011 Pág. 31-33

<sup>12</sup> Beck, A., Freeman, A. y otros. (1995). Terapia cognitiva de los trastornos de la personalidad. Editorial Paidós. Barcelona.

tales, por lo tanto la afirmación sobre nuestro género, es una creencia. Al ser una creencia nuclear, no la cuestionamos y la damos por supuesta, nos da estabilidad como personas y nos permite a partir de allí construir y proyectarnos como seres humanos. Sobre esta afirmación y creencia básica es que se asientan otras creencias centrales, tal como la de “soy varón y me gustan las mujeres” o “soy varón y me gustan los varones”, estas dos opciones marcarán dos caminos distintos, pero la identidad de género no entra en juego, en los dos casos la afirmación central sobre el género ya está hecha. En el primer caso, un varón se dirá ‘soy heterosexual’. y en el segundo caso, se dirá ‘soy gay’ y a partir de allí se irán constituyendo otras creencias que dirán, quiero que mi vida sea de esta manera o de esta otra. En este ejemplo, vemos cómo las creencias se van consolidando a partir de ciertas afirmaciones nucleares, primero las creencias de género, luego las de orientación sexual, etc.

Podemos ver cómo las creencias comienzan a constituir un entramado de significaciones que van dando densidad a nuestra personalidad. Si las creencias nucleares son puestas en duda, se genera una sensación profunda de inestabilidad y angustia, porque todo lo conocido pasa a ser cuestionado, es como si se movieran los cimientos de un edificio, toda la estructura se mueve. Por eso cuando una persona se cuestiona sobre su orientación sexual, es frecuente que se angustie, mucho más aún cuando se cuestiona su género. Recordemos que uno de los factores que genera más estrés es la incertidumbre, por eso, no saber algo central respecto de nosotros mismos, puede ser tan angustiante.

Habitualmente las personas van a terapia porque alguna de las creencias básicas que le daban sustento, estabilidad y tranquilidad, es puesta en duda. Si una persona tiene la creencia: “Soy feliz con mi pareja”, puede sentirse muy contenta, tranquila y satisfecha, pero si a esa misma creencia le agrega un simple signo de pregunta, las cosas cambiarían drásticamente: ¿Soy feliz con mi pareja?, ya no suena tan lindo como antes. La duda y la incertidumbre respecto de alguna o varias creencias suele ser uno de los motivos por los cuales las personas comienzan terapia. Es común que las personas se angustien y estresen mucho

cuando no saben cuáles son las reglas de juego o no sepan aspectos importantes de su vida o su self, cuanto más relevante y nuclear sea lo incierto más angustia generará. En las relaciones afectivas por ejemplo, es importante para reducir la incertidumbre y hacer predecible dicha relación, establecer ciertos parámetros y reglas de funcionamiento, por eso necesitamos ponerle un nombre a la relación, ya sea decir somos novios, amantes, etc., habitualmente cuando no sabemos bien qué tipo de relación tenemos, el nivel de incertidumbre aumenta y puede transformarse en un foco estresogénico. Si no se sabe bien quien es el otro para nosotros y qué tipo de relación tenemos, tampoco queda claro qué tenemos que esperar del otro o qué se espera de nosotros mismos respecto de dicha relación.

La dinámica entre las creencias y los esquemas son la base de sustento de los síntomas, según la Terapia Cognitiva, por lo tanto el trabajo sobre las creencias es una labor central en este tipo de abordaje

Estas creencias brindan información respecto de cómo el paciente considera que deberían ser las cosas o su propio comportamiento y establecen reglas sobre cómo interpretar determinados acontecimientos.

Otras de las teorías en la terapia cognitivo conductual, es la teoría racional-emotiva denominada de esta manera por Ellis; ésta propone que las personas experimentamos los acontecimientos, no de una forma directa, sino a través de un discurso interno mediatizado por nuestras creencias.

De la racionalidad o irracionalidad de dichas creencias se derivan consecuencias afectivas y comportamentales distintas. Las creencias o ideas irracionales, que actúan de modo de filtro mediante el cual organizamos y damos sentido a lo que nos sucede, constituyen núcleos de vulnerabilidad personal que nos predisponen a la depresión, la ansiedad, la baja tolerancia a la frustración o a dificultades en nuestra relación con los demás.

Ellis sostiene que la aparición de problemas psicológicos o afectivos se asienta sobre la base de creencias como:

- Tenemos una necesidad absoluta de cariño y aprobación por parte de la gente que nos rodea
- Es horrible que las cosas no sean siempre como deseamos
- Necesitamos contar con el apoyo de alguien más fuerte o poderoso para desenvolvernos adecuadamente
- Tenemos que ser competentes en todo lo que emprendemos o de lo contrario nuestra valía personal estará en entredicho.

Algunas de estas ideas o creencias irracionales tienen que ver con una expresión normativa de nuestros deseos e implican que la realidad debería acomodarse a ellos. Otras aluden a la falta de control sobre los acontecimientos, abocándonos a una visión fatalista de la realidad; mientras que un tercer grupo hace referencia a la vinculación entre las competencias personales o profesionales que exhibimos y nuestro valor intrínseco. Las creencias irracionales, por tanto, nos llevan a percibirnos como seres desamparados, marionetas zarandeadas por un destino hostil, ante el cual es inútil intentar algo.

Pero estas creencias, en cuanto forman parte de nuestra identidad, suelen adquirir la forma de supuestos silenciosos que se exteriorizan a través de dos canales comunicativos: los monólogos internos y las reglas de supervivencia.

Los monólogos internos constituyen el lenguaje interiorizado con que nos hablamos a nosotros mismos, a través de este monólogo, interpretamos el mundo, nos formamos una imagen de nuestras virtudes y carencias, juzgamos lo que acontece a nuestro alrededor y hacemos predicciones sobre el futuro, depositando en ellos, ilusiones o desesperanzas.

En pocas palabras, mediante el monólogo interior que alimenta nuestras creencias nucleares, damos significados a la realidad, reaccionamos emocionalmente y actuamos de acuerdo con nuestros recursos percibidos y las exigencias de la situación.

Las reglas de supervivencia, por su parte, son los planos guía que nos ayudan a orientarnos en el cambiante territorio de una realidad que, hoy en día, se hace cada vez más difícil de prever. Constituyen los imperativos derivados de creencias y monólogos, e incumplirlos, puede tener el coste emocional de una transgresión moral.

De todo ello se deduce que creencias, monólogos, emociones, reglas de supervivencia y comportamientos, constituyen los elementos básicos de la estructura de la personalidad. Si todos estos elementos funcionan de forma coordinada y están basados en una racionalidad empírica, facilitan nuestro desarrollo personal.

En caso contrario, cuando las creencias nucleares son irracionales, el monólogo interno ilógico y las reglas de supervivencia imperativas de obligado cumplimiento devienen la depresión, la ansiedad o la desesperanza.<sup>13</sup>

#### **2.1.4 La cultura en la creación de introyectos**

Se refiere al conjunto de creencias, valores, normas, reglas, conductas, costumbres y cualquier otro hábito y capacidad adquirida por el hombre como miembro de una sociedad. La enculturación es un proceso en donde el niño o la niña aprenden de la cultura a la que ellos pertenecen.

La cultura, se adquiere mediante el proceso de enculturación, cuando el niño o la niña aprenden la cultura, en donde se encuentran inmersas las creencias, las normas sociales, los roles, costumbres, reglas, valores, normas, conductas, ideas y cualquier otro hábito y capacidad adquirida por el hombre como integrante de una sociedad. Existen dos tipos: la cultura ideal y la cultura real.

---

<sup>13</sup>La depresión dos enfoques complementarios. Giovanni Jervis.Editorial fundamentos 1ª edición 205 Pág. 39-42

La primera se basa en lo que la gente dice que deberían hacer y lo que dicen que hacen, el segundo se refiere al comportamiento real, tal como lo observa el antropólogo.

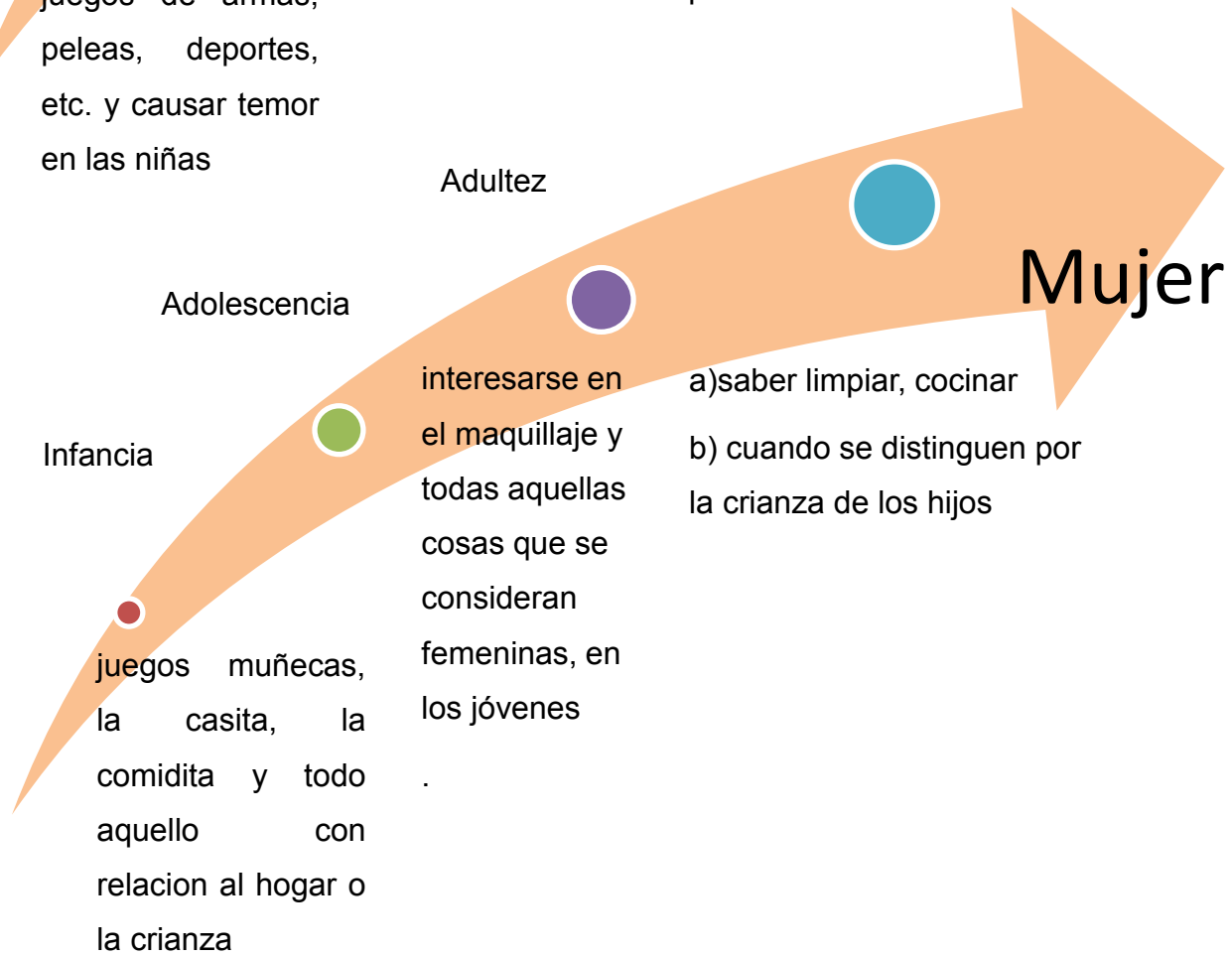
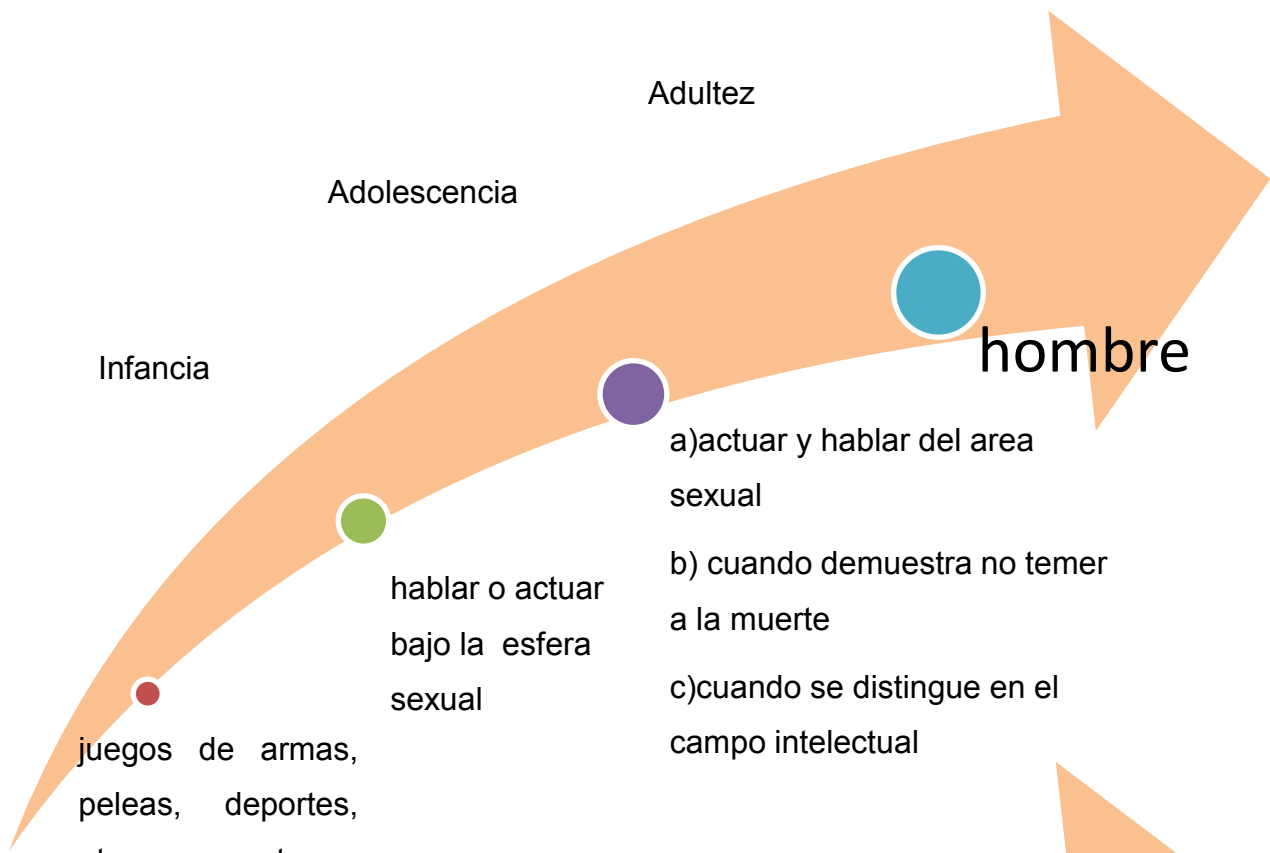
En México la estructura de la familia se fundamenta en dos proporciones principales:

- a) La supremacía indiscutible del padre (patriarcado) y
- b) el autosacrificio de la madre

Los niños y niñas aprenden todos estos factores mediante la observación, interactuando con otro miembro del grupo social o de manera inconsciente.

En México, las características o funciones que debe de cumplir un niño o una niña para convertirse en hombres y mujeres adultos se presentan en la figura siguiente:





Este aspecto con el cual un niño se desarrolla durante toda su vida es una influencia que regirá muchas de sus decisiones futuras, al momento de seleccionar una pareja.

## **2.2. Psicología Mexicana en la búsqueda de la pareja**

Según investigaciones realizadas por Rogelio Díaz, menciona que el mexicano en la adolescencia empieza con la búsqueda de la pareja, en el caso de los varones se puede iniciar esta búsqueda de dos maneras:

1.- La mujer ideal: ésta es aquella mujer ideal para el matrimonio, la cual debe de ser en otras palabras la mujer perfecta que cumpla con los siguientes requerimientos para la vida de matrimonio, los cuales son: ser casta, delicada, hogareña, dulce, maternal, no debe de tener malos hábitos o vicios, la belleza es enfocada en el rostro y no tanto en el físico.

2.- La hembra sexualizada: en este caso, el hombre sólo busca a la mujer para el aspecto sexual, en el cual se requiere que sea de buena apariencia física, según investigaciones, el ideal de la figura mexicana son mujeres de senos y caderas amplias, en especial caderas.

En el caso de las mujeres mexicanas, durante la adolescencia es cuando atraviesan el periodo más feliz de su existencia, ya que se convertirán en cualquier momento en la mujer ideal de algún varón, en esta etapa serán lo más sagrado para el varón, éste le demostrará su afecto a través de poemas, cartas, canciones y apodosos de amor que ellos adquirieron con el afecto de la madre a través de los años, sin embargo una vez casados, la mujer estará en otro nivel.

Dentro del matrimonio, los roles del hombre y de la mujer cambian a los que tuvieron en la etapa del noviazgo, de esta manera el esposo pasa a tener el control absoluto de la pareja y de los hijos y la esposa se dedicara a los hijos y a obedecer a su esposo.

Otro de los principales problemas dentro del matrimonio es la creencia del varón, que la esposa no debe de ser considerada para la satisfacción sexual del mismo, si no que esta vivencia sexual debe experimentarla con una amante para evitar que la esposa le sea infiel, por el placer que ahora experimenta o que se convierta en prostituta.

Es interesante analizar que en la actualidad, muchas de estas creencias negativas aun se encuentran vigentes, a pesar de que a través de los años la humanidad ha intentado eliminar esta creencia mediante los cambios en la educación, en la libertad y en la igualdad entre hombres y mujeres; sin embargo a pesar de todos estos intentos aún persisten en la época moderna y tienen la misma influencia en las relaciones de pareja.

### **2.3. Factores que intervienen en la selección de pareja**

Muchas de las proyecciones e identificaciones del amor ocurren sin que nos demos cuenta. De todas formas, ellas modelan la forma de relacionarnos emocionalmente con los demás. La proyección ocurre cuando uno mentalmente lanza, o proyecta, sus ideas y emociones difíciles (tales como la ira y el dolor) en otras personas a modo de defensa contra su propia ansiedad. Después reacciona a esas emociones a través de esa otra persona. La identificación ocurre cuando copia y refleja los sentimientos de otra persona, haciéndolos suyos, es decir, empieza a pensar, actuar y sentir como esa persona, a través de la identificación psicológica.

Estas operaciones de cubrimiento psicológico pueden empezar desde muy temprana edad. Según Helen Fisher, hacia los ocho años de edad, uno ya ha creado lo que el sexólogo John Money denomina, mapa del amor y lo ha grabado

fuertemente en su mente inconsciente. Un mapa del amor es una geografía interna o plantilla subliminal de lo que le excita y lo que no.<sup>14</sup>

Esto quiere decir que años antes de sentirse interesado por la sonrisa de su amante, su inteligencia o su carisma, su circuito cerebral ya había estado receptivo a determinadas pistas e imágenes, sonidos y situaciones. ¿Por qué? Porque los recuerdos, las imágenes, las películas, la familia y los amigos, los anuncios de la televisión, junto con las asociaciones fortuitas, todo forma una configuración inconsciente en su mente que son los modelos de su mapa de amor.

De acuerdo con la teoría del vínculo, tal como se presenta, la necesidad humana más importante es la relación con el otro. En este sentido, cuando los seres humanos buscan a una pareja, seleccionan a la persona que más se adapta a sus necesidades internas, las cuales no necesariamente son conscientes. Estas necesidades están determinadas por un conjunto de factores que incluyen aspectos de tipo interno y externo: por un lado, el tipo de vínculo con el que los padres criaron a la persona. Si fue criado bajo una base segura, el sujeto buscará a una pareja que cumpla con estas características para satisfacer sus necesidades, es decir, a alguien que pueda proporcionarle una base segura, que lo ame en forma segura y que esté siempre junto a él.

Por otro lado, hay un conjunto de factores importantes dentro del desarrollo del individuo, como las relaciones con sus compañeros o pares, el tipo de clase social a que pertenece, las características idiosincráticas del individuo y las experiencias particulares que el sujeto haya tenido en relación con la búsqueda de pareja.

Entonces, la relación de pareja va a estar determinada tanto por los estilos de relación del sujeto durante su infancia, como por aspectos que fueron apareciendo durante su desarrollo, como se mencionó.<sup>15</sup>

---

<sup>14</sup> Inteligencia Romántica. Mary Valentis & John Valentis. Editorial Amat 1ª Edición 2005. Pág. 74-75

El patrón de selección es inconsciente y debemos hacerlo consciente, no para que la gente se pase por ahí con una lista en la mano, tratando de ver quién le cuadra mejor según un inventario de atributos. Una vez que han hecho consciente su patrón de selección y reflexionado sobre él y la forma como lo han usado en sus elecciones previas, éste de alguna manera es más evidente a la hora de hacer elecciones.

### **2.3.1 Elementos del Amor**

Desafortunadamente el joven adulto que piensa en la elección de pareja, no se ha tomado con frecuencia el tiempo necesario para tener una definición razonable del amor y mucho menos valorar lo que significa para ellos como individuos. Es probable que cuando se les pregunte por qué se casaron, conteste que por amor. Sin embargo, si se les pide que expliquen lo que quiere decir, estarían en un aprieto.

Eric Fromm habla sobre los distintos tipos de amor. Es importante hacer algunas consideraciones sobre los principales conceptos:

El amor romántico, como su nombre lo indica, es aquel amor de fantasía, aquel amor perfecto con el que toda persona ha llegado a fantasear alguna vez, este es el famoso príncipe azul, las princesas de cuento, la idea romántica que se puede ver en cualquier cuento, película de amor, literatura romántica, programas de televisión, etc. En este tipo de amor, consiste en que cada uno de ellos proyecte en el otro las necesidades de éste. Es decir, yo veo en mi pareja aquello que yo tanto necesito tener. Esta imagen proyecta claramente, que no porque beses a un sapo, éste se convierta en príncipe. Sin embargo, ella lo besa con la esperanza y la seguridad de que éste se convertirá en príncipe.

---

<sup>15</sup>Solucionando los problemas de pareja y familia. Jesus Vargas & Joselina Ibañez. Editorial Pax Mexico. Cuarta edición 2006 Pág. 55-56

- El amor maduro, se compone por cuatro elementos básicos, como son:
  1. El interés constante por la vida y el acrecentamiento de la persona amada.
  2. La responsabilidad creativa por las necesidades físicas y psicológicas del otro.
  3. El respeto por la pareja, el poder verlo tal como es y reconocer su individualidad particular.
  4. El conocerse uno mismo.



- Amor profano o falsificado

Consiste en un amor o una relación totalmente negativos y es totalmente lo contrario a una relación madura, en este tipo de amor uno o ambos miembros de la relación se vuelven posesivos, egoístas, celosos, etc.



Se entiende, por tanto, que el amor romántico como el amor profano pueden ser resultado de innumerables introyectos o mitos con los que la pareja ha ido creciendo durante la infancia y a los cuales se enfrentan y ocasionan problemas desde el noviazgo y que afectarán en su futura vida conyugal, la relación idónea para que un matrimonio funcione sin introyectos o mitos es el amor maduro.

## 2.4 La relación de pareja

Definir el matrimonio o una relación de pareja no es una cuestión tan fácil como se cree, debido a que no se conoce realmente o no se ha plasmado una definición o una descripción acertada de la vida de casados. Sin embargo desde niños aprendemos de la relación con los padres y las creencias que nos inculcan y que se llevarán en la vida adulta, este material se puede adquirir de manera directa

con las típicas frases: “la madre tienen que dedicarse al hogar” o indirectamente observando las actitudes de papá o mamá con el otro.

Los niños son observadores, aunque no se den cuenta los padres, el hijo se da cuenta de los detalles grandes y pequeños de la relación de pareja que llevan los padres. Si bien es posible que los hijos no conversen con los padres sobre lo que están aprendiendo, ellos están sacando conclusiones sobre lo que sucede entre las personas que tienen una relación de pareja. Esas conclusiones se convertirán en una parte permanente de sus creencias y expectativas, y los prepararán para conformar sus propias relaciones cuando sean mayores.

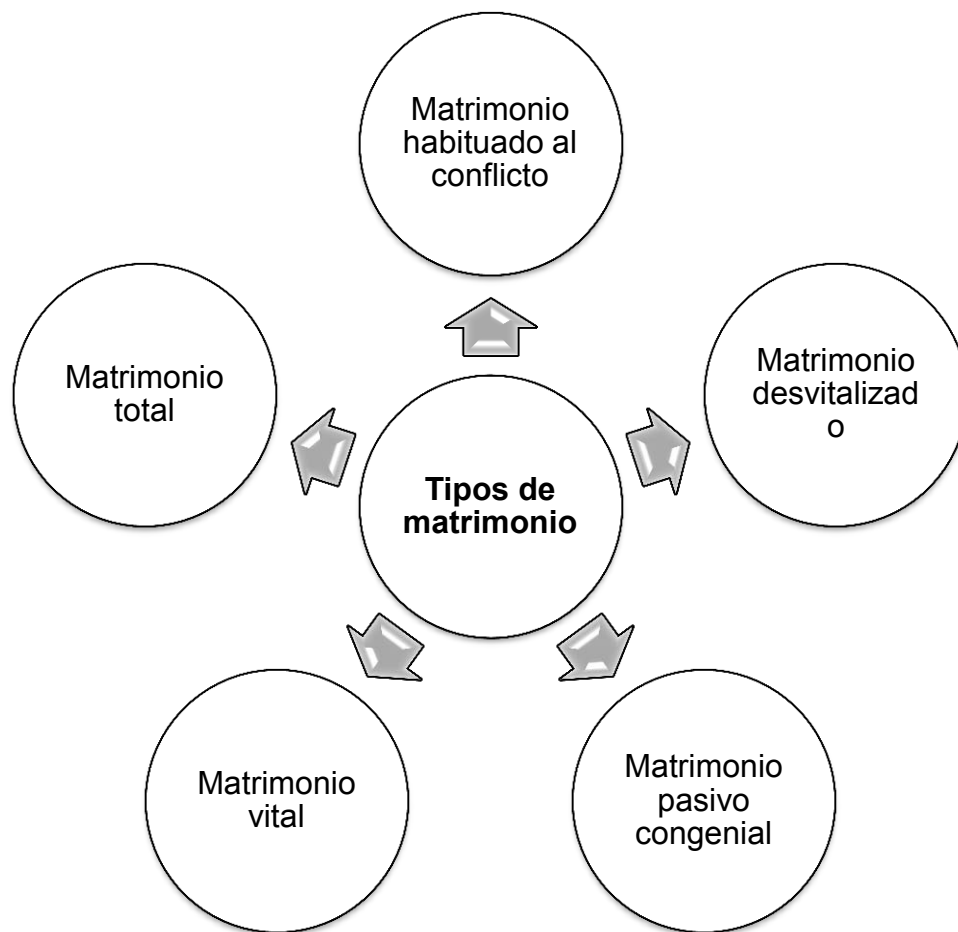
Los niños observan a sus padres a fin de darle sentido al mundo. También, son supremamente sensibles y receptivos a la atmósfera emocional que los rodea, y se compenetran con conflictos y tensiones que ni siquiera les competen de manera directa. Los niños quieren ser felices y se desarrollan mejor en entornos que les brinden paz y seguridad. Con el fin de evitar ser castigados o generar un problema, procuran entender las reglas, para luego experimentar hasta qué punto las pueden doblegar.

Sin embargo, los psicólogos han descubierto que los niños no necesitan aprender todo de primera mano, ya que aprenden mucho al observar las interacciones de los demás y aplican luego estas reglas a sí mismos.

Gran parte de lo que los niños observan acerca de la relación de pareja de sus padres se convierte en creencias que sólo son aparentes mediante la forma en que se interpretan los sucesos y se reacciona frente a ellos. Sin embargo, las creencias o introyectos sobre cómo debe de ser una relación se pueden rastrear a aquello a lo que se vio expuesta la persona en su familia de origen. Con frecuencia las parejas se sorprenden cuando comparan sus antecedentes y descubren los diferentes que pueden ser dos familias, cada uno de los cónyuges está convencido de que la manera en que se hacían las cosas en su propia familia es la manera correcta.

Lo que es preciso enfatizar es el poder de estas creencias tempranas. El conocimiento tácito que se absorbe en la niñez, conforman las creencias que ayudan a explicar la manera en que la cultura se transmite de una generación a la siguiente. Incluso cuando una persona está expuesta a un entorno diferente en la edad adulta, él o ella siguen aferrados a las creencias, los valores y las expectativas que adquirieron en el hogar de su niñez.<sup>16</sup>

Para explicar algunas problemáticas que existen en la relación de pareja es necesario explicar una clasificación de 5 tipos de matrimonio, los cuales no tienen relación en sí con la personalidad de la pareja, sino de los mitos que las personas poseen sobre el contrato matrimonial.



---

<sup>16</sup> Lo que los niños aprenden del matrimonio de sus padres. Judith P Sigel, familia y crianza pág. 4-9



Matrimonio habituado al conflicto: este tipo de parejas viven en constante riña y discusión. Aparentemente las necesidades mutuas de conflicto y tensión, mantienen unido al matrimonio, en un curso de vida generalmente batallante.

Matrimonio desvitalizado: Los esposos vuelven sus miradas a los primeros días de su matrimonio y recuerdan su amor, su excitante relación sexual y su estrecha identificación mutua. No obstante ahora están en rutina aburrida. Realizan las exigencias del estar juntos: criar los hijos, mantener las obligaciones hogareñas y sociales. Sin embargo, aunque hay poco conflicto en dicho matrimonio, existe poca intimidad y pasión.

Matrimonio pasivo- congenial. Es muy parecido al desvitalizado, salvo que la pasividad ha existido siempre. Los esposos parecen tener tendencia a moverse juntos, porque ambos deseaban estar casados, pero al parecer ninguno quería una intensa implicación emocional con el otro. En tales relaciones, muchas personas dedican su vida actual a vitalizar sus carreras o a sus hijos y encuentran el matrimonio como un telón de fondo conveniente para sus intereses principales en la vida.

Matrimonio vital. Las parejas encuentran su mayor alegría en la otra persona, pero todavía mantienen separadas sus identidades. Disfrutan haciendo cosas juntos y compartiendo sus sentimientos. Consideran su relación como lo mas importante en su vida. Cuando ocurren conflictos, éstos normalmente se producen en relación con asuntos importantes, no triviales, que por lo general se resuelven rápidamente.

Matrimonio total. Es como matrimonio vital, solo que en mayor grado. El estar juntos domina su vida entera y sus existencias totales parecen estar entrelazadas. Los esposos comparten todos los aspectos de su existencia y experimentan pocas áreas de tensión.<sup>17</sup>

---

<sup>17</sup> La pareja. Ernesto Rage. 2da edición 2002. Editorial Plaza y Valdez. Pág. 68-69

Estos cinco tipos de matrimonio giran en torno a las relaciones y a lo que las personas piensan que deberá ser el matrimonio, más que en torno a la personalidad. Ocasionalmente, dicen los autores, el matrimonio cambia de un tipo a otro, por lo general permanece dentro de su estilo. Estas clasificaciones pueden ayudar a comprender las relaciones a largo plazo de las cuales son capaces las personas y las muchas formas de matrimonio que pueden darse.

## **2.5 Recomendaciones para la selección de pareja**

Entonces, para elegir a la pareja, es necesario considerar los siguientes supuestos:

1. Seleccione a alguien que le resulte físicamente agradable
2. Asegúrese de que la persona tiene las características de personalidad que le interesan. Su capacidad para dar y recibir afecto, su disposición a brindar respaldo y protección, el respeto que muestre por las formas de ser de los demás, su deseo de proyectarse a futuro y hacer planes de vida, la capacidad para compartir las decisiones importantes, su postura ante las relaciones de poder, etcétera, suelen ser muy importantes
3. Atiende al nivel de cultura y académicos, la profesión; estos son aspectos que han de ser considerados suficientes por quien elige. La relación de pareja exige un buen nivel de comunicación y cada persona necesita un interlocutor con quien compartir sus ideas y su visión del mundo. No nos entendemos: "lo que para mí es importante, él no lo valora", es una queja demasiado común.
4. Fíjese en sus actitudes ante la producción y el dinero. Los aspectos económicos rigen la vida social de las personas y no pueden ser despreciados sin consecuencias. Una persona puede ser despilfarradora o excesivamente ahorrativa, pueden tener dinero sin producirlo. Es prudente evaluar los propios sentimientos ante estas situaciones.
5. Fíjese ante la actitud del trabajo. Hay una gama muy amplia entre aquellas personas a las que no les agrada trabajar, hasta quienes trabajan aún

durante el sueño y suelen generar emociones muy diversas en quienes tienen que compartir su vida con ellos.

6. Infórmese acerca de sus preferencias sexuales, su capacidad para negociar sus hábitos, su disposición a crear e inventar nuevos juegos y situaciones, entre otros aspectos.
7. Asegúrese de que las preferencias religiosas y espirituales pueden ser compatibles sin sacrificio.
8. Observe su actitud ante su familia y ante la propia, y evalúe su capacidad para negociar y redefinir algunas costumbres de la vida familiar previa.<sup>18</sup>

---

<sup>18</sup> Amores que duran...y duran... y duran Jesus M. Martine Editorial Pax Mexico.1ª edición 2006. Pág. 44-45

## **Capítulo 3. Metodología**

### **3.1 Metodología**

La investigación pretende analizar cómo las creencias negativas afectan en las relaciones de pareja, motivo por el que se selecciona a la institución del DIF municipal de Minatitlán, Veracruz, ya que allí se da apoyo psicológico en problemáticas de diferente índole. En este caso en particular nos enfocaremos en aquellos pacientes que actualmente presentan problemas en sus relaciones de pareja.

#### **Población**

La investigación requiere de un ambiente donde existan pacientes o individuos con afectación en la relación de pareja, por tal motivo se realiza en el DIF Municipal de Minatitlán, que está ubicado en la colonia Centro del citado municipio y que tiene como actual director al doctor Eduardo Candelera, quien nos menciona la siguiente información sobre la institución.

El objetivo del DIF es procurar acciones que promuevan el desarrollo integral de las familias del municipio y grupos en situaciones de vulnerabilidad, contribuyendo a mejorar la calidad de vida, a través de los programas preventivos y formativos que promuevan valores y encaucen el fortalecimiento social y familiar.

El DIF ofrece dos tipos de servicios, los que se dan directamente en sus instalaciones o de manera foránea en las zonas de mayor vulnerabilidad y necesidad en el municipio de Minatitlán. Realizan todo tipo de actividades: apoyo legal, consultas psicológicas, diferentes tipos de talleres para todas las edades, entre ellos de música, de repostería, entre otros, dan servicio de guardería, atención médica, entre otras.

En promedio atienden a 100 personas a la semana en atención psicológica en diferentes problemas psicológicos, desde una terapia individual, pareja e incluso

familiar, aplicando evaluaciones psicométricas para la custodia o seguridad del infante con los padres, en caso de estar discutiendo la custodia de manera legal.

### **Muestra.**

Se tomarán como muestra un total de 10 pacientes del DIF municipal de Minatitlán, a los que se les solicitará autorización para la aplicación de entrevistas y que asistieron a consulta por problemas con su vida de pareja.

Dentro de las características de estos pacientes se considerarán las siguientes:

- 1.- Pacientes de 18 a 60 años de edad.
2. Sexo indistinto.
- 3.- Estado civil indistinto (casados, unión libre, separados, divorciados).

### **3.2 Método de investigación**

La investigación se basa en un enfoque cualitativo, ya que requiere de un análisis detallado de la influencia de las creencias negativas en las relaciones de pareja, por lo tanto se estudia una determinada situación que conlleva a analizar u observar dicha problemática.

Es necesario conocer la opinión del paciente sobre las creencias negativas y las relaciones de pareja, a través del análisis detallado de: cómo las adquirió, quién se las transmitió, cómo ha afectado en su vida personal o de pareja entre otras que se analizarán más adelante en el apartado de instrumentos de investigación y en la conclusión o análisis de resultados. De este modo se pretende una información

exhaustiva y detallada de esta situación en particular que afecta o afectó en algún momento de su vida al paciente, en su relación de pareja.

La relevancia en las investigaciones de tipo cualitativas, es que permiten ver muchos aspectos subjetivos, difíciles de cuantificar y medir, como es el caso de las creencias negativas, ya que éstas dependen de diversos factores que pueden ser particulares e individuales de un grupo socioeconómico y debido a que es parte de la personalidad, es totalmente diferente de una persona a otra. Las opiniones de los pacientes y vivencias son totalmente personales y no son iguales entre un paciente u otro, por lo cual no es posible cuantificar dichas opiniones; sin embargo sí nos pueden dar una información relevante sobre el problema que se aborda en la investigación.

### **3.3 Métodos usados en la investigación**

La investigación cualitativa utiliza métodos diversos, como gama de estrategias que ayudarán a reunir los datos que van a emplearse.

Los métodos cualitativos se caracterizan por tener descripciones interpretativas, más que estadísticas para el análisis de los patrones existentes. Estos mismos ayudan a calificar la intención, experiencia y perspectiva de cada paciente.

Se usaron distintos métodos de la investigación que garantizan que los resultados arrojados son confiables.

#### **3.2.1 Método Observacional**

Este método se aplicó durante todo el proceso de las entrevistas, donde se verifican las respuestas del paciente en cada pregunta a través de sus movimientos corporales y gesticulaciones, que sirvieron de herramienta para abordar y lograr mayor información sobre esos puntos donde manifestaban cierto rechazo a contestar.

Durante el proceso se tomó anotaciones de cada respuesta que el paciente dio durante todo el proceso de la aplicación de los instrumentos de medición. De esta manera se pudieron corroborar los datos obtenidos entre los 10 pacientes para ver el grado de influencia de las creencias negativas en la relación de pareja.

### **3.2.2 Método Etnográfico**

Al analizar un grupo social en específico, que son pacientes que tienen una problemática en la relación de pareja o tuvieron, fue necesario buscar una institución donde se encontrara esta situación específica para poder analizar dicha influencia negativa de los introyectos en la relación de pareja,

El interés, es conocer cómo fue su experiencia, cuáles fueron las problemáticas dentro de la relación de pareja, qué aprendizaje adquirieron durante la relación, los errores que detectaron tanto en ellos como en sus parejas y cuál es su nueva expectativa acerca de las creencias negativas y de las relaciones en pareja.



### **3.3 Técnicas o instrumentos de medición.**

#### **3.3.1. Entrevista Semiestructurada**

La entrevista es una técnica muy valiosa en la investigación cualitativa porque recoge todo tipo de información de la gente acerca del problema que se está estudiando.

Se seleccionó este instrumento debido a que se realizó una serie de preguntas basadas en el tema específico de creencias negativas y relación de pareja; se realizó una breve entrevista con un total de 15 preguntas diseñadas para obtener datos del tema antes mencionado. Al ser preguntas abiertas, el paciente tiene la oportunidad para expresar sus ideas y creencias acerca de la temática y sus vivencias personales

Las preguntas antes mencionadas, sólo funcionan como guía al entrevistador para tomar como base, ya que dependiendo de cada respuesta y reacción en cada una de ellas, se podía analizar si la información adquirida era limitada, es decir, si el paciente contestaba sólo con un sí o un no, por lo cual se requiere profundizar con preguntas que no estuvieran dentro del formato de la entrevista aplicada para adquirir más datos sobre los temas de investigación.

Al ser preguntas abiertas, el paciente tiene la oportunidad para expresar sus ideas y creencias acerca de la temática y sus vivencias personales

Existen diferentes tipos de entrevistas que se pueden utilizar en este tipo de investigaciones, en esta ocasión se seleccionó la entrevista no estructurada, en profundidad o etnográfica. Ésta contiene la información sobre determinado problema y a partir de él establece una lista de temas, en relación con lo que se focaliza la entrevista, quedando a la libre discreción del entrevistador, quien podrá

sondear razones o motivos, ayudar a establecer factores, pero sin una estructura formalizada de antemano.

El tipo de preguntas que se aplican en la entrevista son abiertas para saber la opinión real del paciente acerca de la problemática o del fenómeno en específico, que en este caso en particular, son las creencias negativas.

### **3.3.2 Observación participante**

Durante la aplicación del instrumento de medición, se seleccionaron pacientes que estuvieran dentro de la misma vivencia, es decir, problemas en la relación de pareja, debido a que los pacientes tienen experiencias similares, fue enriquecedor para la investigación cada una de las vivencias, experiencias y conocimientos acerca de las creencias negativas e introyectos que vivieron durante su relación de pareja y que los llevaron al fracaso de la misma.

Se observaron las conductas y actitudes de las pacientes al momento de la aplicación de la entrevista para poder indagar más en aquellas preguntas que causaban alguna reacción en el paciente.

### **3.3.3 Cuestionario de áreas de compatibilidad-incompatibilidad (Carmen Serrat, 1980)**

Este cuestionario de manejo sencillo consta de una escala en la que la pareja valora su nivel actual de satisfacción en la relación y 38 ítems relativos a una amplia gama de áreas propias de la vida de pareja y familiar (finanzas, economía, educación de los hijos, trabajo...). El cuestionario permite detectar áreas problemáticas que pudieran existir y pretende discriminar también habilidad o

inhabilidad que la pareja pueda mostrar en la resolución del problema. En resumen, nos permite delimitar.

1.- Las áreas en que existe compatibilidad o acuerdo.

2.- Aquellas en que, cuando no existe acuerdo, la pareja tiene habilidad para la resolución del problema.

3.- Las áreas en que existe incompatibilidad o desacuerdo manifiesto.

4.- Áreas en que la conflictividad es tan alta que evitan hablar del tema.

#### **3.3.4 HTP**

Para verificar el objetivo, es necesario aplicar una prueba de personalidad, ya que las creencias negativas e introyectos se instalan en la personalidad del individuo durante su infancia y continúan en la etapa adulta.

El HTP es una prueba de fácil aplicación que nos otorgará subjetivamente características de la personalidad de cada uno de los 10 pacientes a los que se les aplicó la prueba y que nos servirá para corroborar junto con las otras pruebas aplicadas la credibilidad de la hipótesis planteada en el planteamiento del problema.

El material para la aplicación de la prueba consiste en tres hojas, lápiz, borrador, sacapuntas y un espacio adecuado, libre de distractores para que el paciente pueda concentrarse en las instrucciones.

Durante la aplicación a cada paciente se le pasa de una en una las hojas donde se le solicitará que dibuje una casa, un árbol y una persona; una vez concluidos los dibujos se realizarán una serie de preguntas de cada dibujo para poder enriquecer la información de cada uno.

## **Capítulo 4. Resultados**

#### **4.1 Análisis de resultados**

Para poder analizar los resultados, se describen las experiencias de 8 pacientes que se recolectaron a través de la entrevista, la observación participativa, el cuestionario de compatibilidad-incompatibilidad y la prueba de personalidad HTP, para poder analizar las vivencias y verificar las experiencias o creencias negativas que tienen en común las ocho experiencias.

##### **Paciente 1 (en adelante P1):**

Datos generales: Paciente femenina de 36 años de edad; religión, pentecostés; escolaridad, secundaria; estado civil, casada, sin embargo lleva tres años separada de su esposo (actualmente el esposo vive con otra pareja).

Motivo por el que asiste a consulta psicológica: la paciente asiste por problemas para aceptar la separación y por la infidelidad del esposo.

Indagando sobre la historia de la paciente, se descubre que sus padres se separaron cuando P1 apenas tenía 3 años de edad, la madre de P1 se vuelve a juntar cuando ella tiene 10 años.

Dentro de las actividades que recuerda que le enseñó su madre fueron las labores domésticas, a atender al marido, a lavar ropa, el quehacer de la casa, que las mujeres no deben de salir de casa y conocer, ya que las mujeres así son “locas”. El padrastro era una persona violenta, con vicios, demasiado posesiva y decía que las mujeres debían dedicarse únicamente a las labores del hogar, que no debían de trabajar y que debían atender al esposo.

P1 tuvo que salir de su casa a la edad de 17 años porque el padrastro intentó abusar de ella y al contarle a su madre la situación, ella no la apoyó e incluso le dijo mentirosa.

De la historia personal o amorosa de la paciente, nos comenta que su primer y único novio fue su exesposo, a quien conoció porque trabajaba en una panadería que estaba por su casa. Dentro de las cualidades que ella buscaba en un hombre, era una persona trabajadora, responsable, sin vicios y las encontró en él (alguien totalmente diferente a su padrastro). Ellos deciden casarse a la edad de 19 años, ella ya había pasado durante el noviazgo una infidelidad por parte de él, sin embargo ella decide casarse esperando que “él cambiara una vez casados” y porque él no tenía algún defecto que la hiciera cambiar de opinión.

Durante el matrimonio empezaron a ver cambios. Entre algunos, que no tenían buena comunicación, simplemente eran como dos adultos que vivían en la misma casa, con los hijos no hubo ningún problema, sin embargo él le prohibió trabajar por motivo de que él podía con los gastos de la casa, que él prefería que ella se dedicara a los hijos y al hogar, también le pidió que ella se hiciera responsable de las compras y que hiciera rendir el dinero.

La paciente P1 nos menciona que siempre fue coqueto su ex esposo, a las mujeres les ponía apodos, sin embargo no eran apodos ofensivos, sino todo lo contrario. Ejemplo de alguno de los que nos mencionó, fueron: 'nena', 'bebé', 'flaquita'. A la paciente no le gustaban este tipo de comportamientos de su esposo y sin embargo él siempre le dijo que un día le hartarían sus celos. No obstante la paciente nos menciona que ella no confiaba mucho en él, porque durante el noviazgo le había sido infiel.

Se separan por motivo de una infidelidad con una conocida en común de los dos, deja a sus hijos, no la apoya económicamente y ella actualmente trabaja haciendo

limpieza doméstica para poder sacar adelante a sus tres hijos, quienes se salieron un poco de control por esta situación.

Ella nos comenta que está harta de su vida, de sus hijos, que quiere ser libre porque ya no le ve ningún sentido a su vida.

En conclusión con la P1, detectamos ciertos introyectos, como son: las mujeres se deben de dedicar al hogar, a los hijos, no deben de trabajar, que en una relación de pareja no es necesario tener buena comunicación, siempre que la pareja esté llevando dinero a la casa, que la mujer debe estar encerrada en el hogar. Aprendió de la relación de su madre y el padrastro que las mujeres no podían decir lo que piensan o sienten, sólo acatar las órdenes del esposo, y hasta cierto punto la situación apresuró su decisión de casarse, ya que no tenía apoyo de ningún familiar y era muy joven, se sentía sola y abandonada por todos, como ella lo menciona al final de la entrevista.

Los resultados del cuestionario de compatibilidad-incompatibilidad en la pareja arrojaron los siguientes resultados: Los ítems que se requieren trabajar en terapia con mayor urgencia debido a que para la paciente son situaciones que no tienen solución, son: amistades, relaciones sociales de compromiso, celos y relaciones con familiares próximos. Las situaciones en las que existe solución, pero hay un conflicto constante, es el cuidado de los hijos, entretenimiento de los hijos y la familia.

HTP arrojó los siguientes resultados: paciente con problemas familiares fuertes, a tal grado que P1 siente que existe falta de afecto en el hogar por la ausencia del esposo, al cual le tiene una alta dependencia económica y emocional; motivo por el cual la paciente no puede actuar de manera adecuada en su ambiente familiar y emocional actual. Manifiesta rigidez, preocupación, inseguridad, aislamiento y frustración.



Conclusión. La P1 presenta creencias que combaten contra las de su exesposo y que ocasionaron la separación entre ellos, y que a su vez provoca en la paciente la capacidad de sobrellevar la separación y continuar con su familia.

### **Paciente 2 (P2):**

Datos generales: paciente de 50 años; religión, católica; escolaridad, contadora privada; estado civil, casada, sin embargo está separada de su esposo desde hace seis años, actualmente ella maneja su negocio propio.

Motivo por el que asiste a consulta: superar la separación con su esposo. Dentro de su comportamiento, la paciente fue muy renuente a dar muchos detalles, se tuvo que insistir en algunas cuestiones, ya que no estaba abierta para dar datos en la entrevista; era muy cortante con las respuestas o se escudaba en que habían pasado muchos años y no recordaba casi nada.

La paciente tenía una muy buena relación con ambos padres, su padre era trabajador de Petróleos Mexicanos y su madre se dedicaba a las labores del hogar. Dentro de lo que le enseñaron sus padres fue: ser una persona responsable, cumplir con los compromisos, estudiar (estos primeros fueron enseñados por su padre), nunca dejarse de los hombres, ser responsable de sus propias decisiones.

Ella se consideraba como una persona desconfiada desde que tuvo una experiencia en la preparatoria con uno de sus exnovios, que le fue infiel con una de sus amigas; sus relaciones no eran largas, eran sólo de meses, sin embargo al conocer al que es su esposo, vivieron varios lapsos de rupturas en el transcurso del mismo por diferentes motivos, entre ellos, una aparente infidelidad que hablaron en su momento, sin embargo la paciente nos comenta que lo perdonó, mas no confiaba al cien por ciento en él; no obstante sus cualidades (dentro de

algunas cualidades, la paciente nos menciona que tenía labia, que era empalagoso, atento, caballeroso y que tenía un excelente sentido del humor, lo único que ella veía malo era que era celoso) en ese momento eran más visibles que la infidelidad como tal.

P2 nos comentó las creencias de su esposo: la mujer no debe de trabajar, debe dedicarse a la casa, acatar las órdenes y no responder a lo que el esposo dijera, ni contradecirlo, la mujer no debía de tener amistades masculinas, que la mujer debía de saber hacer perfectamente las labores del hogar, entre otras. También nos describe que su esposo venía de padre y abuelos que habían llevado el mismo tipo de vida, hombres irresponsables que tenían más de una mujer a la vez, tomaban, agresivos y se iban de sus hogares.

Deciden casarse y aparentemente no existe ninguna modificación en el comportamiento del esposo, sin embargo le pidió que dejara de trabajar, lo cual fue una discusión entre ambos, ya que P2 siempre había trabajado, no obstante la discusión la ganó el esposo por motivo de que el primer hijo llegó a los pocos meses y el embarazo fue de alto riesgo. Nos comenta P2 que el paciente lo único que dijo cuando se enteró que serían padres, fue: "bienvenido sea, ya llegó"; nace su primer hijo e instantáneamente llega el segundo, en esta ocasión él sonó inconforme de que llegara tan rápido.

A partir de este embarazo, él modifica por completo su actitud; empieza a salir a fiestas, a emborracharse, a no llegar a casa, se vuelve violento; sin embargo la paciente comenta que a pesar de eso, ella seguía tratando que él cambiara, que se quedara con su familia, ya que se habían casado por la iglesia. La decisión de la separación la toma él, al decir que estaba harto de ella y de esa vida, tomó sus cosas y se fue.

Dentro de las afectaciones que tuvo la paciente nos menciona: que se volvió amargada, que tenía mucha ira, lástima, tristeza, soledad, miedo, entre otros.

En conclusión podemos observar los introyectos como son: el religioso, "unidos hasta que la muerte nos separe", las mujeres no deben de trabajar, la mujer tiene que mantener unida a la familia, debe de ser obediente, servicial, atender al esposo, si me pidió perdón no lo volverá a hacer o él va a cambiar. Pero también fue un aprendizaje inconsciente de la relación de pareja que tenían sus propios padres.

Los resultados del cuestionario de compatibilidad-incompatibilidad en la pareja arrojaron los siguientes resultados: Los conflictos más afectación a causa de las creencias de ambos fueron los siguientes: relaciones sexuales, celos, diferencias de personalidad y carácter. Estos puntos se manifiestan en los resultados de su HTP y de su entrevista.

HTP arrojó los siguientes resultados: paciente con conflictos familiares y con su exesposo, que provocan una sensación de falta de afecto en el hogar. Lo cual afecta a la paciente, ya que siente que el esposo se alejó por culpa de P2 y esta sensación afecta emocionalmente causando inseguridad, depresión, ansiedad.

Conclusión. La paciente y su exesposo tenían diferentes introyectos que los llevaron a una mala comunicación y relación, al grado de no poder sobrellevar las problemáticas de su vida diaria y los condujeron al fracaso. Sin embargo en la actualidad, en la paciente siguen afectando ya que aún tienen consecuencias emocionales y familiares.

### **Paciente 3 (en adelante P3):**

Datos generales: paciente femenina de 48 años de edad; religión, cristiana; escolaridad, licenciatura en Educación Preescolar; ocupación, ama de casa; estado civil, casada, actualmente separada.

Motivo por el que asiste a consulta: separación y autoestima. Al momento de la entrevista se mostró muy abierta y cooperativa.

P3 nos menciona que ella no fue criada por sus padres biológicos, sino que fue criada por sus abuelos, debido a que el padre abandonó a la madre y eso forzó a la mamá a trabajar para poder mantenerlos, por lo que nunca les dedicó tiempo.

Tenía mejor relación con su abuelo que con su abuela; su abuelo siempre le dijo que estudiaran, que se superaran para que en algún momento ellas se pudieran defender, la abuelita por el contrario siempre le dijo que tenía que ser obediente, que no podía responder, ni decir las cosas que pensaba, valores, respeto, una mujer en toda la extensión de la palabra (es decir, una mujer era aquella que tenía por objetivo casarse, tener hijos y atender la casa y al esposo)

Cuando fue cuestionada sobre cómo era la relación de pareja de sus abuelos, ella nos menciona que como las relaciones de antes, donde la mujer sólo se dedicaba al hogar, a los hijos; aunque estuviera inconforme con alguna situación con su abuelo, su abuelita nunca daba su opinión. Sus abuelos no la dejaban salir, la tenían muy cuidada, la llevaban y la dejaban todo el tiempo.

A su esposo lo conoce cuando ella estudia la licenciatura, sin embargo la relación de ellos era de verse una vez cada quince días, ya que él trabajaba como embarcado; a pesar de que se veían una sola vez, ella menciona que el día era de

calidad, que era muy cariñoso y atento. Aún así, se separan, él la deja por otra mujer, aunque en la actualidad sigue diciéndole que ella es el amor de su vida.

Los resultados del cuestionario de compatibilidad-incompatibilidad en la pareja arrojaron los siguientes resultados: conflictos, relación extramatrimonial. P8 menciona los siguientes ítems: finanzas, trabajo de esposa, quehaceres familiares, entretenimiento como familia, amistades, relaciones sociales, valores, celos, filosofía de vida, personalidad y temperamento, gustos y hobbies.

HTP arrojó los siguientes resultados: la paciente se muestra rígida con dependencia a sus hijos, le genera ansiedad la falta de afecto en el hogar, al igual que no saber cómo tratar actualmente con su pareja.

Conclusión. La paciente muestra problemáticas en el área emocional y no sabe cómo reaccionar ante su pareja, las creencias de vida la están afectando, ya que no llegan a un acuerdo sobre ciertos temas que no abordan para su solución.

#### **Paciente 4 (P4)**

Datos generales: fémina de 27 años; estado civil, casada (tiene de casada 8 años); escolaridad, licenciada en Pedagogía, se dedica a trabajar en Petróleos Mexicanos; religión, Católica.

Motivo de consulta: problemas de comunicación con la pareja.

Empezamos con la historia familiar de la paciente, con los padres, sus padres siguen viviendo juntos en unión libre desde hace 30 años, al preguntarle a la P4, cómo era la relación con sus padres, nos comenta lo siguiente: "con mi papá era

nula, no existía y evitaba discutir con él, siempre le daba la razón; con mi madre es buena hasta la fecha".

P4 nos comenta que la relación de sus padres era mala, aún a la fecha es mala, ya que su padre siempre ha sido infiel, entre los padres siempre hubo agresión verbal, no han llegado a golpes. Otro motivo de discusión entre ellos es el dinero y los gustos. Ambos padres trabajaban, no obstante la madre siempre fue quien aportó para la casa, el papá no pagaba nada. A pesar de dichos problemas entre los padres, la madre siempre fue hogareña: limpiaba la casa, cocinaba, criaba a sus hijos, veía por las cuentas de la casa y siempre dijo que mantendría a su familia unida.

La paciente nos comenta que de su padre adquirió su carácter fuerte, egoísta, orgulloso y que siempre tienen que tener la razón; mientras que de su madre adquirió sus valores, respeto, tolerancia, habilidades creativas, tener unida a la familia, administrar el dinero, atender al esposo, limpiar y cocinar.

Sin embargo ella nos comenta que su padre para ella era su abuelo, ya que se crió con él y menciona que el abuelo era una persona cariñosa, tierna, amorosa; cuando fallece el abuelo, ella se coloca la meta de terminar sus estudios y por tanto a no tener relaciones sexuales hasta alcanzar sus metas

Le preguntamos a la p4 sobre su vida personal en aspecto de relaciones de pareja, a lo que comenta lo siguiente: "de la secundaria a antes de mi esposo sólo tuve 5 novios, con los que en promedio duraba 7 meses"; al cuestionarle porqué duraba tan poco con ellos, nos menciona que sólo eran novios de vacaciones y que no radicaban en la misma ciudad que ella, por lo que no era fácil tener una relación a distancia.

Su ahora esposo lo conoce en la preparatoria, ya que estudiaban en la misma escuela, estuvieron como amigos un año, cuando deciden empezar una relación de noviazgo, p4 nos comenta que decide iniciar esta relación, ya que el esposo era: afectuoso, atento, tenía metas de vida y dentro de sus proyectos a corto plazo se encontraba terminar la escuela, casarse y tener hijos, por lo que ella decide aceptar casarse, aún sin haber terminado los estudios y sin tener una casa o un departamento dónde vivir.

Antes de abordar más en la entrevista en base a su relación, le solicitamos a p4 que nos dijera, a su punto de vista, cuáles eran las creencias de su esposo acerca de la vida en pareja o en este caso, la vida de casados, p4 nos menciona que para su esposo dice que el hombre es el que siempre tiene que dar el apoyo económico o el sustento, que el hombre no tiene porqué ser tan emocional o demostrativo, que la mujer debe de dedicarse a las labores del hogar y que siempre la mujer debe de atender al hombre, sin importar que ella trabaje o se dedique al cien por ciento al hogar y que el hombre no debe deslindarse de su madre, siempre debe de ver por ella, que los hijos tienen que entender a los padres, ya que si no les dedican la atención necesaria es por un motivo.

Estas creencias que nos menciona las empezó a notar o escuchar directamente de su esposo desde que se casaron a la fecha, como se podrá observar a partir del siguiente párrafo.

De su vida de casada nos comenta que los dos primeros años son muy difíciles, ya que él desde el primer día de casados cambia totalmente sus actitudes con ella. P4 comenta que sentía que su esposo se comportaba como soltero, que salía todas las tardes con sus amigos; ella sentía que no la respetaba, ya que nunca le informaba que saldría con sus amistades y lo sentía distante emocionalmente; sin embargo ella nos comenta que en las relaciones sexuales en este momento aún no tenía problemáticas, ya que seguía siendo divertido y nada rutinario.

Con la llegada de su primer hijo, el esposo cambia esta actitud de soltería y empieza a enfocarse a p4 y a su hijo, el segundo hijo lo pierden, ya en un embarazo casi a término y en este momento es que nos menciona p4 que toman una plática a profundidad sobre su matrimonio, ya que el esposo está más fuera de casa, las relaciones sexuales disminuyeron, los reclamos y la distancia que se habían tomado debido a que la madre del esposo cayó en enfermedad y dedica más tiempo a la madre que a su propia familia, motivo por el que deciden hablar acerca de su relación; según p4, ambos se comprometieron a mejorar en estos puntos y a dedicarse más tiempo, pero la situación no cambia y la paciente actualmente ya tiene 2 hijos y nada ha mejorado.

Analizando la entrevista de la paciente: inconscientemente adquirió creencias de la relación de los padres, como es en el caso de atender al esposo, mantener a la familia unida pase lo que pase, cubrir sus necesidades fuera de casa (esto ya que la paciente p4 está experimentando nuevas experiencias fuera del matrimonio), como mujer que ella sea quien más aporte a la casa, criar a los hijos, el orgullo y la necesidad de siempre tener la razón, lo que afecta a tener una comunicación adecuada con la pareja y las creencias del esposo que obstaculizan en su relación de pareja.

Los resultados del cuestionario de compatibilidad-incompatibilidad en la pareja arrojaron los siguientes resultados: la paciente menciona que los ítems donde tienen una problemática fuerte por las diferencias de creencias son: valores y criterios morales, lo social, relaciones sexuales, hábitos personales, diferencia de personalidad y carácter y por último las relaciones con familiares próximos, los cuales son ítems que también se manifiestan en las respuestas de su entrevista y en los resultados HTP. Entre las situaciones que a consideración de la paciente son temas de constante discusión, pero que llegan a una solución son: finanzas, comidas, compras, trabajo del marido, trabajo de la paciente, tareas domésticas, tiempos con los hijos y con la pareja, demostraciones de afecto, celos.



HTP arrojó los siguientes resultados: La paciente presenta problemas en su ambiente familiar, manifiesta rigidez, que deriva del trauma de la pérdida de su segundo hijo (se puede observar en el dibujo del árbol), esto le ocasiona rigidez hacia su familia, no le permite tomar decisiones en base al diálogo y debido a las diferentes creencias, vive en conflicto. La rigidez no le permite solucionar estas situaciones que se reflejan en el cuestionario de compatibilidad-incompatibilidad y en la entrevista. Emocionalmente la paciente se encuentra con sentimientos de ansiedad y necesidad de seguridad.

Conclusión: la paciente y su esposo manifiestan diferentes creencias, sin embargo por la diferencia de personalidad y carácter, éstas no pueden ser solucionadas y actualmente la distancia entre ellos en todas las áreas como pareja sigue aumentando, ocasionando que empiece a afectar a sus hijos.

### **Paciente 5 (P5)**

Datos generales: sexo, masculino; edad, 48 años; estado civil, casado, actualmente tiene 28 años de casado; trabaja en Petróleos Mexicanos; religión, católica.

Motivo por el que asiste a consulta: mejorar la comunicación con la pareja.

El paciente 5 vivió con su padre y su madrastra, debido a que su madre biológica lo abandonó, nunca se hizo responsable de él. La relación con su padre era muy buena, ya que el paciente nos comenta que lo acompañaba a todos lados; del padre aprendió que debía cumplir con sus obligaciones, mantener a la familia, cuidar el trabajo. Cuando le pedimos que nos describiera cómo era su padre, p5 comenta lo siguiente: "enojón, posesivo, mandón, afectivo, cariñoso". Le preguntamos cómo era la relación entre su padre y su madrastra y comenta que su padre siempre le fue infiel a su madrastra, sin embargo ella permaneció con el

padre. Menciona que su madrastra siempre fue una persona dedicada al hogar, a los hijos, siempre atendía al papá, le daba de comer, le lavaba, le planchaba. P5 describe a su madrastra como una mujer obediente y sumisa, ya que nunca discutía las decisiones del esposo.

Cuando se le cuestiona cómo fueron sus primeras relaciones de pareja, p5 comenta lo siguiente: no recuerdo cuántas novias tuvo, sin embargo sí hubo una novia a la edad de 12 años con la que duré un año, que me gustaba por el físico, era atenta y cariñosa, fue su primera relación sexual y terminaron por motivo de que ella se fue a estudiar a otra ciudad, él menciona que esta separación le afectó y que después de ella sólo tuvo novias de vacaciones y en otras ciudades.

Conoce a su ahora esposa en el trabajo y al preguntarle qué es lo que le atrajo de su pareja, él responde que su manera de caminar, su rostro (físico), se hacen novios por 8 meses y él le propone matrimonio, para esto él tenía 19 años de edad y su esposa es 5 años más grande que él. Al comunicarle p5 a sus padres la noticia de sus planes de matrimonio, ellos se opusieron, ya que era demasiado joven.

Cuando se le pregunta por qué motivo decide el casarse, nos comenta que porque la relación era como miel sobre hojuelas, se veían todos los días, tenían muchas relaciones sexuales, se la pasaba muy bien con su esposa porque era guapachosa, divertida y fiestera.

Antes de abordar al paciente sobre su vida de casado, se le solicitó nos comentara sus creencias sobre la relación de pareja o la vida de casados. Para el paciente la mujer tiene que dedicarse al hogar, atender al esposo, tener relaciones sexuales con frecuencia, que la mujer debe ser sumisa, no ser respondona, que debe ser afectiva, cariñosa, dedicarse tiempo, salir.

Durante su primer año de matrimonio todo fue perfecto, seguían saliendo a fiestas todos los días, tenían relaciones sexuales, todo estaba bien. Se embarazan, pero pierden al bebé a los pocos meses de gestión; él comenta que ambos quedaron afectados, sin embargo a su esposa le afectó mucho más que a él.

Al año quedaron nuevamente embarazados y en esta ocasión el bebé se logra, a partir de este nacimiento la relación empieza a cambiar: las relaciones sexuales fueron con menor frecuencia, él menciona que su esposa se enfocó más en su hija y dejó de atenderlo, sin embargo a pesar de hablarlo, menciona que todo siguió igual.

Después de 5 años tienen a su segundo hijo y aquí definitivamente siente que su esposa lo trata de manera indiferente. Ya no salían juntos como antes y casi no salían como familia; si él quería salir con sus amistades, eso le ocasionaba una discusión segura con su pareja, por lo cual se sentía también aislado.

Le preguntamos cuáles eran las creencias de su esposa en base a su matrimonio: dedicarse a los hijos, hacer los quehaceres del hogar, las relaciones sexuales pasaban a segundo término, las amistades o salidas también estaban en segundo término, el esposo tenía que estar en casa, dedicarle tiempo a la familia, el esposo no debe de salir con las amistades.

Él nos menciona que tuvo una aventura, se separó de su esposa por unos 6 años, por motivo de que en la otra persona recibía la atención sexual y emocional que no tenía ya en su vida de casado, sin embargo esta relación no funcionó y regresa con su esposa nuevamente.

Cuando le preguntamos por qué decide regresar nuevamente con su esposa y no buscar una nueva relación, él comenta lo siguiente: "regresé por mis hijos, porque sentí que ellos ya no me querían, ni se interesaban por mí y porque los dos en

este momento ya son universitarios y están viviendo en otra ciudad, por lo cual, pues yo creo que nuestra relación va a ser -y corrige- estoy seguro de que será como antes de que llegaran los hijos, va a volver a ser atenta conmigo, cariñosa, se enfocará en mí porque ya no están nuestros hijos".

Los resultados del cuestionario de compatibilidad-incompatibilidad en la pareja arrojaron los siguientes resultados: existe una situación que es punto de discusión entre la pareja y que sin embargo no se aborda para su solución y es la filosofía de vida. Para el paciente las problemáticas que afectan de manera constante y que no tienen una solución en su vida actual de pareja son: quehaceres familiares, entretenimiento con los hijos, amistades, educación de los hijos, puntos de vista conservadores actuales, celos, diferencia de temperamento y personalidad. Aquellas situaciones que ocasionan conflicto entre ellos, pero que a punto de vista de él tienen solución son los siguientes ítems: tiempo con la familia, finanzas, relaciones extramatrimoniales y demostraciones de afecto.

HTP arrojó los siguientes resultados: paciente que presenta un gran sentimiento de aislarse del mundo externo por la lucha interna de sus creencias e ideas acerca de su vida y de su familia, lo cual a su vez le ocasiona cierta depresión e inseguridad acerca de sus decisiones y problemas familiares.

Conclusión. En base a los datos que se consiguieron de los tres instrumentos aplicados podemos concluir que el paciente tiene una lucha interna con sus creencias de él y de su esposa y su filosofía de vida actual que le ocasionan rigidez para modificar aquellas conductas que le ocasionaron en su relación pasada el fracaso de la misma.

## **Paciente 6 (P6)**

Datos generales: mujer de 49 años; actualmente separada (4 años); religión, católica; ocupación, ama de casa.

Motivo de consulta: autoestima y licenciado para divorcio.

La relación de la paciente con sus padres fue nula, a su padre nunca lo conoció y su madre, al ser soltera, siempre trabajaba y cuando estaba en casa nunca les dedicaba tiempo o atención, únicamente les llamaba la atención y los regañaba. Fue criada por sus abuelos, quienes para ella eran un matrimonio estable.

Le solicitamos a p6 que describiera cómo era la relación entre sus abuelos, a lo que nos respondió lo siguiente: "nunca vi pelear a mis abuelos como tal, mi abuelita era muy atenta con él, siempre le tenía la comida lista, la casa limpia, ella nunca discutía de las instrucciones que le daba mi abuelo y mi abuelo pues aportaba a la casa, nunca trató mal a mi abuelita, ni la maltrató, no vi muestra de afecto entre ellos, de vez en cuando mi abuelo le llamaba la atención a mi abuela porque tal vez quería comer otra cosa". Aprendió de sus abuelos a portarse bien, no juzgar a las personas, respetar a los mayores, las labores del hogar.

En su vida amorosa ella nos comenta que en promedio tuvo 12 novios antes de su esposo y que una de sus relaciones sí fue de importancia para ella, ya que 3 años lo conoció en la secundaria, era un chico con apariencia física agradable o atractiva, muy afectivo, cariñoso, sin embargo ella menciona que era muy ojo alegre, que durante el noviazgo le llegaron a decir que le era infiel, no obstante ella lo dejó hasta que realmente lo comprobó. Le preguntamos si este rompimiento no afectó su confianza y ella comenta que no.

Le pedimos a p6 que nos mencionara cuáles eran sus creencias sobre la relación de pareja, a lo que ella se vio renuente a contestar, ya que menciona que nunca pensó en sí, qué era vivir en pareja, sin embargo lo que sí nos respondió fue que la mujer tenía que ser atenta con el esposo, el hombre debía ser el proveedor de la casa, tener hijos y que la familia permanezca unida.

Nos comenta que conoce a su esposo en donde trabajan, ella tenía 18 años y él es 13 años mayor. Ella comenta que lo primero que le agradó fue su apariencia física y que era un ingeniero. Su relación de noviazgo inicia apenas después de salir durante 2 meses, p6 acepta ser su novia, ya que lo considera una persona atenta, cariñosa, detallista y se veían todos los días.

Se casan a tan sólo 1 año tres meses de novios y ella nos menciona que el motivo principal por el que aceptó casarse, fue porque le gustaba mucho el físico. El primer problema que tuvieron en su relación es que él le pidió a p6 que dejara de trabajar, ya que él quería tener hijos y ella le mencionó que aun no quería, sin embargo ella queda embarazada y él le ordena que dejara de trabajar y se dedicara al hijo, a lo cual en su momento ella no lo tomó a mal y aceptó. Se embaraza de su segundo hijo y decide operarse para no tener más hijos, cuestión que al esposo le incomodó, ya que él quería tener 3 hijos.

A partir de los hijos, su relación empieza a cambiar a pesar de que ella siempre lo atendió. El esposo empezó a distanciarse, a cumplir únicamente con el dinero, sin embargo ya no le dedicaba tiempo a ella, era como una visita. Todo empeoró ya que su esposo empezó a tener trabajos fuera de la ciudad y las visitas eran muy poco frecuentes, ella manifiesta que muchas veces habló con su esposo para solucionar la situación y sin embargo él nunca la escuchó, siempre le dijo que estaban bien, que a ellos no les faltaba nada, que o les compraba la casa, el carro, la escolaridad de los hijos o lo seguían por todas las ciudades donde él estuvo trabajado. Las relaciones sexuales eran ya inexistentes, a pesar de esta situación

decide permanecer junto a su esposo por la economía y por los hijos para que no carecieran.

Actualmente ella tiene 4 años separada de su esposo, debido a que le informaron que él ya tiene otra familia y un hijo, y ya no los va a visitar, ni deja que su familia lo visite, motivo por el cual ella asiste al DIF para el apoyo con licenciado para realizar las averiguaciones correspondientes y poder tramitar el divorcio logrando que el esposo pague la casa que compró y la pensión que le corresponde.

Le preguntamos a p6 qué sería lo que ahora buscaría para una relación de pareja y nos comenta que ella buscaría un hombre que la hiciera sentir mujer, que de verdad la quisiera, que le demostrara siempre afecto, sin importar que su nivel económico no fuera el mejor.

Analizando la entrevista detectamos que el esposo tiene las siguientes creencias: la mujer no debe de trabajar, la mujer debe de dedicarse a los hijos, el hombre debe de casarse para tener hijos, el hombre no debe de ser afectivo, tan sólo debe de ser un proveedor, la mujer debe de atender al esposo y obedecer.

Los resultados del cuestionario de compatibilidad-incompatibilidad en la pareja arrojaron los siguientes resultados: el único ítem que marcó como problemática fue el trabajo del esposo.

HTP arrojó los siguientes resultados: paciente presenta falta de afecto en el hogar debido al problema actual con su pareja y éstos a su vez desbordan sentimientos de inseguridad y depresión que no le permiten solucionar sus conflictos familiares y personales.

Conclusión: el cuestionario de compatibilidad- incompatibilidad no arrojó mucha información debido a que por el trabajo del esposo en realidad en todos estos

años de casado no han vivido como pareja, cada quien ha vivido en diferentes ciudades sin tener oportunidad de experimentar esta vida; no obstante la evaluación HTP junto con la entrevista sí nos muestran cómo las creencias afectaron en su vida de pareja al grado de dañar a la paciente emocionalmente.

### **Paciente 7 (P7)**

Datos generales: masculino de 27 años; ocupación, maestro de nivel primaria; religión, católica; actualmente casado, tiene 8 años de matrimonio.

Motivo de consulta: llevar una mejor comunicación con su pareja.

Iniciamos la entrevista con las preguntas acerca de su relación con sus padres y p7 nos comenta que sólo tenía una relación con su mamá, ya que su padre hasta la fecha es una persona aislada que nunca ha convivido con él o con sus hermanos. P7 tiene 5 hermanos. Le preguntamos cómo era la relación de sus padres, a lo que nos responde que era una relación terrible, ya que su padre era alcohólico, vivió violencia intrafamiliar. Abordamos si él en alguna ocasión escucho que su madre quisiera dejar a su padre y P7 nos comenta que sí, sólo que no lo hizo porque a la mamá le preocupaba el qué dirán y qué haría con todos sus hijos.

A pesar del trato que la madre recibía por parte del padre, P7 nos comenta que su madre siempre atendió al 100% a su padre, siempre le tenía la comida preparada, la ropa limpia, la casa arreglada a pesar de que la mamá tenía que trabajar (la señora tiene negocios propios), para poder sacar adelante a sus hijos ya que el padre a pesar de tener un buen trabajo no aportaba a la casa. Según P7 nunca vio señales de afecto entre sus padres.

Le preguntamos cómo era su madre con él y con sus hermanos, P7 nos cuenta que ella fue siempre una persona muy atenta, que incluso ella habló con él sobre



los temas que normalmente un padre habla con sus hijos varones, como en el caso del sexo. Sin embargo que por el trabajo de la mamá estuvieron, y lo ponemos con exactas palabras del paciente, "aislados", ya que nunca les dio permiso de salir con amigos, a fiestas, las únicas reuniones o fiestas que tenían eran en su casa y con familiares.

Motivo por el cual el paciente a la fecha sólo considera tener un único amigo, a quien conoció desde la secundaria y en la actualidad se siguen frecuentando.

Abordamos la temática sobre las relaciones interpersonales con el sexo opuesto. Solicitamos nos mencionara cómo habían sido sus experiencias. Él nos comenta que sólo tuvo dos novias antes de su ahora esposa. La primera fue en la prepa, duraron 2 años; sin embargo, por distancia no funcionó la relación, y la segunda en la universidad, que fracasó por la misma situación. Al ver la distancia como factor común, abordamos la pregunta: ¿Que si había tenido una relación que le afectara emocionalmente?, P7 nos responde que le afectó su primera relación sexual, ya que fue con su niñera, sin embargo él nos cuenta que ella empezó a tocarlo y que él no tuvo oportunidad de decidir si quería o no, simplemente pasó a sus 14 años de edad y menciona que esa experiencia fue desagradable. Le preguntamos si alguna vez le había comentado a su madre, él nos responde que no, por miedo a que ella no le creyera, y después de esta situación presenta ciertas inseguridades y desconfianzas con las mujeres. Aunque también nos comenta que no le dio mucha importancia a las relaciones porque estaba enfocado en los estudios y el trabajo.

Antes de continuar con la información sobre su relación, le solicitamos a P7 que nos dijera cuáles eran sus creencias acerca de cómo debería ser la vida de pareja, P7 responde lo siguiente: "Que tu esposa siempre te tiene que demostrar amor, que siempre debe estar enfocada a atenderme cuando llegue de trabajar, cuidar de los niños, trabajar para sacar la familia adelante, que ella no se sintiera más

que yo por su trabajo o por aportar más a la casa, que hubiera buena comunicación, convivencia, que mi esposa siempre tuviera impecable la casa, mi comida lista".

Una vez que él respondió la pregunta anterior, empezamos con las preguntas: ¿cómo conoció a su esposa?, ¿qué fue lo que a él le agradó de ella?, ¿cuánto tiempo duró la relación antes de llegar al matrimonio?, ¿qué tomó en cuenta para decidir casarse?

P7 nos responde que conoció a su esposa en la universidad, que al principio no se tragaban, ya que a ella le molestaban los malos hábitos de P7; él nos da el ejemplo de los eructos. Sin embargo decidieron darse una oportunidad, salieron 1 año 6 meses, él nos dice que le gustaba de ella su alegría, lo romántica que ella era, dedicada y atenta. Comenta que nunca hablaron sobre que esperaban los dos sobre el matrimonio o si tenían metas en común, para él era suficiente la forma en que ella lo trataba, por lo cual deciden casarse.

Se casan y los primeros 2 años de matrimonio fueron terribles, P7 argumenta que al momento de casarse él se sintió "libre", que no tenía que estar más encerrado o bajo las reglas de su madre. A lo que se realizó la pregunta: ¿cómo fue esta libertad?, él decía que se iba a jugar con sus amigos, salía con ellos, lo que nunca pudo hacer mientras vivió con su madre y que esto le ocasionó muchos problemas con su esposa, independientemente de que los primeros 5 meses no tenían una economía para rentar.

Esta situación cambia cuando se entera de que su esposa está embarazada, se lleva a vivir a casa de su mamá a su mujer y empieza a cambiar su actitud y a dedicarle tiempo a su esposa. Sin embargo esta actitud no dura mucho, ya que ella se embaraza nuevamente y pierde al bebé al término del embarazo, lo cual afecta a los dos. P7 comenta que con la pérdida, su esposa se aísla por completo,

se hace huraña, no quiere tener relaciones sexuales con él por temor a salir embarazada y ante esta situación P7 recurre a la libertad otra vez para no tener que discutir con su esposa, sin embargo en esta ocasión, él nos comenta que se iba a un bar solo, a tomar unas cervezas.

P7 comenta que tuvieron problemas debido a que su esposa no quería pasar nuevamente por una pérdida y P7 insistía que debían de darle un hermano a su hijo. Por los problemas entre ellos, ella le confianza hasta los 6 meses de embarazo que nuevamente esperaban un hijo, nace el pequeño, la situación entre ellos no mejora mucho y al cabo de pocos meses la esposa empieza a trabajar.

P7 comenta que para él, a partir de que ella trabaja la relación está peor, ya que ella no tiene tiempo de limpiar la casa, se ha hecho más orgullosa, más respondona, ya no es cariñosa con él, ni amorosa y en la intimidad hay un alejamiento casi total, al grado que P7 llegó a pensar que su esposa ya tenía a alguien más. Otro motivo por el que su relación está afectada es que la madre de P7 tiene 2 años enferma de diabetes y requiere cuidados, él va todos los días a ver a su madre, espera a que llegue su esposa a las 3 de la tarde para atender a los niños y se va; regresa a casa hasta las once de la noche, horario en que tanto la esposa como los hijos ya se encuentran dormidos.

Le preguntamos a P7 cuáles eran las creencias de su esposa acerca de la relación de pareja, a lo que nos responde que ambos pueden trabajar, que ella si trabaja no necesita enfocarse en los quehaceres del hogar, que si los dos trabajan tienen que dividir las actividades, que tiene que pasar él como varón, más tiempo con ellos.

HTP: el paciente presenta una rumiación sobre el pasado, se comporta de manera impulsiva hacia los problemas, por lo cual se considera que es una persona inmadura, incapaz de solucionar problemas en su ambiente. Considera que en su

hogar existe una falta de afecto, lo cual también provoca aislamiento y comportamiento rígido con su familia.

Cuestionario de compatibilidad- Incompatibilidad: refleja problemáticas que no son solucionables en este momento. Los siguientes ítems: trabajo de él y trabajo de ella, cuidado de los hijos, tareas domésticas, amistades, religión. Puntos que se deben de tratar más a fondo en la terapia.

De entre los ítems que son una problemática, pero a punto de vista de P7 tienen solución son: finanzas y economía, compras, quehaceres de la casa, tiempo que se dedican, relaciones sociales de compromiso, valores y creencias morales, lo social, filosofía de vida, puntos de vista conservadores actuales, hábitos personales, diferencias de personalidad, gustos, hobbies y relación con familiares próximos.

Conclusión: la relación de pareja está altamente afectada, ya que en este momento no se están tomando a diálogo estas temáticas por las que ambos miembros de la pareja se ven afectados. Los dos quieren llevar a la práctica sus creencias acerca de la relación de pareja, lo cual está distanciándolos más.

### **Paciente 8 (P8)**

Datos generales: femenina de 52 años; estado civil, casada, actualmente tiene 28 años de matrimonio, es ama de casa; religión, católica.

Motivo de consulta: solucionar conflictos con la pareja

Empezamos la entrevista con P8, viene de una familia numerosa, en total tuvo 12 hermanos, vivieron con carencias; sin embargo nunca les faltó para comer, sus

padres le dieron educación. Le preguntamos a P8 con quién de sus padres tenía una buena relación, a lo que nos comenta que con ninguno de los dos considera que tuvo buena comunicación, en el caso del padre, porque era alcohólico y distante con todos ellos y en el caso de su madre, al tener tantos hermanos, la madre no se daba abasto para atender a todos sus hijos con tiempo de calidad.

Le preguntamos cómo fue la relación de pareja de sus padres. P8 nos responde que para ella fue una relación fea, debido a que el padre siempre llegaba alcoholizado y ellos tuvieron muchos sustos, ya que comenta que el papá ya en estado de ebriedad, los correteaba por la casa con un machete y su mamá tenía que ir a calmarlo mientras ellos se escondían del padre; que el papá fue muy infiel con la madre y la mamá siempre fue muy hogareña, sin importar el trato, ella se mantuvo junto a él atendiendo a su esposo y a todos sus hijos

Le preguntamos a P8 cómo fue su vida en la adolescencia y P8 nos responde que fue muy buena, que salía con sus amistades a bailar, casi todo el tiempo estaba en la calle; ella no continuó sus estudios porque prefirió meterse a trabajar. donde fue que conoció a su actual esposo.

Antes de comenzar con las preguntas sobre la pareja, se le solicita a P8 que mencione cuáles eran sus creencias sobre la vida de pareja a lo que P8 respondió: hombre responsable, que aportara a la casa, atento, cariñoso, tener hijos, tener una casa, un carro.

P8 nos comenta que antes de su esposo se enamoró de un joven con el que fue su primera relación sexual, sin embargo ella nos comenta que al haber tenido relaciones, él se distancia por completo de ella y fue cuando conoció a su esposo. Lo que le gusto de él, era que era una persona divertida, a su corta edad ya tenía un trabajo estable y se desvivía por completo por ella. Por lo que deciden casarse

P8 nos dice que su vida de casada fue maravillosa, sin embargo la situación entre ellos cambia con la llegada de los hijos, ya que los hijos absorbían mucho el tiempo de P8 y el esposo le pedía con más frecuencia relaciones sexuales; esta situación los afectó más adelante, ya que el esposo de P8 la dejó con deudas y formó otra familia con una mujer joven. Esto dañó mucho a P8, ya que en su depresión, ella se olvidó de todo, incluso de sus hijos, los cuales en ese momento realizaron muchas elecciones que afectan su situación actual.

Sin embargo hace apenas un año decidió regresar con el esposo, aunque P8 nos comenta que ya no está segura de seguir con él, ella dice que aún siente algo, mas el esposo ya vino muy cambiado, ya no es lo que era antes y les está costando mucho trabajo adaptarse.

Le preguntamos a P8 cuáles son las creencias de su esposo: que la mujer se tiene que dedicar al 100 al marido, que los hijos ya estando fuera de casa tienen que ver cómo solucionan la vida, que cuando estén ellos en casa se tiene que estar pegada de ellos, relaciones sexuales frecuentes, tenerle su comida lista, su ropa limpia y toda la casa en orden.

HTP: paciente que presenta conflictos principalmente en su hogar con su familia, éstos se reflejan en su dibujo, falta de afecto, situación en el hogar fuera de control, lo que desata sentimientos de depresión, inseguridad, agresión. que provoca que la paciente responda de manera impulsiva ante la problemática y en cierta medida agresiva o a la defensiva.

Cuestionario de compatibilidad- Incompatibilidad: los puntos más importantes que se tienen que abordar en terapia son: puntos de vista conservadores actuales, hobbies. La paciente menciona estos ítems como problemas pero que tienen aun solución. Finanzas, comida, compras, transporte, cuidado de los hijos, amistades,

educación de los hijos, valores, relaciones sexuales, apariencia personal, relaciones extramatrimoniales, diferencias de temperamento y personalidad.

Conclusión. Las creencias actuales de los dos están dificultando que la relación funcione, y los sentimientos de P8 son preocupantes debido a que se está desgastando emocionalmente entre su pareja y sus hijos.

En base a los datos descritos con anterioridad, se llega a la conclusión de que las creencias negativas o introyectos, afectan de manera significativa en la relación de pareja, ocasionando incluso que las relaciones de pareja fracasen y aunado a ello éstas traen consigo problemáticas de diversa índole como en el caso de afectaciones emocionales, económicas y familiares.

Estas creencias o introyectos en el caso de parejas que aún continúan unidas, pueden obstaculizar en la calidad de la relación, provocando que ambos miembros de la pareja continúen esta relación sin estar emocionalmente conectados entre sí, aislándose de todas aquellas situaciones que les ocasionan conflicto, sólo para permanecer unida como familia o como pareja sin tener alguna gratificación o satisfacción al continuar unidos

#### **4.2. Análisis de resultados general**

Recopilando la información de las 8 experiencias, se puede demostrar que todos los pacientes presentan introyectos o creencias negativas de manera consciente e inconsciente y que no se trabajaron antes de unirse con otro para iniciar su nuevo ciclo de vida.

Dentro de los introyectos o creencias en común detectadas en los 8 pacientes se mencionan las siguientes:

- La mujer debe dedicarse a la casa
- El hombre no debe demostrar sus sentimientos
- El hombre debe de mantener económicamente el hogar
- La mujer debe de criar a los hijos.
- El sexo debe disminuir en el matrimonio
- Para ser una buena mujer lo primero deben ser los hijos
- La mujer no debe trabajar
- La mujer no debe tener vida social
- La mujer no debe de discutir las ideas del esposo.

Éstos son sólo algunas de las creencias en común, sin embargo cada uno de los pacientes tiene variedad de introyectos que afectan o dificultan la funcionalidad de la pareja.

Estas parejas actualmente se encuentran tratando de solucionar estas problemáticas que afectan en su vida diaria o en el caso de algunos pacientes tratan de superar las secuelas de sus fracasos.



### 4.3 Conclusión

Se concluye a través de los datos obtenidos que los introyectos influyen en la relación de pareja, tomando en consideración la información que se recopiló en el marco teórico. En él, se menciona que la sociedad, los padres y la cultura definen estas creencias de manera en que los niños las adquieren y desarrollan en la etapa adulta; éstos, a su vez influyen y continúan a través de las generaciones sin importar que éstos sean obsoletos o falsos; con apoyo de la aplicación de los instrumentos de medición se pudo observar cómo estas introyectos psicológicos afectan a los 8 pacientes del DIF Municipal de Minatitlán, tienen introyectos que adquirieron desde la infancia y se siguen manifestando en la etapa adulta, convirtiéndose en parte de su personalidad.

Se puede analizar que adquirieron estas creencias negativas a través de los padres, los abuelos, quienes fueron en su momento los cuidadores o las personas encargadas de la crianza; al mismo tiempo se detecta que éstos fueron introducidos de manera directa a través de comentarios de los padres como: “ La mujer tiene que saber hacer los quehaceres del hogar” o “ El hombre tiene que ser el sostén económico de la casa”, como de manera indirecta, es decir, mediante la observación de las relaciones de pareja o de las relaciones con los hijos para la adquisición de los introyectos, como en el caso de paciente 3, quien a través de su experiencia nos menciona que llega un momento en el que observa que su vida con su pareja es muy parecida a la relación que tenían sus abuelos.

Otro de los puntos importantes que necesitaban ser resueltos para analizar cómo eligen en este caso en particular las parejas, se pudo observar que no tomaron en consideración aspectos reales o adecuados para la elección, como se menciona en el marco teórico, los cuales son: seleccione a alguien que le resulte físicamente agradable, características de personalidad que le interesan, nivel de cultura y académicos, actitudes ante la producción y el dinero, actitud del trabajo, preferencias sexuales, preferencias religiosas y espirituales, actitud ante su familia

y ante la propia; es decir, que se debe de evaluar por completo que las metas o preferencias sean idénticas o similares, para que de esta manera la convivencia con el otro sea agradable y funcional; sin embargo, los pacientes no tomaron en consideración los puntos o recomendaciones antes mencionados, por lo cual se dificultó por completo su interacción diaria con el otro a raíz de chocar constantemente entre las creencias negativas del uno contra el otro.

Dentro de las experiencias de los pacientes se pudieron detectar los introyectos que afectan en la personalidad y que en consecuencia afectaron en la relación de pareja de los ocho pacientes, entre las cuales se encontraron: la igualdad y equidad de género, a la superación profesional de hombres y mujeres, el aspecto económico (referente a si el hombre debe de mantener un hogar o si la mujer puede trabajar con la condición de que no debe de ganar más que la pareja), los aspectos emocionales de la pareja, la experiencia sexual, la salud de la pareja dentro de la familia, es decir, que la pareja a pesar de los hijos debe de dedicarse un tiempo para que la relación tenga un crecimiento emocional. Éstos siguen en la época actual a pesar de que la mujer ya puede trabajar, tener la igualdad de oportunidades que el hombre, puede mantener a una familia; y en el caso de los hombres, el que no puedan expresar sus emociones, dedicar tiempo a sus hijos, enfocarse más a ser proveedores económicos que ejercer una función emocional en la crianza de los hijos y de la relación de pareja.

Éstos al ser tomados como verdades absolutas, provocan en la pareja las siguientes afectaciones: mala comunicación, infidelidad, falta de afecto, baja autoestima, inseguridad, depresión, familias disfuncionales, entre otros. Estos introyectos al no trabajarse repercuten en los hijos, quienes llevarán éstas a su vida adulta y así consecutivamente ocasionando más de una relación de pareja fracasada, en términos Gestálticos se le conoce como cadena neurótica.

Es necesario apoyarnos de los enfoques teóricos que mencionan a las creencias negativas como son: Gestalt, Psicoanálisis, Teoría Cognitivo- Conductual, también es importante mencionar el aspecto cultural. Todas estas corrientes psicológicas

están de acuerdo en que los introyectos se agregan a la personalidad y que tienen una influencia en la etapa adulta.

Con base en lo señalado anteriormente se comprueba que la hipótesis: “A mayor grado de introyectos psicológicos, mayor será el índice de fracasos en la pareja”, con lo cual se demuestra que los introyectos afectan de manera significativa en el éxito o el fracaso de una relación y que trae consigo consecuencias emocionales, económicas y familiares que continúan durante o después del término de una relación.

Es necesario por tanto indagar y localizar herramientas que beneficien el trabajo de la eliminación de las creencias negativas en los sujetos que conforman este nuevo ciclo de vida en pareja. Se pretende que se inicie desde temprana edad esta solución de conflictos internos para que no se sigan arrastrando en la etapa adulta y permitan que su vida sea funcional en las diversas áreas

#### **4.4. Propuesta Terapéutica.**

Al confirmar la veracidad de la hipótesis, se determina la necesidad de desarrollar una propuesta terapéutica que coadyuve en la resolución o superación de las creencias negativas para lograr disminuir el número de relaciones fracasadas y que pueda ser aplicada en instituciones de apoyo.

Al tomar como base a la pareja, se necesita que los individuos que la conforman asistan a terapia y aborden aquellos aspectos de la infancia que no se han trabajado y que afectan a su vida adulta. El terapeuta deberá de apoyar a los pacientes a identificar los siguientes puntos para la eliminación de introyectos:

- Identificar sus introyectos
- Preguntarse: ¿Este introyecto es aplicable para todos los casos?
- ¿Este introyecto aplica para todos los casos?
- ¿Este introyecto es aplicable en todo momento?
- Evaluar si deseas continuar con el introyecto
- Poner en acción la decisión del punto anterior.

Estos pasos también se recomiendan para aquellos individuos que tienen como interés o meta a corto plazo unirse con otro individuo para iniciar su nuevo ciclo de vida, al trabajar estos puntos antes de la unión se pretende que se detecten las necesidades reales de cada uno de ellos, y determinen si esa persona es la indicada basándose no en sus introyectos, sino en el diálogo con el otro sobre las metas, los intereses, el nivel socioeconómico, el nivel profesional, entre otros, que son realmente necesarios al momento de seleccionar una pareja. Entre algunas terapias recomendadas para eliminar los introyectos se encuentra la técnica de la silla vacía y el psicodrama

Al eliminar los introyectos o creencias negativas se logra que el paciente tome la responsabilidad de sus acciones y razone sobre las situaciones o ideas que los

demás introdujeron en él, para sólo quedarse con aquéllos que permiten que su vida y su relación de pareja funcionen.

En conjunto, se debe de trabajar en la relación de pareja, ya que a causa de los introyectos, ésta sufrió secuelas que serán trabajadas a través de tareas que estarán a consideración del terapeuta, dependiendo de la problemática a trabajar en cada pareja. Es importante que el psicólogo mencione que el objetivo de la terapia no es ni la unión ni la separación, sino ayudarles a descubrir juntos la información que las creencias les impiden reconocer y que pueden entonces tomar las decisiones que encuentren más convenientes para ambos.

Es importante mencionar que el objetivo de la resolución de los introyectos es superar los problemas existentes actualmente en la relación de pareja; sin embargo se retoma el aspecto que al momento de seleccionar pareja se pudo haber elegido de manera errónea y por tanto el único remedio de la pareja sea cerrar el ciclo, este cierre sirve de apoyo para que los miembros que conforman la pareja puedan terminar en buenos términos: familiares, legales, económicos, emocionales, para evitar cualquier tipo de afectación en dichas áreas y de esta manera superar esta experiencia para que puedan iniciar correctamente un nuevo ciclo.

También podemos trabajar la eliminación de las creencias negativas desde la infancia, a través del desarrollo del raciocinio, que es, la operación de la mente por la cual un juicio conocido, deducimos otro desconocido.<sup>19</sup> Éste comprende los tres elementos del juicio: comparación, percepción del nexo o conveniencia y afirmación o negación de dicha conveniencia, es decir, mediante el raciocinio, el niño puede analizar si los introyectos que adquirió de sus seres queridos son funcionales o no para él, para de esta manera decidir cuáles tomará para su vida adulta. Éste se puede desarrollar a través de actividades escolares donde el niño

---

<sup>19</sup> Psicología General. José Aceves. Editorial Sevilla Editores. Edición 2000. Pág. 182

aprenda a deducir y razonar los probables resultados a los cuestionamientos realizados.

También es importante desarrollar la inteligencia emocional que ayuda a la manera en que nos relacionamos con los demás. Este tipo de inteligencia puede ser desarrollada con apoyo de los padres de familia, de las escuelas y de los psicólogos. Se les enseña a detectar sus propias emociones y las de los demás, a controlar las propias emociones, aprender a expresarlas.

En las escuelas se puede apoyar con pláticas sobre la familia, las relaciones de pareja, así como en las iglesias para que a través de estas pláticas, los jóvenes lleven sus propios conceptos de lo que es una relación en pareja y lo que conlleva para concientizar la responsabilidad y la seriedad de la decisión de vivir en pareja.

Las propuestas antes mencionadas pueden ser aplicadas por instituciones gubernamentales, en este caso específico, el DIF, psicólogos, trabajadores sociales, escuelas, iglesias, grupos de apoyo, institutos relacionados con la familia y la pareja, entre otros, ya que son instituciones privadas o gubernamentales que atienden situaciones en relación a la pareja y que pueden detectar las problemáticas y a la vez canalizarlas a las áreas o departamentos adecuados para la atención de la pareja que asiste con la problemática.

Refiriéndonos al DIF, que al asistir uno o ambos miembros de la pareja al departamento legal, éste se apoye con los psicólogos del DIF para dar tratamiento y solución a las afectaciones o problemas por los cuales están acudiendo a apoyo legal, para que en caso de ser posible se puedan trabajar y solucionar o por el contrario se concluya la relación, pero se pueda terminar en buenos acuerdos legales.

## Referencia Bibliográfica

Anamar Orihuela. *Hambre de hombre*. Aguilar

Beck, A., Freeman, A. y otros. (1995). *Terapia cognitiva de los trastornos de la personalidad*. (1ª edición) Paidós. Barcelona.

Fritz Perls (2012). *Sueños y Existencia*. (1ª edición) Cuatro Vientos. Santiago de Chile, pág. 26-27

Fritz Perls (2013) *El enfoque Gestalt y testigos de terapia* (1ª Edición). Cuatro vientos Santiago de Chile. Pág. 36

G Chandezon(2001). *El análisis transaccional* (3 edición) Morata. Pág. 27-35

Giovanni Jervis. *La depresión dos enfoques complementarios* (1ª edición) Fundamentos. Pág. 39-42

Jesús M. Martínez (2006). *Amores que duran... y duran... y duran*. (1ª Edición) Pax México. Pág. 44-45

Jesús Vargas & Joselina Ibañez(2006). *Solucionando los problemas de pareja y familia* (4ra edición) Pax México. Pág. 55-56

José Aceves (1981). *Psicología General* (2000 edición) Sevilla Editores S.A. de C.V. Pág. 182

José Guimon(1993). *Psicoanálisis y Literatura* (1ª edición) Kairos, pág. 17-23

Marcelo Salles (2001). *Manual de terapias Psicoanalíticas en niños y adolescentes* (1ª edición) Planeta de México.

Mary Valentis & John Valentis (2005). *Inteligencia Romántica* (1ª edición) Amat. Pág. 74-74

Natalia Torres(2005) *Los procesos de identificación entre el actor y sus personajes* (1ª edición). Fondo de editorial de la pontificia Universidad Católica de Perú. Pág. 19-22

Nicolás Hernández & Juan Sánchez (2007). *Manual de Psicoterapia cognitivo-conductual para trastornos de la salud* (1ª Edición) Libros en Red. Pág. 50

Ricardo Rodríguez & Giselle Vetere(2011). *Manual de terapia cognitivo conductual de los trastornos de ansiedad* (1ª edición) Polemos. Pág. 31-33

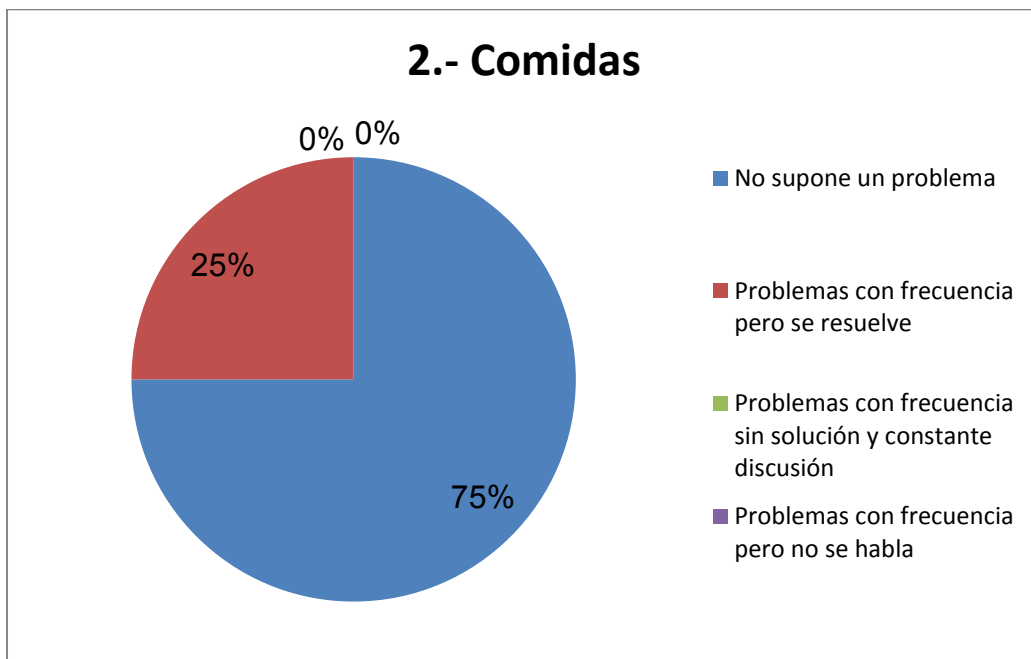
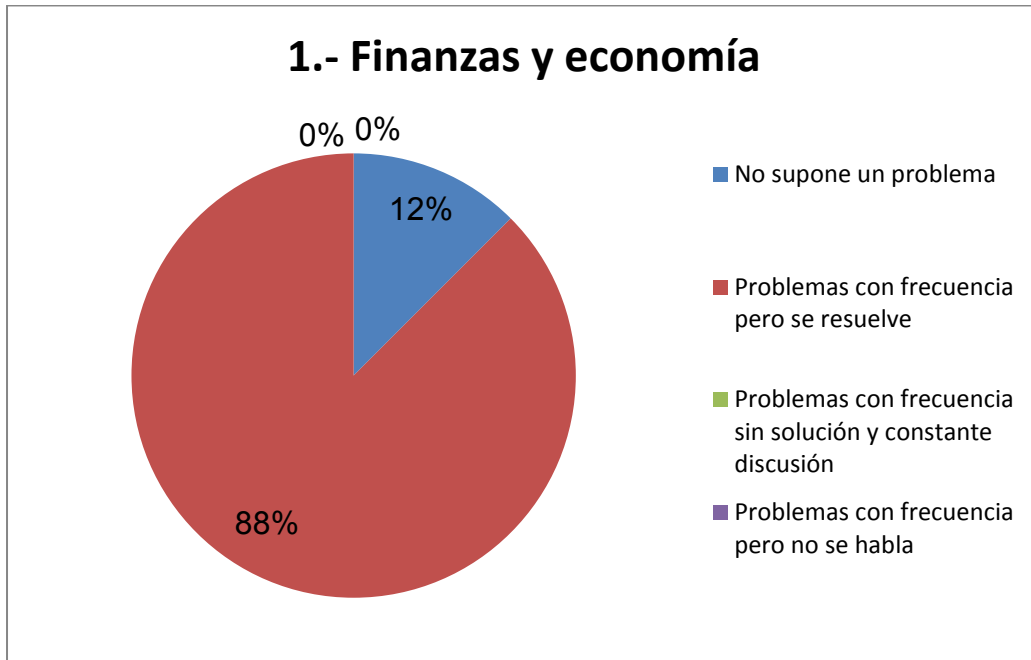
Serge Ginger & Anne Ginger (1993) *La Gestalt una terapia de contacto* (2da Edición). Manual moderno. Pág. 293-312.



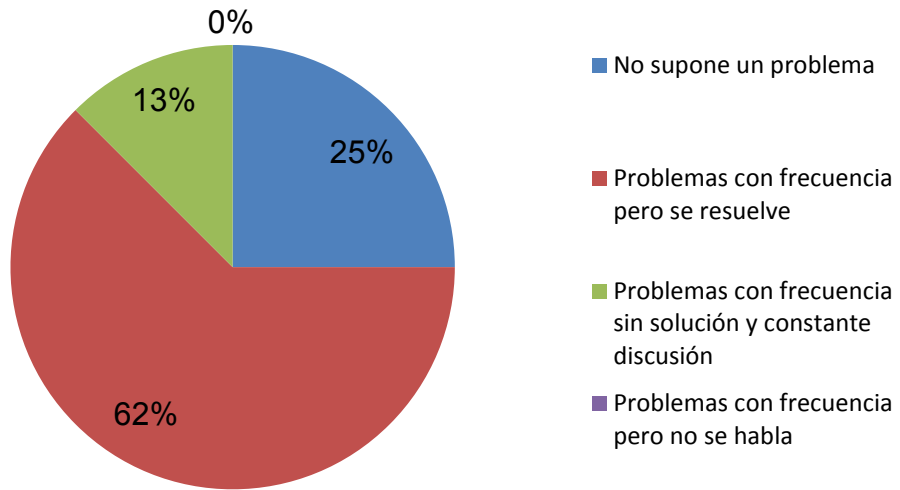
## **Anexo**

## Graficas

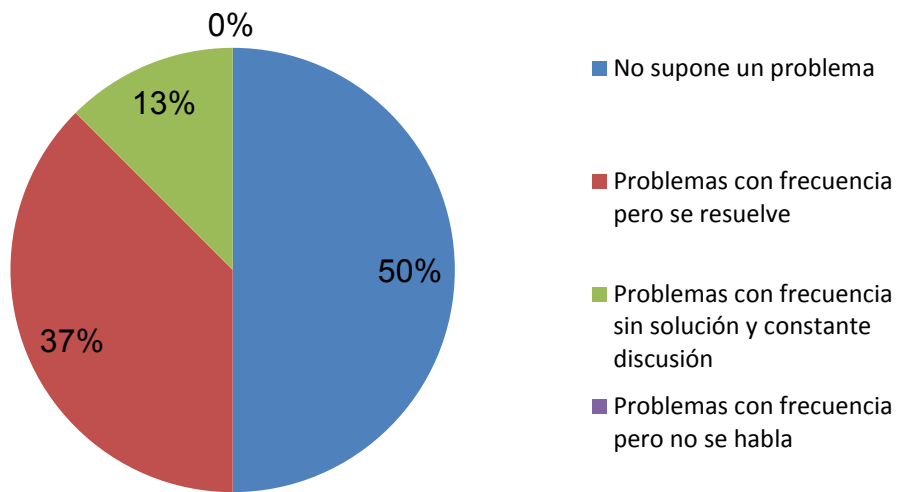
### Cuestionario de compatibilidad-incompatibilidad de Carmen Serrat



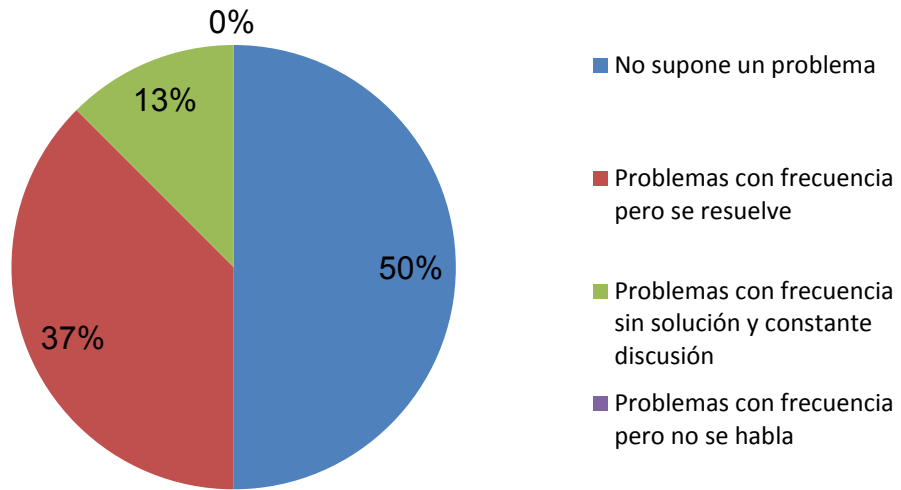
### 3.- Compras



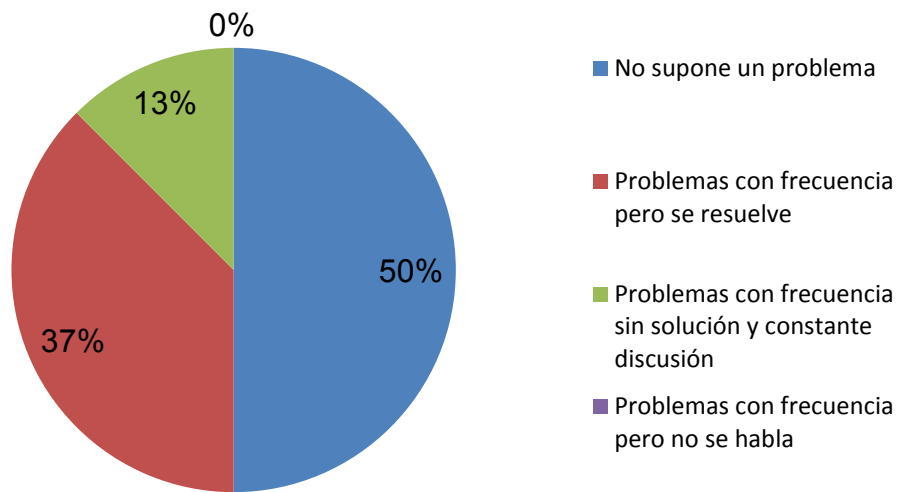
### 4.- Transporte



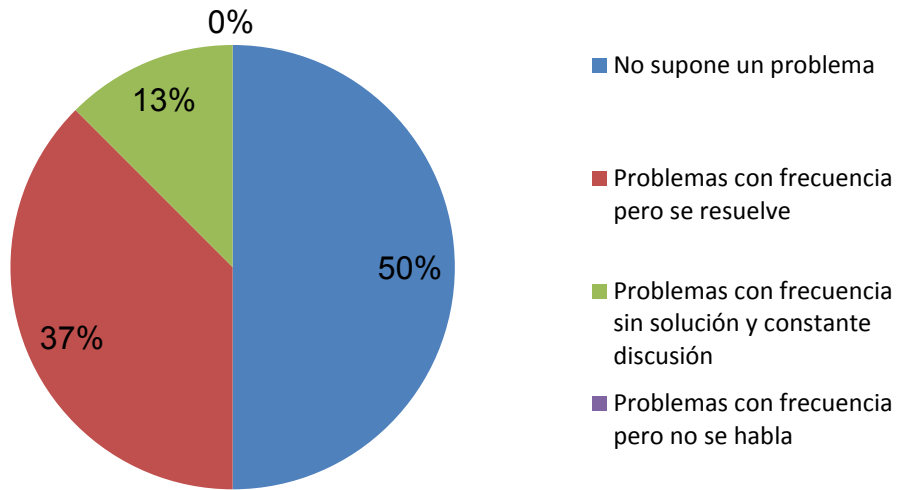
## 5.- Trabajo del marido



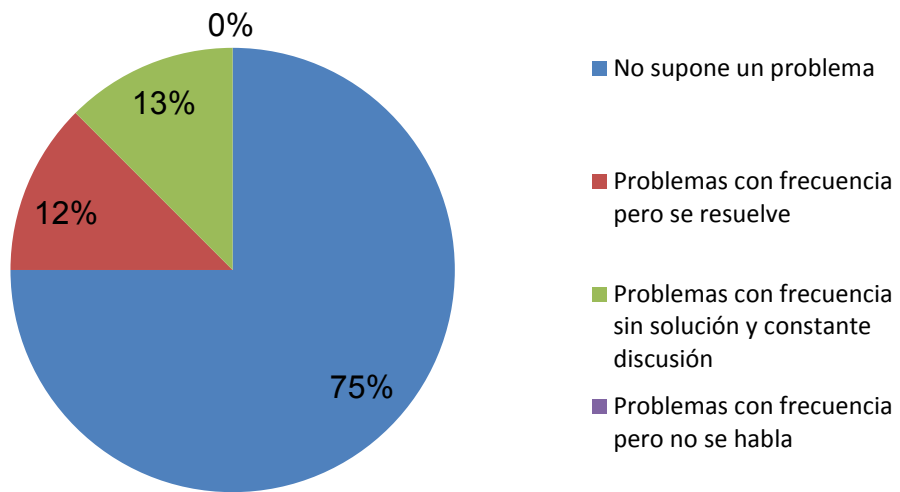
## 6.- Trabajo de la mujer



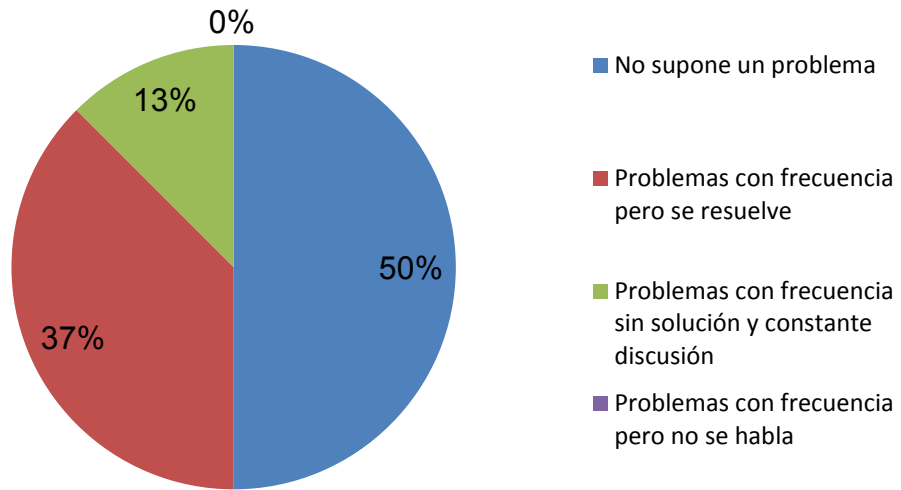
## 7.- Cuidado de los hijos



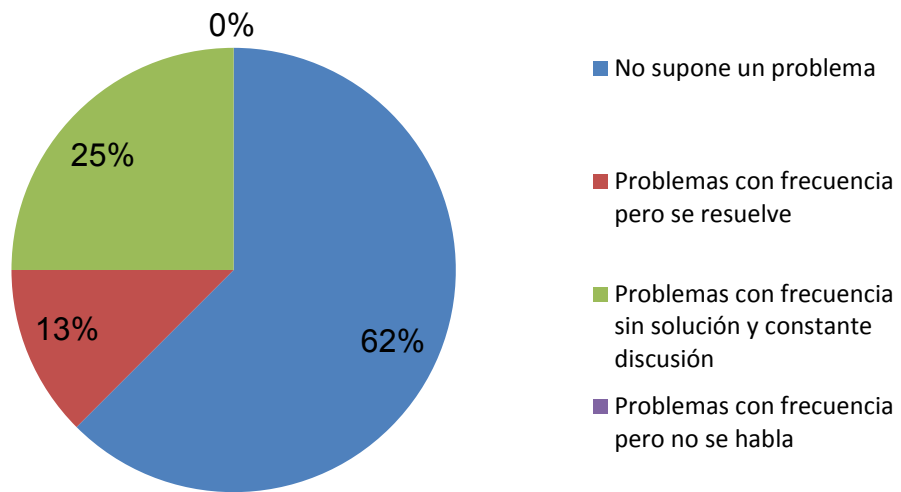
## 8.-Tareas domésticas



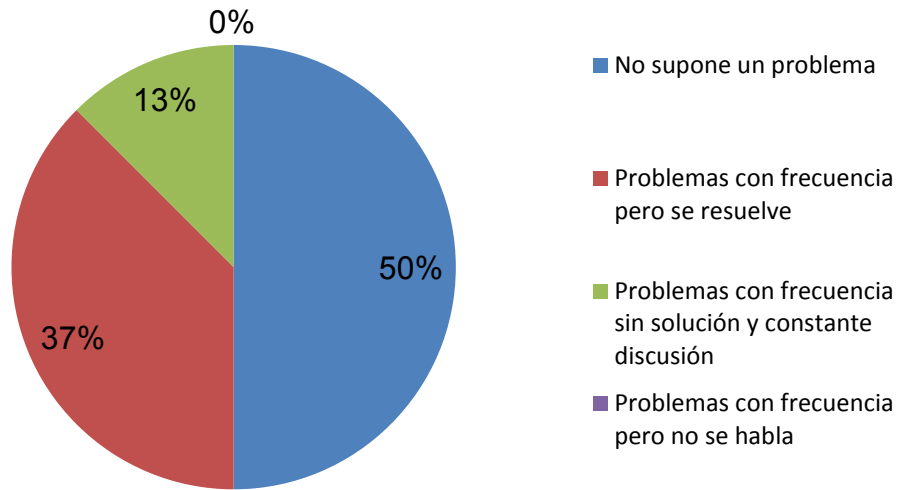
## 9.- Quehaceres familiares



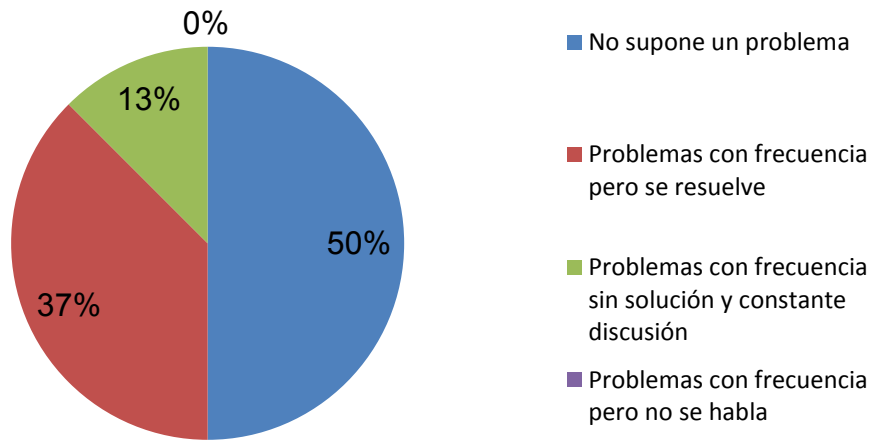
## 10.- Ocio y entretenimiento de los hijos



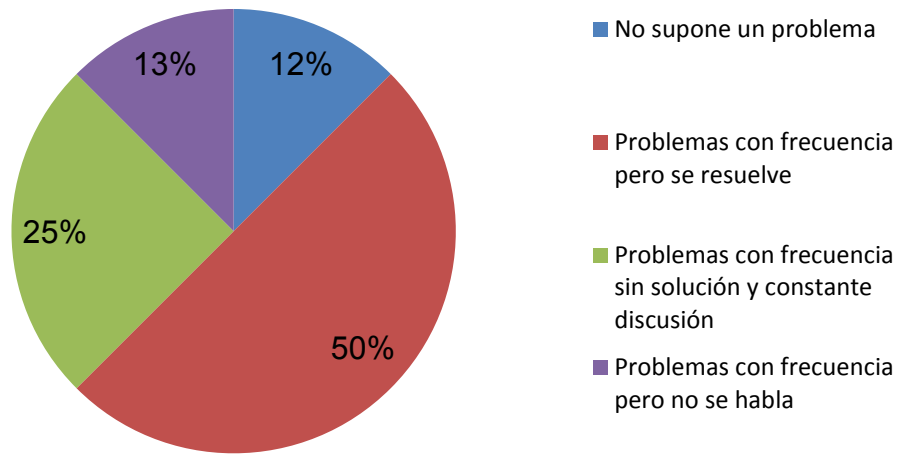
## 11.- Ocio y entretenimiento de la familia



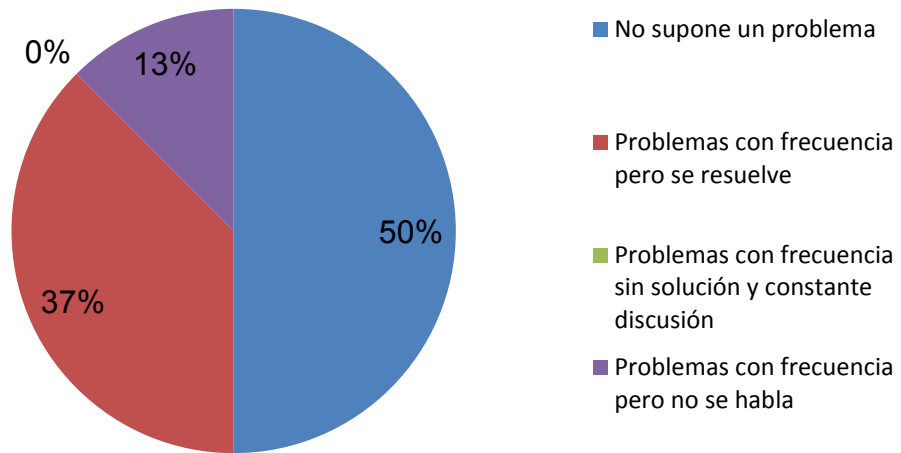
## 12.- Ocio y entretenimiento de los adultos



### 13.- Amistades

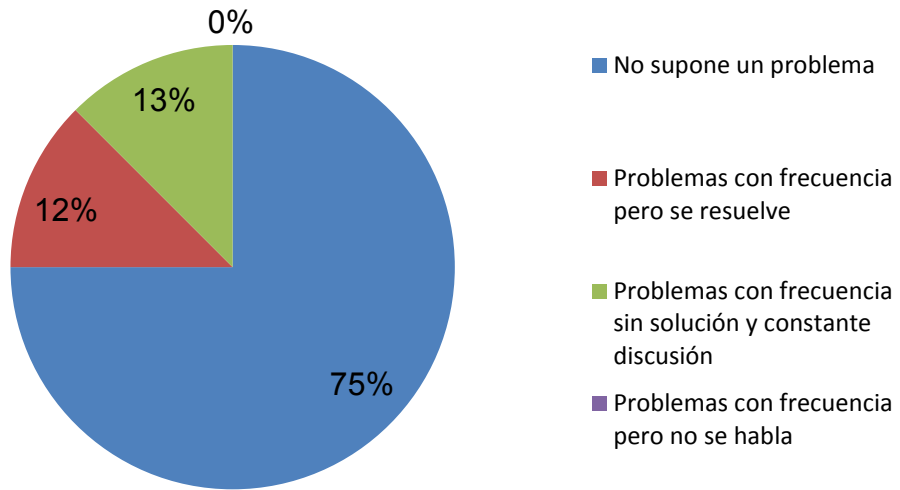


### 14.- Relaciones sociales de compromiso

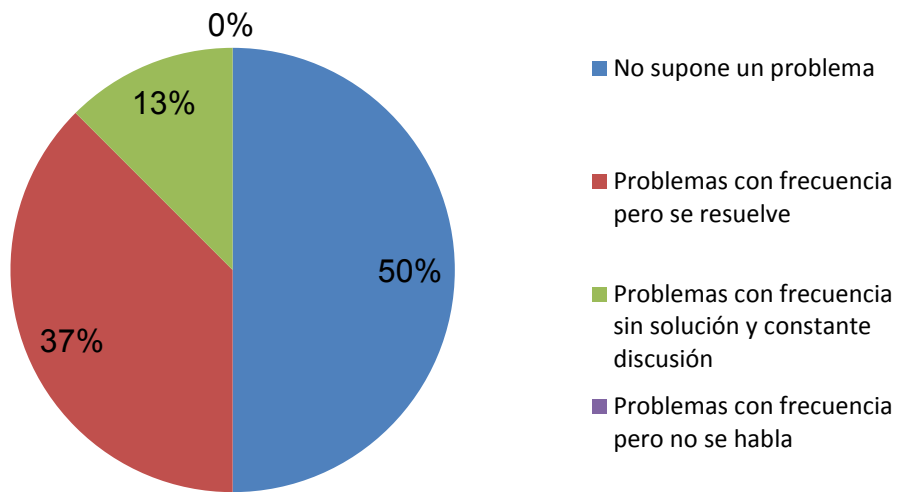




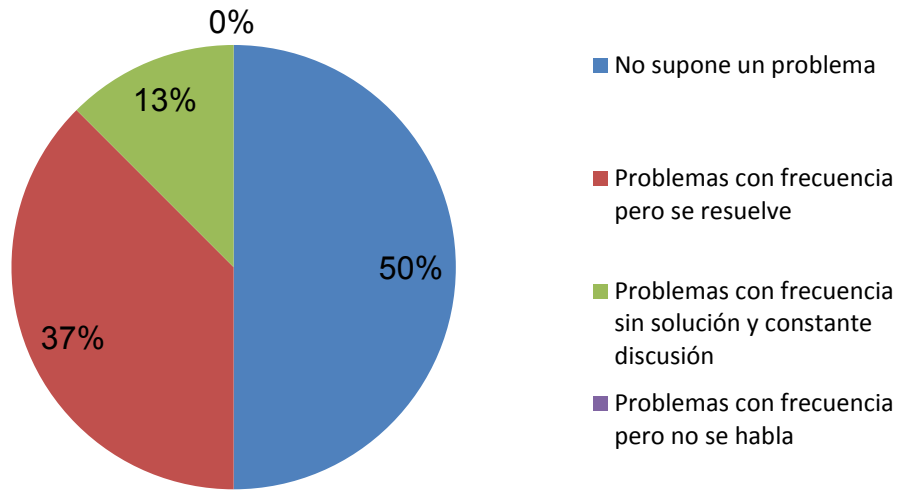
## 15.- Religión



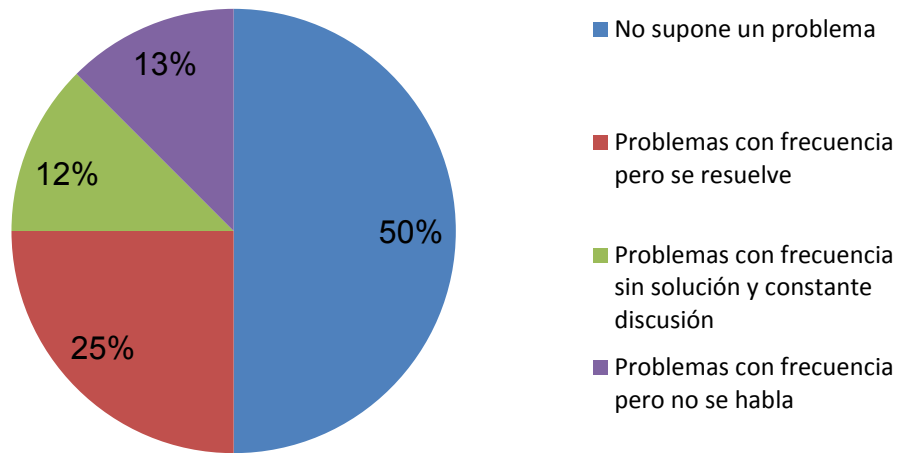
## 16.- Educación de los hijos



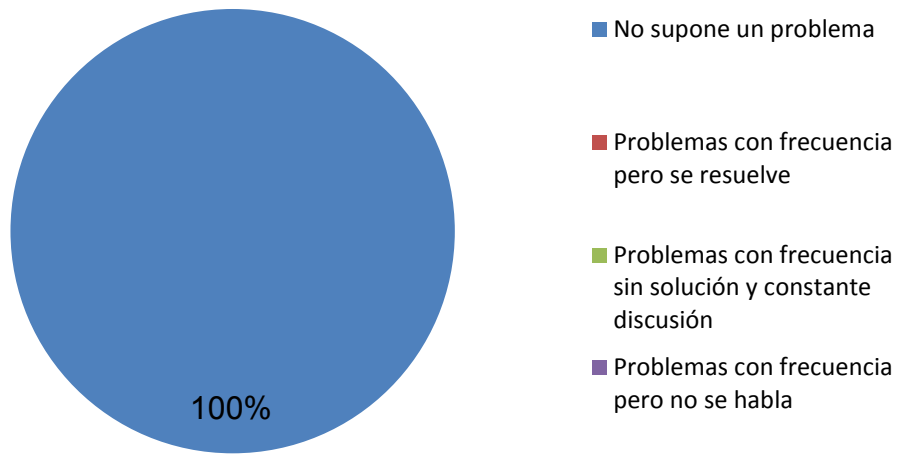
### 17.- Valores y criterios morales



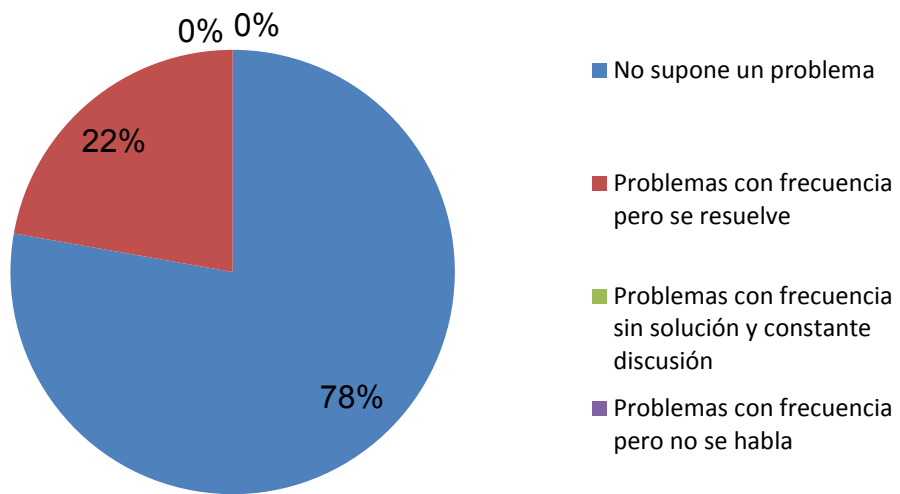
### 18.- Social



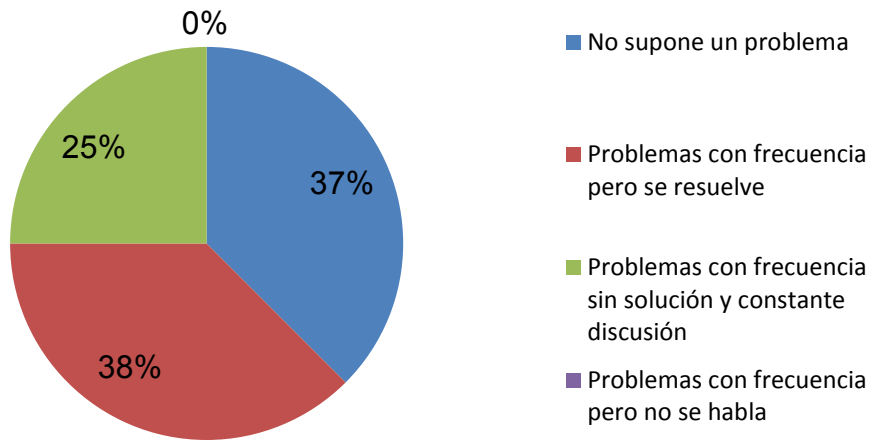
## 19.- La política



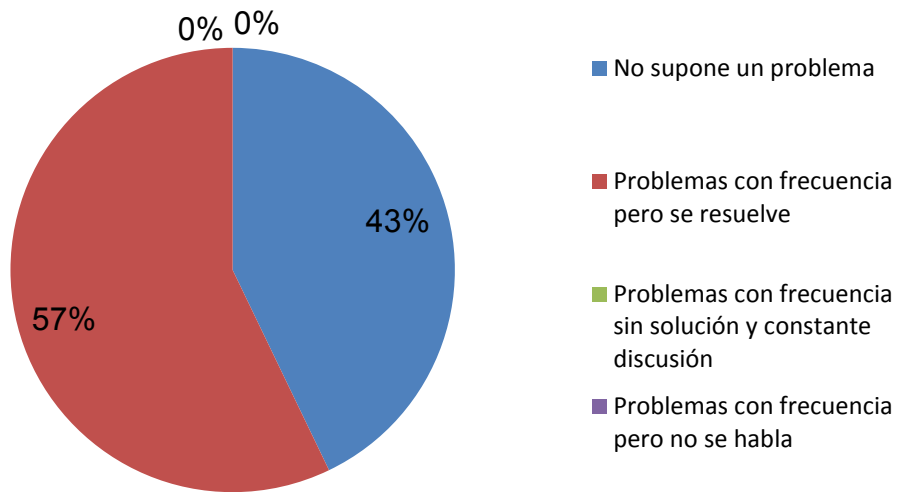
## 20.- Intereses culturales



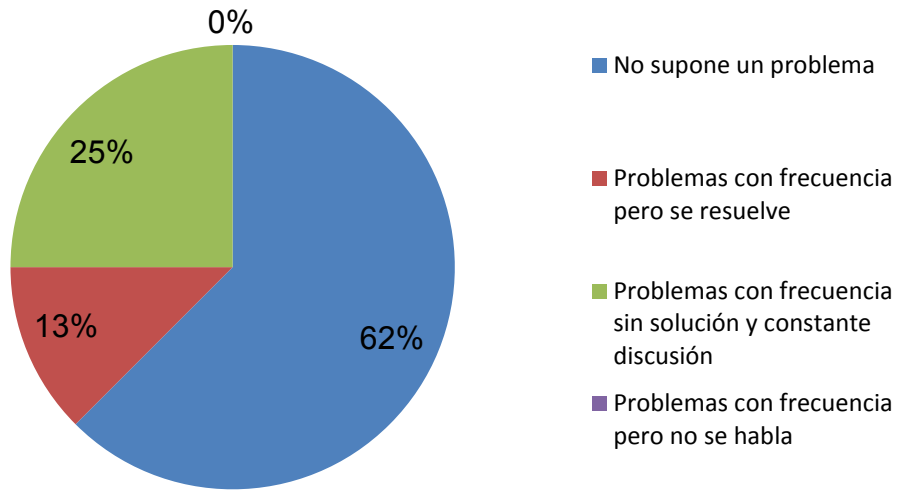
## 21.- Puntos de vista conservadores actuales



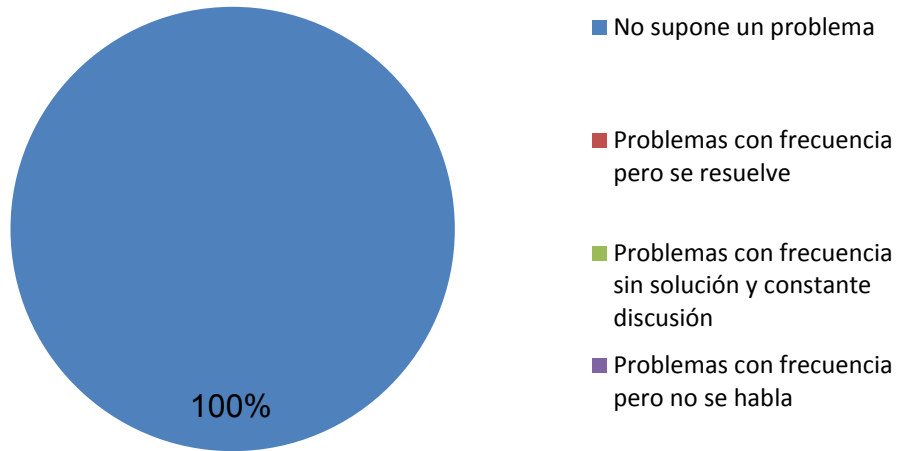
## 22.- Filosofía de vida



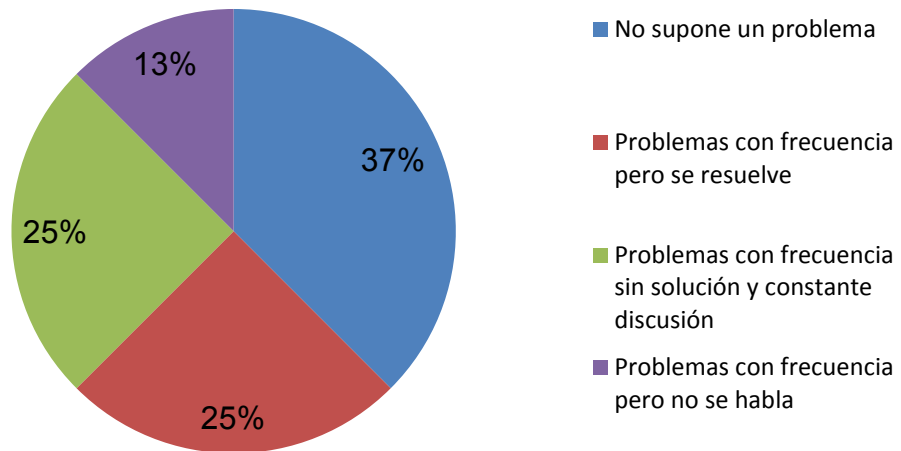
### 23.- Relaciones sexuales



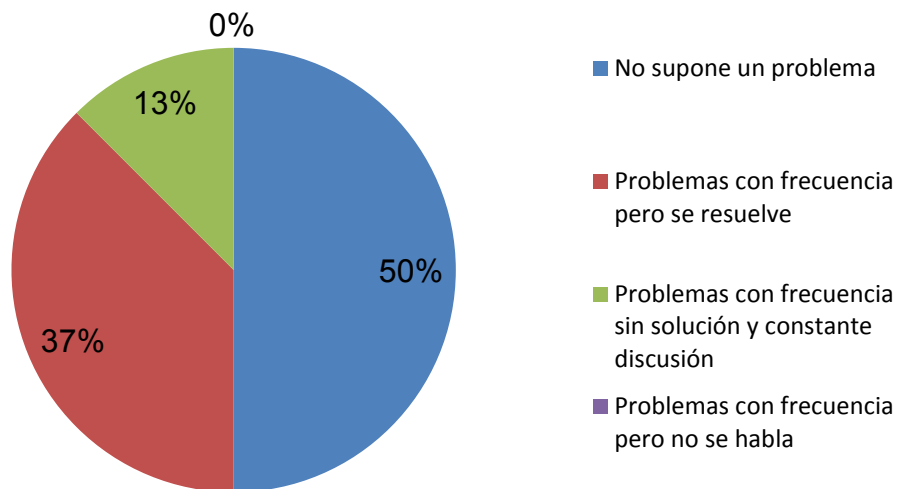
### 24.- Control de natalidad



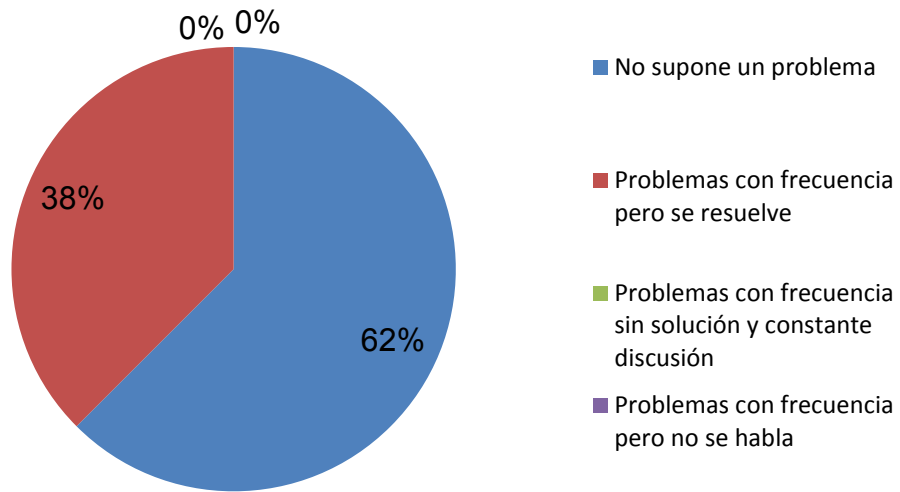
## 25.- Celos



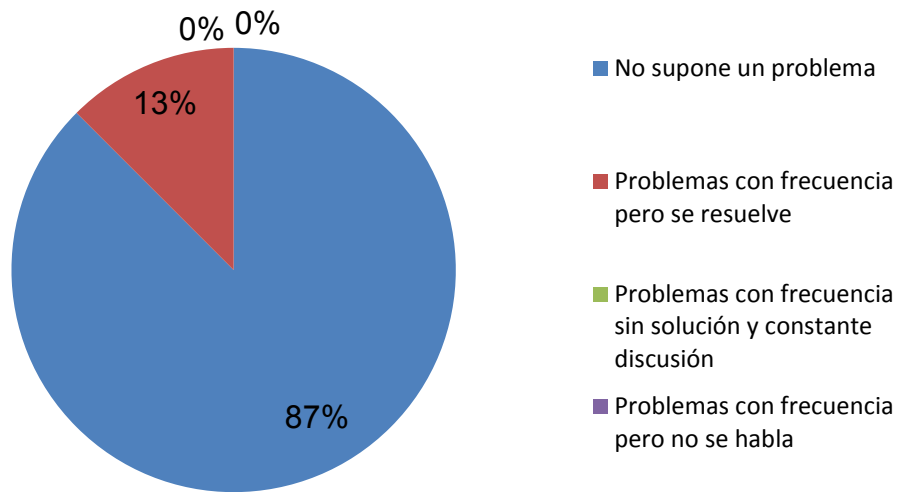
## 26.- Relaciones extramatrimoniales



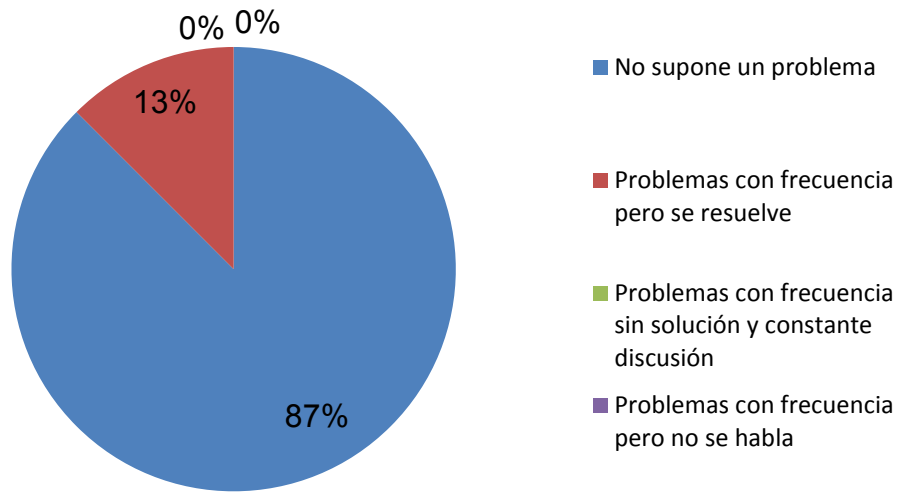
## 27.- Demostraciones de afecto



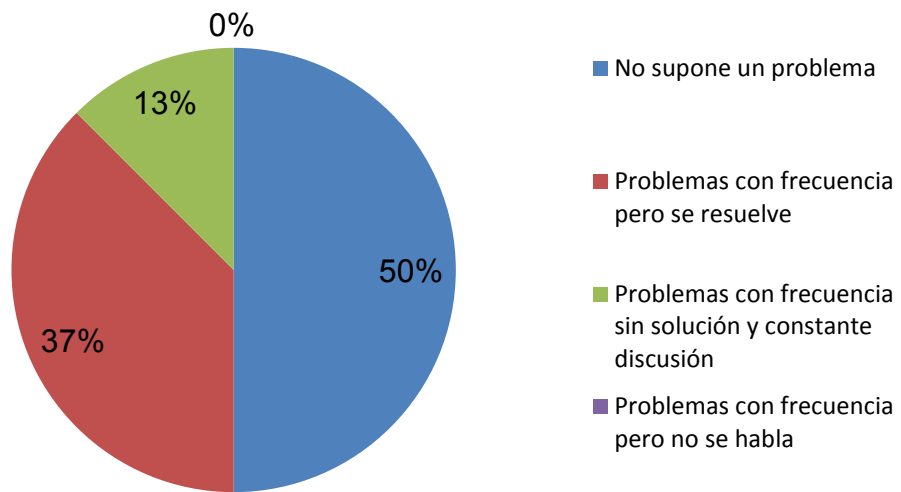
## 28.- Apariencia personal



## 29.- Cuidado físico

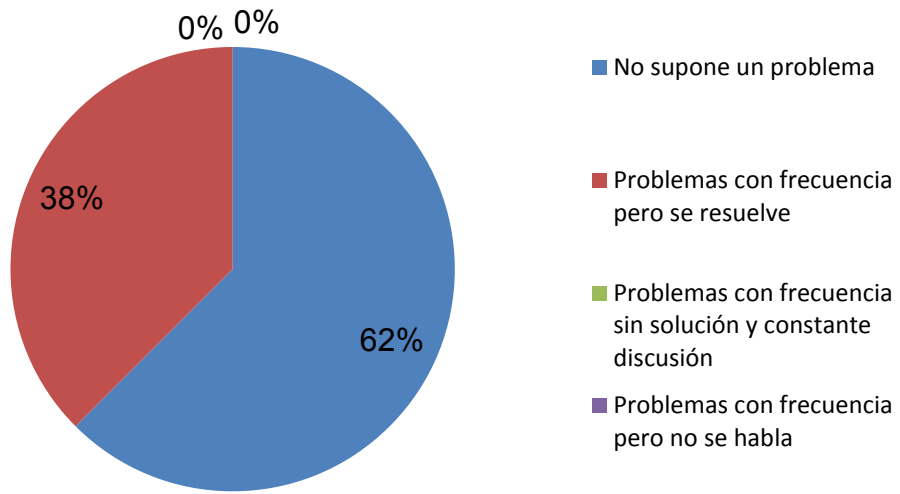


## 30.- Hábitos personales

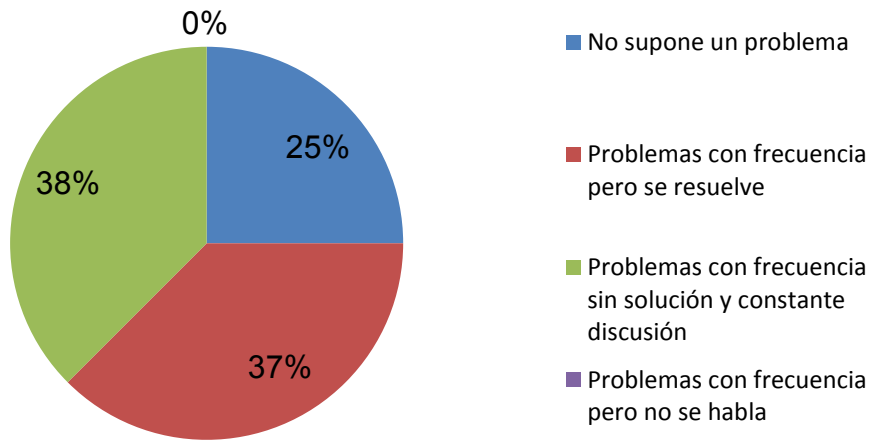




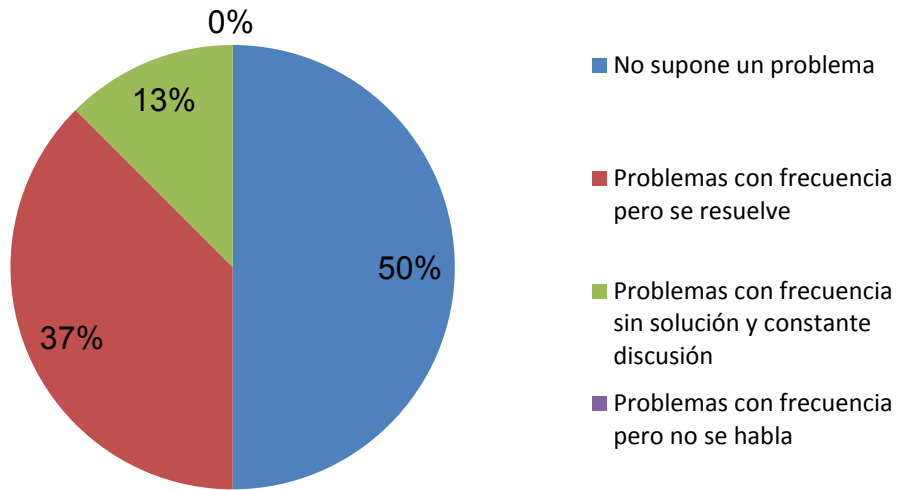
### 31.- Salud



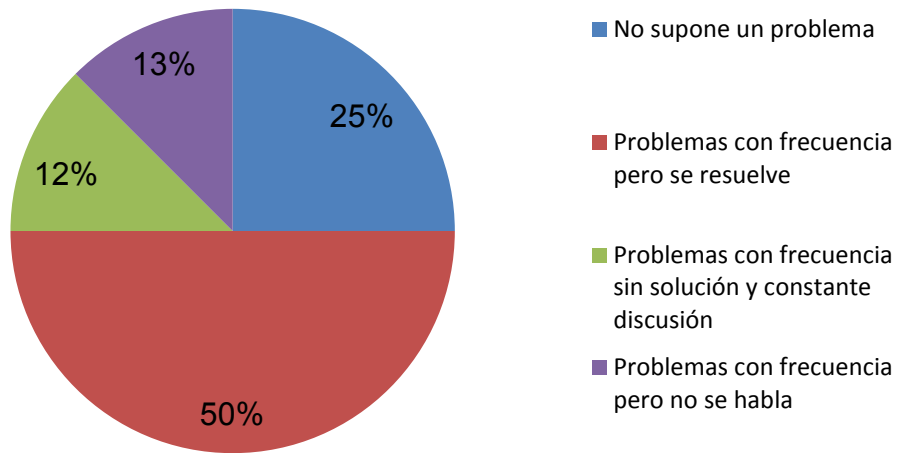
### 32.- Diferencia de temperamento y personalidad



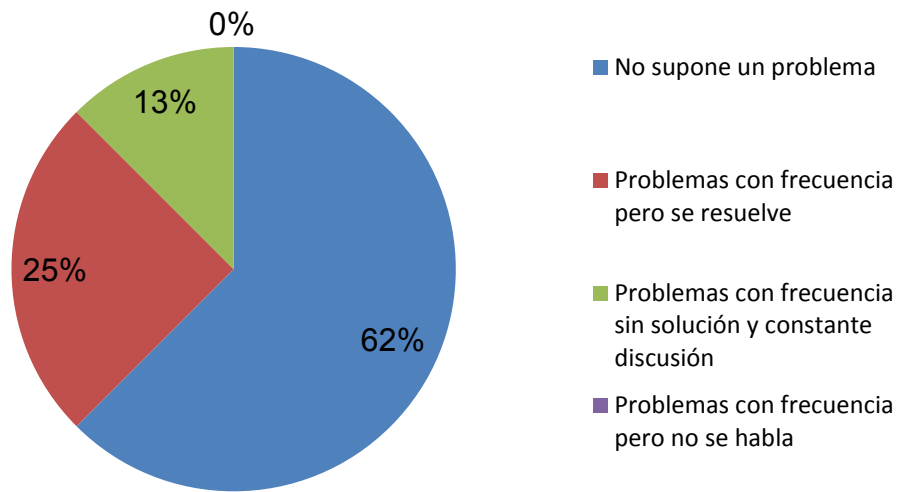
### 33.- Gustos



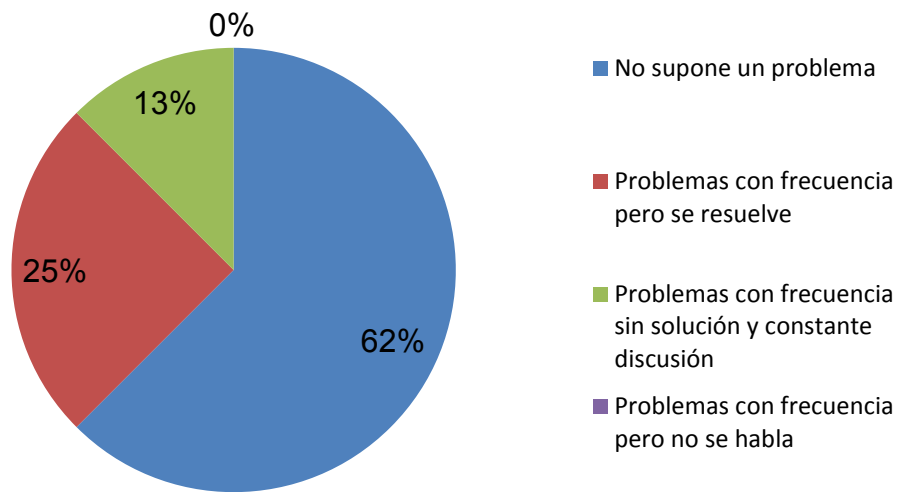
### 34.- Hobbies



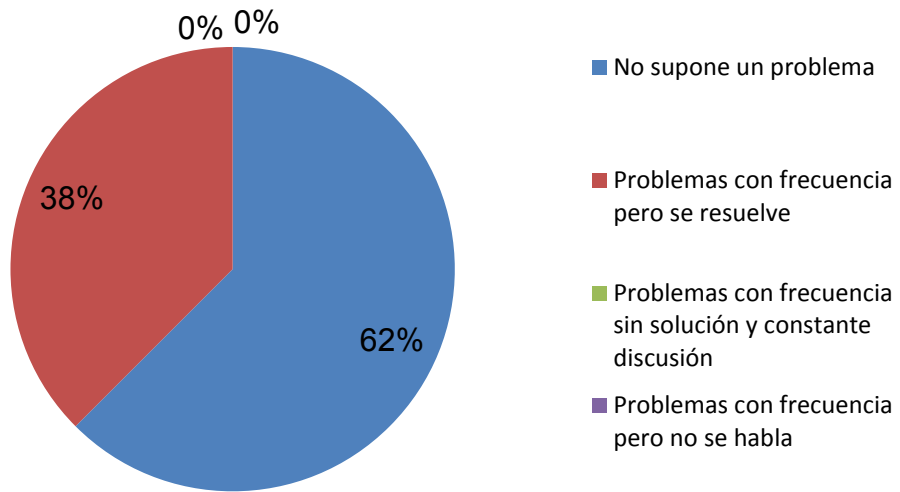
### 35.- Relaciones con familiares próximos



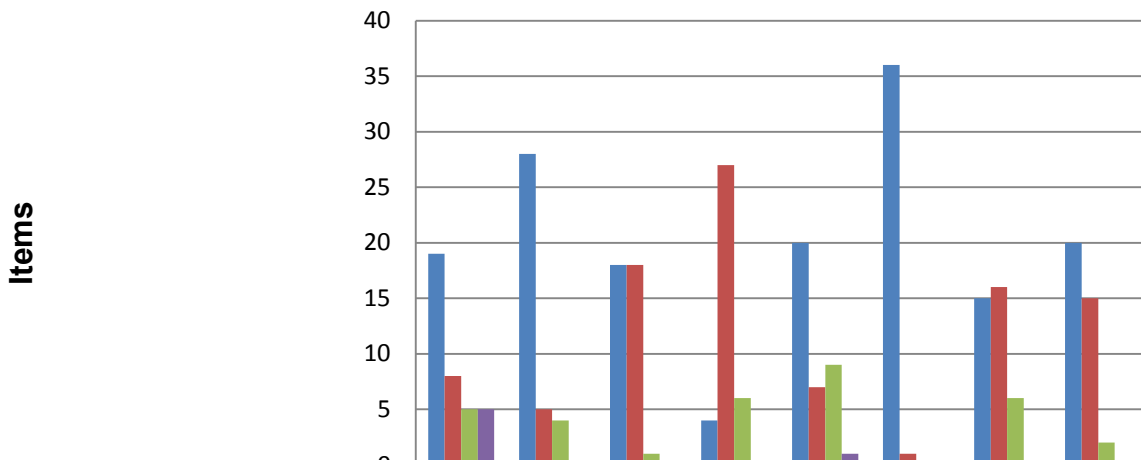
### 36.- Independencia propia



### 37.- Independencia del otro



### Resultado general por paciente del cuestionario de compatibilidad-incompatibilidad

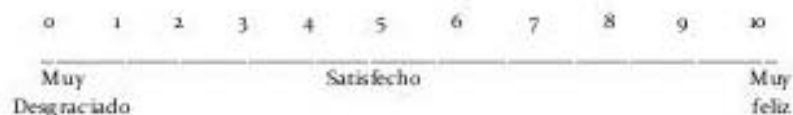


■ No supone un problema	19	28	18	4	20	36	15	20
■ Problemas con frecuencia pero se resuelve	8	5	18	27	7	1	16	15
■ Problemas con frecuencia sin solución y constante discusión	5	4	1	6	9	0	6	2
■ Problemas con frecuencia pero no se habla	5	0	0	0	1	0	0	0

## 2. Cuestionario de áreas de compatibilidad - incompatibilidad en la pareja

(C. Serrat, 1980)

Marque con un aspa, en la escala inferior, el nivel global de felicidad y satisfacción que tiene actualmente en su relación de pareja.



Y ahora, por favor valore cada uno de los aspectos de su relación de pareja que figuran a continuación, poniendo una cruz en la columna que mejor defina su satisfacción.

	No supone un problema	Tenemos problemas con frecuencia, pero los resolvemos	Tenemos problemas con frecuencia, pero no encontramos una solución y discutimos	Tenemos problemas con frecuencia, pero difícilmente hablamos de ellos
1. Finanzas y economía				
2. Comidas				
3. Compras				
4. Transporte				
5. Trabajo del marido				
6. Trabajo de la mujer				
7. Cuidado de los hijos				
8. Tareas domésticas				
9. Quehaceres familiares				
10. Tiempo de ocio y entretenimiento de los hijos				
11. Tiempo de ocio y entretenimiento de la familia				
12. Tiempo de ocio y entretenimiento de los adultos.				
13. Amistades				
14. Relaciones sociales de compromiso				
15. Religión				
16. Educación de los hijos				
17. Valores y criterios morales				
18. Lo social				
19. La política				
20. Intereses culturales				
21. Puntos de vista conservadores actuales				
22. Filosofía de vida				
23. Relaciones sexuales				
24. Control de natalidad				
25. Celos				
26. Relaciones extramatrimoniales				
27. Demostraciones de afecto				
28. Apariencia personal				
29. Cuidado físico				
30. Hábitos personales				
31. Salud				
32. Diferencias de temperamento y personalidad				
33. Gustos				
34. Hobbies				
35. Relaciones con familiares próximos				
36. Independencia propia				
37. Independencia del otro				
OTROS				

## ENTREVISTA



La siguiente entrevista, tiene como finalidad conocer las ideas acerca de su actual relación de pareja, será visto sólo por el entrevistador y toda la información que se encuentre en el siguiente documento será completamente privada.



Por su tiempo y atención, muchas gracias.

### Datos del entrevistado:

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

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

Profesión que desempeña: \_\_\_\_\_

Empresa: \_\_\_\_\_

Estado civil:      casado       Unión libre

Duración total de la relación: \_\_\_\_\_

Años de noviazgo: \_\_\_\_\_

Años de casados: \_\_\_\_\_

1.- ¿Cómo fue la relación con sus padres?

2.-¿ Qué le inculcaron sus padres?

3.-¿Qué le dijeron sus padres sobre las relaciones de pareja?

4.- ¿Alguna vez sus padres hablaron sobre sexo?

5.- ¿Cuáles eran las creencias de sus padres sobre la relación de pareja?

- 6.- ¿Qué le enseñaron sus grupos de amigos sobre las parejas?
- 7.- ¿Cuáles son sus creencias o ideas acerca de la relación de pareja?
- 8.- ¿Cómo esperaba que fuera su pareja?
- 9.- ¿Qué fue lo que le atrajo de su pareja?
- 10.- ¿Cómo tomó la decisión de vivir con su pareja?
- 11.- ¿Cuáles fueron las ideas o creencias de su pareja sobre la vida juntos?
- 12.- Si tiene hijos. ¿cómo fue su relación de pareja cuando empezaron a llegar los hijos?
- 13.- ¿Qué cambiaría de su pareja y por qué?
- 14.- ¿Qué repercusiones tiene actualmente por su situación de pareja?
- 15.- ¿Cuáles son sus creencias en este momento después de vivir la experiencia de vivir en pareja?