



UNIVERSIDAD SALESIANA

ESCUELA DE PSICOLOGÍA

INCORPORADA A LA UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

“Duelo por la pérdida de una relación de pareja ¿Cómo lo afrontan los hombres y las mujeres?”

T E S I S

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

L I C E N C I A D A E N P S I C O L O G I A

P R E S E N T A :

ANA LAURA VILLEGAS GUERRERO

DIRECTORA DE TESIS: MTRA. ESMERALDA RAMIREZ PRIEGO.

MÉXICO, D. F.

Octubre de 2016



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

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

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

AGRADECIMIENTOS.

Con éste escrito se concluye una de las etapas más importantes en mi trayectoria académica, se cumple una meta más en mi vida. La elección de mi carrera universitaria estuvo basada en el gusto y atracción que sentí al revisar los planes de estudio. Con el paso del tiempo y el conocimiento que fui teniendo de la carrera en sí, fui reafirmando el gusto que sentí y hoy que concluyo puedo decir que la psicología forma parte importante en mi vida, me ha marcado en el ámbito profesional y personal. Fue un recorrido difícil, sin embargo la constancia, perseverancia y disciplina invertidas en el proceso de la carrera han dado como resultado haber concluido el presente trabajo.

Inicialmente agradezco a Dios por permitirme llegar hasta este punto de mi vida, el haber estudiado en la Universidad Salesiana fue una de las mejores oportunidades para acercarme a él y para desarrollarme académicamente en el nivel superior.

A mis padres quienes desde pequeña me inculcaron independencia, autonomía y valores que me facilitaron concluir mis estudios y desenvolverme en la sociedad. En general me dieron las bases para lograr consolidar el ser humano que soy en su mayoría.

A mi hermano quien ha sido ejemplo de nobleza, perseverancia y lucha. A mis tías, tíos, primas y primos, quienes a lo largo de mi carrera y en general de todos los grados académicos, han mostrado apoyo y participación.

A la directora del presente proyecto, quien desde el inicio mostró compromiso y ha sido quien ha monitoreado en general que esta investigación fuera realizada lo mejor posible.

A mi esposo quién ha sido un gran apoyo en mi vida, me ha brindado su solidaridad, compañía y amor incondicional, es quien me ha regalado la hermosa ilusión de amar y con quien hoy he formado una familia por la que merece todo el

esfuerzo, por luchar juntos para salir adelante. Doy gracias por su hermosa presencia en mi vida, por su confianza y por creer en mí, por eso y mucho más gracias.

A mi hermoso hijo a quien he mencionado hasta éste punto, pues con él deseo cerrar este apartado, mencionado que su presencia ha transformado mi vida, mi ser, mis sentimientos, me ha regalado la oportunidad de descubrirme en la maternidad y de experimentar los más puros, bellos e interminables sentimientos. Es por quien hoy puedo decir que solo hasta que se tiene un hijo se puede conocer el sentimiento supremo que te hace entregar lo mejor de ti y luchar día con día por mejorar errores y defectos y por desear transmitir una educación de calidad basada en principios, valores y ejemplo que contribuyan a formar a un ser humano capaz de salir adelante y en general que sea un ser feliz.

A todos ustedes gracias por formar parte de mi vida y de este proyecto que hoy concluye.

ÍNDICE

RESUMEN	VI
INTRODUCCIÓN	VII
CAPÍTULO I. EL DUELO	10
1.1 ¿QUÉ ES EL DUELO?.....	11
1.2 LA TANATOLOGÍA Y EL DUELO	14
1.3 ENFOQUES TEÓRICOS PSICOLÓGICOS SOBRE EL DUELO	15
1.3.1 EL DUELO DESDE LA GESTALT	16
1.3.2 EL DUELO DESDE EL HUMANISMO.....	17
1.3.3 EL DUELO DESDE LA CORRIENTE PSICOANALÍTICA.....	19
1.4 TIPOS DE DUELO	23
1.5 ETAPAS DEL DUELO	25
1.6 MANIFESTACIONES DEL DUELO	30
CAPÍTULO II. PRINCIPIOS PSICOANALÍTICOS DEL DUELO	35
2.1 NARCISISMO E IDENTIFICACIÓN.....	38
2.2 COMPLEJO DE EDIPO.....	50
2.3 MECANISMOS DE DEFENSA FRENTE A LA ANGUSTIA.....	51
2.4 TRANSFERENCIA	54
2.5 LA FALTA	56
2.6 EL DOLOR EN EL DUELO	57
CAPÍTULO III. FORMACIÓN DE PAREJA Y PÉRDIDA	60
3.1 ¿CÓMO SE FORMA UNA PAREJA?.....	61
3.2 ELEMENTOS QUE DETERIORAN UNA RELACIÓN DE PAREJA.....	74
3.3 SEPARACIÓN EN LA PAREJA	76
CAPÍTULO IV. METODOLOGÍA	79
4.1 METODOLOGÍA CUALITATIVA	80
4.2 OBJETIVO GENERAL.....	83
4.3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	83
4.4 PROTOCOLO DE ENTREVISTA	84
4.5 SESIONES DE ENTREVISTA.....	85
CAPÍTULO V. RESULTADOS	86

ENTREVISTA 1	87
ENTREVISTA 2	101
ENTREVISTA 3	112
ENTREVISTA 4	123
DIFERENCIAS ENCONTRADAS ENTRE HOMBRES Y MUJERES	133
CONCLUSIÓN	141
BIBLIOGRAFÍA	148

RESUMEN

La pérdida de un ser querido por la ruptura de una relación de pareja es un fenómeno que genera manifestaciones psíquicas, físicas y comportamentales que interfieren, en ocasiones de manera grave, en el desarrollo de la vida de las personas involucradas en tal ruptura. Por lo anterior, el afrontamiento de un proceso de duelo y sus respectivas etapas, adquiere una importancia considerable, por lo que en este estudio se tuvo como objetivo conocer, identificar y diferenciar los principales elementos que constituyen la forma en la que hombres y mujeres experimentan la pérdida de una relación de pareja.

Para el estudio, se realizaron cuatro entrevistas, a dos mujeres y dos hombres, que hubieran experimentado la pérdida de una relación de pareja que ellos consideran importante. El tipo de entrevista utilizado fue abierta, siguiendo un tipo de metodología cualitativa, y un enfoque teórico psicoanalítico.

Los hallazgos encontrados más relevantes fueron que los hombres evidenciaron haber experimentado más etapas en el afrontamiento del proceso de duelo, a diferencia de las mujeres, quienes mostraron una continua sustitución de una relación por otra, sin afrontar en el ínter un proceso completo de duelo. Se observó también la tendencia de los hombres a intentar satisfacer de una forma desmedida a su pareja, generando en ellos una deuda consigo mismos, además de responsabilizar de la ruptura únicamente a la otra persona. Lo anterior se encontró en el discurso de los mismos participantes.

En general se puede visualizar que el presente estudio, evidenció que el establecimiento de las relaciones de pareja, así como el mantenimiento y culminación de estas no es fácil, por el contrario, es más complejo de lo que parece, ya que en esto intervienen factores tales como la dificultad para establecer relaciones estables y compromiso en general. Con base en el discurso de los y las participantes, el proceso de duelo fue más evidente en los dos hombres participantes, siendo estos quienes por medio de actos hacen algo por su dolor.

INTRODUCCIÓN

Las relaciones de pareja corresponden a una de las relaciones más intensas que se pueden establecer entre seres humanos, corresponde al vínculo de mayor significación fuera de la familia de origen. De ahí que emerja el interés por conocer aspectos que constituyen como tal una relación de pareja, así mismo cuando esta termina, las posibles causas por las que sucede y el punto medular de la presente investigación fueron las interrogantes: ¿Cómo es afrontada la ruptura? ¿Cómo afrontan hombres y mujeres la pedida de una relación de pareja? ¿Existen diferencias entre cómo afrontan la pérdidas hombres y mujeres?

El proceso de duelo se vive de manera diferente para cada individuo, aceptar el dolor que conlleva la pérdida requiere de la capacidad para emplear las diversas estrategias de afrontamiento dirigidas a la solución de los problemas a los que se enfrenta la pérdida de alguien amado, para de esta forma dar expresión a los sentimientos y emociones que esto genera, y buscar apoyo en las redes sociales que le darán el soporte necesario.

En la **mujer**, comúnmente se espera y se permite que pueda expresar sus sentimientos de tristeza con llanto, desesperación, ternura, compasión, temores y dudas. Esta expresión emocional encuentra en la sociedad aceptación y muestras abiertas de apoyo. En el **hombre** se espera que restrinja esta expresión emocional, y sobre todo, aquella que tenga que ver con sentimientos de tristeza, vulnerabilidad, inseguridad, debilidad, temores, dudas y ternura.

El término “pérdida” tiende a evocar pensamientos negativos hacia uno mismo y hacia los otros, aunque no siempre es evidente, ya que al perder se genera la posibilidad de aprender y en general de movilizarse. Se sabe que las crisis son oportunidades de cambio y dentro de estas se encuentran las pérdidas. Cuando se producen, el doliente pasa por un proceso de duelo que tiene el propósito de aceptar la realidad de la pérdida e invertir la energía emotiva en otras relaciones.

El duelo es un proceso de gran relevancia en las relaciones de pareja, constituidas o temporales, pues es una constante experiencia de pérdida a la que se enfrenta el ser humano, un hecho que se repite cotidianamente. La pérdida es, como ya se mencionaba, una condición del hombre, por ello el interés por conocer dicho proceso, siendo que forma en gran parte uno de los más comunes motivos de consulta en la práctica psicológica. Por lo tanto, la presente investigación tuvo como finalidad conocer, identificar y diferenciar los principales elementos que constituyen la forma en la que dos hombres y dos mujeres experimentan la pérdida de una relación de pareja.

El enfoque teórico empleado en la presente investigación fue el psicoanálisis, utilizado en mayor medida en la presentación del cuerpo teórico del presente trabajo y el análisis de los resultados obtenidos mediante el discurso de los participantes, resaltando la subjetividad de cada individuo, siendo dicho enfoque el que se consideró con mayor profundidad en materia del análisis de la historia de cada participante.

Para dar cuenta de este trabajo, se elaboró el presente reporte que está integrado de la siguiente forma: en el primer capítulo se desglosaron los principios que están presentes en el duelo, comenzado por definirlo conceptualmente. Se presentó el papel de la tanatología, siendo esta disciplina la encargada del tema en sí mismo, además se mencionaron algunos de los enfoques teóricos dentro de la psicología y cómo abordan cada uno el tema del duelo, visto desde las corrientes gestalt, humanista y psicoanalítica. Además se mostraron los diferentes tipos de duelo y se presentaron las características de cada uno de ellos. Se finalizó con la presentación de las etapas del duelo vistas por distintos autores.

En el segundo capítulo el tema del proceso de duelo se vinculó con los principios de la teoría psicoanalítica, siendo esta la corriente que tuvo mayor participación en el análisis de los casos que llevaron a los resultados de la presente investigación. Iniciando con la definición de los conceptos de narcisismo e identificación y definiendo el complejo Edípico. También se presentaron los

mecanismos de defensa frente a la angustia, así mismo el papel que juega la transferencia en las relaciones, el concepto de falta, que es el elemento central que moviliza a cada sujeto y se concluyó el capítulo con el concepto del dolor en el duelo.

En el tercer capítulo se hizo mención de los elementos que influyen en la formación de las parejas, comenzando por mencionar las posibles razones por las que se van deteriorando las relaciones, también se presentaron aspectos por la angustia que se origina por la pérdida del sujeto amado y se mostraron las posibles manifestaciones psíquicas en relación a dicha pérdida. En general, éste capítulo abordó la información relacionada con la formación de la pareja, elementos que conducen a dicha formación y los posibles aspectos que conducen a la separación

En el cuarto capítulo se describió la metodología ocupada en el trabajo de indagación para llevar a cabo la interpretación y análisis de los resultados, siendo un tipo de metodología cualitativa, mediante el uso de una entrevista abierta que se realizó a dos hombres y dos mujeres quienes se encontraban laborando, y cuyas edades oscilaban entre los 25 y 30 años.

En el quinto capítulo se presentaron los resultados obtenidos de cada entrevista, evidenciando inicialmente cómo hombres y mujeres afrontaron la pérdida, y las diferencias que existen entre un género y otro con relación a la ruptura de la relación de pareja que evidencian en sus relatos, además de los mecanismos de defensa más sobresalientes en su discurso.

Finalmente en las conclusiones de la presente investigación, se retomaron las preguntas que anteriormente se establecieron y que fueron las que originaron la búsqueda de la información y el interés por conocer acerca del tema, en este caso el duelo en hombres y mujeres centrado en la pérdida de una relación de pareja y cómo ésta es afrontada.

CAPÍTULO I. EL DUELO

1.1 ¿QUÉ ES EL DUELO?

El duelo es una situación más común de lo que pudiera parecer, sería posible definirlo como el proceso de adaptación ante una pérdida, o bien, como la etapa a la que todo ser humano se enfrenta al experimentar la ausencia significativa de un ser amado; este puede ser momentáneo o duradero, dependiendo de las herramientas con las que cuente el individuo que lo experimenta. El duelo implica consecuencias en la salud e integridad de la persona, pudiendo convertirse en una gran fuente de malestar físico y psíquico; por ello, vale la pena estudiarlo, analizarlo y sobre todo, fomentar una cultura para poder afrontarlo con la mayor eficacia posible.

Todos los seres humanos, en muchos momentos de la vida, han experimentado de alguna manera el proceso de duelo, por ejemplo, constantemente se está tomando una decisión, misma que implica una renuncia, y esa renuncia remite a una pérdida.

En términos generales, en algún momento se ha sufrido por el deceso de un ser querido, así como la partida de un amigo o amiga, o bien, la pérdida de una relación de pareja. En fin, en algún momento el ser humano ha experimentado el hecho de perder, pero ¿cómo se afronta esa pérdida? Esta interrogante es justo el punto medular de la presente investigación, pues la forma de afrontar la pérdida no es igual en todas las personas, ya que en gran parte, la forma en la que se enfrenta propiamente el duelo, depende de la historia de vida de cada sujeto, siendo ésta una experiencia particular. Por tanto, el duelo pudiera ser un proceso, un evento o bien un episodio en la vida de todo ser humano, el cual no tiene tiempo ni intensidad determinado.

El término duelo es definido por el Diccionario de la Real Academia Española (2014) como: “Demostraciones que se hacen para manifestar el sentimiento que se tiene por la muerte de alguien”. Reflexionando este concepto, por un lado refiere únicamente a duelo por muerte, por otro lado lo importante de esta definición es que, en efecto, el duelo es una demostración del individuo, al

enfrentarse a la experiencia de perder. Sin embargo, en su interior figuran sensaciones, mismas que provienen de la intervención y participación del sistema nervioso y el funcionamiento cerebral, y la manifestación de las mismas estarán en función de la personalidad de quién las presenta, así como de la forma en la que los individuos han aprendido a afrontar la pérdida.

Por su parte Fonnegra de Jaramillo (1999) define el duelo así: "...en términos de tiempo, al periodo que sigue tras la muerte de alguien afectivamente importante" (p.165). Con lo antes mencionado, este término se centra únicamente en la pérdida por muerte, mencionando un tiempo, y así afirmando que es el periodo seguido de un deceso. Esto lleva a preguntar: ¿acaso no puede presentarse un duelo antes de que alguien muera? Lo citado no indica la posibilidad de que se pueda manifestar un duelo previo al evento de muerte, sin embargo, la muerte no es la única pérdida a la que se enfrenta el ser humano. Es importante mencionar que el valor del sujeto que se pierde, no está en función del vínculo al lazo consanguíneo que se tenga, sino quizá intervenga el depósito afectivo que se le asigna a dicho sujeto amado.

García Hernández (2012) indica que "...en el proceso de duelo, son destacables los aspectos que reconocen en él su factor subjetivo, puesto que lo que interesa es la percepción individual" (p.10). En coincidencia con la opinión del autor, al considerar la subjetividad como un elemento primordial, se asume a la experiencia de duelo como una vivencia particular, considerando la historia personal.

Neimeyer (2007) afirma: "Todo cambio implica una pérdida, del mismo modo que toda pérdida es imposible sin un cambio" (p.29). Con la frase que ofrece el autor, es oportuna la reflexión ante tales palabras. Es cierto que al existir un cambio, será inherente una renuncia, y con esto una sensación de pérdida. Sin embargo, posterior a esto habrá una modificación en la vida del sujeto, lo que dará movilidad, aspecto que es un elemento necesario en la vida, natural y oportuno, pues esa pérdida seguramente dejará en él una ganancia, una posibilidad por

aprender y continuar adelante. Lo que verdaderamente resulta imposible es recuperar lo que se tenía, lo que se puede lograr con la pérdida es reconstruir lo que se tenía, pero jamás volver de la misma forma, a estar como se estaba, eso es imposible, cabe citar una frase coloquial “nada vuelve a ser igual”.

Por ello, si bien el proceso de duelo pudiera figurar como un proceso turbulento por una desestabilidad, se considera una posibilidad para explotar las herramientas emocionales con las que se cuenta para resolver conflictos de esa naturaleza, o bien, surge la posibilidad de aprender nuevas estrategias que faciliten el afrontamiento de dicho proceso. Esto significa que el duelo puede ser visualizado como una oportunidad o como un obstáculo, se le puede encontrar la riqueza o atribuírsele como un elemento necesario u obstaculizante, esto desde la perspectiva con la que el sujeto reaccione ante tal evento.

Otros autores definen el duelo sólo como ese esfuerzo exitoso, producto de un cambio en su mundo externo, obligando al sujeto a realizar cambios en su mundo interno (Anna Freud, 1960).

El duelo es el proceso normal de elaboración de una pérdida tendiente a la adaptación y armonización de nuestra situación interna y externa frente a una nueva realidad (Bucay, 2002).

Por otro lado, para la corriente psicoanalítica, el duelo es la reacción frente a la pérdida de un ser amado, o de una figura que ocupe ese sitio (la patria, la libertad, un ideal, etc.) (Freud, 1917).

Por su parte Freud (1917), marca la diferencia del duelo y la melancolía, encontrando que ambos presentan características semejantes, sin embargo, identifica que el duelo es de corte pasajero, mientras que la melancolía aparece con múltiples formas clínicas, algunas de las cuales parecen somáticas más que psicógenas. También se identifica con una cancelación del interés por el mundo exterior, sensación muy dolida, la pérdida de la capacidad de amar, inhibición de la productividad, y una autodegradación, mientras que en el duelo, esta reacción

paralizante no es considerada patológica porque puede explicarse el origen y es posible que se supere.

Con base en la revisión anterior, en relación a las diferentes concepciones de los autores sobre el concepto de duelo, es notable que dicho concepto es mayoritariamente abordado posterior al deceso de un ser querido, centrandolo únicamente ante un evento por muerte, es el caso del Diccionario de la Academia Real de la Lengua Española y Fonnegra de Jaramillo.

Resulta significativo el abordaje de García Hernández (2012), la subjetividad del proceso radica en que es un proceso particular, mismo que no puede entenderse como un hecho general, o peor aún, es inútil estudiarlo de forma estándar. En éste punto se ve inmersa la riqueza que cada ser humano posee en relación a su historia de vida, a las experiencias que tiene ante las pérdidas y desde luego, a la personalidad del mismo.

Así mismo, resulta oportuna la aportación de Neimeyer (2007), al mencionar que toda pérdida produce un cambio, y todo cambio remite a una pérdida. Con ésta aportación parece evidente tanto el hecho de considerar que después de una pérdida, indudablemente existirá un cambio en la vida de quien ha perdido, lo que significa que nada, posterior a perder, vuelve a ser igual que antes de ello; indudablemente se generará un cambio y con esto una posibilidad de movilizarse y de crecimiento. Dicha posibilidad en ocasiones se ubica como imperceptible al centrar el duelo como un hecho negativo.

1.2 LA TANATOLOGÍA Y EL DUELO

La Tanatología se refiere a: “la ciencia de la muerte”. Este término fue acuñado en el año de 1901 por el médico ruso Metchnikoff, quien en el año de 1908, recibiera el premio Nobel de medicina; en ese momento la Tanatología fue considerada como una rama de la medicina forense que trataba de la muerte y de todo lo relativo a los cadáveres desde el punto de vista médico-legal.

García (2009), indica que el objetivo de la tanatología es "...ayudar al hombre en aquello a lo que tiene derecho primario y fundamental (morir con dignidad, plena aceptación y total paz)" (p. 102). Es decir, la Tanatología (disciplina) busca que al paciente o cualquier ser humano que sufra una pérdida se le trate con respeto, cariño, compasión, que conserve su dignidad hasta el último momento.

La tanatología es el área encargada del estudio, tratamiento y aplicación en materia del proceso de duelo, por ello la importancia de situarse en la explicación de dicha área para dar mayor comprensión al tema, siendo ésta el área que se ocupa del objeto de estudio a tratar (el duelo).

1.3 ENFOQUES TEÓRICOS PSICOLÓGICOS SOBRE EL DUELO

Una vez hecha una breve revisión del concepto de duelo, tomando en consideración las grandes aportaciones de importantes teóricos de la psicología, se hace oportuno el estudio de tres corrientes dentro de la disciplina, mismas que abordan el duelo desde sus principios y fundamentos, por tal razón es distinto el concepto e intervención. Únicamente se hará referencia a tres corrientes: Humanismo, Gestalt y Psicoanálisis en relación al duelo, éstas son las corrientes que han estudiado con mayor profundidad el tema.

También es oportuna la aclaración de que se refiere únicamente a las tres corrientes, ya que las principales instituciones y/o asociaciones encargadas, o mejor dicho, interesadas en el tratamiento del duelo, ocupan como marco teórico principalmente a las corrientes Humanista y Gestalt, tal es el caso de la Asociación Mexicana de Tanatología, el Instituto Mexicano de Tanatología, el Instituto de Psicooncología, por mencionar algunos. En cuanto a la corriente Psicoanalítica, se consideró ya que ésta es la base de la corriente Humanista y debido a intereses de estudio de quien suscribe.

1.3.1 EL DUELO DESDE LA GESTALT

Antes de considerar la concepción del duelo por parte de la corriente de la Gestalt, parece oportuno, mencionar cómo es que dicha corriente concibe al ser humano. Papalia y Wenkos, (2003), indican que en la psicología Gestalt se tiene como principio que “El todo es más que la suma de sus partes”; (p. 8) considerando tal principio y situándolo propiamente en el pergamino, el ser humano sería situado como un todo, y éste es más que cada parte que lo constituye. Con ésta perspectiva, el individuo tendrá un valor por una totalidad y un elemento de sí, es sólo eso, es decir, al ser humano lo define su simple presencia, no lo define un rasgo o un hecho que haya vivido.

Continuando con el punto de vista de la Gestalt, Salama (2007) define al duelo como el resultado de una pérdida de algo o alguien importante, y su duración puede oscilar entre seis meses a un año; cuando pasa de estos límites se puede sospechar de una posible fijación neurótica en la persona que lo padece.

Se señala también que el duelo es el proceso que deriva de la finalización de una relación (Salama, 2007). Con esto es importante remitirse a las distintas relaciones que establece el sujeto que ama con el sujeto amado, lo que amplía más la necesidad de conocer todo lo relacionado con el tema en curso. Así como otro principio de la psicología Gestalt, mismo que indica que toda etapa tiene un principio y un final, es en general un ciclo. Por tanto, bajo éste principio, el proceso de duelo será posterior a haber concluido un ciclo.

Así mismo, el duelo bajo ésta corriente es intensamente personal. No hay dos personas que sufran igual (O'Connor, 2007). En concordancia con lo antes mencionado, Centeno, (2013) afirma que en efecto, la experiencia de duelo no será idéntica en dos personas o más, pueden coincidir en síntomas o manifestaciones psíquicas, sin embargo, la riqueza de cada persona es justo la forma en la que viven todos los procesos por los que pasa a lo largo de su vida. Con esto, llama la atención que es distinta la experiencia de duelo, pues ésta, tiene mayor explicación si nos remitimos a la historia de vida de cada sujeto.

1.3.2 EL DUELO DESDE EL HUMANISMO

Antes de adentrarse al concepto de duelo desde esta corriente, es oportuno mencionar la concepción de sujeto para dicha corriente, con la finalidad de generar mayor comprensión en cuanto al concepto del duelo.

El ser humano es considerado como un ser único, irrepitible y original capaz de sobreponerse a cualquier adversidad. Por otro lado García, (2012), indica que "...para el humanismo, el duelo se concibe como la pérdida o ausencia de algo que para el sujeto, tiene un importante valor personal, por ejemplo, un sueño, una meta, una persona, un objeto, un ideal; así para otro, esto no tenga realmente el mismo valor simbólico que el sujeto le ha atribuido" (p.8). Es decir, en ésta definición, el duelo es producto de la pérdida o ausencia de un objeto o sujeto, quien o que fue valioso en la vida de quién sufre la pérdida.

Con lo que se ha estudiado hasta el momento, el duelo ha tenido más coincidencias con respecto a ser considerado en primera instancia, producto de la pérdida, y en segunda, porque lo perdido tiene valor para el que pierde, y este sentimiento de pérdida nunca tendrá el mismo valor para otro sujeto.

desde el punto de vista de la Psicología Humanista, los Modelos de Tareas son los que ofrecen una visión más completa y acertada del duelo y del doliente, ya que abordan éste como un proceso que involucra a la totalidad del ser humano: sus pensamientos, sus emociones, sus conductas, sus valores, sus significados, etc. (Salarrullana, 2012).

Esta concepción del duelo pone de manifiesto un proceso doloroso y complejo, que necesita ser atendido por el doliente y que requiere tiempo. Asimismo, por todas estas características, procesos y situaciones que afronta el doliente, también revela cómo la elaboración del duelo puede ser, al mismo tiempo, una fuente de crecimiento personal. Con respecto a las tareas del duelo,

Bermejo (2011), afirma que es William Worden¹, quien se interesa por brindar una explicación de las mismas, para así lograr en el doliente una posible elaboración del duelo por el que pase. El orden de las tareas no significa que tengan cierta secuencia obligada, sin embargo, sí se recomienda un trabajo previo para la aplicación de las mismas.

Este mismo autor, en su libro “El duelo, luces en la oscuridad”; explica en qué consisten las tareas propuestas por William Worden, mismas que serán descritas a continuación:

1. Aceptar la pérdida: En ésta tarea, el doliente se encuentra con una sensación en la que percibe que es invadido por la pérdida (manteniéndose incrédulo ante lo que ocurre), añorando el reencuentro o retorno de lo perdido. El trabajo de duelo consiste en la asimilación de que el retorno deseado no se producirá.

2. Expresión de sentimientos: En ésta tarea, se buscará trabajar las emociones y el dolor que se ha producido por la pérdida. En particular el dolor emocional, puede ser una tarea difícil de realizar, debido a que socialmente se le dice al sujeto: no deberías sentirte así.

3. Aprender a vivir sin el ser querido: Consiste en adaptarse a un ambiente en el que el ser querido ya no está; refiriendo que integra un trabajo externo (intentar remplazar lo que esa persona hacía), internos (trabajar la imagen de sí mismo sin el ser querido) y el nivel espiritual (trabajar convicciones más profundas como valores).

4. Nuevas Relaciones: Consiste en recolocar al ser querido y seguir viviendo sin causar mayor alteración en la vida cotidiana del doliente.

¹ William Worden es miembro de la Asociación Americana de Psicología. También tiene cargos académicos en la Escuela de Medicina de Harvard y en la Escuela de Posgrado de Psicología Rosemead en California. Es el co-investigador principal del Harvard Child Bereavement Study. Worden es una de las autoridades mundiales en el tratamiento del duelo. Ha sido galardonado con cinco grandes subvenciones de NIH. Su interés profesional lo llevó a convertirse en un miembro fundador de la Asociación de Educación y Consejería de muerte (ADEC) y del Grupo Internacional de Trabajo sobre la Muerte y el Duelo (GTI). Su libro Tratamiento del duelo ha sido traducido a 12 lenguas y ha sido reeditado en múltiples ocasiones.

5. Es posible vivir de un modo sano: El proceso de duelo puede verse influido por factores tales como la personalidad, edades, el nivel cultural, las circunstancias ante la muerte, el vínculo mantenido, los recursos sociales y un sinnúmero de elementos, los cuales deben ser adaptados a la nueva condición que se vive sin el sujeto perdido.

Con lo antes descrito, es notorio que la corriente humanista destaca la participación de la persona en el proceso de duelo, más que el acto o proceso por el que pasa.

1.3.3 EL DUELO DESDE LA CORRIENTE PSICOANALÍTICA

Paciuk (1998), refiere lo siguiente: “La teoría psicoanalítica acerca del duelo parece seguir dos modelos. Uno considera al duelo como un trabajo de adaptación a la realidad, aceptando la pérdida del objeto y la posibilidad de reemplazarlo. El otro toma al duelo como proceso que integra formas normales y patológicas de duelo dentro del duelo “normal” y abre a la comprensión de la transformación del sujeto y de la recreación del objeto perdido” (p.1). Con esto, se interpreta que en esta concepción del duelo, más que un proceso negativo, es considerado una posibilidad de cambio en esa búsqueda por reemplazar lo perdido.

De acuerdo a lo propuesto por la corriente psicoanalítica donde se indica que, en la vida psíquica de todo ser humano (bajo la estructura neurótica) es necesario cubrir su falta, que es resultado de una pérdida. Pudiera asumirse que el objeto o sujeto perdido debe ser reemplazado por otro, el cual tendrá la misma función que tenía el objeto perdido. El punto medular en el proceso del duelo es ese trance de reemplazamiento de sujetos y objetos, ya que estos son elegidos de una manera consciente, pero también participan en esa elección los procesos inconscientes.

Siguiendo una línea semejante Nomen (2009), hace alusión a que bajo la corriente psicoanalítica, el duelo es una tarea propia del yo, en la cual, el yo se sobredimensiona, ya que los sentimientos primitivos (enojo, odio, etc) se

experimentan con mayor intensidad en el proceso de duelo; mientras que el superyo, actúa excesivamente, dándole margen al sujeto de las conductas permitidas para reaccionar ante tal evento (entiendase como evento el duelo). Lo anterior explicaría por qué en el proceso de duelo, existe una posible descentralización de sí, donde entra la necesidad de la participación de un depositario al que se adjudica cierta responsabilidad.

Para Freud (1917) “El duelo es por lo general una reacción a la pérdida de un ser amado o de una abstracción equivalente” (p.59).

Por su parte Nasio (1999) define al duelo como “La reacción a la pérdida de un objeto de amor” (p.189), distinguiendo que la pérdida se refiere a un objeto al que se le ha depositado determinado afecto, mismo que en su mayoría es significativo para el sujeto, no es en primera instancia ese sujeto que se pierde, sino que pudiera ser una pérdida encubierta (acumulación de varias pérdidas o una pérdida significativa en la historia personal). Si bien, en un duelo se sabe a quién se ha perdido, se desconoce lo que esa pérdida causará en el sujeto.

De acuerdo con Nomen (2009), Klein (1932 a 1957), concebía al duelo como “...el resurgimiento de un tema pendiente; la separación de nuestros padres que nos da independencia pero nos priva de ciertas satisfacciones” (p. 45).

Puede entenderse al duelo también como un reflejo de una posible “huella” de algunos otros acontecimientos en la vida del sujeto en la que experimenta la pérdida, los cuales hayan quedado situados en alguna etapa del mismo (duelo), ilustrando así, la participación de dos sujetos: quién deposita afecto en otro, y un otro que figura como depositario de dicho afecto, haciendo posible el surgimiento del duelo, al sentir el posible “vacío” que con la ausencia del sujeto amado se instala en aquel que ama.

Por su parte, Centeno (2013), dice que para la existencia de un duelo es imprescindible un depósito afectivo en el sujeto u objeto perdido, pues coloquialmente, de no existir esto, no habría dolor u efecto por la ausencia de lo

mismo; sin embargo, la magnitud del duelo, mucho depende del valor asignado por el sujeto. ¿A qué se refiere con esto? A que de ser mayor la significación en el sujeto que pierde, el duelo tendrá mayor intensidad o fuerza, a diferencia de que la significación sea menor, de igual forma, el duelo será en menor intensidad.

Meza Dávalos, y cols., (2008) mencionan que "...el duelo es la reacción natural ante la pérdida de una persona, objeto o evento significativo" (p. 28), aquí se le agrega al término de duelo la pérdida de objetos, personas o eventos, y hacen referencia como elemento importante que "Lo esencial del duelo es el cariño" (p. 29), o bien el apego que se tiene.

Bowlby, (1993), menciona que por apego "...se entiende cualquier forma de comportamiento que hace que una persona alcance o conserve proximidad con respecto a otro individuo diferenciado y preferido" (p. 60). De alguna forma el sujeto que ama, se aproxima al sujeto amado, esto recobra importancia en el proceso de duelo, pues el duelo remite a un vínculo² con el otro, mismo que en un duelo se pierde, se hace presente si en el proceso de duelo existió un lazo de apego en relación con el sujeto amado perdido.

El mantenimiento inalterado de un vínculo se experimenta como una fuente de seguridad y la renovación de un vínculo como una fuente de dicha. Si al generarse en un sujeto un estado de seguridad estableciendo el vínculo presente y una sensación de dicha al renovar el vínculo, cobra mayor importancia el surgimiento del duelo, pues al presentarse el proceso de duelo, es evidente que lo que genera mayor inseguridad es la imposibilidad de contar con el sujeto amado, y con esto, la no renovación del vínculo, que conllevaría a una sensación de infelicidad, y por tanto de tristeza, por la pérdida. (Bowlby,1993).

² Vínculo en psicoanálisis: Término que deriva del latín "vinculum", de "vincere"...atar. Significa unión o atadura de una persona o cosa con otra. Se usa también para expresar: unir, juntar o sujetar con ligaduras o nudos. Se refiere a atar duraderamente (Cesio, 2002-2014).

El apego, tiene como finalidad, la protección de aquel que ama al sujeto amado, si bien, es un comportamiento propio de padres a hijos, también se ve reflejado de un adulto a otro.

Bowlby (1993), indica que “El patron de los vinculos afectivos que un individuo establece durante su vida depende de la forma en la que su conducta de apego se organiza en su personalidad” (p.62). Lo antes mencionado, remite a que la forma en la que el sujeto establece un lazo afectivo con otro, va a estar en función del cómo se haya organizado el vínculo de apego en la construcción de su personalidad, con esto se hace participe la forma en la que fue vinculado en primera instancia en el seno parental.

Es importante mencionar que entre las funciones del apego, se busca preservar el vínculo con el otro, y en tanto se halla en riesgo esta preservación, se buscará la forma para mantenerlo, de tal suerte, que esto pudiera dar explicación al posible estancamiento de un sujeto en alguna etapa del duelo, del hacer todo para no soltarlo, o bien, para no dejar ir aquello que ya no se tiene. Por ejemplo, si se estuviera hablando de una relación de pareja, al hecho de aferrarse a conservar por todos los medios a esa persona amada, he aquí la presencia de una función del apego, asi mismo, puede convertirse en un duelo patológico, cuestión que se explica más adelante.

Siguiendo la explicación en relación al apego, Worden (2004), afirma: “Cuánto mayor es el potencial de pérdida más intensas son éstas reacciones y más variadas” (p. 17). Con lo referido por el autor, se explica que hay una cierta relación con respecto a la percepción del lazo afectivo con el sujeto u objeto, que se percibe como una posible pérdida. Se hace inminente la acotación de que cuando se manifiesta esta posible amenaza de pérdida, comienza una crisis, misma que puede finalizar si el vínculo se restablece, aún así, este mismo vínculo ya no tomará la misma forma, o bien pudiera ser el punto para que se empezara a generar un proceso de duelo.

1.4 TIPOS DE DUELO

Ya definido el concepto de duelo, es importante mencionar los tipos de duelo, considerando su relevancia para dimensionar la intensidad del duelo en el que el sujeto que ama se encuentra inmerso. Es importante mencionar que esta clasificación está en relación con la muerte de algún ser querido.

Meza Dávalos, y cols, (2008) refieren que los tipos de duelo existentes son:

“Duelo patológico: El duelo anormal aparece en varias formas y se le han dado diferentes nombres. Se le llama patológico, no resuelto, complicado, crónico, retrasado o exagerado.

Duelo anticipado: no comienza en el momento de la muerte, sino mucho tiempo antes. Cuando se emite un pronóstico de incurabilidad, se produce tristeza en el familiar, pero una adaptación más o menos inconsciente a la nueva situación que se acaba de crear.

Duelo inhibido o negado: Se niega la expresión del duelo porque la persona no afronta la realidad de la pérdida.

Duelo Crónico: Es el que tiene una duración excesiva y nunca llega a una conclusión satisfactoria” (p. 30).

Referido a lo anterior, el duelo normal pudiera entenderse como esa reacción adecuada ante la pérdida, siendo ésta una experiencia natural en la vida de un individuo, es decir, el duelo normal desde cualquier perspectiva en la falta (viéndolo desde la corriente psicoanalítica); el hecho de cerrar ciclos o no cerrarlos (esto desde una corriente gestáltica) y, en términos generales, éste tipo de duelo, pudiera ser una posibilidad sana para afrontar la pérdida. Resultaría interesante comprender ¿cómo de un duelo normal, se puede pasar a un duelo patológico? Una posible respuesta ante la interrogante se vincula con la elaboración del duelo, misma que depende, en gran medida, de una historia de vida y de las herramientas emocionales con las que cuente el individuo expuesto al duelo.

El duelo patológico pudiera comprenderse como ese cúmulo de duelos, donde el sujeto se encuentra en una posición de incapacidad para resolverlos. Por otra parte en la elaboración de un duelo normal sería el resultado de una posible fijación en alguna etapa del duelo o en la prolongación de las mismas, lo cual puede abrir la posibilidad de que el sujeto se repositone de un duelo normal a uno patológico y puedan desencadenarse trastornos mentales o de la personalidad.

Pudieran ser muchas las ideas en relación a lo que desencadena un duelo patológico, lo que es cierto, es que cualquier duelo merece la pena ser vivido, pues pese a lo que pudiera mencionarse, el duelo al ser natural, como ya se ha referido anteriormente, es también de alguna forma una sana vivencia.

Con respecto al duelo inhibido /negado, muchas ideas surgen, sin embargo, en éste tipo de duelo se hace presente un comportamiento constante, el hecho de negarse justamente a experimentar en sus etapas el duelo mismo, y en ese persistente no sufrir, se suele optar por evadir más que afrontar. Los sujetos pueden optar por cubrir el duelo, ya sea con el trabajo, con la ingesta de bebidas alcohólicas, o bien, si en materia de relaciones interpersonales se desarrollan vínculos repentinos con nuevas personas. Este tipo de duelo, pareciera propiciar la posible transformación a un duelo patológico.

Finalmente existen experiencias que obligan a los seres implicados a irse preparando para un desenlace. Ello remite a un diagnóstico cuyo padecimiento denota una enfermedad terminal, con éste ejemplo, la familia de la persona diagnosticada, quiera o no, anticipa la sensación de una posible ausencia, o bien, dentro de una relación interpersonal, cuando la experiencia de los conflictos se convierte poco a poco en una situación insostenible, pudiera figurar como una visión de un desenlace a corto plazo.

Con lo antes referido, lo que se pretende ilustrar es que el ser humano en muchos momentos se encuentra inmerso en un duelo, sea cual sea, y en la etapa en la que se encuentre. Sin embargo, la elaboración, procesamiento y

afrontamiento de los mismos, como una experiencia individual y única para cada individuo, involucrará la singularidad de cada sujeto.

Por su parte Bowlby, (1993) indica que existen dos tipos de duelo: el duelo sano y el duelo patológico. Menciona que "...todos los que han examinado la naturaleza de los procesos que intervienen en el duelo sano concuerdan en que provocan, por lo menos en cierta medida, un retiro de la catexia³ emotiva de la persona perdida y pueden preparar el camino para una relación con otra persona" (p. 48).

Worden, (2004), brinda una explicación en relación a los tipos de duelo, mencionando en primera instancia al tipo de duelo normal, llamado también "...duelo no complicado" (p.27), el cual se manifiesta de forma normal después de una pérdida.

Freud (1917), citado por Nasio (1999), refiere que existen dos tipos de duelo indicando lo siguiente: "Mientras que en el duelo normal la pérdida es consciente, en el duelo patológico, ésta pérdida es radicalmente inconsciente" (p.190). Bajo ésta diferencia entre ambos tipos de duelo, surge la siguiente interpretación; el duelo normal, al ser indicado como consciente, remite a la aceptación de que en cualquier momento se experimenta; mientras que en el duelo patológico, la pérdida resurge quizá de pérdidas anteriores, de elaboraciones trucas o deficientes, aparentando un reflejo de lo aprendido con las pérdidas infantiles.

1.5 ETAPAS DEL DUELO

Una vez revisado el concepto de duelo y los tipos del mismo, se revisarán las etapas que intervienen. Algunos teóricos y corrientes dentro del campo de la psicología indican que son cuatro, sin embargo, hay quienes indican que son

³ Catexia : hace que cierta energía psíquica se halle unida a una representación o grupo de representaciones, una parte del cuerpo, un objeto, etcétera. (Echegoyan Olleta)

cinco. Lo que es cierto es que aparentemente son consecutivas, donde una etapa lleva a la otra. Sin embargo, esto también genera que al centrarse el individuo en éste proceso, pueda quedar atrapado o fijado dentro de una etapa, lo que dará como resultado un proceso no resuelto. Lo esperado sería que como ciclo, se pasara de una etapa a la otra y de tal forma, cada duelo fuera superado. ¿Por qué quedarse en una etapa? ¿Qué factores intervienen ante la incapacidad para resolver cíclicamente los duelos? Estas interrogantes surgen en relación al proceso en sí mismo y a las etapas que lo conforman.

“El desarrollo clínico del duelo pasa siempre por los mismos caminos que constituyen tres grandes etapas: 1 El inicio o primera etapa: se caracteriza por un estado de choque más o menos intenso, hay una alteración en el afecto, con una sensibilidad previa, el intelecto está paralizado y se afecta el aspecto fisiológico con irregularidades en el ritmo cardíaco, náuseas o temblor. 2 Etapa central: es el núcleo mismo del duelo; se distingue por un estado depresivo y es la etapa de mayor duración. Al principio, la imagen del desaparecido ocupa siempre y por completo la mente del doliente. 3 Etapa final: es el periodo de restablecimiento. Comienza cuando el sujeto mira hacia el futuro, se interesa por nuevos objetos y es capaz de volver a sentir nuevos deseos y de expresarlos” (Meza Dávalos, y otros, 2008, p.34)

Para los anteriores autores, las etapas del duelo son 3, mientras que para autores que también se han referido en el presente escrito señalan que son 4 o 5, sin embargo todos coinciden en que la etapa inicial es la que resulta difícil de asimilar, la intermedia, es la más conflictiva ya que es en la que se debe afrontar como tal la pérdida y la final resulta ser la que evidencia el afrontamiento que se tuvo ante lo perdido.

Las etapas que mencionan las autoras, poseen además de coherencia, cierta lógica, pues es el inicio en dónde las emociones son casi indefinibles, y con esto difíciles de identificar. Algunas veces una tristeza es confundida con un profundo enojo por el evento que se le presenta, sin embargo, conforme pasa el

tiempo, pudiera ser el mejor paliativo pues, con el pasar de los días, las emociones se van transformando para llegar a la segunda etapa referida por las autoras. En ésta etapa central, remite a un estado de ánimo a esa etapa en la que las emociones se intensifican con mayor fuerza, es quizá en la que el sujeto pudiera estancarse en su paso por la misma, no hay una duración como tal, la duración de un duelo como ya se ha dicho, depende de quién lo vive. El ciclo concluye con la etapa final, en ésta hay una posible transformación de las emociones vividas en las dos etapas anteriores.

Para otra teórica no son suficientes tres etapas, como es el caso de Kubler Ross⁴. Ella identifica cinco etapas dentro del proceso de duelo, las cuales son: negación, cólera, negociación, depresión y aceptación

A continuación, se presentan las cinco etapas referidas por dos autores: Cuadrado I Salido, David (2010) (basado en el modelo de Kubler Ross), define cada etapa, seguido de éste autor, se agrega la forma en la que Castro, María Del Carmen (2011) las interpreta. Se irán mencionando en el mismo orden en el que se mencionaron.

Cuadrado I Salido, (2010), hace referencia al modelo de Kubler Ross, indicando que la primera etapa de nombre **Negación**, es en la que el individuo que sufre el evento en curso, comienza a formularse interrogantes tales como ¿Por qué sucedió? ¿Cómo ha podido pasar esto? remitiendo a una sensación de incredulidad ante el evento que se acaba de presentar, ante esa pérdida que se comienza a experimentar, al ser demasiado fuerte o intenso, surge una

⁴ Kubler Ross(1926-3004) Fue doctora en medicina con especialidad en psiquiatría, muestra especial interés en relación a la muerte debido a una experiencia que tuvo l ser retenida en el campo de concentración de Meldeneck(Polonia) esto durante la Segunda: Guerra Mundial, trabajo décadas con enfermos terminales, lo qué le dio la mayor experiencia a nivel mundial referente al tema de la muerte, es autora de libros tales como “La muerte Amanecer”, “Lecciones de vida” “Sobre el duelo y el dolor”(En el que habla de su propio proceso terminal) es famosa por el modelo que crea en el que indica que son cinco etapas por los que pasa un enfermo terminal, mismas que también son experimentadas en el duelo

sensación de negar lo que sucede, de persistir erróneamente en que no está ocurriendo.

Con respecto a la primera etapa, Castro (2011), menciona que la **Negación** es “no puede ser” (p.25). Con ésta pequeña frase, la autora coincide con el autor anterior, ambos comparten de cierta forma que la primera etapa es esa en la que el sujeto se cuestiona e intenta convencerse (erróneamente) que lo que está ocurriendo, no está pasando, que se trata de una especie de sueño o letargo pasajero.

La segunda etapa nombrada por Cuadrado, (2011) como **Ira**, es una etapa caracterizada por la expresión y manifestación de un cúmulo de emociones, de forma distinta en cada persona, producto del evento ocurrido o por la sensación de pérdida experimentada. Sin embargo, es importante rescatar que dichas emociones expresadas en ésta etapa, en la cotidianidad son emociones primitivas, tales como lo son enojo, tristeza, entre otras. El mismo autor menciona que “si ésta fase coincide con una actitud de no gestión del control o de laxitud por parte de los superiores puede tener como consecuencia la aceptación de la violencia como norma negociadora de los procesos de cambio” (p. 6).

Con lo antes citado, cabe mencionar que existen personas quienes por medio de la fuerza física y desfogue de la misma, logran expresar y/o liberar el cúmulo de emociones previamente referidas.

Por su parte Castro, (2011), indica como segunda etapa el **Enojo Y La Rabia**, mencionando que dicha rabia se puede experimentar “hacia la vida, contra Dios o contra el equipo de salud” (p. 25). Con lo antes mencionado por la autora, nos remite nuevamente a las emociones primitivas señaladas previamente, esas sensaciones en las que, de alguna forma, devienen para hacer un poco más soportable el evento, la necesidad por depositar en un otro la responsabilidad u origen del duelo o la pérdida. De ésta forma, se pudiera buscar dirigir esas emociones a alguien, en señal de buscar en alguien un posible culpable de lo que

en ese preciso momento está sintiendo aquel sujeto que experimenta el inicio del proceso.

Con respecto a la tercer etapa nombrada **Negociación** por Cuadrado, retomando el modelo de Kubler Ross, el sujeto doliente comienza a actuar en función del evento ocurrido (o la pérdida), a querer resolver o bien a generar actividades que lleven a un cambio posterior al evento ocurrido o medidas en función de la ausencia del sujeto que ya no se encuentra presente.

Referente a ésta etapa, Castro, (2011) la nombra “**Negociación o Regateo**”, en ésta etapa se busca recuperar lo perdido, resolver lo que se descompuso o se pretende hacer lo que no se hizo.

Continuando con la cuarta etapa, ésta es nombrada en el modelo de Kubler Ross y explicada por Cuadrado como **Depresión**; antes de describirla, es importante acotar lo siguiente: en las etapas mencionadas anteriormente, el sujeto quien experimenta el duelo, se centra en el pasado, en todo aquello que no hizo o dejó de hacer, en los posibles factores que desencadenaron el evento que vive o la ausencia que siente por la partida de un sujeto amado. Sin embargo, es justo en la etapa de la depresión en la que el sujeto se ubica en el presente, en esa realidad que se le muestra, en tal momento, ya no es posible negar lo sucedido, ni mucho menos evadirlo, burdamente dicho, se muestra lo que sucede tal cual. Ante esta etapa Castro (2011), menciona que la etapa de la depresión remite a un estado de tristeza profundo por parte del sujeto que lo experimenta.

Finalmente, la quinta etapa nombrada **Aceptación o Rechazo**, Cuadrado la ubica aparentemente como la etapa final o resolutive. En dicha etapa, ya no existe alternativa en relación a lo sucedido, sólo existen opciones, o se acepta o se rechaza, ambas decisiones implicarán un cambio en la vida de quién padece lo que vive. De igual manera, Castro hace mención de esta quinta etapa.

Una vez descritas las etapas, es importante mencionar que lo esperado sería que todo ser humano viviera las etapas con la secuencia mencionada

anteriormente. Sin embargo, es posible que dependiendo del sujeto y con éste de la historia de vida, pasara de una etapa a otra, quizá regrese a una etapa por la que ya había atravesado, o bien, de una etapa salte abruptamente a etapas siguientes. Lo que se menciona es que no existe secuencia estandar ante la secuencia del duelo, sólo se muestran las etapas por las que dentro del proceso de duelo se pueden experimentar.

Por su parte Trujillo Terán, Milena Rodríguez, & Moreno Patiño, (2008) indican las siguientes etapas en el duelo:

“Conmoción y aturdimiento: constituye una reacción inicial, aunque puede recurrir en otros momentos. En esta fase la persona queda pasmada con el impacto de la pérdida y es aquí donde el equilibrio de la vida se ve desestabilizado.

Anhelo y búsqueda: esta fase representa un esfuerzo por regresar las cosas tal y como eran antes.

Desorganización y desesperanza: ésta se considera una reacción comprensible al fracaso de los esfuerzos por revivir el pasado.

Reorganización: esta fase se inicia cuando la persona puede volver a recoger los fragmentos de su propia vida y empezar a moldearlos en algún tipo de nuevo orden” (p.83).

Con respecto a las dos clasificaciones que se mencionan anteriormente, ambas coinciden en que es un proceso que no conlleva una secuencia, sino que son propuestas que explican los posibles estados en los que se puede encontrar una persona que vive un proceso de duelo.

1.6 MANIFESTACIONES DEL DUELO

Es importante mencionar que el sujeto, al encontrarse inmerso en el proceso de duelo, experimenta reacciones y sensaciones producto de dicha etapa;

las manifestaciones tienen origen en aspectos fisiológicos y emocionales en el sujeto, mismos que al igual que cualquier otro evento estresante, causará una alteración en los ritmos biológicos.

El duelo, si bien, es un proceso producto de la pérdida, que además es una situación común, tiene manifestaciones físicas, cognitivas y psíquicas, mismas que repercuten directamente en la conducta del sujeto que lo experimenta.

Con respecto a las manifestaciones cognitivas antes referidas, se pueden presentar en el sujeto doliente construcciones mentales posteriores al evento, así como la formación de pensamientos o creencias irracionales en relación al sujeto amado que se ha marchado. Dichas construcciones son por lo general extremistas; así mismo, es común la repetición de recuerdos en función del sujeto ausente.

Con respecto a las manifestaciones psíquicas, éstas se caracterizan por sensación de incredulidad ante lo que acontece, posible insensibilidad, cierta confusión, posibles alucinaciones visuales, compulsión por recuperar lo perdido, haciendo uso de los recursos con los que se cuentan, posible sensación de culpabilidad o angustia. También se han encontrado dentro de las manifestaciones psíquicas, compulsión por mantener presente a la persona amada, o bien, búsqueda por reemplazarlo (Equipo Vértice, 2011).

Lelia (2009), refiere que al experimentar el proceso de duelo “En general lo que si se ha detectado son complejas interacciones pisco-neuroendocrino-inmunitarias, con alteraciones del eje hipotalámico-hipófisis-suprarrenal” (p.15). Lo anterior explica que al encontrarse en un proceso de duelo, las manifestaciones que experimenta la persona, pueden involucrar al Sistema Nervioso, dando lugar a las respuestas fisiológicas que se mencionan.

Dentro de las sensaciones que se experimentan, en primera instancia, se encuentra la tristeza, sentimiento propio de un proceso de duelo; sin embargo, acompañado de éste sentimiento, también es probable sentir enojo. En un proceso

de duelo, los sentimientos pueden resultar extremos, incluso pudiera parecer una mescolanza de sensaciones, extrañas tal vez, pero al final sensaciones.

Así mismo, tras la pérdida, es probable una sensación de frustración, ello por la incapacidad percibida por el sujeto por remediar la ausencia, por subsanar el vacío generado en el sujeto y abstracción que se percibe como fuera de sí o lejos. Por tanto, pudiera manifestarse una sensación de desamparo, una posible tendencia a sentirse sin protección.

En ocasiones, dentro del proceso de duelo, es normal encontrarnos con una sensación de culpa o bien auto reproches, ello por la sensación de lo que no se hizo o bien de lo que faltó por hacer o bien, de lo que se hizo en exceso.

Con respecto a lo sensorial, Centeno Soriano, (2013), menciona las siguientes: “sensación de vacío en el estómago, opresión en el pecho, opresión en la garganta, hipersensibilidad al ruido, sensación de despersonalización, falta de aire, debilidad muscular, falta de energía, sequedad de boca.”(p.12).

En el duelo se describen los afectos de culpa, pena, tristeza; en fin, los propios de la depresión. En algunos casos el dolor moral se acompaña por acusaciones, por faltas imaginarias, autoacusaciones y culpabilidad que pueden lindar con lo delirante. También el duelo supone aislamiento y desinterés por el mundo, el pesimismo, la apatía por la muerte, el abatimiento, la tendencia a la quietud y el rechazo de los estímulos, es decir, una amortiguación de la vida del doliente y una cierta mortificación que hacen que parezca mimetizarse con el muerto (Paciuk, 1998).

En el DSM-V, se excluye el concepto por separado de duelo, homologando a dicho concepto con el trastorno depresivo, evidenciando inconvenientes en el diagnóstico clínico. En el DSM IV-R (1982) se expone: “Ante una pérdida así (la de un ser querido), la reacción normal es, con frecuencia, un síndrome depresivo típico con sentimientos depresivos y síntomas asociados” (p.434). Con tal acotación, se busca desde el campo de la psiquiatría, generalizar los constantes

síntomas que presentan las personas en duelo, asociándolo a un trastorno como lo es la depresión. Con esto la población pudiera coincidir en la repetición o muestra de los síntomas, sin embargo, en lo que disienten es en la elaboración y el afrontamiento propiamente de dicho proceso.

De acuerdo con Worden (2004), las manifestaciones comunes en un duelo normal desde el aspecto sentimental se encuentran la tristeza, el enfado, culpa y autoreproche, ansiedad, soledad, fatiga, impotencia, shock; en cuanto a las sensaciones físicas se encuentra la sensación de vacío en el estómago, opresión en el pecho y/o garganta, hipersensibilidad al ruido, pudiera experimentarse falta de aire, también debilidad muscular, falta de energía y en algunas ocasiones una sensación de sequedad en la boca. Se hace alusión también a las manifestaciones en el aspecto cognoscitivo, en el cual se presenta una incredulidad ante el hecho, generando una posible confusión, así mismo, pudiera presentarse preocupaciones, también es probable la presencia de alucinaciones (Worden, 2004).

En relación a las manifestaciones conductuales, pudieran presentarse trastornos del sueño, así como trastornos alimentarios, algunas conductas distraídas, posible aislamiento social, atesorar objetos que recuerden al sujeto ausente (Equipo Vértice, 2011).

Una vez hecha la revisión anterior, inicialmente la definición del concepto principal (duelo), resulta interesante descubrir que para la mayoría de los autores referidos, éste concepto es limitado a sólo un proceso derivado por la muerte de un ser querido, así mismo, se hizo oportuna la aportación de otros autores para los que no es sólo un proceso por muerte, es un proceso propio por la pérdida, sea cual sea. Además, hay grandes coincidencias con respecto a verlo como un proceso subjetivo (por la intervención de la historia personal del doliente). También se identifican dos tipos de duelo: normal y patológico. Sería limitado continuar sin haber estudiado la disciplina encargada del estudio propio del duelo (tanatología), así mismo, el estudio de las cinco etapas del duelo (negación, cólera, negociación,

depresión y aceptación) brindan mayor comprensión ante el procedimiento y finalmente resulta importante que entre las manifestaciones que se han identificado en la mayoría de las personas que han sufrido un duelo, son similares a las características de la depresión.

En el siguiente capítulo se abordará el duelo desde el enfoque propiamente psicoanalítico y partiendo de los principales conceptos que darán mayor comprensión sobre el afrontamiento del duelo en hombres y mujeres por la pérdida de una relación de pareja.

CAPÍTULO II. PRINCIPIOS PSICOANALÍTICOS DEL DUELO

Una vez hecha la revisión en el capítulo anterior, con respecto al duelo, surge la necesidad de adentrarse a la corriente psicoanalítica, siendo éste el enfoque con el que se irán desarrollando los fundamentos teórico-conceptuales, mismos que en la práctica son remitidos para el estudio de los siguientes apartados. Para ello, se hará uso de las investigaciones y grandes aportaciones de autores como Sigmund Freud (creador de la corriente psicoanalítica), Juan David Nasio y John Bowlby.

El capítulo anterior mostró, en términos generales, cómo es que distintas corrientes y muchos autores conciben el duelo, así como los tipos, etapas y manifestaciones del mismo, aunque de acuerdo con la corriente psicoanalítica, el estudio del duelo toma una particular línea, pues tiene como finalidad la indagación en relación al sujeto, viéndolo desde un enfoque donde éste decide o “elige” posicionarse en las vivencias que ha tenido, destacando la responsabilidad en cada acontecer de su vida, claro, haciendo referencia a tan controversial concepto de inconsciente⁵. Sin embargo, en materia del estudio del duelo y de ¿cómo se afronta?, se hace oportuno el estudio de algunos conceptos como el narcisismo e identificación, así como pérdida y transferencia, ya que son elementos que se juegan en la interacción con el otro.

El duelo como ya se ha estudiado, es el proceso resultante de una pérdida. Aquí es preciso detenerse y plantear aspectos que para el psicoanálisis juegan un papel importante, la pérdida es inherente a la vida cotidiana del ser humano e incluso necesaria. Esto porque genera en el sujeto la posibilidad de desear y por ende, ir tras la búsqueda de ese deseo, dándole vida y sentido. La primera pérdida que el sujeto enfrenta, se vuelve significativa en su vida, dándole un carácter de

⁵ Inconsciente: El adjetivo inconsciente se utiliza en ocasiones para connotar el conjunto de los contenidos no presentes en el campo actual de la conciencia, y esto en un sentido «descriptivo» y no «tópico», es decir, sin efectuar una discriminación entre los contenidos de los sistemas preconsciente e inconsciente. En sentido tópico, la palabra inconsciente designa de los sistemas definidos por Freud dentro del marco de su primera teoría del aparato psíquico; está constituido por contenidos reprimidos, a los que ha sido rehusado el acceso al sistema preconsciente-consciente* por la acción de la represión* (represión originaria* y represión con posterioridad*) (Laplanche, Pontalis, & IAGACHE, 2004)

desequilibrio, que le obligará a estar en constante búsqueda de lo perdido desde una perspectiva inconsciente, quizá investida o disfrazada, dando como resultado, una falta de claridad en lo que se busca. Sin embargo, al mismo tiempo, esa misma búsqueda hará complejo el descubrimiento de eso que se desea, aunque necesaria y hasta cierto punto “sana” (término que en la corriente se considera un atrevimiento) dado que desde el enfoque psicoanalítico, todo sujeto inscrito en una sociedad se considera que puede presentar una neurosis, es decir estará catalogado como enfermo. Lo que señala la importancia de la pérdida radica en la manera que impacta a la experiencia del duelo en el sujeto; por lo tanto podemos sospechar que la primer pérdida es también un parteaguas en la vida de un sujeto para comprender las pérdidas siguientes, o bien para confirmar una gran frase, misma que indica que “infancia no es destino” (Basáñez, L.). Con ello, aunque la primera pérdida y el afrontamiento de la misma, diera una explicación de la forma en la que se experimentan, se podría partir de la idea de que esto puede ser modificado, claro, una vez hecho consciente lo inconsciente, es decir, una vez que el sujeto tome la responsabilidad y participación en cada experiencia de su vida de una forma más consciente.

Así mismo, en el texto “Infancia es destino” Ramírez, S. (2002), explica que las experiencias en el ser humano como hechos aislados, no tienen mayor relevancia. En cambio, la repetición de la, o las experiencias generan un impacto importante, mismo que trascenderá en la misma vida del sujeto.

Con las dos aportaciones, sin duda lo que vivimos, por la razón o decisión que sea, no significa una relación inamovible. Por el contrario, resulta labor de quien la vive, convertirse en agente activo de una transformación de esas vivencias, quedándose como antecedente más no como un elemento inalterable en la vida del sujeto. Lo que implica que la infancia de un ser humano resultaría una etapa formativa, con posibilidad de no ser decisiva cuando el sujeto se dispone a conocer sus dictados inconscientes.

2.1 NARCISISMO E IDENTIFICACIÓN

En su muy conocido texto "Introducción del narcisismo" (1914) Freud, partiendo del concepto de narcisismo abordado desde la medicina, inicialmente por P. Nacke en 1899, lo describe como aquella conducta en la que el sujeto trataba a su cuerpo de la misma forma en el que trataría un objeto sexual. En cierta forma, erotizando su cuerpo de la misma forma en la que erotizaría a ese otro cuerpo, Freud (1914), refiere en relación a la previa definición del concepto que "El narcisismo cobra el significado de una perversión que ha absorbido toda la vida sexual de la persona" (p. 71). Continuando con esta idea, la perversión radicaría en el goce y/o satisfacción de sí mismo sobre su imagen, depositando en ésta su energía sexual de una forma total. Además el mismo autor indica que el narcisismo puede ser también "un complemento libidinoso del egoísmo inherente a la pulsión de autoconservación" (p. 72), con dicha idea se piensa en que cada sujeto posee en su comportamiento una dosis de narcisismo, ello, retomando las palabras del autor, como medio para conservarse dentro de una sociedad.

Por otro lado Freud menciona que la conducta narcisista, parte de tomar del mundo externo representaciones que serán introyectadas en el yo del sujeto (1914).

A lo largo del presente capítulo, se ha referido al objeto, definiéndolo a éste como "una representación previa a la existencia del otro", (p.136). Con esto merece la pena indicar que al concepto objeto, se le pueden atribuir dos acepciones, la primera situando al objeto como persona externa es decir otro sujeto y la segunda como representación inconsciente, por tanto para los fines que son de interés en el presente trabajo, se hará uso del segundo, representación inconsciente.

Con ésta concepción del narcisismo, toma mayor fuerza el significado del sujeto porque muestra la elección de un objeto, el cual puede perderse, desembocando en un proceso de duelo.

Con lo antes expuesto, se introduce el hecho de que el objeto amoroso se elige de acuerdo a la manifestación del narcisismo en el ser humano, mismo objeto, que al encontrarse a punto de perderse, pudiera dar como resultado el inicio de un proceso de duelo.

Cuando el sujeto se halla en un estado de sufrimiento parece que retira de sus objetos de amor el interés libidinal, lo cual cobra significación con el duelo, pues es justo lo que en el común de las personas sucede, llega un punto que de forma instintiva el ser humano se recoge, se convierte en un ermitaño, cual cachorro cuando es lastimado, se hace bolita y se lame sus heridas. Lo mismo ocurre con el individuo, de ahí las frases de: “No lo vuelvo a hacer”, “no me vuelvo a enamorar”, “no vuelvo a confiar”. Con esto el sujeto busca huir de aquel objeto que le remite a su dolor, augurando con tal seguridad, que no volverá a coincidir de manera voluntaria con el mismo, lo cual puede dar como resultado una elección de objeto opuesta, remitiendo al dolor antes mencionado.

De acuerdo con lo que dice Freud (1914), el narcisismo es entonces un desasimiento de la libido respecto de los objetos y un retorno de ésta sobre el yo, de manera tal que el propio yo es tomado como objeto sexual. Este retorno de la libido puede confundirse con apreciar nítidamente las posibles consecuencias anímicas de haber tomado al yo como objeto sexual.

Sigmund Freud refleja una gran diferenciación entre el narcisismo primario y narcisismo secundario, indicando que el primero es justo la etapa de erotización al cuerpo mismo; etapa que en algún momento debe terminar, para continuar la transición de un narcisismo primario a un narcisismo secundario. Al explicar la transición, en una primera instancia, el amor o bien la erotización se podría decir que era en concreto y de forma directa sobre sí mismo. En cambio, al hacerse presente la transición, la erotización ya no es en lo concreto, sino que toma un carácter de erotización a un otro.

Al señalar a lo que se ama y se ha perdido remitiendo posiblemente a aquello de que se carece siendo esto valioso, son aspectos que Freud explica que

dentro de la lógica de la elección narcisista de objeto, lo que se hace patente es que el narcisismo no está desconectado de lo otro, es decir, que éste no debe ser pensado como excluido de una relación con algo que desborda al propio yo, ya que, tanto lo perdido como aquello que no se tiene, son formas de referirse a elementos que resultan ajenos al yo. Sin embargo, al mismo tiempo se presentan como necesarios para su constitución.

Cabe mencionar la participación del delirio de grandeza dentro del narcisismo, Freud (1914) lo define como “una sobreestimación del poder de sus deseos y de sus actos psíquicos, la omnipotencia de los pensamientos,” (p73), dando como resultado lo que sería una actitud análoga sobre sí mismo omitiendo la participación del mundo exterior. He aquí la explicación a aquellas personas quienes ven al otro como un objeto, más no como un sujeto, únicamente reconocen como valiosos a ellos mismos.

Freud hace manifiesta la necesidad de una apertura al otro, pero al mismo tiempo destaca la dificultad que esto implica dada la inercia narcisista, es decir, la intención del yo de mantenerse alejado de cualquier influencia que pudiera confrontarlo a la posibilidad de modificarse, siendo esta una especie de defensa necesaria para evitar fundirse con el otro, enalteciendo la singularidad que lo caracteriza.

Por su parte Nasio (2007) explica la transición indicando que “El niño sale de este estadio cuando su yo se encuentra confrontado a un ideal con el cual debe medirse, ideal que se formó en su exterior y desde allí le es impuesto” (p.67). El ideal pudiera constituirse con las características o depósitos de las expectativas que son colocadas de padres a hijos, así como las normas sociales que quedarán inscritas en ese sujeto para tener la aprobación de la misma. A ese mundo que lo rodea y demanda de él un algo, un comportamiento aceptado, así mismo, agrega que su madre le habla, pero también se dirige a otros. El niño comprende entonces que ella también desea fuera de él y que él no es todo para ella; ésta es la herida infringida al narcisismo primario del niño.

Con lo anterior, el niño buscará ser amado por ese otro, buscará reencontrar el objeto de ese amor que ya no es exclusivo para él, tratando de responder a las exigencias que le hará el mundo que le rodea.

Nasio (2007) define que “En suma el narcisismo secundario se define como el investimento libidinal (sexual) de la imagen del yo, estando esta imagen constituida por las identificaciones del yo a las imágenes de los objetos” (p. 71).

Es importante mencionar que el narcisismo es considerado como una estima, en la cual intervienen aspectos tales como el yo ideal⁶ e ideal del yo⁷, en donde ambos dan origen a la elección del objeto.

Para el estudio del narcisismo, Freud (1914) hace alusión a los aspectos amorosos del ser humano “...el niño (y el adolescente) eligen sus objetos sexuales tomándolos de sus vivencias de satisfacción” (p.60). Con ésta gran frase surgen algunas interrogantes: ¿Qué elementos se juegan al momento de elegir a estos objetos? Además agrega “Decimos que tiene dos objetos sexuales originarios: él mismo y la mujer que lo crio” (p.23), con esto surge la hipótesis en la que en primera instancia uno de los objeto sexuales electos por el ser humano es justo la madre.

La elección del objeto amoroso en el caso de los hombres, indica Freud (1914), consiste en que se “exhibe esa llamativa sobrestimación sexual que sin duda proviene del narcisismo originario del niño y así, corresponde a la trasferencia de ese narcisismo sobre el objeto sexual” (p.23). Mientras que para

⁶ El yo ideal Formación intrapsíquica que algunos autores, diferenciándola del ideal del yo, definen como un ideal de omnipotencia narcisista forjado sobre el modelo del narcisismo infantil. por su parte, está originado en la imagen especular del estadio del espejo; es como una promesa de síntesis futura, hacia la cual el yo tiende: esa ilusión de unidad que está en la base del yo. El yo ideal siempre acompañará al yo, como un interminable intento de recuperar la omnipotencia de la relación dual preedípica.

⁷ Término utilizado por Freud en su segunda teoría del aparato psíquico: instancia de la personalidad que resulta de la convergencia del narcisismo (idealización del yo) y de las identificaciones con los padres, con sus substitutos y con los ideales colectivos. Como instancia diferenciada, el ideal del yo constituye un modelo al que el sujeto intenta adecuarse (Laplanche, Pontalis, & IAGACHE, 2004).

las mujeres señala que consiste "...en particular, cuando el desarrollo la hace hermosa, se establece en ella una complacencia consigo misma que la resarce de la atrofia que la sociedad le impone en materia de elección de objeto. Tales mujeres sólo se aman, en rigor, a sí mismas, con intensidad pareja a la del hombre que las ama. Su necesidad no se sacia amando, sino siendo amadas" (p.23).

Con las anteriores diferencias en relación a la elección de objeto amoroso en caso de los hombres y las mujeres, cabe la acotación o bien la posible explicación sobre la forma en la que posterior a dicha elección es significado dicho objeto o cada uno de ellos; ¿A qué se refiere con esto? A que en el caso del género femenino, la elección de objeto estará en función de ser, de ser amada, de ser significada, de ser cortejada, de ser para otro, de ser provista y reconocida. Mientras que en el caso de los hombres la elección estará en función de un estar, de un aspecto más tangible, más de índole corporal por así decirlo, se refiere a sentir que tiene a ese objeto amoroso, cabría señalar una analogía para dar mayor claridad a lo antes señalado. Para el género femenino la permanencia y acogimiento del objeto amoroso estará dado por sentirse protegida, mientras que para el género masculino estará en esa función de proteger.

Por lo tanto la relación entre el narcisismo y el proceso de duelo es importante, porque al tomar en cuenta la elección del objeto amoroso de cada género, abre la posibilidad de comprender un poco más la vivencia del proceso de duelo en cada género. Mientras que para uno lo central es ser, para el otro (el masculino) se interesa en estar. Señalando que cuando se presente la ausencia del ser y del tener el sujeto se verá involucrado en un proceso de duelo. Sin embargo, comúnmente se dice que para las mujeres el afrontamiento consiste en un tiempo, mientras que los hombres pasan a la sustitución inmediata del objeto perdido con otros objetos, es decir, sustituir.

Freud (1914) menciona dos tipos de elección de objeto, la narcisista y la de apuntalamiento. Con respecto a la primera "Se ama entonces, conforme al tipo de

la elección de objeto narcisista. Se ama a aquello que hemos sido y hemos dejado de ser o aquello que posee perfecciones de que carecemos, la fórmula correspondiente sería: es amado aquello que posee la perfección que le falta al yo para llegar al ideal” (p.27). Con esto, de inmediato remite a la eterna falta que propone el psicoanálisis dentro de la estructura neurótica. Se ama aquello que nos falta, aquello que se cree dará una “completud”.

En el tipo narcisista la elección del objeto amado no se ejerce en relación a la figura materna, más bien, se elige en relación a si mismo (a lo que se es, a lo que se fue o a lo que se querría ser). Mientras que la elección de objeto por apuntalamiento, es en primera instancia, la forma de elección primaria y es en la que el sujeto elige al objeto amado, en función y remitiéndose a las figuras parentales. En términos generales, el narcisismo se puede comprender como ese amor por sí mismo, siendo ésta una fuente para elección de objetos de amor posteriores.

Hasta este punto se ha estado revisando lo más general en relación a uno de los conceptos imprescindibles en el enfoque del psicoanálisis, sin embargo, surgen interrogantes tales como ¿Cómo se involucra el narcisismo en el duelo? Para dar mayor comprensión al proceso de duelo, es necesario retomar lo que sucede en ese sujeto que se enfrenta al tan mencionado proceso, la dependencia del sujeto amante al sujeto amado, por ejemplo, o bien, aunque el propósito de la presente investigación no tiene como prioridad explicar cómo algunas personas evaden la elaboración de los duelos dejando ver una incapacidad para afrontarlo, es favorable mencionarlo para futuras referencias.

Hornstein (2000), indica que “El sentimiento de estima de sí es un residuo del narcisismo infantil y de las realizaciones acordes al ideal” (p.67). Menciona también que en ciertas problemáticas narcisistas, se refleja cierta vulnerabilidad de la autoestima; explica que con esto, las personas se muestran con mayor sensibilidad ante los fracasos y desilusiones. Así mismo, con relación al duelo, al mostrarse con mayor sensibilidad ante los fracasos o desilusiones, será posible, o

mejor dicho, es posible que el sujeto no evada el duelo; eso por un lado y, por otro, aparentemente son sujetos que necesitan el reconocimiento de otros, así como la admiración; son factores que pudieran acentuar la intensidad del proceso de duelo. Lacan (1957), desde su lectura freudiana, dice que todos tenemos una demanda de amor y de reconocimiento. El narcisismo puede provocar el engrandecer al sujeto pero también su menosprecio.

Con respecto a las elecciones narcisistas, Hornstein (2000), menciona que “Pareciera el objeto no contingente, que de él dependiera la razón de vivir. Su pérdida revive la dependencia“(p.69). Quizá al sentir esa ausencia remitiría a la tan mencionada pérdida en otros momentos, o bien retomando la teoría del apego de Bowlby (1993), a esos vínculos que se forman en la vida social del sujeto.

Ante la elección de objeto, Laplanche, Pontalis & Laganche (2004), indican que el objeto se elige sobre el modelo de la propia persona, sintetizando quizás el hecho de que la elección de objeto siempre estará permeado de aspectos personales, partiendo del narcisismo del sujeto.

Continuando con el estudio de los conceptos básicos del psicoanálisis, en el estudio de la identificación, el concepto pudiera figurarse como superficial en un sentido, sin embargo cobra significado en la interacción con el otro. ¿Cómo definir la identificación? Pudiera remitir al sólo hecho de identificar en otro características de sí mismo, definición que puede verse como vaga y escueta al hablar de la identificación remite a palabras tales como encontrar y detectar.

Laplanche y Pontalis (1983), indican que la identificación es “...un proceso psicológico mediante el cual un sujeto asimila un aspecto, una propiedad, un atributo de otro y se transforma, total o parcialmente, sobre el modelo de éste. La personalidad se constituye y se diferencia mediante una serie de identificaciones” (p 183). De forma general la identificación parte de un reconocimiento en el otro, de propiedades que son ubicadas de sí mismo. Propiedades que parten de las construcciones que como sujetos se gestaron con las primeras interacciones en el núcleo familiar, así el sujeto es quizá la configuración de una serie de

identificaciones, de reflejos adquiridos por los otros, quienes en primera instancia, suelen ser figuras primarias (mamá y papá), como ya se venía comentando al denominar núcleo primario.

Hasta este punto, el estudio de la identificación y ¿cómo se involucra el narcisismo en el duelo? En el punto en el que para establecer una relación, nos referiremos a la relación para que exista un proceso de duelo; ésta surge primero en la identificación al elegir dicho objeto, al que depositará enseguida una carga especial de afecto y segundo en que el sujeto que ama, reconoce en el otro aspectos familiares, características que remiten quizá a figuras primarias en la vida psíquica de dicho sujeto.

Resulta importante referir que el proceso de identificación que se juega es inconsciente. Ante éste proceso (Nasio 1999) explica que el yo y el objeto entran en una relación de identificación, considerando al yo como el que ama o el que representa en otro, y el objeto como aquella representación emanada de la vida psíquica de quien ama.

De la identificación vale la pena referir que el sujeto se constituye según el modelo de sus objetos primordiales. Freud (1921) nos dice que “La identificación es conocida al psicoanálisis como la manifestación más temprana de un enlace afectivo a otra persona”, (pág. 19). También añade que “La identificación es, además, desde un principio, ambivalente, y puede concretar, tanto en una exteriorización cariñosa como en el deseo de supresión” (p.70).

La identificación genera una idealización con una figura significativa. Dicha idealización remite al ideal del yo, mientras que la elección de un objeto sexual es aquello que se desea tener. Juan David Nasio, en su libro “El libro del Dolor y del Amor”, integra un apartado especial en el que explica justamente la identificación del sujeto en el proceso de duelo en relación al sujeto perdido, brinda una explicación importante indicando que el objeto amado, no se refiere a la persona perdida, sino a la representación inconsciente del yo.

Así mismo, la identificación dentro del proceso de duelo es necesaria, pues el duelo no se genera hacia un objeto que haya sido indiferente, el duelo se genera por la importancia de ese objeto perdido, porque se trata de un objeto amado, siendo éste un objeto elegido al que se le ha amado intensamente, Nasio (1996), agrega: "Cuando desaparece el otro que era mi elegido y para quien yo era el elegido, pierdo no sólo la persona, sino el lugar del objeto y de objeto imaginario que ocupaba para él" (p 195). Es decir, que lo que se pudiera perder sería el amor de sí mismo que el otro hacía posible.

Al estudiar el concepto de la identificación, se podría decir que es en primera instancia un primer lazo afectivo, esto con las principales figuras que cumplen la función de crianza, como sucede en el complejo de Edipo, en el que el niño toma a su padre como un "modelo", es convertido a un ideal para el niño, quien quisiera ser como él e incluso reemplazarlo.

Por su parte Nasio (1996), reorganiza el concepto de identificación en dos grandes acepciones, mencionando que "Por un lado la identificación total operada entre la instancia psíquica inconsciente denominada yo y esa otra instancia igualmente inconsciente que podemos denominar objeto total. Y por otra, esta segunda categoría de identificación que llamaremos parcial, en la cual el yo se identifica con un aspecto, y sólo un aspecto del objeto" (p.140). Parece indispensable aclarar que la palabra objeto no refiere a la persona exterior o bien, aquello que de esa persona es dado, es más bien aquella representación psíquica inconsciente de éste otro, es decir, lo que esa persona, ese otro, representa. Ante esto, Nasio agrega "El termino objeto nombra en realidad una representación inconsciente previa a la existencia del otro" (1996, p.141).

Tenemos que Freud (1914) menciona la importancia de la sublimación indicando que "La sublimación es un proceso que atañe a la libido de objeto y consiste en que la pulsión⁷ se lanza a otra meta, distante de la satisfacción sexual"

(p. 24), así al ser la sublimación un mecanismo para resguardar básicamente al yo, dentro de un proceso de duelo, pudiera vivenciarse como parte fundamental, con el fin de hacer dicho proceso más llevadero, o por lo menos más soportable el trance de crisis que es resultado del duelo, entendiendo la pérdida como una posibilidad de avanzar y/o aprender de la experiencia vividas.

¿Entonces qué papel juega el otro? Al encontrarse inscrito previamente, es representación inconsciente, retomando lo ya mencionado, en dónde la falta de claridad es lo que imposibilita darle un sentido particular y es justo el otro (aquella persona proveniente del mundo externo) sólo un alguien que se adecua a esas representaciones, un ser que pudiera figurar como alguien que embona. Por ello, al referirse al objeto, de inmediato habrá que remitirse a las representaciones inconscientes.

Una vez hecha la aclaración anterior, se prosigue con la explicación de las categorizaciones, comenzando por la identificación total que mencionó Freud. Se tiende a ésta como no existente, como una identificación más de tipo generacional que en un sentido literal, siendo más bien una especie de “herencia” entre generaciones. Para dar ejemplo a lo antes mencionado, sería: un padre de forma mítica, heredará a sus hijos ese rol y se extinguirá hasta que estos hijos sean padres, de tal forma, la identificación total es en relación a ese rol, a ese papel que juega en este caso el padre. En cuanto a la identificación parcial, significa que el yo se identifica con un aspecto del objeto (representación inconsciente), es decir, con la forma en la que puede adoptar una representación, puede ser mi rasgo distintivo (una persona amada y deseada que haya sido perdida). El deseo surge porque hay pérdida, una imagen global (identificación total con aquella persona que abandonó a ese ser), una imagen local (identificación con la sexualidad del otro) o incluso una emoción (Nasio, 1996).

Si no existiera la identificación total, de alguna forma no se tendría un patrón o modelo por así decirlo, sin embargo, al revisarse lo anterior, la identificación parcial pudiera figurar como elemento primordial en cuanto sea

posible el establecimiento de un vínculo con el otro, reconociendo en éste, como ya se ha visto, un fragmento, o mejor dicho, un tanto de las representaciones inconscientes que se han inscrito en cada persona. Por esto, no es casualidad que se sienta cierta afinidad con alguien, incluso podría decirse, que la identificación es esencial en las relaciones interpersonales.

Es importante brindar mayor explicación en cuanto a las cuatro formas en las que se puede encontrar una identificación parcial. Inicialmente se identifica con algún **rasgo** distintivo de la representación inconsciente, retomando que dicho rasgo queda inscrito en el ser por aquella persona amada, deseada y perdida. Este rasgo por ejemplo, podría ser la voz, siendo un rasgo sonoro, será encontrado quizá en la mayoría de las relaciones que se establecen entre la persona y los otros, encontrando desde luego similitud en las voces de esas personas, remitiendo a esa voz, de esa persona a la que se ha perdido, y mismo rasgo será buscado en las personas sucesoras, mismas que si coinciden con esa voz, habrán de identificarse (Freud, 1921).

Con respecto a la **identificación global con el objeto**, ésta indica que la identificación se presenta con aquella persona amada, deseada y perdida quién ha abandonado, dejando a ese ser abandonado.

Con respecto a la **identificación del yo** con el objeto, ésta se refiere a la identificación con lo sexual del otro, dividiendo ésta identificación en dos elementos, una identificación de función y otra privada. Cuando se trata de un tipo de identificación de función, esto será con carácter deseable (hacia el objeto); mientras que cuando se hable de una identificación privada, será con carácter deseante (desde el sujeto).

Por su parte Hall, C. (2002), define a la identificación como “La incorporación de las cualidades de un objeto externo, generalmente las de otra persona, a la propia personalidad” (p. 83). Con dicha definición podría decirse que el sujeto que se identifica con otro, por así decirlo, recupera o copia actitudes o la misma forma de ser de la persona que ha tomado como referente de

identificación, siendo éste un proceso exitoso, y teniendo como resultado final el parecerse a esa persona.

El proceso de la identificación cobra importancia ya que partiendo de que el sujeto es un ser social, éste se encuentra en contacto con otro, mismo que le enseña, de alguna manera, cómo debe dirigirse o reaccionar ante tal o cuál situación. Este proceso de imitación lleva a copiar formas de ser, pensar o actuar de un sujeto.

Hall, C. (2002), también agrega que todas las personas que poseen características comunes tenderán a identificarse de una u otra manera, es decir, no es casual que dos personas se vinculen sin haber aparentemente, intereses, gustos o características comunes. Si bien son dos seres distintos probablemente comparten aspectos que los unen, de éste modo se explica el proceso de identificación. No es casualidad relacionarse con tal o cual persona, debe haber algo que se juegue en dicho vínculo que sea conocido para las personas participantes.

El mismo autor indica que hay un tipo de identificación que surge de la frustración y de la angustia, indica que recibe el nombre de identificación orientada a una meta. En dicha identificación el sujeto frustrado se identifica con el sujeto exitoso, asumiendo que actuando como el sujeto con el que se identifica, obtendrá resultados semejantes a los que obtiene el sujeto de referencia. Por ejemplo una chica que tiene el deseo de ser amada, y no lo es, se identifica con amistades que son amadas, actuando en identificación como ellas, esperando ser amada siendo como sus amigas.

También hace mención a un tipo de identificación por la pérdida de un objeto, misma que puede servir para reestablecer al objeto real. En éste sentido, el sujeto adopta características del objeto ausente y las integra a su personalidad, haciendo del sujeto ausente parte de su propio ser. Con esto se pudiera explicar el cómo una persona al perder a otra, intenta mantener a esa persona perdida de

alguna forma, tomando características que eran propias del ser perdido para mantenerlo presente,

El autor menciona otro tipo de identificación, la cual corresponde a las prohibiciones establecidas por algún representante de la autoridad; quiere decir que se corta el castigo mediante la obediencia, lo que significaría que el sujeto se identifica más por miedo que por amor; he aquí un sometimiento sólo por evitar el castigo, y no realmente por internalizar características positivas.

La identificación forja la personalidad de quien se identifica, dando como resultado, en cierta medida, parte de las características que tiene una persona. Un sujeto no sólo es un sujeto aislado, sino el resultado del discurso de una sociedad en la que se halla inmerso, es el resultado de características internalizadas que toma de un referente, o muchos, para constituir lo que es, la persona que se muestra para enfrentar y afrontar la vida.

Por tanto se explica también el cómo surge un vínculo entre dos personas, quienes reconocen en el otro, aspectos que les son familiares. No es fortuito el hecho de relacionarse, no es un proceso azaroso ni mucho menos casual, es más bien, un proceso de subjetivación.

2.2 COMPLEJO DE EDIPO

En palabras simples Berry, R. (2001), define al complejo de Edipo como “El deseo que siente el niño de poseer al progenitor del sexo opuesto, y que excluye al de su mismo sexo” (p. 60). Dicho complejo recibe su nombre de un personaje de la mitología griega.

Edipo era el hijo del rey Laio y de la reina Yocasta de Tebas. Una profecía aseguraba que Edipo mataría a su padre y se casaría con su madre, así que el miedo hizo que Laio abandonara a su hijo recién nacido en las montañas para que muriera. Sin embargo, el bebé fue salvado por los pastores y criado por los reyes de otra ciudad. El destino hizo que pasado el tiempo, Edipo encontrara por

casualidad a su padre en el camino a Tebas y, en un acceso de cólera, le matara. Después, se dirigió a Tebas y libró a la ciudad de la tiranía de la Esfinge, que devoraba a todo aquel que fuera incapaz de dar una respuesta acertada a sus adivinanzas. Edipo respondió correctamente el acertijo y, en reconocimiento, fue hecho rey; sin saberlo acabó por casarse con su madre, Yocasta. Más tarde, Edipo descubrió lo que había hecho y, como castigo, se arrancó los ojos. (Berry, R. 2001, p. 60).

Una vez hecha la revisión anterior, se hace el vínculo, ya que el complejo de Edipo es uno de los conceptos principales que explica la teoría psicoanalítica, y que tiene relación con el tema, pues es justo donde se genera un proceso antes descrito: **La identificación**. Siendo que el niño se asemeja con la figura del sexo opuesto, y en cierta forma muestra rechazo hacia la figura del mismo sexo, se genera una rivalidad, misma que se encubrirá posteriormente. Lo anterior no se realiza en la literalidad, es más bien un juego dentro de la fantasía en materia de relaciones. Pudiera comprenderse el por qué, como ya se ha señalado, se busca en un futuro a personas cuya semejanza remitirá a la figura con la que hubo una identificación de acuerdo al complejo de Edipo. La resolución de dicho complejo consiste en que el niño, al no poder poseer a la figura parental del sexo opuesto, renuncia a ésta de forma momentánea porque el deseo se instala en el sujeto ante la perdida y, en tal panorama, realiza la búsqueda de aquello que le asemeje.

2.3 MECANISMOS DE DEFENSA FRENTE A LA ANGUSTIA.

Para continuar es también oportuna la mención de los mecanismos de defensa del yo, mismos que se ven reflejados en el afrontamiento de un proceso tan importante como es el duelo. Dichos mecanismos finalmente son necesarios, y son parte de un sujeto. Sirven para enfrentar las amenazas a las que se expone un ser, y en cierta forma, dan funcionalidad al sujeto ante las situaciones conflictivas, resguardando al yo, protegiéndolo y dándole soporte en dicha situación.

Garbarino (2012), menciona que “Freud describe la emergencia de situaciones de angustia frente a peligros reales que él llama angustia realista, puesta al servicio de la pulsión de autoconservación, y la diferencia de este modo de la angustia neurótica, que es angustia ante un peligro fantaseado o interno” (p.18). Con lo antes citado, por un lado, el autor refiere que el sentir angustia es producto de un peligro percibido por el sujeto en un contexto real. Por ejemplo, el hecho de ir caminando por una calle con poco tránsito peatonal, percibir la presencia de una persona cuyas actitudes físicas denoten un comportamiento sospechoso. Por éste acontecimiento, de inmediato el cuerpo humano comienza a experimentar una serie de sensaciones, mismas que facilitan que el individuo en riesgo pueda actuar con mayor rapidez. Por otro lado, el segundo punto refiere que la angustia se presente por un criterio fantasmático, por una percepción errónea o bien, por el simple hecho de pensamientos irracionales que dan como resultado la angustia. Por ejemplo, el pensar que existe una posible infidelidad, la cuestión de los celos, son detonantes, cuyos fundamentos, en ocasiones, se encuentran sustentados por pensamientos y creencias irracionales, cuyo producto final será el surgimiento de una sensación de angustia. Se consideran irracionales ya que quizá no se sustenten en una acción real y sólo refieran a suposiciones.

Tallaferro, A. (2002), menciona que “los mecanismos de defensa, ante el peligro son: Represión, Regresión, Aislamiento, Anulación o reparación, Formación reactiva, Identificación, Proyección, Cambio de un instinto por su contrario. Vuelta del instinto contra el yo, Sublimación, Negación en palabras o actos, Negación en la fantasía, Imitación del yo, Identificación con el agresor temido y Renuncia altruista.” (p.101).

A continuación se mencionará la definición de cada mecanismo para dar una mejor comprensión de acuerdo con lo que menciona Tallaferro.

Tabla 1. Mecanismos de Defensa.

Mecanismo	Definición
Represión	Es en si un mecanismo psíquico de defensa y su manifestación formal es la inhibición.
Regresión	Proceso que conduce nuevamente a la actividad psíquica a una forma de actuación ya superada, evolutiva y cronológicamente más primitiva que la actual.
Aislamiento	Hace que se considere separado lo que en realidad permanece unido.
Anulación o reparación	Consiste en la realización de un acto determinado con el fin de anular o reparar el significado de un anterior.
Formación Reactiva	Lleva al yo a efectuar aquello que es totalmente opuesto a las tendencias del ello que se quiere rechazar.
Proyección	El sujeto atribuye a un objeto externo sus propias tendencias inconscientes e inaceptables para su propio superyó.
Cambio de un instinto por su opuesto	Consiste en la mutación del amor por odio.
Vuelta del instinto contra el yo	Una carga agresiva, primitivamente dirigida hacia algún objeto del mundo exterior, se vuelve contra el yo y algunas veces llega a destruirlo.
Sublimación	Es la adaptación lógica y activa a las normas del medio, con provecho para uno mismo y para la sociedad.
Negación en palabras o actos	Dramatización e inversión de la realidad.
Negación en la fantasía	El sujeto modifica, en si fantasea una situación real desagradable, transformándola en otra que le resulte más placentera.

Limitación del yo	Abandono de una actividad que le resulte displacentero por un motivo cualquiera.
Identificación con el agresor temido	Identificación con el objeto temido del mundo exterior.
Renuncia altruista	El sujeto en lugar de emplear actividad para obtener propios fines, usa su energía participando en el destino de sus semejantes.

(Tallaferro, A., p. 99-116).

Los mecanismos de defensa se hacen presentes en la forma en la que cada individuo afronta el peligro de la vida cotidiana, con más razón, ante una situación conflictiva como lo es el afrontamiento de un duelo. El individuo cuando se encuentra antes y después de enfrentarse ante situaciones de pérdida, se evidencia la presencia de angustia, sensación encontrada con mayor frecuencia ante los eventos que ponen en peligro a dicho ser.

Tallaferro, A. (2002), define la angustia como "...sensación que tiene como principal característica en ser displacentera..." (p. 204). Dicha sensación se encuentra presente más a menudo, y hasta cierto punto resulta necesaria, pues es casi imposible el hecho de que la vida de un ser humano se vea envuelta en sensaciones placenteras indefinidamente. Sería incluso desquiciante tal acontecimiento, ya que son esas sensaciones displacenteras las que posibiliten el conocimiento y disfrute de las sensaciones placenteras. Agrega también "...todo estado angustioso, pese a que en cierto modo es una reacción paralizante, promueve también una reacción o una tendencia a luchar con su medio" (p. 204).

2.4 TRANSFERENCIA

Para hablar de la transferencia en primera instancia se debe conceptualizar con base en la teoría Freudiana, como todo lo descrito en el presente capítulo.

Laplanche y Pontalis definen el concepto de transferencia como "...el proceso en virtud del cual los deseos inconscientes se actualizan sobre ciertos objetos dentro de un determinado tipo de relación establecida con ellos y, de un modo especial, dentro de la relación analítica. Se trata de una repetición de prototipos infantiles, vivida con un marcado sentimiento de actualidad." (p.439). Es decir, lo que pudiera jugarse en una relación interpersonal sería justamente lo que se menciona como deseos inconscientes, mismos que son depositados a determinados objetos y no a otros, entendiendo los objetos como a las personas en sí mismas, o más bien, a los que pudiera significarle al sujeto, quien es el que deposita. A lo que se menciona como repetición de prototipos infantiles, pudiera referirse a los vínculos que fueron establecidos entre las figuras primarias (paternas y maternas), lo que se mencionaba en el apartado anterior de la identificación.

Por su parte Sedat, J. (2003), refiere que "La transferencia crea una especie de reino intermediario entre la enfermedad y la vida real, dominio a través del que se efectúa al pasaje de uno al otro (p.50). Coincide con el autor anterior con que es un juego entre ambas partes.

Con lo antes mencionado se remite a que de forma afectiva, los sentimientos y formas de vinculación entre el sujeto y las figuras primarias en la infancia, así como los vínculos establecidos en dicha etapa, influyen en la vida adulta y en la interacción con objetos (personas), quienes de alguna manera son familiares a dichas figuras primarias, y cuyos vínculos que se establecen son semejantes a los vínculos de la infancia, resaltando que dicho proceso psíquico (transferencia) no es casualidad, e incluso no es ajeno en la vida de cada sujeto, siendo un proceso repetitivo en diferentes escenarios, cambiando de objeto más no de forma de vincularse, esto si no se tiene un tratamiento psicológico.

Por lo que en el proceso de duelo, la transferencia se encuentra visible en tanto un sujeto deposita expectativas en otro y este otro no las cumple, porque no es quien para hacerlo.

2.5 LA FALTA

Para introducirnos en este tema es necesario aludir antes al concepto de falo, pues este nos ayuda en la comprensión del tema de la falta.

Laplanche, Pontalis, & Lagache (2004), mencionan que “En psicoanálisis, el empleo de este término hace resaltar la función simbólica cumplida por el pene en la dialéctica intra- e intersubjetiva, quedando reservado el nombre «pene» para designar más bien el órgano en su realidad anatómica” (p.562). Con esto se refiere a que el falo en si mismo, remite a una presencia (por parte del genero masculino) y a una ausencia (por parte del genero femenino), ambos actuando en función de dichos criterios. Por un lado, en relación al genero masculino se le atribuye una propiedad de poder y de preservación de lo que se tiene, aquí coexiste también el temor a la pérdida. Mientras que para el genero femenino, al encontrarse en la ausencia, se le prepondera una actividad de búsqueda por lo que no se tiene.

Por su parte Nasio (1997), menciona que falo es “Elemento organizador de la sexualidad humana, no es el órgano genital masculino sino la representación construida sobre esta parte anatómica del cuerpo del hombre” (p.238). El autor coincide con las definiciones anteriores, no centrandolo en el órgano masculino, sino en la representación que tiene para el sujeto

Una vez conceptualizado el término falo, cabría introducirse en el concepto de falta, pudiéndolo entender como la ausencia de un objeto, un objeto que dejó en su partida, un hueco, un vacío que remite a una falta de un objeto perdido, que en su partida, sólo se refleja la huella de ese vacío que queda.

La falta en el caso de la pareja no es el sólo hecho de ya no estar, es quizá el hecho del supuesto de irse, con lo que se pierde, evidenciando la existencia de lo que se tenía, pues contrario a lo que pudiera parecer, lo que permite sentir la pérdida es la ausencia de aquello que se ha perdido.

Como se decía, la falta por si sola remitiría a un suceso, pero ¿Qué genera ese hueco en quien lo porta? ¿Por qué la falta puede impactar de forma tan significativa en el comportamiento del sujeto? Sería benéfico el tener la respuesta para cada una de éstas interrogantes, sin embargo, lo que es bien sabido es que son respuestas inscritas y adscritas en un saber desconocido para el sujeto.

¿A qué se refiere la frase de saber desconocido? Pudiera resultar irónico al lector, sin embargo, se refiere a un saber. Es el sujeto el poseedor de la historia que lo acompaña, que ha vivido y forma parte de lo que es. Sin embargo, dicho saber se encuentra adscrito a un pasado, a un sinfín de recuerdos y vivencias que quizá se encuentren alojadas en las profundidades del aparato psíquico, de una memoria que no es posible recordar en su totalidad todo lo que se vive. En cambio, existe y forma parte de lo que dicho sujeto es y, mejor aún, interviene en la forma en la que se relaciona, establece vínculos y actúa en función de otro y con otros.

Al decir que es desconocido el saber, es porque si bien, el saber es propio del sujeto, dicho sujeto no lo recuerda o no lo tiene presente. Es decir, sí lo conoce pero no lo advierte o no quiere advertirlo, es un saber del que no se sabe, un saber ignorado, pero no lo exime de poseerlo, generando la angustia, cuando esta no es producto de peligro real.

2.6 EL DOLOR EN EL DUELO

Nasio, J. (1999), afirma que el duelo “Es la reacción a la pérdida de un objeto de amor” (p.189). En concordancia, Freud (1917), dice que “El duelo es por lo general una reacción a la pérdida de un ser amado o de una abstracción equivalente” (p. 59).

Complementado lo anterior, Nasio (1999), agrega que, “...la ruptura de un vínculo amoroso genera un shock semejante al inducido por una violenta agresión física” (p.30). Por ello, si bien el dolor psíquico pudiera ser con mayor dificultad observable, las manifestaciones y sensaciones producto de ello son semejantes a

la experiencia del dolor físico o corporal. Por tanto, las dolencias psíquicas no son menos conflictivas o importantes que las físicas, incluso pudieran ser más delicadas, pues al no ser visibles, pueden ser confundidas o encubiertas.

Sédat, J. (2003), Menciona que "...el dolor psíquico o moral, remite a los límites corporales, y podríamos decir que la experiencia de dolor, sufro luego existo, se opone a la experiencia del gozo" (p. 78).

Por su parte Nasio (1999), define al dolor psíquico de esta forma: "Es una lesión del vínculo íntimo con el otro, una disociación brutal de aquello que naturalmente está llamado a vivir unido" (p.29). Es decir, el dolor no se localiza a nivel orgánico o corporal, es más bien, surgimiento entre aquel que ama y el objeto amado (persona o bien representación psíquica), se ha de denominar psíquico pues no es a nivel del cuerpo, es a nivel vincular. Por ello el dolor psíquico emerge cuando el vínculo ya mencionado sufre alguna lesión brutal, de esto se hace inminente un sufrimiento, mismo que es presentado por la persona que lo siente en relación a lo que provoca cuando ese vínculo está en riesgo de perderse. Así posteriormente se reanimará también en alguna otra vivencia semejante que tenga el sujeto, lo que se asocia con lo ocurrido en un inicio (lo que causó dolor psíquico).

Además, Nasio (1999), menciona que en general se localizan tres vías por las cuales surge el sufrimiento. En primer lugar desde el cuerpo propio, destinado a la ruina y deterioro del mismo; en segundo lugar, desde el mundo exterior, que puede abatir su furia sobre cualquier persona con fuerza, es decir, lo que no se puede controlar como son los desastres naturales; y en tercer lugar la que proviene de los vínculos con los otros seres humanos, siendo ésta última la que centra la atención del presente trabajo, pues es el dolor, producto de la lesión o ruptura de los vínculos, es el que da pie a la serie de alteraciones que presenta el individuo posterior a la experiencia de dolor.

Nasio, J (1999), indica que "...el dolor es la reacción a la pérdida efectiva de la persona amada, la angustia es la reacción ante la amenaza de una eventual

pérdida.” (p. 78). Es decir, el dolor es el resultado literal de haber perdido en la realidad, mientras que la angustia pudiera comprenderse como la amenaza a perder, puesto que reanuda la herida narcisista de la castración, de la pérdida simbólica.

Comentando esto, agrega Nasio (1999), “Lo que hace daño no es el hecho de perder a quien amamos, sino el hecho de seguir amándolo intensamente, cuando lo sabemos irremediablemente perdido” (p. 38). Es decir la frase coloquial “no se sabe lo que se tiene, hasta que se ve perdido”.

Ante esto, se remite lo que coloquialmente se sabe, que se visualiza al sujeto como es una vez perdido. Dicha visualización puede maximizar las características positivas del sujeto perdido.

Hasta aquí se realizó la revisión en relación con algunos de los principales conceptos de la teoría psicoanalítica, pues es con dicha corriente con la que se realizó un análisis en cuanto a los casos que se presentan en este trabajo.

CAPÍTULO III. FORMACIÓN DE PAREJA Y PÉRDIDA

El presente capítulo busca explicar los principales conceptos en torno a la relación de pareja, tanto si tendrá fines conyugales o no. Posteriormente los principales elementos que intervienen en dicha relación, conceptos tales como el amor en la pareja, la elección o ruptura de la misma, entre otros aspectos que se encuentran involucrados en el presente apartado. Así mismo, se explican conceptos tales como el amor y el deseo en la pareja, pues son significativos en relación a la pérdida de la misma.

3.1 ¿CÓMO SE FORMA UNA PAREJA?

En materia de la elección de pareja, en el sentido conyugal está influida en primera instancia porque se asume que existe una relación basada en la reciprocidad, y por ende se piensa que en la búsqueda del otro se encuentren satisfacciones mutuas o complementarias. En relación al establecimiento de la relación conyugal, esto es lo que dice Lemaire, J. (2003).

Por lo que se entiende, en la elección conyugal se busca que el otro corresponda en afecto, atenciones e importancia en relación a lo que se pudiera invertir como tal, colocando aquí el elemento que se menciona como recíproco. Así mismo, el elemento de satisfacción se refiere a que en el otro se realizan aspectos de sí mismo, en perspectiva de espejo. Por tanto, es un elemento en el cual todo sujeto busca reconocerse en el otro, logrando así una satisfacción y cubriendo posibles demandas o expectativas colocadas en relación al objeto amoroso.

Así mismo, el autor menciona que "...no basta con que uno de ellos encuentre en el otro la representación de su ideal del yo" (2003, p. 57). Con esto, cabría pensar que la elección de pareja no radica única y exclusivamente en el reflejo de sí en el otro. Podría pensarse que la elección implica una serie de elementos que se juegan en la interacción, mantenimiento y tiempo que dura la relación de pareja, donde si bien, importa el reflejo con el otro, también se necesita un vínculo, intereses compartidos, metas comunes y, por qué no, un proyecto de pareja que involucre a ambos y en donde ambos gusten de continuar en pareja.

Se idealiza a ese otro, colocando en tal, una serie de expectativas y, como su nombre lo dice, a esos ideales que sin duda alguna se han introyectado en sí mismo a través de los vínculos intersubjetivos establecidos primordialmente en la primera infancia, en la familia de procedencia, y después, otros más vendrán reanimando en lo que se quisiera vivir con una pareja, las satisfacciones experimentadas con estos primeros vínculos.

“De acuerdo con S. Freud, puede ser la satisfacción alucinatoria de un deseo en el sueño, en el síntoma, o en la fantasía. La imagen del objeto que garantiza la satisfacción se puede encontrar posteriormente en el fondo de la construcción del deseo del sujeto que, en ausencia del objeto, investirá la imagen en forma alucinatoria. La formación del yo permitirá evitar la confusión del sujeto entre alucinación y percepción.” (Galimberti, 2010, p.p 985-986)

Además, Lemaire, J. (2003), menciona que en la elección del objeto amoroso están en juego dos elementos; por un lado debe ser origen de satisfacción de la mayor cantidad de deseos conscientes, y al mismo tiempo contribuir al reforzar al yo y su seguridad.

En la elección de objeto amoroso basado en las imágenes parentales, Lemaire (2003) indica la frase “tales padres, tales maridos” (p.57). Una frase corta en cuanto a palabras, sin embargo, profunda en cuanto a contenido. En esta frase, se alude a lo que Freud menciona sobre las figuras primarias (padre, madre o quién realice la función) que forman parte imprescindible en la vida de cualquier ser humano. Las primeras experiencias, trascienden a tal grado de ser consideradas en las elecciones de una pareja en la vida adulta. Por citar esto, recordemos el complejo de Edipo, en que se menciona que en la primera infancia, se debe producir la renuncia del hijo hacia el padre del sexo opuesto, indicando hipotéticamente que dicha renuncia es de tipo temporal, y por decirlo de alguna forma, encubierta, ya que se reactivará en la vida adulta en el momento de buscar a aquella persona con la que se decidirá compartir un pasaje o gran parte de la

vida. Se menciona *encubierta*, ya que dicha pareja, tendrá cierta conexión con aquella figura a la que se renunció en la vida infantil.

Por su parte Puget, J (1997), indica: “Al constituirse una pareja, sus integrantes se confabulan para dar cumplimiento a una serie de contratos subyacentes a partir de los cuales van a ocupar los lugares que desde la cultura los estaban esperando” (p. 33). Con tal referencia, de alguna manera las parejas cumplen un estereotipo dado por una sociedad, por una estructura, misma que va buscando encuadrar a los seres humanos bajo dicho formato o forma de relacionarse.

Sin embargo, la pareja se constituye por elementos identificatorios, de idealización, y si bien, se van adecuando socialmente, también cada pareja va moldeando su interacción con base en componentes que se han destacado anteriormente, tales como la elección basada en imágenes parentales o en la proyección, es decir, encontrar en el otro características de sí mismo. Es importante mencionar que al referir a la pareja identificamos algo que va más allá de la visible unión de dos personas.

En una pareja de dos, normalmente son cuatro las personas en juego. Con esto, pudieran abrirse diversas interrogantes, en cambio, lo que pudiera ser una barbaridad, puede ser de cierta forma lógico. Por una lado se tiene a las dos personas, miembros de la pareja en la literalidad, pero en juego se encuentran más personas, esto en el terreno de la fantasía, o bien, en el imaginario de cada uno.

Introyecciones sociales tales como que la pareja debe ser para toda la vida, que la pareja es igual a una unión en matrimonio, o bien, que la pareja debe apoyarse en las buenas y en las malas, en la salud y en la enfermedad, son hasta cierto punto normas sociales, que con el paso del tiempo se han modificado. Sin embargo, causan ligeras o graves confusiones en la forma tan diversa de relacionarse actualmente. Inicialmente, una pareja no es sinónimo de matrimonio como lo era antes. Posterior a eso, no en todas las parejas se vivencia un apoyo

como tal o que se acompañen en las buenas y en las malas, dado que estar, dar o participar, viene siendo una decisión libre que cada miembro toma o deja.

Pudiera pensarse el hecho de que una manera diferente de pensamiento en cuanto a la forma de relacionarse pudiera establecerse en la interacción, donde cada miembro de la relación hablase de la manera en la que quiere o considera que es mejor establecer una relación de pareja, con el fin de buscar un acuerdo basado en las ideas o creencias que tienen ambos sobre las relación de pareja.

De ésta forma, pudieran ahorrarse tantos conflictos en cuanto a las relaciones, pues en suma, el establecimiento de las relaciones de pareja se genera en un una serie de suposiciones donde ambos sujetos asumen o dan por hecho que la otra persona posee creencias, escala de valores o conceptos afines a los de sí. Cuando no sea así, es probable que sea necesario e importante que antes de establecer una relación de pareja, se dialogara sobre conceptos básicos en una relación de pareja, pues lo que pudiera ser permisible para uno, quizá resulte un elemento innegociable para el otro. Quizá la definición del concepto no sea igual para ambos, por ejemplo, tan sólo el hecho de plantearse ¿Qué es para ti la fidelidad? ¿Qué está permitido y qué no dentro de una relación de pareja para ti? Pareciera sencillo, sin embargo, no lo es, pues al comienzo de una relación pocas son las personas que establecen un diálogo sobre los anteriores planteamientos, ocurre más bien que se idealiza a la persona y a la relación de pareja, que no se establecen las reglas del juego, por así decirlo, agregando a esto el desconocimiento que se tiene del otro e incluso de sí mismo.

En el establecimiento de la relación de pareja quizá se establezca un diálogo en relación a lo que se espera del otro, o quizá no. Sin embargo, en el curso de la relación indudablemente se irá descubriendo, lo cual puede provocar satisfacción o frustración a cada integrante.

Retomando las ideas antes mencionadas, muchas parejas, de inicio, ya no se unen bajo el concepto de que deben durar para toda la vida. Otras bajo la ideología de que el tiempo que dure será lo mejor. Sin embargo, la gran mayoría

inicia una relación de pareja sin establecer un tiempo, incluso bajo la creencia o disposición de que al menos en ese momento se desea y quiere permanecer a lado de ese otro, pues habría que considerar que al iniciar una relación de pareja pudiera figurar el que se comienza bajo pensamientos de “a ver qué pasa” o bien encontrándose en juego el enamoramiento.

Las parejas tradicionales solían durar justo “hasta que la muerte los separaba” por el cumplir ante el establecimiento social, por seguir una norma, que cabe mencionar, antes las parejas se unían en matrimonio prioritariamente bajo el régimen religioso, siendo que para la iglesia la unión en pareja se establece con el fin de que la separación será hasta que alguno de los dos muera. Además, como la mujer no tenía la participación socioeconómica que hoy tiene, era mal visto que fuera la mujer la proveedora de su hogar. Actualmente ha incrementado el número de mujeres que sostienen una familia, dándole al género la posibilidad de tener mayor participación y acción dentro de la sociedad. Este elemento posibilita en gran medida que las mujeres no permanezcan en una pareja obligadas por la necesidad económica cuando dependen totalmente del esposo en ese aspecto.

Antes, también era frecuente que se luchara por conservar a la pareja unida como institución, porque eso era sinónimo de estatus, pues eran clasificados dentro de una norma de buena familia, hoy en día esto es menos frecuente.

Por su parte Dóring, M. (2005), menciona que, “...dos personas se unen, porque en el momento que toman tal decisión tienen la impresión a menudo correcta de que la compañía y presencia del otro(a) les complementa” (p.32). Inicialmente, buscar en la pareja un complemento podría ser una idea errónea o acertada, esto porque se deja de lado que el unirse en pareja es quizá por el deseo de compartir con el otro el momento que se vive de forma más comprometida, en un contexto más formal. Sin embargo, lo que pudiera observarse en la mayoría de las parejas, es que se unen identificando en el otro, el ideal de pareja que se tiene. El ideal del yo provoca una suposición y

expectativas que se tienen hacia el otro, es decir, lo que ambos creen o esperan dentro de una relación de pareja.

Con esto no se quiere decir que sea nulo el hecho de que el ideal de pareja de ambos sea prácticamente imposible de encontrar, lo que se pretende aclarar es que sin duda, son minoría los casos o experiencias donde las parejas coinciden con sus ideales. Sin embargo, el ser humano es cambiante. La relación se va transformando también, y el conflicto es natural, pues la relación de pareja no es un producto terminado, más bien es un proceso.

Ya en el curso de la relación, una parte importante de los conflictos comienzan al no ver cumplidas la gran cantidad de expectativas puestas en el otro. Habrá por supuesto un descontento, mismo que llevará al deterioro de la relación o posiblemente a una ruptura, ya que se irán acumulando esos conflictos debido a que no se cumple un ideal, el cual está en la fantasía de quien lo piensa, no necesariamente en la realidad.

Lo anterior brinda una gran apertura, pues puede que al conocer a ese otro ya en un ámbito más real que las meras suposiciones que se generan en el enamoramiento, los miembros de la pareja pueden establecer de forma oportuna las diferencias, o que la persona que se tiene frente a sí es también una persona de la que se puede aprender y con la que se puede establecer una relación basada en impresiones conscientes. Sin embargo, otra posibilidad es que al enfrentarse con el otro, tal cual es, puede renunciarse y disolverse el vínculo. Ambas posibilidades podrían estar en juego y pueden ser consideradas por los miembros de la pareja.

Maureira Cid (2011), indica que la relación de pareja es una dinámica relacional humana que va a estar dada por diferentes parámetros dependiendo de la sociedad donde esa relación se establezca; también es un proceso que abarca toda la naturaleza humana y donde el amor es un elemento de la relación, pero no el único que lo conforma. Por su parte Venegas (2011), refiere que “La elección de la pareja no es más que nuestra propia imagen” (p. 50).

Antes de continuar, tanto en la elección de pareja como en el establecimiento de la misma, cabe mencionar que la confianza juega un papel fundamental en la relación. La confianza es definida por el diccionario de la Real Academia como “Esperanza firme que se tiene de alguien o algo”. Finalmente, coincide con el hecho de que existe una credulidad de inicio en sí mismo y posteriormente en el otro.

Hasta cierto punto, la confianza es necesaria en la vida de cualquier individuo, pues es lo que motiva a hacer, a emprender y arriesgarse a lo desconocido. La confianza figura como la posibilidad para atreverse, para ir más allá.

Todos, hombres y mujeres, establecen una relación confiando, pues la confianza es lo que posibilita el arriesgarse a hacer las cosas, se confía en sí mismo, posteriormente en el otro, y en la relación misma. De otro modo no habría relaciones de pareja, claro sin olvidar el papel del enamoramiento, que puede ser el elemento que provoque la confianza del otro, los sentimientos y las emociones que también intervienen.

Por otro lado, al centrar en éste punto el estudio de las relaciones de pareja, habría que señalar cómo se clasifican los sentimientos dentro de una relación de pareja. Si bien cada individuo siente de forma distinta, resulta más un tema subjetivo que objetivo, pero la repetición de esto ha dado un parámetro para poder, en la medida de lo posible, dar comprensión a los sentimientos que se juegan en una relación de pareja. De acuerdo con Maureira Cid los sentimientos se pueden clasificar de la siguiente forma:

a) Cariño: Es la relación donde existe un alto grado de intimidad, de verdadera amistad, pero sin la pasión y el compromiso a largo plazo.

b) Encaprichamiento: Es una relación con alto grado de pasión, pero sin intimidad y compromiso, por lo cual tiende a disolverse con facilidad.

c) Amor vacío: Es la relación con un alto grado de compromiso, pero sin intimidad y sin pasión.

d) Amor romántico: Es la relación que se solventa en la intimidad y la pasión.

e) Amor sociable: Es la relación en donde existe la intimidad y el compromiso, pero no hay pasión. Esto es común en los matrimonios de larga duración.

f) Amor fatuo: Es la relación basada en la pasión y el compromiso.

g) Amor consumado: Es la relación en donde podemos observar los tres componentes: intimidad, pasión y compromiso (Maureira Cid, 2011, p.3).

Los diferentes sentimientos que se pueden encontrar en juego en una relación de pareja abren un panorama más amplio para comprender si el sentimiento influye en el mantenimiento o ruptura de una relación de pareja, o bien es el hecho de que un miembro de la pareja tenga un sentimiento distinto al que siente el otro miembro, y por lo tanto, si ambos actúan en función de dicho sentimiento, se podría tener cierta comprensión a la interrogante ¿Por qué para un miembro de la pareja puede ser más difícil dejar la relación de pareja que para el otro? Aunque sin duda, son elementos subjetivos de gran complejidad.

Maureira Cid (2011), menciona que “Toda relación de pareja es una mezcla de biología y cultura que se funda en cuatro pilares: compromiso, intimidad, romance y amor” (p. 4). Podría decirse que una relación de pareja tenderá a ser más estable o duradera si se cuenta con estos elementos, lo que podría augurar mayor estabilidad. Sólo habría que traer a la discusión que dichos elementos también estarán influidos por una escala de prioridades para cada miembro de la pareja, esto estará dado por creencias derivadas de la educación con la que se haya formado, sin olvidar la fuerza del deseo de cada uno.

Esto se refiere a que para una persona, por ejemplo, pudiera ser que bajo su concepción de pareja, se halle en primer peldaño el compromiso, luego el amor, luego la intimidad o bien se pudieran mezclar los componentes. Esto será de acuerdo a cada persona, siempre resaltando la singularidad de cada uno.

Recordemos que cada persona se desarrolló, creció y aprendió de forma diferente, no todos los sujetos contaron con los mismos recursos. Habría que mencionar que cada persona proviene de una familia en la que hay un esquema de funcionamiento, existen valores y normas, mismas que son de esa familia, dando como resultado que cada persona aprende en primera instancia del núcleo inmediato donde se ha formado (su familia). De ahí que cobra mayor importancia esto, pues al establecerse una relación de pareja, no sólo se encuentran los miembros de la misma, también entran en juego esas creencias y formas de relacionarse aprendidas desde casa que darán, de cierta forma, una guía de cómo cada miembro participará en la relación.

Siguiendo a Maureira Cid (2011), los componentes que se encuentran en una relación de pareja se pudieran delimitar de la siguiente forma:

El **compromiso**: Componente de la relación romántica que hace referencia al interés y responsabilidad que se siente por una pareja y por la decisión de mantener dichos intereses en el transcurso del tiempo, pese a las posibles dificultades que puedan surgir, siendo éste un componente cuyo principio se basa en una decisión de permanencia y cierta exclusividad hacia la pareja.

La **intimidad**: Esto tiene que ver con el apoyo afectivo, el conversar, la capacidad de confiar cosas personales y profundas a la pareja, la confianza, la seguridad que se siente con el otro, temas y preferencias comunes, el dar apoyo a la pareja, el estar dispuesto a compartir aspectos económicos y emocionales, etc.; siendo éste un nivel dentro de una relación en la que el individuo puede experimentar la libertad de ser quien es, sin temor alguno a ser juzgado o criticado, y sintiendo la posibilidad de, coloquialmente dicho, abrirse ante el otro.

El romance: Se refiere a las conductas establecidas por cada sociedad como las adecuadas para generar la atracción y el posterior interés que se mantiene en el tiempo de una pareja en una relación. En otras palabras, el romance es un conjunto de acciones que en una sociedad son conceptualizadas como demostrativas, siendo éste elemento también conocido como pasión o deseo por el otro, un elemento de carácter de atracción. Por ser de carácter impulsivo, se le atribuye un elemento de fácil disolución por que conlleva más a una emoción que a un sentimiento, retomando que si es emoción será efímero y momentáneo si no se sostiene con otros elementos en la relación de pareja.

El Amor: Filosóficamente el concepto del amor, por un lado, es considerado como factor de sufrimiento y dolor; y por el otro, un elemento de alegría y crecimiento. Sin embargo, es la primera acepción la más común, situando como necesaria la presencia de sufrimiento y dolor para indicar la presencia del amor.

Este mismo autor, desde un punto de vista biológico, dice: "...el amor es la necesidad fisiológica de una pareja exclusiva para la cópula, la reproducción y la crianza, y cuya satisfacción genera placer" (p. 5). Con lo mencionado, se podría hablar de que bajo el esquema que menciona el autor, se establece una forma de relacionarse de forma sexual con una pareja, cabe mencionar que primitivamente la reproducción sexual era de carácter polígamo. Sin embargo, la sociedad adoptó un régimen monógamo, mismo que da estabilidad tanto a la sociedad como a los sujetos dentro de ésta.

El hecho de que cada persona se rija más por cumplir un estatus que por una decisión clara de su actuar, lleva a vivir una doble moral, a esconder, ocultar o poner de forma clandestina eso que se desea y que no se permite, como es el caso de los religiosos quienes son miembros de una institución dónde se les veda del ejercicio de la sexualidad, restricción que probablemente explica la práctica clandestina y en algunos casos incluso delictiva.

También hay que considerar lo que planteaba Freud en el texto titulado "Sobre la degradación de la vida erótica" (1912) donde menciona que la libertad sexual ilimitada no hace más que quitar valor a la vida erótica misma y a los objetos en los que buscamos satisfacción, dando como resultado una despersonalización del acto mismo, siendo en muchos casos sólo una forma de obtener un placer o de satisfacer una necesidad biológica. Actualmente esto es muy común en los adolescentes.

El uso de la tecnología ha fomentado la permisividad de la sociedad a mostrar libremente lo que se quiere o lo que se es, por lo cual el sujeto ha encontrado mayor apertura a experimentarse como un sujeto de deseo.

El tema de la privacidad se ha convertido en una gran interrogante, pues habría que traer al presente escrito la participación de las redes sociales dentro de una relación de pareja, siendo bien o mal empleadas. Sin embargo se ha perdido el romance o misterio, se ha convertido el uso de las redes sociales por ejemplo en un arma persecutoria para una relación de pareja, en un delirante seguimiento del otro, ya no son necesarias las palabras, basta con introducir una dirección electrónica y vigilar lo que hace, dónde y con quien está la otra persona.

Actualmente, los sujetos cada día van perdiendo el sentido de valorar a la persona, adoptando un sentido de reemplazo, de sustitución; ya no se busca solucionar, se busca lo nuevo, lo que no genere esfuerzo, siendo ésta una visión más práctica de vincularse, misma que se asocia a lo que se está viviendo en muchos otros ámbitos, llámense tecnológicos, económicos, gubernamentales, sociales e incluso religiosos. En estos tiempos, a lo que se invita es a reemplazar a corto plazo los bienes y objetos materiales, trasladando esto a las relaciones interpersonales, dónde de igual forma se está observando que el remplazo es cada vez más frecuente; realmente la sociedad se ha ido transformando a la par de la tecnología.

Con lo antes expuesto, puede concluirse que el cambio no es malo, lo que puede ser perjudicial es el conflicto que surge de esa transformación social, ya

que por un lado, se cuenta con lo que por generaciones se ha inculcado, y por otro, esta nueva tendencia de interacción social genera otros conflictos.

Con respecto al amor, Carso I. (2005), refiere que “Un amor afirmado es al mismo tiempo una correcta concienciación” (p.9). Tomando ésta cita, se podría pensar que el amor es un elemento consensuado entre dos personas o bien, un elemento en el que ambas personas coinciden. Sin embargo, la situación se complica cuando se encuentra que cada persona experimenta el amor de formas distintas, generando así una disonancia en relación a este elemento, lo que significa una contradicción con el autor.

El amor es un hecho, actividad o elemento universal. El amor es parte de la subjetividad de cada persona, entra en una diferencia remitiendo directamente a la historia personal de cada sujeto que ama. Desde ésta perspectiva, ya hay una gran diferencia, o bien el objeto de amor está en disonancia con el objeto de deseo, siendo realmente complicado localizar en un mismo sujeto a un objeto de amor y de deseo, como lo menciona Lacan (1963) en el seminario de “La Angustia”.

Sin embargo ¿Qué es el amor? Una de las respuestas pudiera ser que es un concepto imposible de definir como tal, es un concepto que involucra la subjetividad, pues dependerá de la experiencia, creencias, historia de vida y cultura de quien lo defina. Socialmente se le ha atribuido un peso de superioridad en una posible escala de sentimientos, un estatus de supremacía, en el que el hecho de sentirlo, es sinónimo de importancia y profundidad hacia lo que se siente o a quien se siente amar.

El diccionario de la Real Academia, lo define como “Sentimiento intenso del ser humano que, partiendo de su propia insuficiencia, necesita y busca el encuentro y unión con otro ser”. Dicho concepto, se ajusta a lo revisado previamente en el capítulo anterior, donde ya se viene manifestando la importancia del narcisismo, he aquí, que el amor, si bien es un sentimiento depositado en el otro, remite en gran medida a un fenómeno narcisista, dónde

primero debe haber sido amado, amarse a sí mismo, para luego amar a otro, y desear que se le ame como en otro tiempo, quien probablemente sea el reflejo de sí mismo; de ahí que se diga que hay una elección narcisista del objeto de amor.

Por su parte Willi, J. (2004), refiere que “En el amor dos personas se plantean interactivamente la satisfacción y realización de sus anhelos más profundos” (p.20). Es decir, que paralelamente, dos personas amándose van creyendo y quizá sintiendo que con el otro(a) realizarán anhelos, deseos, proyectos, etc.

El amor sexual maduro, Kernberg, O. (2003), lo define como:

...el amor sexual maduro es una disposición emocional compleja que integra 1) la excitación sexual transformada en deseo erótico de otra persona; 2) la ternura que deriva de la integración de las representaciones del objeto y el self cargadas libidinal y agresivamente, con predominio del amor sobre la agresión y tolerancia a la ambivalencia normal que caracteriza a todas las relaciones humanas; 3) una identificación con el otro que incluye la identificación genital recíproca y una profunda empatía con la identidad genérica del otro; 4) una forma madura de idealización, junto con un profundo compromiso con el otro y con la relación, y 5) el carácter apasionado de la relación amorosa en tres aspectos: la relación sexual, la relación objetual y la investidura del superyó de la pareja (p.50).

El autor propone que el amor sexual maduro pareciera un conjunto de elementos que integran una relación de pareja, misma que pudiera entenderse como a largo plazo, resaltando en muchos momentos ese juego entre los dos miembros de la pareja, donde pudiera remitirse a un vaivén de emociones a esas acciones donde no se refiere a un funcionamiento de la relación unidireccionalmente. Pareciera, por el contrario, que el éxito de la relación radicaría en esa bidireccionalidad explicada en lo que dice el autor.

3.2 ELEMENTOS QUE DETERIORAN UNA RELACIÓN DE PAREJA.

Algunos de los elementos que se juegan dentro de una relación de pareja y cuya presencia tendrán como resultado, muy probablemente, el deterioro de la misma relación, son los siguientes:

La agresión e indiferencia. Lo que pudiera ser una conversión del amor en odio, en querer hacer menos, ofendiendo o lacerando su integridad con reclamos o palabras altisonantes, por ejemplo. Sin embargo, cabe mencionar que ambos sentimientos (amor y odio), participan en la relación de pareja, lo cual le da un carácter ambivalente. Sólo habría que recordar que son sentimientos de inicio primitivos, y en segundo lugar, están muy vinculados uno con el otro.

Freud menciona que lo contrario al amor no es el odio, como se podría pensar, es la indiferencia, ya que cuando se siente odio existe interés por el otro, mientras que la sensación de indiferencia, es lo que podría suplir al amor en una pareja que antes se amó.

Con respecto a la indiferencia; pudiera explicarse como el mecanismo por el cual se desvía la mira del objeto amado hacia otros, produciendo una sensación hacia el otro y causando destrucción en relación a los vínculos que se tienen al no mostrar claridad en lo que se desea o en el cómo se procederá, perdiendo el interés por lo que el otro hace o deja de hacer, perdiendo casi en su totalidad el posible sentimiento de afecto, el cuál pudiera sentirse como congelado hacia la otra persona. La indiferencia, coloquialmente es conceptualizada de forma negativa, pues al presentarse, la posibilidad de una reconciliación o reencuentro disminuye, sintiendo una pérdida de interés, falta de sentimientos amorosos por aquella persona que se amó, lo que significa que difícilmente habrá cercanía.

Una frase coloquial dice “El amor acaba cuando, en alguno de los dos miembros de la pareja, la indiferencia es el elemento que más sobresale”. Con ésta frase, se señala esa falta de interés por el objeto amado. Pareciera que una

clave para detectar que se ha terminado el amor, sería cuando es la indiferencia el elemento que se juega hacia la otra persona.

Entre los elementos naturales que integran una relación de pareja, se encuentran el conflicto y la crisis, dos elementos socialmente no reconocidos como parte natural de la relación, y sin embargo cotidianamente vividos. Mucho se huye al conflicto y, en presencia de una crisis, pareciera que la relación de pareja se pone a prueba, pareciera un examen dónde se evidencian la confianza, el compromiso, el amor mismo, entre otros. Sin embargo, contrario a lo que pudiera pensarse, el conflicto no es, en todo, desventajoso. El conflicto pudiera considerarse como una oportunidad para crear otras formas de relacionarse, crecer, incluso para fortalecer la relación de pareja.

Como ya se ha venido indicando en el presente trabajo, una pareja humana, además del vínculo que se establece entre dos personas, es también considerada el medio por el cual continua preservándose la especie humana, el amor es lo que genera que haya más seres humanos cada día, aunque no necesariamente es ese su sentido.

Ahora bien, dentro de una pareja, se encuentran dos seres distintos provenientes de dos familias distintas (comúnmente), de dos formas de vida diferentes que se unen, y en la interacción, evidencian las formas de relacionarse ya mencionadas, sin olvidarnos de la forma de expresar su amor que cada uno de los miembros posee.

Ante lo antes expuesto Venegas, E. (2011), indica que “Cada relación ofrece la oportunidad o no de una reorganización afectiva que dé como resultado la posibilidad de cambiar (reparar) positivamente la forma inadecuada de vincularse o de amar” (p.65). Con lo anterior se remite a lo antes mencionado, donde se explicaba que el conflicto más allá de ser un aspecto negativo en la pareja, puede ser una oportunidad. Lo que se nos describe es que la relación propiamente de pareja, como es el punto de interés del presente escrito, puede fungir como ese escenario donde los participantes reorganicen las formas de vida

o de amar en las que se han dispuesto a interactuar con el otro, o bien, como han aprendido a lo largo de la historia personal que cada uno posea.

Por otro lado, cuando se habla de crisis en la pareja, Venegas (2011), menciona que "...en las crisis se hacen evidentes las deficiencias y las fallas, por lo que se reacciona con angustia, frustración, enojo, inseguridad, miedo y preocupación" (p.26). Con la aportación de la autora, se puede decir que en una crisis, la relación de pareja muestra las posibles áreas a fortalecer. Sin embargo, las crisis también pueden ser peligrosas, pues de no enfocarseles como un aspecto a evaluar para mejorar, pueden resultar el pase a la ruptura.

3.3 SEPARACIÓN EN LA PAREJA

La separación de parejas que se aman surge de un desinterés por perseguir un objetivo en común, como lo era en un principio de la relación, de lo contrario, no existiría tal separación. Caruso, I. (2002) menciona: "El dolor producido por la separación es, en última instancia, un dolor narcisista" (p.9). Refiriéndose al dolor narcisista pudiera remitirse al hecho que se ha mencionado, donde se explica que perder en sí mismo a alguien, sí es importante, sin embargo, es más impactante lo que representa dicha pérdida para el sujeto que se encuentra frente a tal acontecimiento. Al decirse que el dolor es más hacia el narcisismo del sujeto, pudiera coincidir, pues al perder, se evidencia el sujeto a lo incompleto que se es, a ese hueco o vacío que con la representación del otro se mantenía oculto o no visible, y en el momento que ya no se tiene aquello que disimulaba dicha incompletud, el sujeto experimenta la sensación de vacío y dolor.

Kreimer, R. (2005) menciona que, "La menor duración de las parejas constituye un problema sólo si representa una frustración para las personas que la integran" (p.38). La frustración en alguna de las personas que la constituyen podría radicar en las creencias en relación a la pareja que se tenga. Con esto se quiere decir que la duración de una relación de pareja, desde el momento en el que se establece, implícitamente, culturalmente o por tradición, simplemente se piensa que durará.

Si no es que como religiosamente se dice: “Hasta que la muerte los separe”, con ésta creencia, lo que se indica es que el factor de la frustración se introduce en una persona, cuando la duración de la relación de pareja no coincide con su creencia de lo mismo, cuando dura menos de la expectativa establecida con respecto al tiempo, cuando entran en conflicto lo que se creía y esperaba con lo que se tiene.

Las parejas, hoy en día se separan, quizá por la transformación de la ideología con la que cada persona se inserta en una relación, porque cada vez se tiene menos la idea de la funcionalidad en pareja y porque cada vez es más frecuente la transformación de las parejas. Es común, actualmente, que la persona se une a otra con cierta expectativa de que si no funciona, se disuelve el vínculo, que se disfrutará mientras dure. Son muchas las transformaciones que han surgido en relación a la durabilidad de las relaciones de pareja. En comparación con tiempos pasados, la ideología del ser humano ahora es más de carácter desechable, de sustitución o remplazo, convirtiéndose así en una sociedad, ya no con una idea conservadora, más bien con una ideología de sustitución

Lo antes descrito, es debido a la inmediatez con la que actualmente el ser humano establece sus relaciones en búsqueda del placer. Como ya se ha mencionado en el presente escrito, el sujeto dentro de la sociedad actual se encuentra en un estado de despersonalizar al otro, de únicamente ocuparlo mientras le es benéfico

Cada vez es más visible que el establecimiento de las relaciones de pareja, o de cualquier relación interpersonal, está dado en un acto de conveniencia, en un mientras me seas útil estaré ahí, mientras me convenga, sin importar ni sentimientos, ni proyectos en pareja o el otro ser como tal.

Así mismo, hablar de separación y pareja, independientemente del vínculo civil establecido, involucra situaciones dadas en la relación, como estas causantes de un divorcio, según refieren Padilla Velásquez & González Núñez (2011), el divorcio

...se produce por problemas económicos, poca atención, dedicación a su función educativa de los hijos, falta de cariño, dificultades en la comunicación, ausencia de intimidad, apatía en la relación, ausencia de valores que guíen y motiven a la familia, autoritarismo, debilidad de un miembro de la pareja, falta de apoyo del uno al otro, falta de acuerdo mutuo, pérdida de metas comunes, insatisfacción de necesidades básicas, falta de identificación y gratificación sexual, entre otras. (p.42).

Muchos son los factores que intervienen en un divorcio. Sin embargo, divorcio no es igual a separación, ya que un divorcio únicamente puede remitir a la disolución de la institución del matrimonio, pero puede existir implícitamente una unión entre los miembros de la pareja, es decir parejas que se separan legal y físicamente, pero no emocionalmente; o bien seguir unidos por estos vínculos pero separados emocionalmente. Estas situaciones pueden contarse, en muchos casos, como motivos de separación de la pareja.

El tema del divorcio, en términos legales, implica otros elementos, mismos en los que no nos detendremos, únicamente se hace mención por la cuestión de la separación.

En una pareja suele ser muy difícil coincidir en una separación, pues regularmente quien decide separarse ya tuvo cierto proceso para asimilar tal separación, mientras que para la otra persona, quizá sea más complicado por recibir de golpe la noticia. Lo que es muy cierto es que para que una relación comience, se necesita de dos personas que deben establecerla, por la razón que sea, pero ambos acceden a que se forme un vínculo entre sí, mientras que para que una relación culmine, con la decisión de una persona basta. Sin embargo, dentro de la dinámica de la relación de pareja se van produciendo mensajes inconscientes donde se deja entrever la posible ruptura de la misma.

Por tal motivo, el presente capítulo tuvo por finalidad la muestra de los aspectos más importantes para dar sustento teórico al análisis de los casos expuestos.

CAPÍTULO IV. METODOLOGÍA

El presente capítulo, tiene como finalidad la presentación del método por el cual se produjo la información para su posterior análisis. Se decidió usar la metodología cualitativa, la cual se considera la más conveniente, pues en éste trabajo se explora la subjetividad de los sujetos, se pretendió un acercamiento a la experiencia que tuvieron hombres y mujeres en torno a la ruptura de sus relaciones de pareja; fue en especial de personas que han pasado por una experiencia de duelo reciente en el ámbito de las relaciones interpersonales. Por tal motivo, al situarnos en una realidad donde lo que se indagó fue ¿cómo una persona vive el duelo por la ruptura de una relación de pareja?, situación que se considera una experiencia muy particular, dada la singularidad de cada sujeto, una experiencia única, por tanto, no es posible homologar dicha vivencia con la de ningún otro sujeto.

La presente investigación, fue un estudio de casos, mediante entrevistas realizadas a dos hombres y dos mujeres cuyas edades oscilan entre los 25 y 30 años, quienes se encuentren inmersos en el campo laboral pasaron por la pérdida de una relación de pareja que ellos consideren significativa

4.1 METODOLOGÍA CUALITATIVA

Al nombrar metodología cualitativa, se enuncian en la mente varias concepciones de la misma. Por un lado, partamos de metodología, ello nos remitirá a pasos, a método, a una forma de hacer algo; y continuemos por cualitativo, esa forma de hacer algo será de carácter no cuantificable, será de una forma más descriptiva, más subjetiva.

Retomando la corriente con la que se interpretará y analizará (psicoanalítica), la experiencia de duelo por la pérdida de una relación de pareja que experimentaron cuatro sujetos (dos hombres y dos mujeres), dando lugar a una reconstrucción distinta. Lo anterior por medio del discurso en las entrevistas establecidas, siendo la palabra y la escucha los dos principales elementos con los que trabaja dicha corriente, mismos que conducirán al estudio de la vivencia, dando lugar a una nueva experiencia en el discurso. La palabra de ante mano nos

remite a un caso particular de quien la emite, por lo que se hace pertinente que su estudio sea con fines de análisis de la experiencia no cuantificable, ya que el cuantificar, nos lleva a querer estandarizar o colocar dentro de parámetros aquello que se está estudiando; lo que en este caso no es posible hacer, ya que se trata de una vivencia, una experiencia y una realidad individual.

De acuerdo a los requerimientos del presente escrito, la vía por la cual se llevó a cabo el trabajo de campo será por medio de la metodología cualitativa, apoyándonos en un enfoque teórico psicoanalítico; y como técnica para acceder al discurso del entrevistado, se empleó un tipo de entrevista abierta, misma que permitirá que el entrevistador configure la estructura de la entrevista, pues recordemos que si bien, se pretendió ir guiando la entrevista para adentrarse y acercarse al punto de interés del presente trabajo, no se debe olvidar que se pretende que el entrevistado hable de eso que para él es significativo en cuanto a una relación de pareja, y para ello es importante establecer un amplio margen de abordaje en la entrevista. Sin embargo, fue importante intervenir para profundizar en los aspectos que se consideren convenientes para contribuir en la comprensión del discurso de quien se entrevista.

Antes de continuar, Taylor & Bogdan (2000), indican que “El término metodología designa el modo en el que enfocamos los problemas y buscamos las respuestas. En las ciencias sociales se aplica a la manera de realizar la investigación” (p.5). Si bien, no parece un método estricto, al final funciona como una guía que establece el entrevistador para generar una línea de trabajo.

Las características de la metodología cualitativa, nos mencionan Taylor y Bogdan, son las siguientes:

La investigación cualitativa es inductiva. Los investigadores desarrollan conceptos, intelecciones y comprensiones partiendo de pautas de los datos, y no recogiendo datos para evaluar modelos, hipótesis o teorías preconcebidos. En los estudios cualitativos, los investigadores siguen un diseño de la investigación flexible. Comienzan sus estudios con interrogantes sólo vagamente formuladas.

“En la metodología cualitativa el investigador ve al escenario y a las personas en una perspectiva holística; las personas, los escenarios o los grupos no son reducidos a variables, sino considerados como un todo. El investigador cualitativo estudia a las personas en el contexto de su pasado y de las situaciones en las que se hallan” (Taylor & Bogdan, 2000, p.6).

Por tanto, la metodología cualitativa parte de la información que se encuentra en el medio para ir en busca de un fin, se conoce el tema y ese conocimiento lo que facilita es el establecimiento de los objetivos del investigador, resaltando la subjetividad con la que se está trabajando, rescatando la particularidad de cada individuo al que se entrevista.

Por su parte Quecedo Lecanda & Castaño Garrido (2002), mencionan que “...puede definirse la metodología cualitativa como la investigación que produce datos descriptivos: las propias palabras de las personas, habladas o escritas, y la conducta observable” (p.6). Esto que dicen estos autores es muy importante, están diciendo que este tipo de datos se producen, no se recogen o se recolectan; eso hace el investigador en el campo.

La metodología cualitativa en la corriente psiconalítica (Ramonet Rascón & López Garza, 2004) la definen como teoría fundamentada. La teoría se construye a partir de un proceso inductivo y, mediante el análisis cualitativo, se van formulando las interpretaciones teóricas de los datos producidos en la realidad, lo que provee de importantes significados para la comprensión del mundo de los actores sociales.

La entrevista en psicoanálisis no es un instrumento estandarizado ni una minuta elaborada para seguirse al pie de la letra, ya que en esta corriente, el material con el que se trabaja propiamente es con el discurso de la persona quien se encuentra frente a sí mismos. En el presente trabajo, la información que se llegó a obtener, fue por medio de una entrevista semidirigida por las mismas necesidades del trabajo, pues si bien no debe haber una estructura, para fines de

investigación se delimitó poco a poco con base en el discurso que se ofrezca, de tal forma que se sostuvo el tema de la entrevista.

Una entrevista abierta, como ya se ha planteado con anterioridad, brindó la posibilidad de profundizar en eso de lo que las personas poco hablan y que es de interés primordial en el presente trabajo, donde se abordan los aspectos subjetivos de la experiencia del sujeto.

Una vez hecha la revisión en relación a los contenidos sobre metodología cualitativa y propiamente la entrevista, se continúa con el establecimiento del objetivo general y específicos de la investigación.

4.2 OBJETIVO GENERAL

Analizar la experiencia de duelo en la pérdida de pareja en 2 hombres y 2 mujeres (entre 25 y 30 años de edad).

4.3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Realizar entrevistas abiertas individuales a dos hombres y dos mujeres sobre su experiencia en la relación y separación de pareja.
- ✓ Indagar sobre la historia de la relación de pareja desde su constitución hasta la separación.
- ✓ Identificar los motivos que provocaron la separación de pareja.
- ✓ Indagar sobre las acciones, actitudes, afectos, pensamientos y problemáticas que se vivieron en relación a la separación.
- ✓ Analizar el proceso de duelo derivado de la separación de la pareja.
- ✓ Identificar las posibles diferencias entre la forma de vivir el duelo entre hombres y mujeres.

Una vez hecho mención de los objetivos, se realizaron las entrevista, por lo que con base en el método elegido y de acuerdo a la corriente con la que se pretende tener un acercamiento analítico al material proporcionado por la población que se estudió, se buscó conocer de forma particular la experiencia de

duelo que tuvieron dos hombres y dos mujeres, quienes habían experimentado la pérdida de una relación de pareja significativa.

4.4 PROTOCOLO DE ENTREVISTA

Habrá que partir inicialmente por el elemento de la escucha, misma que no debe confundirse con el sentido con el que el ser humano cuenta. La escucha es la herramienta principal dentro del campo clínico de la práctica psicológica. La escucha que se pretendió establecer es una escucha donde, con el discurso del entrevistado, se hizo una re-construcción de esa historia, misma que, recordemos, fragmentos de todo el bagaje que tiene y ha adquirido el ser que se encuentra frente a sí mismos.

Los entrevistados fueron invitados a participar, de acuerdo a la condición siguiente:

Hombres y mujeres de entre 25 y 30 años que hubieran pasado por una pérdida de relación de pareja significativa y accedieran a participar en el presente trabajo de investigación.

En el momento de solicitar su participación se les comunicó a los entrevistados que el material propuesto y expuesto en las sesiones de entrevista, tenía como finalidad el estudio y análisis del tema abordado con fines académicos, y con un tratamiento confidencial de su identidad.

Asimismo, se les mencionó que aproximadamente el número de sesiones serian dos o tres encuentros, mismas que tuvo una duración aproximada de 90-120 minutos.

Los encuentros para realizar las entrevistas se llevaron a cabo en un espacio cerrado, el cual cuenta con una mesa, dos sillas y dos sillones. Se ha dispuesto de una habitación, misma que funciona como consultorio terapéutico.

Por otro lado, se solicitó la autorización del entrevistado para grabar las entrevistas, con la finalidad de poder remitir al discurso de los entrevistados, y así tener mayor precisión en la investigación.

Se contemplaron tres sesiones por cada participante para realizar el trabajo de campo del presente trabajo, mismas que fueron mediante la técnica de la entrevista de tipo abierta.

4.5 SESIONES DE ENTREVISTA

Se inició con la presentación:

Buenos días, mi nombre es Ana Laura Villegas, soy egresada de la carrera de psicología y me encuentro en proceso de titulación, elaborando un trabajo de investigación, motivo por el cual, nos encontramos hoy reunidos.

El trabajo que estoy realizando abarca la experiencia de relaciones de pareja que tienen hombres y mujeres, y que han llegado a término. Para fines de investigación y mejor comprensión de lo que se hable en esta sesión, ¿Me permites grabar ésta sesiones?

Una vez obtenido el permiso, se dio paso a escuchar el discurso del individuo.

Intervención del entrevistador:

Cuéntame, ampliamente ¿cómo fue la relación de pareja que haya llegado a su fin y que haya sido para ti muy importante?

- Háblame de la persona en la que piensas ahora, de esa relación.

En el siguiente capítulo, se expondrán los resultados obtenidos en las entrevistas.

CAPÍTULO V. RESULTADOS

En el capítulo previo, se mencionó el tipo de metodología empleada para la realización de las entrevistas y con ello reelaborar la vivencia de duelo por la pérdida de una relación de pareja que tuvieron dos hombres y dos mujeres de entre 25 y 30 años de edad.

Así mismo, en éste capítulo se expondrán fragmentos de las entrevistas previamente realizadas. El discurso del entrevistado se expone con letra en negritas y en cursiva, a diferencia del análisis que se presenta posteriormente, conservando el formato del presente escrito.

ENTREVISTA 1

Sexo: Masculino

Edad: 25 años

Ocupación: Chef

La persona de la que te hablaré es mi última pareja, tiene año y medio que concluyó esa relación, después de seis años de estar juntos. La conocí en la universidad, y comencé esa relación tres meses después de haber concluido otra.

Antes de continuar, quisiera mencionar que esa relación anterior a la que te cuento, duró un año. Ahora puedo decir que más que pareja, éramos muy buenos amigos, claro, con la excepción de que ya se incluía intimidad y aspectos que obviamente no se tienen con los amigos como tal. Esa relación llegó a su fin por motivos de distancia, ella tenía que radicar en Cuernavaca y yo me quedaría aquí. Realmente fue más práctico terminar, pues no nos veríamos y no le vimos caso continuar así.

Al terminar la relación con la chava que se fue a Cuernavaca, realmente seguí con mi vida, no produjo un sentimiento de dolor profundo, pues como te decía, la sentía más como una amiga, a la que si extrañaría

porque ya no vería tan seguido, pero no sufrí por haber terminado esa relación, no lloré ni nada, seguí saliendo a fiestas con mis amigos, estaba yo más enfocado en mi carrera, en la entrada a la Uni, en mi futuro, lo vi como una buena etapa en la que me divertí mucho, conocí pero pues no sé, no puedo decir que tuve una depresión o algo parecido.

Tres meses después conocí a la que hoy es mi exnovia. Ella estudiaba en la misma escuela que yo, la relación duró seis años, realmente con ella me planteé la formación de una familia, matrimonio, una vida en conjunto, esto en el primer año de relación.

Salíamos, íbamos a fiestas, teníamos momentos íntimos. A mí me agradaba complacerla en todo, mi mayor expectativa era que ella fuera feliz, verla bien, yo hacía prácticamente lo que ella quería, cada que la visitaba le llevaba un detalle, me esmeraba porque ella supiera y sintiera lo que yo sentía por ella.

Pienso que una pareja como su nombre lo dice, debe ser parejos, en ella debe existir un cariño, una respectiva idea, es también pensar similar, pero también debe haber diferencias, como dicen, estar en las buenas y en las malas; en el matrimonio sí bien no todo es bueno, tampoco debe ser todo malo. En las relaciones que yo he tenido, siempre he buscado que exista algo profundo, no sólo lo carnal o banal, que haya gusto en común, o bien, no tengo problema en adquirir un gusto por la otra persona.

Me gusta compartir momentos y en sí todo con la otra persona. Siento que en una pareja debe encontrarse siempre el apoyo; más que encontrar problemas, encontrar soluciones.

En sí, pienso que todo se puede negociar. No me agrada la idea de una relación rígida, sin embargo lo que contemplo como malo, es la infidelidad, ahí siento que lo mejor es terminar esa relación, pues si tuvo que buscar algo con otra persona, es porque conmigo ya no estaba bien. Eso no lo

apliqué en mi relación pasada, pese a algunos engaños que tuve por parte de mi pareja, con la idea de que yo quería algo serio con ella, pues lo pase por alto, pero ahora lo pienso y sinceramente no debí aceptar eso, finalmente no trascendió.

Creo en el matrimonio, de hecho me hacen burla, pues veo a mi familia, veo a mis padres, quienes tienen ya una relación de más de treinta años y que han sabido llevar una bonita relación, con altas y bajas, nada es perfecto, pero han sabido salir adelante, es el tipo de relación que busco y porque al final de cuentas, el estar solo o en unión libre, siento que no termina de completarte, no es lo óptimo, ya que sí estás comprometido con una persona es eso, respetarla, serle fiel y solo querer estar con ella. Para mí, el matrimonio es un acto, un ejemplo de vida, y que siento que si no me caso antes de los treinta es porque estaré haciendo algo mal, pero también quiero que cuando eso pasé, yo tenga realmente la idea de querer vivir eso. Para mí es muy importante el crear una familia y estar con una persona.

Con mi expareja como he mencionado, yo quería establecerme con ella, buscaba llegar al matrimonio, formar una familia. Lamentablemente hubieron situaciones que no nos llevaron a la misma meta, estas situaciones pues, fueron actitudes y acciones, básicamente actitudes, me refiero a que era una persona muy materialista, para ella era fundamental salir, comprar cosas, vaya, su nivel económico era alto, por tanto ella siempre quería salir, ir, venir, y yo en ocasiones disfrutaba el sólo hecho de estar en casa. En cuanto acciones, ella frecuentaba a su exnovio, con quien me engañó, por así decirlo. Como te he mencionado lo pasé por alto. Esa relación terminó porque yo me fui a San Luis en busca de una oportunidad de trabajo, pensando en formar algo bien con ella, ella por la distancia prefirió terminar la relación.

Simplemente un día llamó y dijo que para ella las cosas ya no estaban funcionando y que era mejor dejar las cosas ahí, que por favor no la buscará

ni quería saber nada de mí. Esto es algo que sigue causando en mí una insatisfacción porque el terminar por teléfono me parece lo más informal. No la busque como tal, pues terminamos en junio y yo regrese acá en octubre, en ese tiempo no la llame ni nada. Simplemente en septiembre, me senté y decidí escribirle una carta con todo lo que yo sentía; sin mentirte, fueron seis hojas en donde le dije prácticamente todo, esa carta fui a dejarla a su casa donde no me quisieron ni abrir, sin embargo se la hice llegar por correo, pues sigo sintiendo que no fue la mejor forma de terminar esa relación.

Lo peor que puede pasar en una relación de pareja es perder la confianza, esto pienso que es muy difícil de ganar y muy fácil de perder.

A raíz de terminar esa relación no he tenido una seria, han sido ocasionales o como se les llama, free. En estos momentos, mi carrera y mi familia son lo más importante, a la mejor el día de mañana me decida a tener una relación estable, pero hoy no, quiero tener la certeza de que con esa pareja poder contar toda mi vida. A mí me gustaría tener una pareja que tuviera más planes para su vida, que para un fin de semana.

Físicamente me parece que debe gustarte la otra persona al 100%, el amor entra por la mirada, aunque también pienso que 50 por ciento es físico y el otro 50 es lo que piensa y sienta.

La relación terminó mientras yo estaba en San Luis. Después de una discusión por teléfono, me di cuenta que por mentiras y malas actitudes de su parte, lo mejor sí era dejar las cosas ahí. Le pedí que lo mejor era no volver a saber nada el uno del otro, consideré que eso era lo más sano. Al terminar esa llamada, obviamente con el paso de los días, fue doloroso pero mi mejor forma de expresar ese dolor, fue haciéndole una carta en donde le expuse todo lo que yo sentía hacia ella, fuera de eso, yo seguí con mi vida, haciendo mis mismas cosas que cuando estaba con ella, no sentí

conveniente aislarme o ponerme a tomar, porque eso no me iba a resolver nada.

Aún la pienso, en momentos me imagino lo que estaría haciendo, a veces me dan ganas de buscarla y saber de ella, y otros creo que no es lo mejor y continúo.

En una relación de pareja, me agrada ser como quiero que sean conmigo, no busco algo rígido, busco lo que sea mejor para la relación y que la otra persona esté bien.

Lamentablemente en mis dos últimas relaciones yo he sido el que he aportado más. Pienso en las siguientes relaciones emplear la filosofía que dicen, ni todo el amor, ni todo el dinero, dependerá del como yo vaya viendo la respuesta de mi pareja.

Yo defino el amor como el complemento ideal de dos personas, eso es para mí el amor.

Análisis

El entrevistado manifiesta que el término de la relación previa a la expuesta más adelante, no tuvo un proceso de duelo complicado. En seguida, refiere que dicha ruptura la consideró como una etapa grata de la que había que aprender, y como menciona, ***extrañó a esa chica como se extraña a un amigo***. Cabe mencionar que indica que la extrañará porque ya no la frecuentará a menudo, lo que remite a pensar que, aparentemente, esa relación no le resultó significativa, incluso poco se involucró o que esa relación fue menos significativa que la última. Sin embargo, retomando a García Hernández (2012) indica que “en el proceso de duelo, son destacables los aspectos que reconocen en él su factor subjetivo, puesto que lo que interesa es la percepción individual”. (p.10). Esta relación no evidencia una sensación de duelo como tal, no obstante, pudo quedar la huella de la misma, siendo ésta manifestada en futuras relaciones.

Por otro lado, acerca de la formación de expectativas que son propias de la etapa del enamoramiento Willi, J. (2004) explica que “En el amor dos personas se plantean interactivamente la satisfacción y realización de sus anhelos más profundos” (p.20). Aquí él deposita la idea de formar una familia, evidenciando su deseo y anhelo de lograrlo. El depósito amoroso era en cierta forma una evidencia de la necesidad por obtener el reconocimiento y la aceptación del objeto amado, quizá en una especie de proyección, anhelando que de esa forma fuera con él, mostrando un tipo de relación nuclear en dónde quizá así se aprendió a obtener o sentir el cariño, sólo mediante el bienestar del otro y en general anteponiendo las necesidades del objeto amado antes que las de sí mismo. En éste caso el sujeto está sobreestimando a su objeto amoroso. Al respecto, Freud (1921) en su texto *Psicología de las Masas y Análisis del Yo*, explica que en la idealización, el objeto es tratado como el propio yo del sujeto. El objeto sirve para sustituir un ideal propio y no alcanzado del yo. Amamos al objeto a causa de las perfecciones a las que hemos aspirado para nuestro propio yo, se quiere decir que la sobreestimación del objeto amoroso parte de una proyección mediante un espejismo. En este caso, la insistente idea del entrevistado de que sean como él es, o cree ser, da lugar a explicar la idea de que se siente defraudado en sus relaciones. Por lo cual surge la pregunta: ¿Será entonces que quien deja de dar es él?

Recordando lo que refiere Dóring, M. (2005) Cuando dos personas deciden unirse es porque con frecuencia tienen la creencia e ideal de que la otra persona con la que están uniéndose en relación, será un complemento, y compañero en sus vidas (p.32)

La relación de pareja es un complemento; sin embargo, en el texto “*Psicología de las Masas y Análisis del Yo* de S. Freud, también explica que debido a la renuncia que tuvo que hacer el niño en la primera etapa de vida en relación con la madre y a los impulsos sexuales, quedan estos inhibidos dividiéndose en instintos sexuales (satisfacción sexual) y sentimientos tiernos (debido a la renuncia del primer objeto amoroso con la madre y el simbólico odio

con el padre, se genera este sentimiento tierno), lo que implicará que en la pubertad, el sujeto experimentará esos dos componentes, en muchos casos, están separados en los objetos elegidos, por un lado en un objeto puede satisfacer esos impulsos sexuales, mientras que en otro objeto se puede encontrar o depositar los sentimientos tiernos más familiares, por lo que había que considerar si el entrevistado encuentra en sus objetos amorosos los dos componentes o tiende a encontrarlos por separado en más de un objeto.

Por lo que refiere el entrevistado, dicha relación no la concebía como un tipo de relación a largo plazo. La presencia literal de una tercera persona figura como elemento que amenaza la integridad psíquica del entrevistado, mostrándose totalmente en contra de una relación poli amorosa o abierta. Sin embargo, es importante notar que ha mostrado también permisividad en la pareja, ante esto que se menciona. Respecto a la elección de objeto de los hombres, S. Freud (1910), en el texto “Sobre un tipo particular de elección de objeto en el hombre” se, señala dos principales condiciones para esto:

“Tercero perjudicado: la elección recae sobre una mujer que pertenece a otro hombre, ya sea en calidad de marido, prometido o amigo. Esta condición satisface mociones agonales, hostiles al hombre a quien se le arrebatava la mujer amada.

Amor por mujeres fáciles: la elección recae sobre mujeres cuya conducta sexual tenga mala fama, y se puede desconfiar de su fidelidad, dejando de lado a la mujer casta e insospechable, por no presentar atractivo. En esta condición juega un papel fundamental el tema de los celos, ya que a partir de ellos la mujer adquiere valor pleno, y al albergar este sentimiento, la pasión logra alcanzar su cima.” (p.158).

En el caso del entrevistado, se puede entender que la forma en la que elige a la pareja más significativa, puede estar en relación a que estaba su exnovio, cumpliéndose el principio del tercero afectado.

Es notable que la visión de la relación de pareja ya se encamina al establecimiento de un tipo de relación a largo plazo, más madura y comprometida, a diferencia de las anteriores experiencias que expone.

.Como lo menciona, él basa la creencia del matrimonio en relación al esquema familiar con que crece, siendo éste un esquema tradicionalista donde mamá y papá se encuentran juntos bajo la institución del matrimonio, teniendo como referencia que en dicha forma de relacionarse existen diferencias. Sin embargo, existe siempre la posibilidad de solucionarlo y seguir adelante. Por lo que se observa, el entrevistado tiene tendencia de repetir dicho esquema siendo éste su ejemplo a seguir.

Retomando lo expuesto en capítulos previos, en materia de la elección de pareja, la elección conyugal está influida en primera instancia porque se asume que existe una relación basada en la reciprocidad, y por ende se piensa que el objeto sea a su vez sujeto, y que en la búsqueda del otro, se encuentren satisfacciones mutuas o complementarias en relación al establecimiento de la relación conyugal, esto es lo que dice Lemaire, J. (2003).

Con la narración anterior, se percibe que la decisión de disolver esa relación fue por parte de la expareja del entrevistado, denotando una sorpresa. Sin embargo, también se puede observar el hecho de poner distancia de por medio, el cual debería ser éste un factor importante a considerar, pues era obvio que se alejarían.

Recordando lo que exponía con su anterior relación, donde describe que el termino de esa relación se debió a la distancia que ella puso de por medio, resulta novedoso que en la relación que ahora relata, él parte a otro estado, como en una especie de reflejo, dando así el término de esa relación de pareja, misma que él expone verbalmente que no quería terminar. ¿Pero no será que esa forma fue la que encontró para terminarla? O más bien su inconsciente se manifestó, pues recordemos que él verbaliza que para él no tiene caso una relación a distancia, motivo por el cual pone fin a la relación con la chica que se va a radicar a Cuernavaca, y justo es él quien en ésta relación se va.

Él critica la forma en la que su expareja concluye la relación, haciendo evidente que fue por un medio escrito y que esa no es la forma que él entiende

como buena para platicar de una decisión tan importante. Es también por medio de una carta (un medio escrito) como él le hace saber lo que siente. Al respecto se puede plantear un cuestionamiento: ¿A caso ésta sí es una buena forma de concluir una relación, haciendo lo mismo que se critica? Al escribir la carta, de alguna manera actuó de manera semejante, pues finalmente no se habla de frente, y es por un medio indirecto donde él le expresa todo lo que sentía, lo que forma parte del proceso de duelo.

Dentro del proceso de duelo es normal encontrarnos con una sensación de culpa o bien auto reproches, debido a la sensación de lo que faltó por hacer, o bien, de lo que se hizo en exceso. En éste caso, el entrevistado basó la ruptura en el hecho de que él tomó la decisión de irse a otro estado, considerando que él era el responsable de la ruptura. De alguna manera así fue, pues él mismo menciona que con la pareja previa a la expuesta, se rompe la relación porque no le ve caso continuar a distancia, y la sorpresa es que de manera inconsciente, él se va poniendo misma distancia con la mujer con quien aparentemente quiere formalizar.

Dentro de las sensaciones que se experimentan, en primera instancia se encuentra la tristeza, sentimiento propio de un proceso de duelo. Sin embargo, acompañado de éste sentimiento también es probable sentir enojo, pudiera ser paradójico, pero no lo es. En un proceso de duelo, los sentimientos pueden resultar extremos, incluso pudiera parecer una mezcla de sensaciones extrañas, pero al fin sensaciones.

Desde el punto anterior, el entrevistado se encontró en un proceso de duelo ante esto. Recordemos lo que menciona la corriente Gestalt respecto al duelo, que es el proceso que deriva de la finalización de una relación (Salama, 2007). Así mismo el autor agrega que el duelo, más que un sentimiento, se considera como una vivencia por la pérdida de un ser querido, indicando que dicha vivencia se coloca en el corazón y en el centro espiritual del ser.

Por el discurso del entrevistado, no se evidencia una toma de responsabilidad en el término de esa relación de pareja. Se lee que la otra persona fue la causante de una mala forma de concluir la relación. Con esto, es factible pensar que al no responsabilizarse de las conductas y actitudes que él tuvo y que dieron lugar a la finalización de la relación, es probable que esa misma forma de ser se repita en futuras relaciones.

El entrevistado plantea que en su relación ideal insistiría en recibir lo que él da. Con frecuencia pensar de esta forma conlleva a una desilusión augurada. Las relaciones humanas idealmente se basan en querer que funcionen así, sin embargo no se recibe lo que se da, porque el dar está en función de cada persona, y en ese dar se involucran pasados, historias y decepciones en torno a entregarse de tal o cual manera en relaciones anteriores. En fin, es una fantasía el querer recibir lo que se da en la misma medida y forma.

Por otro lado, el énfasis que hace en torno a que la ruptura con la anterior pareja no le generó un duelo, provoca poner atención en esa negación que expresa y por lo tanto del posible dolor que quedó por la ausencia de dicha pareja. Es posible que ese dolor encubierto se haya reflejado en la relación que manifiesta como significativa, sólo que ahora ese dolor él no lo reconoce. ¿Cómo habrá vivido en sí el proceso de duelo? ¿Será la ruptura con la última pareja el cúmulo de duelos no resueltos? Será interesante analizar las etapas de duelo para identificar en cuál de éstas se encuentra el entrevistado.

Recordando lo aportado por Cuadrado, quien hace referencia al modelo de Kübler Ross en relación a las etapas de duelo, se compararán con la experiencia de cada entrevistado.

En este caso las etapas del duelo se presentan de la siguiente forma:

Aparentemente el sujeto como tal no manifestó un proceso de **negación**, más bien se trasladó a la segunda etapa, la ira mediante el enojo.

Recordando lo manifestado por el entrevistado, quien refiere que la ruptura de la relación de pareja significativa, quien por medio de una llamada, concluye su relación; por palabras de él, siente **enojo**, sin embargo, pareciera que fue más bien el momento en el cual se lleva a cabo lo que él no logra verbalizar; ponerle fin a esa relación. Cabe recordar que él, a su regreso intenta retomar el contacto con ella para comunicarle sus sentimientos, pudiendo ser interpretado como una resistencia a aceptar la pérdida, pero expresa que tiempo después, aunque la extraña es mejor no buscarla, mostrando una mayor aceptación de la pérdida.

Al encontrarse el entrevistado en ésta etapa, recordemos el acto que hizo de escribirle una carta con todo aquello que sentía, con la intención de que ella supiera lo que había significado para él, y en general lo que él sentía por ella. Finalmente se puede observar que expresó sus sentimientos en la búsqueda de aferrarse a concluir o dar fin a aquello que posiblemente sintió, en una forma de hacerle saber lo que por enojo o por no ser el momento indicado, en la última llamada no logro decirle. Dando este discurso explicación a la tercera etapa “**la negociación**”

Aparentemente muestra por su discurso que no le hacía saber con claridad lo que realmente él pretendía con esa relación. ¿Realmente quería una relación formal? Pudiera ser que ella figurará como objeto de sus fantasías, pues como tal un proyecto sólido para formar una familia, por la omisión al irse a otro estado, no se evidencia tal deseo, por el contrario, más bien el irse a otro estado, muestra de forma inconsciente el huir o escapar del compromiso.

Al encontrarse en esta etapa, el entrevistado, continuó su vida, haciendo las mismas actividades cotidianas. Dando lugar a la cuarta etapa “**depresión**”

Se podría considerar que el entrevistado, aún no pasa a ésta etapa, pues si bien menciona que ha salido con algunas personas, no se plantea el establecer una nueva relación formal como él lo define. Esta sería la quinta etapa “**aceptación**”

Respecto a los mecanismos de defensa usados por el participante, sin duda el mecanismo de defensa que evidencia es la proyección, pues deposita en ella lo que él no puede verbalizar, y que de forma inconsciente lleva al acto, atribuyendo a ella la total responsabilidad del término de la relación de pareja, cuándo por el discurso expuesto, fue el quien toma la decisión (inconscientemente) de dar por terminada esa relación, inicialmente, poniendo distancia yéndose a otro estado donde lógicamente no es tan sencillo viajar, pues involucra una inversión económica y de tiempo. Además él tacha esta forma como casi imposible para llevar una relación de pareja ¿Cómo entonces sería esa relación si él se fue? Por otro lado, él omite decirle a ella que el motivo de su partida era para buscar mejores oportunidades y así ofrecerle una mejor calidad de vida. Ese discurso queda inscrito únicamente en él, ella simplemente se quedó, probablemente abandonada, con dudas y preguntas sin responder. Otro mecanismo de defensa observado en este entrevistado es la negación que se puede observar en la relación anterior de la cual quiso hablar en el inicio de la entrevista y que parece relacionarse con el siguiente rompimiento.

Ahora bien, retomemos las aportaciones de la corriente psicoanalítica para así compararlo con la experiencia expuesta por el entrevistado.

Con respecto al concepto de narcisismo Freud menciona que la conducta narcisista, parte de tomar del mundo externo representaciones que serán introyectadas en el yo del sujeto, (1914).

En la experiencia expuesta, el entrevistado, incorpora a sí mismo imágenes que aprendió de su núcleo inmediato (familia) quienes además, fungieron como el modelo que él seguirá en su vida adulta , lo toma para relacionarse con un objeto amoroso quien posiblemente pudiera sustituir a su primer amor (madre) esto por medio de la identificación

La elección del objeto amoroso en el caso de los hombres, indica Freud (1914), consiste en que se “Exhibe esa llamativa sobrestimación sexual que sin

duda proviene del narcisismo originario del niño y así, corresponde a la transferencia de ese narcisismo sobre el objeto sexual.” (p. 23).

Freud (1914) refiere que “Se ama entonces, conforme al tipo de la elección de objeto narcisista. Se ama a aquello que hemos sido y hemos dejado de ser o aquello que posee perfecciones de que carecemos, la fórmula correspondiente sería: es amado aquello que posee la perfección que le falta al yo para llegar al ideal” (p. 27). Por tanto éste hombre, al parecer, ya no ve en ella al objeto ideal, ya no es ésta mujer.

Con respecto al concepto de la identificación, Laplanche y Pontalis (1983) indican que la identificación es “un proceso psicológico mediante el cual un sujeto asimila un aspecto, una propiedad, un atributo de otro y se transforma, total o parcialmente, sobre el modelo de éste. La personalidad se constituye y se diferencia mediante una serie de identificaciones” (p 183). Es claro que en la literalidad quizá no eran tantos los elementos parecidos entre el entrevistado y su exnovia, sin embargo, parece ser que la identificación, con el paso de la etapa de enamoramiento, se tornó muy precaria, o bien las características identificatorias probablemente serían aquellas que no satisfacían el narcisismo de él, provocando el alejamiento en defensa del yo.

El olvido de impresiones, escenas y sucesos se reduce casi siempre a una retención de los mismos, dando como resultado que esos recuerdos retenidos sean traídos por el sujeto en la búsqueda de las figuras amorosas que elige, o bien la forma en la que se relaciona con ellas, dando la impresión de que esos recuerdos que algún día fueron experiencias que se quedaron suspendidas en el aparato psíquico o bien la memoria del entrevistado, pueden reflejarse en la interacción con sus relaciones interpersonales. (Freud, S. 1914)

Aquello que está en proceso. Lo que implica que lo aprendido en algún momento de la vida, queda inscrito en la memoria, dicha inscripción, se verá reflejada en la búsqueda de cada individuo por repetir o regresar a la experiencia

que se ha quedado marcada o bien, sustituir a las figuras que de la misma forma quedan como patrón o modelo.

ENTREVISTA 2

Ocupación Ingeniero mecánico

Edad 26 años

Género, masculino

La chica de la que te hablaré, la conocí en la universidad. Fue coincidencia que viviera relativamente cerca de donde vivo, ese fue un factor que facilitaba el que poco a poco fuéramos conviviendo más. De repente ese motivo se convirtió en el pretexto para ir y venir juntos, en eso, fui conociéndola y fuimos saliendo, fuimos pasando momentos juntos, de repente surgieron besos, yo lo sentía muy bien, una relación padre.

Yo soy una persona de mente abierta, por lo que llevar así la relación, me parecía bien. Sin embargo, yo sentía que ella quería que formalizáramos o bueno le diéramos el título de noviazgo, y dije bueno va, me agrada físicamente, me agrada estar con ella y pues la convivencia diaria hizo que poco a poco me fuera encariñando con ella. Entonces un buen día, ella me dijo que qué pasaría con lo que teníamos. Entonces, pues me le declare, le dije que fuéramos novios, con todo lo que eso implicaba.

¿Qué implica para ti tener novia?

En ese momento, pensaba que la relación tenía que ser muy cursi, basada en detalles, en convivencia constante, en dedicar tiempo y esfuerzo, vaya en entregarse a la otra persona y tomar en serio eso.

Bien, si gustas continúa...

Bueno pues como te comentaba, ella y yo nos veíamos seguido, ya que íbamos a la misma universidad, sólo que ella estudia psicología laboral y yo pues ingeniería. Ambos conocíamos nuestros horarios por lo que uno

iba a buscar al otro o viceversa, de tal forma que pasábamos la mayor parte del tiempo juntos y los fines de semana salíamos.

En general podría decirte que fue una relación muy bonita, pienso yo que los primeros tres años era casi casi una relación de película, yo era un hombre muy meloso y cursi, no me daba pena alguna mostrar lo que yo sentía por ella, me gustaba darle detalles y hacerlos también, yo considero que era el más expresivo, ya que hasta cierto punto era complementario, porque ella era seca y fría, pero a mí no me importaba, me gustaba su forma de ser. Lo que la verdad no me agradaba era que no tuviera proyectos interescolares, no era proactiva.

Después de tres años de relación, comenzaron poco a poco las diferencias, ella me exigía más tiempo, mismo que yo no podía darle, ya fueron constantes las discusiones y las peleas. Ella comenzó a salir con su exnovio, cosa que a mí no me parecía, me molestó mucho el hecho de que ella lo frecuentara casi desde que comenzamos la relación y fue fuerte, pues me enteré después de ya mucho tiempo, honestamente me puse en una postura en la que le dije, o él o yo. Ella decidió dejar de frecuentarlo y tener cualquier tipo de comunicación con él.

Sin embargo, hubo un momento en dónde ella me cuestionó si en verdad valdría la pena seguir juntos, cosa que a mí me desconcertó e hizo que llorara, pues yo siempre había sentido que con ella quería establecer una relación a largo plazo y el que ella se cuestionara lo nuestro e incluso dudara de que podríamos continuar, me dolió y desde ahí debí darme cuenta que algo ya no andaba bien.

Pese a lo que mencionó, yo quería seguir con ella pero ella me dijo que nos diéramos un tiempo, a mí me dolió mucho pero acepté. Sin embargo, al día siguiente estábamos como si nada, cosa que me sacó de onda pero continué, no puse un alto. Me invitó a salir, salimos pero me dejo esperándola más de una hora, ya estaba por irme cuando llegó, ella ya no

quería que la acompañara con su grupo de amigos, pues en ese grupo estaba su exnovio con quien me di cuenta volvió a frecuentarse, me disgusté a tal grado que la ofendí y mandé la relación a la basura.

Debo decir que ese episodio de mi vida, fue horrible, lloré como un niño en brazos de mi familia quienes pasaron por mí, cerca de donde yo había discutido con ella.

Pasaron dos largos meses en dónde yo lloré, no podía ni quería salir adelante, me preguntaba ¿Qué había hecho mal? ¿Cómo pude perder a la mujer a quien yo amaba? Eran muchas preguntas y pocas o muchas respuestas, en fin, fue tanta mi desesperación que tome la decisión de acudir con una psicóloga, que en verdad me ayudó a salir adelante. Yo disfrutaba esa terapia, me agradaba ir y hacer las tareas que me ponía, yo leía e investigaba sobre los temas que ella me asignaba y sobre otros que yo comentaba con ella. Después de acudir, la verdad es que poco a poco me fui sintiendo mejor y fui cambiando conceptos que tenía, mi forma de pensar fue cambiando. Entré a natación pues había bajado mucho de peso a partir de que terminamos y pensé que meterme a esa actividad me iba ayudar.

Sólo que un buen día, me envió un mensaje después de mucho tiempo de no saber de ella, quería verme y yo por tonto accedí. Al principio me porte indiferente pero ella me rogó, rogo que regresáramos y que lo intentáramos, que ella se dio cuenta que quería estar conmigo y no con el otro wey, pues la verdad la amaba y dije va, intentémoslo, salimos pero pues me di cuenta de que ella en esos dos mes había tenido que ver con alguien más íntimamente y me engañó, pues me dijo que no había pasado nada con nadie en ese tiempo. Eso sin duda fue lo que más me dolió, el engaño y el que nuevamente pudiera estar jugando conmigo.

Pese a eso, decidí seguir con ella, aunque yo me daba cuenta de que ella ya no era la misma, salíamos y un buen día me dijo que nuevamente estaba confundida y que no quería verme más, estaba próximo su

cumpleaños y tontamente le preparé un regalo, mismo que fui a entregar al día siguiente de su fiesta de cumpleaños, ya no hubo una respuesta. Sus padres, quienes desde siempre me brindaron una grata cara, ahora me miraban con pena. Su padre me impidió la entrada a su casa y me dijo que lo mejor era que yo siguiera mi camino, me dolió mucho pues el señor y yo teníamos una buena relación, teníamos una carrera en común. Total que ella salió en compañía de su ex que ahora ya era hasta su prometido, resultó que la noche anterior, él le había propuesto matrimonio. No pude más que entregar ese regalo e irme con la poca dignidad que me quedaba, me fui deshecho, no sabía bien qué pasaría después, pero supe que eso era lo último que podía soportar y lo necesario para darme cuenta que esa relación había quedado ahí.

Regresé con la terapeuta, regresé a las actividades que había olvidado y frecuenté a los amigos que había abandonado por concentrarme en esa relación.

Me costó mucho trabajo, muchas lágrimas y tristeza, pero la verdad es que después de ocho meses que han pasado, hoy puedo decir que estoy listo para comenzar otra relación, ya a ella pues la recuerdo y en ocasiones me entra la loca idea de arruinar su boda, pero pues en otras digo que mejor ya, es todavía lo que me saca de onda, pero pues he intentado salir con otras personas.

La verdad es que en los periodos en los que me sentí muy mal, no me dio por tirarme al vicio ni salir con otras personas, creo que eso fue hasta que yo ya me sentía mejor.

Yo defino la palabra amor como libertad y entrega, libertad en darle el espacio a la otra persona, y entrega ofrecer lo que se tiene a esa persona e ir en busca de más- Definitivamente hoy mi concepto de amor no tiene nada que ver a lo que pensaba antes, ahora sé que el amor no es comercial, es individual. El amor es lo que uno va sintiendo.

Análisis

Con el testimonio, al parecer el sujeto se vive como un apostador, el cual invierte esperando ganar, siendo esto el concepto de amor comercial que él denomina anteriormente. El hecho de darlo todo, es lo que le ha generado una sensación de vacío o sentirse defraudado, como una especie de que le quedan a deber- ¿Quién le pagará? Además de lo ya mencionado, al parecer, el sentirse culpable por ser dependiente y atar con comportamientos posesivos a su expareja, eso es lo que lo lleva a querer actuar de forma contraria (dar libertad a sus siguientes parejas) con el fin de evitar futuros fracasos, pero hacer lo contrario quizá implique otros errores.

Recordando que el duelo, si bien, es un proceso producto de la pérdida, que además es una situación común, tiene manifestaciones físicas, cognitivas y psíquicas, mismas que repercuten directamente en la conducta del sujeto que lo experimenta. En este caso, las manifestaciones físicas que tuvo el entrevistado fue una pérdida de peso, lo que implica una disminución en el apetito, característica común en un proceso de duelo; en cuanto a las manifestaciones cognitivas, retomó las preguntas que son comunes y que se hacen al terminar una relación de pareja bajo éstas u otras circunstancias (¿Qué hice mal? ¿En qué falle?), mismas que como refiere, se hace el entrevistado; en cuanto a las manifestaciones psíquicas, se nota la presencia de una denigrante percepción de sí mismo, de un narcisismo herido, de la melancolía.

Por otro lado, para la corriente psicoanalítica, en general, el duelo es la reacción frente a la pérdida de un ser amado, o de una figura que ocupe ese sitio (la patria, la libertad, un ideal, etc.) (Freud, 1917). En el caso anterior, la reacción ante la pérdida del ser amado, inicialmente podría decirse que fue el hecho de llorar y no querer hacer nada. Sin embargo, la respuesta ante la pérdida, también podría haber sido esa actitud aferrada que mostró el entrevistado por insistir en salvar esa relación con un sin fin de señales o conductas que tenía la otra persona quien ya había concluido esa relación, en lo literal y en la fantasía de él se alojaba

la idea de recuperar esa relación, cuando quizá a lo que estaba huyendo era a experimentar la sensación de vacío que dejaría la ausencia de la mujer, y así enfrentarse a esa sensación de falta, que resulta confrontante, y que puede ser tan insoportable, que se quiere evitar a toda costa con el pretexto de continuar con lo que esa persona cumple, la figura que representa, en fin, para tener una sensación de completud.

Así mismo, el autor agrega que el duelo es más que un sentimiento, se considera como una vivencia por la pérdida de un ser querido. Finalmente, el entrevistado se permitió vivir el duelo al que tanto huyó, para así comprender que esa relación quedó atrás.

Retomando las etapas del duelo expuestas en el primer capítulo, hablando de la **aceptación**, como podemos leer, le costó gran esfuerzo al entrevistado salir de la misma, pues fue persistente la **negación** que tuvo ante el rompimiento de la relación de pareja; insistió en que esa relación no terminaría (“hice varias cosas para evitarlo”). Sin embargo, después de varias muestras de la otra persona en donde era claro que ella ya había concluido esa relación. Él por fin pasó a la siguiente etapa.

La segunda etapa **ira** o enojo, que corresponde a la segunda etapa del duelo, fue de dos formas; por un lado la búsqueda de la ayuda profesional, dónde por medio de una terapia psicológica, el entrevistado logra darse cuenta de que esa relación no tenía futuro, logra modificar el concepto de relación de pareja que quizá no le estaba ayudando, y lo más importante, logra sacarlo del estado depresivo en el que se encontraba. Sin embargo, como refiere el entrevistado, tuvo una recaída en dónde regresa con la chica y paralelamente abandona la terapia. Finalmente deja a la chica y regresa a la sesión terapéutica.

En la tercera fase, en la que se debe **negociar** sin el ser querido, el entrevistado refiere que la forma en la que ha aprendido ha sido frecuentando a sus amigos y haciendo actividades que le satisfacen y concentrándose en su familia y proyectos profesionales.

Después de la relación que tuvo y la ayuda que encontró en la terapia psicológica, logra salir del estado **depresivo** en el que se encontró tras la ruptura. Como todo proceso tuvo recaídas y regreso a esa relación, sin embargo, finalmente concluye y retoma la terapia. Lo notable es que su concepto de amor, aunque él dice que se modifica tras la ruptura y terapia, sigue siendo semejante, pues se sigue basando en una entrega, en dar lo que se tiene, quizá con el riesgo de quedarse sin nada para ofrecérselo al otro.

La entrevistada toma del mundo exterior a esa chica, quien a su vez forma parte de las figuras con las que él se identifica, todo esto desde un plano inconsciente.

Con lo antes expuesto, se introduce el hecho de que el objeto amoroso se elige de acuerdo a la manifestación del narcisismo en el ser humano. Dada la sobreestimación de la pareja, este sujeto agota su energía libidinal al grado de poner en riesgo su propio yo, dañando severamente su narcisismo. Por otro lado, llama la atención el sometimiento de sí mismo a situaciones en las que es constantemente dañado por su pareja.

Cuando el sujeto se halla en un estado de sufrimiento parece que se retira de sus objetos de amor el interés libidinal, lo cual cobra significación con el duelo, pues es justo lo que en el común de las personas sucede. Lo mismo ocurrió con el caso dónde fueron dos meses de sufrimiento, llanto, tristeza y desesperación por la sensación de vacío y añoranza de eso que se tenía, a su vez lo llevo a tomar terapia, siendo esta una oportunidad de salir adelante.

Finalmente no fue cosa fácil, se lastimó el amor propio, lo que nos remite al concepto de narcisismo, mismo que se pone con mayor precisión en el apartado dos del presente trabajo. El narcisismo es ese concepto que se tiene de sí mismo, mismo que proviene de lo que también se introyecta del mundo en el que se desenvuelve. Sin embargo, del narcisismo surge en dos sentidos en el individuo, puede que actué como factor que engrandezca al ser, o que lo minimice.

Freud hace manifiesta la necesidad de una apertura al otro, pero al mismo tiempo destaca la dificultad que esto implica dada la inercia narcisista. En un estado narcisista, sólo se ve a sí mismo, estando en una fase ensimismada de su persona. Sin embargo, el otro es el que nos da el carácter de existencia, el otro es el que finalmente nos indica, nos devuelve las imágenes de sí mismo como en una especie de espejo dónde por medio de ese otro, nos miramos y nos remite a aquello que es difícil ver de uno mismo, por lo que al encontrarse en relación con otro, pudiera figurar y entenderse como dos personas en una relación, son dos personas que caminan en función de aquello que se va reflejando el uno del otro, siendo así una relación familiar, lo que nos conduce al siguiente concepto de identificación.

En una relación familiar cada uno encuentra en el otro, aspectos de sí mismos, aspectos de figuras con las que crecieron y marcaron como patrón o ejemplo de las funciones que debe cubrir el objeto amado, legado mismo que a su vez conducirá a figuras nucleares del enamorado.

Respecto a los mecanismos de defensa, es probable que el entrevistado haya actuado en primera instancia bajo el mecanismo de la negación, pero conforme fue pasando el proceso, pudo trascender y hacer más llevadero el proceso, aunque también proyecta en ella errores y deposita una deuda que bien puede ser una deuda en la cual más que deberle ella algo, él se debe a si mismo

Relacionado al concepto de falta, había una insistente actitud por evitar sentir ese vacío que se origina posterior a la ausencia del objeto amado. Sin embargo, toda pérdida reanimará la falta que como individuos tenemos, misma que a su vez generará el avance, pues si bien se enfrenta a la ausencia, también se facilita la sustitución e ir en busca de otro objeto amoroso que cubra esa constante falta o hueco. En éste sentido, el entrevistado ya se encuentra en la búsqueda de otro objeto amoroso.

Es claro que el entrevistado sintió angustia al encontrarse frente a la posibilidad de perder a ese ser querido en varias ocasiones, encontrándose así en

peligro de enfrentarse a la falta antes mencionada. La angustia, en primera instancia, lo hizo moverse y aparentemente luchar por rescatar esa relación, aunque esa relación ya se encontraba en declive.

Ahora bien, con base en el capítulo tres y los conceptos de pareja, podemos observar que en éste caso, la elección de pareja fue en función de una atracción física, y factores que facilitaron o propiciaron una convivencia constante, dando como resultado la creación de un gusto y la posibilidad de establecer el vínculo.

Aparentemente, la relación, inicialmente, como comúnmente sucede, pasó por la fase de enamoramiento, donde el entrevistado describe haber vivido un tipo de relación como el que las películas venden como relación de pareja. En realidad las películas como producciones colectivas y sociales, hablan de las vivencias de los sujetos, así como de las fantasías de los sujetos, que al final también son realidad psíquica. Incluso él mismo la refiere como una relación padre, en ella miró la posibilidad de establecer una relación a largo plazo, de establecer una familia.

Ya en el curso de la relación, una parte importante de los conflictos comienzan al no ver cumplidas la gran cantidad de expectativas puestas en el otro. Habrá un descontento, mismo que llevará al deterioro de la relación, o posiblemente a una ruptura, ya que se irán acumulando esos conflictos debido a que no se cumple un ideal, el cual está en la fantasía de quien lo piensa, no necesariamente se cumple en la realidad.

En éste caso surgen conflictos por distancia, tiempos y demandas que aparentemente se dan por parte de la otra persona, quien deja entrever que comienza a mostrar fastidio y aburrimiento en la relación, o quizá busca los pretextos para exhibir las posibles señales para concluir la relación de pareja.

Aparentemente en ésta relación de pareja hubo compromiso, romanticismo y unidad, elementos que se encuentran dentro de una relación de pareja.

Finalmente el concepto de amor que manifiesta el entrevistado consiste en dos factores; por un lado libertad, él la centra en la posibilidad de darle su espacio a la otra persona, traduciendo esto en no ser tan dependiente de la otra persona, y por otro lado el entregarse, que consistiría en ofrecer y entregar lo que él tiene a la otra persona. Era ella la que le solicitaba más tiempo, más atención, incluso es ella la que le vuelve a llamar. El darle libertad a la otra persona puede sugerir que él fue controlador y posesivo con ella, y siente culpa por ello. Finalmente él indica que fue ella quien va decidiendo terminar la relación, y es él quien también va contribuyendo al termino de esa relación, negándole tiempo, dando la impresión de que abandono la relación, y de forma inconsciente dejando en la otra persona la decisión de dar fin a esa relación.

La definición de Kernberg sobre el amor sexual maduro, podría describir gran parte de lo vivido dentro de la relación de pareja referida por el entrevistado.

En dicha experiencia inicialmente no parece evidenciarse el objetivo común, sin embargo en la mayoría de los casos, el objetivo común es querer trascender; si bien, aparentemente la actitud de rendimiento mutuo en la separación de parejas la experimento primero la chica.

Parece que la imposibilidad de verbalizar lo que se quiere o lo que quería el entrevistado, lo llevaron a generar acciones que dieron como resultado alejarse de ella, dejando a un lado la relación y dejando también en ella la toma la decisión del rumbo de la relación: proyectando el hartazgo de la misma en ella, pues él sólo siente que alguien le debe, pues esa persistente “ entrega total” funge también como medio para reprocharle al otro lo que él hizo por ella o por la relación, como buscando que la paga a esa deuda, sea la conmiseración de aquellos que lo rodean.

Muchos pudieron ser los factores que intervinieron en la separación de ésta pareja, pero algunos de los que se expone son la confusión e inestabilidad por parte de la otra persona. Aparentemente el entrevistado continúa situando la responsabilidad de la ruptura en la otra persona, quien si bien pudo haber sido en

la literalidad la que dio fin, seguramente él tuvo parte de responsabilidad en esa relación, misma que no es consciente en él.

ENTREVISTA 3

Sexo: Femenino.

Edad: 27 años.

Ocupación: Comunicóloga

La relación que quiero expresar fue con un compañero de la prepa, si bien no anduvimos desde entonces, lo comento pues fue desde esa época que éramos los mejores amigos

Imagínate, él conoció mis relaciones con otros chicos y yo las tuyas, nos contábamos todo y pasábamos mucho tiempo juntos. Decidimos comenzar una relación cuando yo estaba en el último año de la carrera y él también, comenzamos y fue realmente un riesgo que los dos conociéramos por la amistad que existía de por medio, fue realmente hermosa la primera parte de la relación. En los primeros dos años, fue una relación increíble, nos hacíamos detalles, sorpresas, atenciones, era una relación linda, planeábamos un futuro juntos, planificamos una familia a mediano plazo, yo me veía únicamente con él; si bien yo llevaba buena relación con mis ex, decidíamos no mencionarlos, prácticamente los dos últimos años vivíamos juntos los fines de semana.

Incluso esos fines de semana eran increíbles, ya compartíamos más intimidad. En el último año comenzaron problemas, él comenzó a salir con sus amigas, yo por mi cuenta con los míos y hubo una distancia grande entre los dos, comencé a relacionarme con un compañero del trabajo y eso incrementó la distancia entre ambos.

Un día me decidí a terminar definitivamente esa relación, cada vez era mayor la distancia e indiferencia entre los dos; al principio me sentí liberada y con un peso menos, no nos hablábamos y preferíamos tener distancia, no

hablábamos con los amigos en común para evitar que nos dijeran cosas del otro.

Pasado un mes, comencé con una depresión horrible. Comencé a cuestionarme ¿por qué había terminado esa relación? Empecé incluso a arrepentirme de eso, no comía, fue un mes de estar tirada en la cama, sin hacer nada, ni bañarme, sin fuerza pero no por decisión. Le pedía que viniera, pero él no accedió porque decía que eso me iba a perjudicar, fue el peor mes desde que me acuerdo que he vivido, yo lo extrañaba mucho y lo pensaba más.

Un día un grupo de amigos vinieron y hablaron conmigo, realmente ellos me impulsaron a salir, a regresar a mi trabajo y a seguir adelante. El chico de mi trabajo continuó a mi lado, y me ofreció el tener una relación, él sabía lo que pasaba y sin importarle me decía que le diera la oportunidad de ayudarme, que lo conociera y le diera la posibilidad de ganar mi corazón. Yo la verdad acepte y desde entonces tenemos una relación que ya ha durado ocho meses, no sé qué pasará porque todavía pienso y extraño a mi ex, todavía el saber de su vida me pone mal, saber que sale o se relaciona con alguien más me afecta, y la verdad no amo al chico con el que salgo, lo quiero pero no lo amo, y por esa razón sé que no debería estar con él pero tampoco me animo a terminar esa relación.

Honestamente no me veo a largo plazo con él, a diferencia de mi ex, con quien había planificado ya una familia.

No podría decir que creo en el matrimonio, porque desde que yo nací mis padres estaban separados, tristemente fui el posible remedio a sus problemas, pero no fue así, se separaron antes de que yo naciera y por esa razón no tengo un ejemplo de lo que es y cómo es un matrimonio.

Lo más cercano a esa idea, pues es lo que creo, consiste en vivir con una persona, y sólo con esa persona estar, compartir aspectos y

responsabilidades del hogar. Pero en sí eso creo del matrimonio, mis relaciones todas han sido de larga duración creo yo, con los anteriores a mi ex, había podido llevar una relación de amistad, pero con éste último, de plano no, aún me duele lo que hace o deja de hacer.

Análisis

Aparentemente la entrevistada se prepara previamente para el proceso de terminar esa relación, siendo ella quien da fin literalmente, aunque es probable que el fin de esa relación lo hayan dado los dos de una u otra forma como suele ocurrir, en una relación para que terminé sólo con el deseo de uno basta para que eso suceda.

Refiriéndose al dolor narcisista, pudiera remitirse al hecho que se ha mencionado donde se explica que perder en sí mismo a alguien, sí es importante, aunque es más impactante lo que representa dicha pérdida para el sujeto que se encuentra frente a tal acontecimiento. Al decirse que el dolor es más hacia el narcisismo del sujeto, como menciona Caruso, I. (2002), pudiera coincidir, pues al perder, se evidencia el sujeto a lo incompleto que se es, a ese hueco o vacío que con la representación del otro, se mantenía oculto o no visible, y en el momento de que ya no se tiene aquello que disimulaba dicha incompletud, el sujeto experimenta la sensación de vacío y dolor.

Si bien Kreimer (2005) menciona que las relaciones cortas se vuelven problemáticas dada la frustración que experimente cada integrante, en este caso parece haber ocurrido lo contrario; una relación relativamente larga, con cierta estabilidad, termina en un conflicto importante para ella.

El sujeto que no ha resuelto el duelo y pasa de una relación a otra, sin cerrar la anterior, tendrá como consecuencia la repetición de comportamientos, mismos que han contribuido al fracaso de sus anteriores relaciones. A largo plazo, se generará una problemática acumulada por las relaciones secuenciales no

resueltas que ha tenido y quizá dará como resultado un ciclo que a ciencia cierta no se sabe en qué momento, ni con qué intensidad explotará.

Por la exposición del discurso, en primera instancia sería interesante pensar: ¿Qué tan bueno es una relación entre aparentes mejores amigos? ¿Acaso el romance surgió en la literalidad de comenzar la relación o habrá sido antes de forma ilusoria? En fin, el establecimiento de la relación de pareja aparentemente fue mediante el conocimiento previo, lazos afectivos y relación constante.

Freud, S. (1914) menciona que “Sabido es con cuánta facilidad las relaciones afectivas de carácter amistoso fundadas en el reconocimiento y la admiración -así las que se establecen entre el maestro y las discípulas o entre el artista y sus admiradoras- se transforman, sobre todo en la mujer, en deseos eróticos” (p. 37).

En materia de la elección de pareja, la elección conyugal está influida en primera instancia porque se asume que existe una relación basada en la reciprocidad, y por ende se piensa que, él objeto sea a su vez sujeto, y que en la búsqueda del otro, se encuentren satisfacciones mutuas o complementarias en relación al establecimiento de la relación conyugal, esto es lo que dice Lemaire, J. (2003).

Se idealiza a ese otro, colocando en tal, una serie de expectativas y, como su nombre lo dice, esos ideales que se han introyectado en sí mismo a través de los vínculos intersubjetivos establecidos primordialmente en la primera infancia, en la familia de procedencia, y después otros más vendrán, reanimando en lo que se quisiera vivir con una pareja, las satisfacciones experimentadas con estos primeros vínculos. Es posible que en esta experiencia, la idealización haya sido previa, es decir, en la etapa de la amistad que describe.

El hecho de establecer una relación tan íntima, dónde ya compartían una vida en común los fines de semana, pero aún no había un compromiso como tal, pareciera que era un juego entre un querer y no querer que eso ocurriera.

Con base en lo que expone con las sensaciones y sentimientos que se desatan tras la separación, remite a un síndrome de abstinencia, lo que se refleja en el discurso de la entrevistada; es precisamente después de no saber de él, cuando comienza la sensación de soledad, cuando es perceptible la ausencia o hueco que dejó la persona que se fue. Finalmente la relación concluyó por la decisión literal de la entrevistada, quien al encontrarse sin lo que representaba esa relación, cae en una depresión, buscando por todos los medios evitar sentirse así, intentando regresar a aquello de lo que ella ya no quería.

Dentro de las características de la mujer histérica, se encuentra el que una mujer con dicha personalidad se ofrece, más no se da, lo que significa que se encuentra en el escenario, interactúa y establece la relación, pero llegado el momento próximo a establecer un compromiso más serio, adentrarse a un vínculo más íntimo, algo pasa y se rompe; y eso ocurre porque la histeria evitará a toda costa encontrarse en lo que le remita a la fase de la castración, es decir, la separación padre – hija. (Nasio, 1991)

Parece una personalidad histérica, pues se ofrece en relaciones a largo plazo cuya posible estimación será que en algún momento debe formalizarse y, llegado ese momento, algo pasa y renuncia. Así mismo, culmina una relación y al sentir que la mirada ya no es vuelta hacia ella, es cuando siente la necesidad de cuestionarse el rompimiento de tal decisión comenzando entonces un proceso de duelo.

A continuación se analizan para este caso las etapas del duelo descritas por Cuadrado, haciendo referencia al modelo de Kübler Ross.

Negación. Por el discurso de la entrevistada, ésta etapa aún no se presenta como tal, pues si bien reconoce que la decisión de concluir esa relación al principio le generaba sentirse liberada y con un peso menos de encima, aún continua en la no resignación a perder a esa persona definitivamente, dando muestra de que alberga una esperanza de regresar con ese hombre.

Depresión. Finalmente tras pasar un tiempo sin esa persona o sin esa relación, surgen en la entrevistada, sensaciones y sentimientos correspondientes a un estado depresivo, que sin embargo, se permite vivirlos.

Negociación. La entrevistada se encuentra inclinada en esta etapa, pues no ha superado la separación, toma de decisión y pérdida de la relación o persona en sí; no ha aprendido a vivir sin eso que tenía, y al contrario, ha buscado la forma de mantenerse en contacto de una u otra forma con esa persona.

Sin superar la etapa anterior, la entrevistada da un salto y se encuentra en ésta etapa dónde tiene una relación de pareja insatisfactoria, pero que toma para evitar sentirse sola. Además, aún le genera dolor lo que su exnovio haga o deje de hacer, lo que implica que la entrevistada continúa en relación con ese hombre.

Aceptación Ella aún no llega a esta etapa, pues sigue en conflicto con la anterior relación y con la que tiene actualmente..

Con base en el discurso, aunque se preparó para enfrentar, aparentemente, el proceso, resulto una especie de efecto retardado la acumulación de todas las emociones puestas en la ruptura de la relación. Es claro que aún no supera el proceso de duelo, e incluso, es evidente que no ha aceptado la pérdida de esa relación. Es una forma de evadir el proceso de duelo por la separación de la pareja inicial; con esto pudiera entenderse que es un patrón que se ha venido repitiendo, cuyo origen parte de las relaciones que se establecieron con las figuras primarias (madre y padre).

Es oportuno recordar que en esta experiencia no hay un parámetro tangible de lo que pudiera ser una relación de pareja, ya que por lo que menciona, nació dentro de una relación de pareja que se encontraban en proceso de separación. ¿Será que esto se repite en sus relaciones de pareja? Por lo que refiere, se ha creado una idea de lo que es vivir en pareja, misma que ha sido adquirida, lo que pudiera explicar la constante búsqueda por estabilizarse dentro de una relación de pareja.

Por otro lado, el hecho de que por un lado sus relaciones de pareja sean en general de larga duración, hace notar que en la mayoría de ellas logra mantener un vínculo después del término, siendo una relación agradable, lo que más bien remite a que ha establecido las relaciones con un sentido oculto, quizá de amistad, dando como resultado la imposibilidad de establecer una relación estable de pareja.

En éste caso el narcisismo de la entrevistada se ve afectado debido a la falta de mirada del objeto amado, quien además ha decidido ya no buscarla más. Tal pareciera que al no recibir la mirada del otro, cae en un proceso de duelo, lo que refiere que en este caso el narcisismo ha sido dañado. Con ésta concepción del narcisismo, toma mayor fuerza el significado del sujeto, porque muestra la elección de un objeto, el cual puede perderse, desembocando en un proceso de duelo.

Ella existe en el amor porque ha sido mirada por alguien más, ha sido el medio para reflejarse. Es por ello que una parte del narcisismo es apertura al otro, quien será el que dará testimonio de la existencia de su ser. Freud hace manifiesta la necesidad de una apertura al otro, pero al mismo tiempo destaca la dificultad que esto implica, dada la inercia narcisista, es decir, la intención del yo de mantenerse alejado de cualquier influencia que pudiera confrontarlo a la posibilidad de modificarse, siendo esta una especie de defensa necesaria para evitar fundirse con el otro, enalteciendo la singularidad que lo caracteriza; es decir, que esta persona se encuentra en un estado narcisista donde ha retirado su energía libidinal de los objetos, y esto como dice Freud, también enferma.

Debido al caso, se menciona que ella ha sido creada para una posible salvación de un matrimonio. Inicialmente ella ya trae consigo la consigna de salvar, de arreglar. Ha sido creada bajo el esquema de alternativa para sostener una familia, lo cual no resultó pues sus padres terminan separándose, es decir no se cumple la intención. ¿Será que ella no querrá ser salvadora de su propia familia?

Al parecer hay sentimiento de culpa por no haber salvado el matrimonio de sus padres, quienes finalmente se separan, y de algún lugar ella tomó esa idea introyectada, quizá proveniente del discurso de sus padres o de quien la haya significado de esa manera.

Tomando en cuenta que esta persona nace bajo el propósito de salvar una relación, se le asigna una responsabilidad tan grande como lo es un matrimonio, se hace visible que el deseo no estaba puesto en la niña, sino en la posibilidad de conservar el matrimonio.

Freud S. (1914), indica que “Considerando la actitud de los padres cariñosos con respecto a sus hijos, hemos de ver en ella una reviviscencia y una reproducción del propio narcisismo, abandonado mucho tiempo” (p.13). De alguna forma, el depósito de las expectativas de padres a hijos y la construcción del sujeto en el imaginario, y después convertido en ser humano, no es casualidad, sino que deriva del narcisismo de cada padre que, inconsciente o conscientemente, pone en marcha el deseo de trascender y perpetuar su yo en la creación de un representante de esas expectativas.

Ella refiere que estaba destinada a salvar el matrimonio de sus padres, cosa que no logró, es decir que no cumplió con el encargo, tal como no lo logra en su relación, dando la impresión de que sus rompimientos de pareja refrendan su fracaso, por lo que ella reafirma así su incompetencia para conservar familias, en su caso relaciones; de forma inconsciente se queda en el proyecto de unir a la pareja igual que cuando estaba por nacer. Esto nos lleva a pensar en la profecía autocumplida, donde es ella la que no se asume concretando un proyecto de familia, anteponiendo de forma inconsciente el fracaso anticipado por la repetición de aquel símbolo por el que fue creada. También puede haber identificación con la madre que no sabe retener al objeto –esposo–.

Por lo tanto, la relación entre el narcisismo y el proceso de duelo es importante, porque al hablar de la elección del objeto amoroso de cada género, donde Freud (1916), dice que en una de las formas de la elección para el hombre,

cuando la libido no ha sufrido alguna alteración, buscara como objeto amado a esa madre a la que tuvo que renunciar en el complejo edípico, es decir, por apuntalamiento; mientras que en la mujer, el objeto amado será el padre que no le pertenece, cabe señalar que no es de forma literal. Lo anterior nos remite a pensar en la identificación, dónde pueden ser imágenes, rasgos o comportamientos, los que refrenden a las figuras antes mencionadas.

Otra de las formas por las que se elige el objeto amoroso consiste en comprender que los hombres buscan a quien amar, mientras que las mujeres buscan quien las ame. Este tipo de elección es de corte más narcisista.

En el texto “Psicología de las Masas y Análisis del Yo”, se menciona que la identificación aspira a conformar el propio yo, análogamente al otro tomado como modelo; mientras que en la elección de objeto, el sujeto ya forjó la construcción de lo que se buscará.

Al ser constituida como la salvadora de una relación ya rota, ella ha internalizado como forma de relacionarse el querer salvar sus relaciones, mismas que se condenan al fracaso previamente, lo cual remite a la escena en la que ella es creada. La entrevistada pasó de una relación a otra, sustituyendo únicamente a los objetos amorosos.

Recordando lo mencionado por Freud (1914) respecto a que se ama conforme al tipo de la elección de objeto narcisista, la entrevistada ama en tanto es mirada, y se mira en el otro y por el otro. Sin embargo, ha perdido la mirada del objeto en el que si logro reflejarse, además está en constante búsqueda de ser reconocida,

En Introducción al Narcisismo, Freud, S. (1914) plantea que...

“Los caminos de la elección de objeto son:

1. Según el tipo narcisista:

- a. A lo que uno mismo es (a sí mismo),
- b. A lo que uno mismo fue,
- c. A lo que uno querría ser, y
- d. A la persona que fue una parte del sí-mismo, propio.

2. Según el tipo del apuntalamiento:

- a. A la mujer nutricia, y
- b. Al hombre protector” (p.13).

Ante lo que se mira en el otro, recordemos que Laplanche y Pontalis (1983), indican que la personalidad está constituida y diferenciada mediante una serie de identificaciones, por lo que en suma, lo que se aprecia de sí mismo es aquello que se encuentra como espejo en el otro. En éste caso, ella encuentra en el último novio más características de sí misma que con los anteriores. Siendo su exnovio un objeto identificatorio, lo que da respuesta a la relación amistosa, que ella describe, logra tener con otras exparejas, y que no ocurre con su exnovio, a quien sin duda ha tomado como objeto amoroso, y con quien pudiera haber establecido una relación significativa amorosa. Se dice amorosa, ya que tal pareciera que con sus anteriores parejas eran más una relación de amigos que de pareja íntima.

¿Entonces qué papel juega el otro? Al encontrarse inscrito previamente en su representación inconsciente, parece no ser particular. Pudiera entenderse como imparcial, retomando lo ya mencionado, dónde la falta de claridad es lo que imposibilita darle un sentido particular, y es justo el otro (aquella persona proveniente del mundo externo) sólo un alguien que se adecua a esas representaciones, un ser que pudiera figurar como alguien que embone. Por ello, al retirarse el objeto, de inmediato es sustituido por otro, para así no enfrentarse a la falta.

De una u otra forma, ella se encuentra evitando por completo la presencia de la falta, la sensación de la ausencia del objeto amado o su equivalente, por ello pone corte al proceso de duelo. Con esta experiencia, más que no concluir el proceso de duelo, remite a encontrarse anclada en una de las etapas del mismo, llevando a la repetición en las siguientes relaciones dicho comportamiento. También resulta significativo que, si bien indica fue su decisión, la justifica, argumentando que las causas de la ruptura fueron la distancia, la indiferencia, pero no se aprecia una real responsabilidad dónde la involucra en la relación.

Po otro lado pareciera ocupar a la pareja actual como objeto transitorio o distractor para no enfrentar el vacío que pudo haber surgido en la relación inicial entre sus padres.

Una interrogante que pudiera facilitar la inserción de la entrevistada dentro de un proceso de duelo, sería ¿qué buscas en una relación de pareja?

ENTREVISTA 4

Sexo: femenino

Edad: 28 años.

Ocupación: Mercadología.

Lo conocí en el mismo lugar dónde realicé un trabajo como becaria, él era el jefe del área de mercadotecnia. Me sorprendió que de inicio mostró gran amabilidad y cortesía hacia mí, eso me agradó. Poco a poco fue siendo más cercano, comenzaron los detalles, acercamientos, invitaciones para tomar cafés, comidas, desayunos, era prácticamente muy atento conmigo, mostraba gran interés en lo que me pasara o no, comenzamos a tener mayor vínculo. Inicialmente, a mí me daba miedo comenzar cualquier relación con él; su gran detalle es que era casado y yo tengo una niña de tres años. Soy madre soltera, no me importó y decidí irme relacionando con él, yo sabía y entendía las restricciones que eso tenía, el hecho de sólo frecuentarnos entre semana, el que yo no podía llamarlo los fines de semana, y pues el tener presente que él tenía un compromiso con su familia.

Antes de continuar, ¿podrías contarme cómo fue la relación con el papá de tu hija?

Bien, la relación comenzó siendo yo novia de un chico que se llamaba Pablo, con quien ya tenía dos años y medio de relación. Pablo era un chico muy lindo, caballeroso, guapo, atento, hogareño, detallista, complaciente, me atendía, se preocupaba por mí, era un chavo que quería una estabilidad y yo la verdad me sentía abatida con él, me daba flojera que fuera tan metódico, tan cuadrado, tan perfeccionista, vaya tenía su casa más limpia que la mía y vivía sólo, era un chavo de familia. Esa relación era prácticamente la que cualquiera podría desear. Entrábamos ambos a nuestras casas ya como pareja, nuestras familias ya se hacían vernos como

familia pero bueno, yo estaba estudiando y era un momento en mi vida en dónde mi prioridad era conocer y no establecer ningún compromiso serio.

Pablo me consigue trabajo en donde él trabajaba, lugar dónde conocí a Moi, quien desde el principio llamo mi atención. Un chavo más grande que yo, tenía dos carreras, muy estudioso y de mente libre. Empezó a cortejarme y yo no te mentiré, soy una chava a la que le gusta que la estén viendo, soy muy coqueta la verdad. Entonces comencé a frecuentarlo fuera y dentro del trabajo, claro a escondidas de Pablo, con él ya sólo tenía una relación de flojera. Moi iba por mí a la escuela, me iba de pinta con él y él me ofrecía una vida bonita, me decía que tuviéramos un hijo y viviéramos juntos, quería comprarme un departamento.

Comencé a comparar la relación con Pablo y con ese chico y empecé a descuidar mi relación con Pablo, obvio se dio cuenta de lo que pasaba y de inmediato termino conmigo- A mí no me importo porque yo ya estaba relacionada con Moi y al contrario la relación con Pablo me quitaba tiempo para estar con el otro.

Al poco tiempo de tener bien la relación con Moi, resulta que me embaracé y desde ahí las cosas dieron un giro. Moi comenzó a distanciarse, ya no me hablaba, ya no me quería ver, yo caí en depresión no esperaba esa respuesta. Todos mis ideales se vinieron abajo y sola he enfrentado el embarazo y nacimiento de mi hija, Moi desapareció. Me costó mucho aceptar que esa relación había terminado, me duró muy poco el gusto de estar con él.

La relación con mi ex jefe duró más de un año y medio, dónde pues si bien al principio era hasta cierto punto cómodo y agradable, a mi comenzó a molestarme el que no podía llevarlo a mi casa ni el a la suya por obvias razones, comenzó a preocuparme el que pasaría más adelante puesto que yo sentía amor por ese hombre que me prometía un futuro, me ayudaba con los

gastos de mi hija y míos, se preocupaba por ambas pero obvio él no podía estar cuando yo lo necesitara.

De alguna manera esa relación era limitada puesto que sólo nos veíamos en la oficina, donde no podíamos expresarnos lo que éramos ni sentíamos el uno por el otro porque éramos compañeros de trabajo y gran parte del personal conocía la situación de él, incluso conocían a su esposa.

Esa relación comenzó a tambalearse cuando yo acepte otro puesto en otra empresa, obviamente ya no había tiempo para compartir y era ya mucha distancia, comencé a notarlo ausente y distante, dejó de interesarse por mí y por mis cosas. Enojada le marque y decidí terminar con él; paralelamente, su esposa me había contactado y me había indicado que quería verme para hablar. Me marco en dos ocasiones, la primera de ellas para preguntarme si yo tenía algo con su marido y que ella sabía que estaba pasando, me pidió que fuera lo más sincera posible puesto que a ella le decía él una cosa y a mi otra.

Acepté encontrarme con ella pero no coincidimos en hacerlo, si bien ya no había una relación como tal, él volvió a buscarme y quería que siguiéramos. Yo ya me encontraba confundida, había estado saliendo con otro chico desde hacía ya dos meses aun teniendo la relación con éste hombre que te cuento. Parte de mi confusión se debía a que también el nuevo chico con el que comenzaba a salir me ofrecía una relación, yo le daba excusas pero en ningún momento cancelaba la opción.

Finalmente decidí terminar la relación con el chico de mercadología y aunque me dolió mucho, decidí darle la oportunidad a mi actual novio, eso me ayudo a no derrumbarme, a no sufrir tanto, aunque aún lo recuerdo y lo extraño. Hoy después de tres meses de eso, me encuentro feliz con este muchacho, quien además me ha propuesto matrimonio y registrar a mi hija como suya, eso me da mucha estabilidad y seguridad, él me ofrece lo que el otro jamás podría haberme dado.

Honestamente me arrepiento mucho de haber tenido esa relación, pues lo último que supe fue que ya estaba en proceso de divorcio y me sentí horrible porque le quite la estabilidad a sus hijos, destruí una familia o contribuí a arruinarla cuando tuve esa relación, descuide a mi hija, le quite la posibilidad de tener una estabilidad, se lo presenté y la confundía porque él no podía estar totalmente con nosotras; me sentía fatal yo le daba el ejemplo de ser sólo una amante, y no quiero que con eso crezca mi hija.

Ahora le puedo brindar una seguridad y una familia, y a mí una pareja que esté conmigo siempre, que pueda entrar a mi casa y yo en la suya y que me ofrezca un futuro, no sólo un rato cuando pueda. No sé qué será de su vida, lo que sí sé es que es muy cobarde.

La palabra amor la defino como bienestar. Cuando hay amor, hay una preocupación inminente de que la otra persona esté bien.

La relación con mis padres es algo extraña. Por un lado, la relación con mi madre es conflictiva, peleamos a cada instante; es una mujer ya grande, fui la última de los hijos, ya eran grandes cuando yo nací, mis hermanos ya estaban grandes también, por así decirlo, ya cuando yo nací no tenían paciencia. Con mi padre hay una mala relación, es un viejito amargado que desde que yo tenía trece años, me exigía que le tuviera su ropa limpia, comida y quehacer hecho en la casa, esto porque mi mamá trabajaba todo el día. Me regañaba de todo y por todo, realmente no siento que me quiera mucho, pero bueno supongo que a su manera me ha de querer.

En fin, la realidad es que yo he tenido muchas parejas, más de las que te pueda mencionar; podría decirse que soy una cabrona y según por palabras de varios de ellos, soy una mujer que se queda en sus memorias por como soy en el aspecto íntimo. Quizá también por eso he tenido muchas parejas

Análisis

De acuerdo a las experiencias descritas por la entrevistada, cabe mencionar que es posible que ella no se ha brindado la posibilidad de vivir como tal un proceso de duelo; tal parece que cuando está a punto de enfrentarse a terminar una relación, de inmediato comienza otra, para así tomar a la nueva relación como soporte para dejar a la anterior.

Es probable que con el padre de su hija quisiera establecer el compromiso del que ella misma huía con el novio que le ofrecía una relación estable, enrolándose en una relación de la cual surge una niña y es él quien la deja a ella. De una forma indirecta se coloca la entrevistada viviendo la pérdida del ser amado, siendo éste estado el que evita. Ella no se da la oportunidad de dejar ir a los objetos amorosos, más bien los va sustituyendo y no concluye un proceso de duelo como tal; incluso pareciera que como primera etapa, se va directamente a la fase dónde hay nuevas relaciones, saltándose las tres iniciales.

Lo que le brindará la posibilidad de superar un duelo, será enfrentarse a perder, reconociendo la ausencia del ser amado. Podría entenderse que el que ella haya iniciado la relación con el hombre casado no es casualidad, asegura en primera instancia, no relacionarse con alguien con quien existiera la posibilidad de establecer un compromiso.

Por otro lado, el establecimiento de la relación, la coloca frente al aprecio de una familia, la familia de su pareja, lo cual evidencia que ella no tiene esa relación o esa familia, y la otra, o sea la esposa del hombre con quien la entrevistada se vincula, si la tiene; entonces como aconteció en aquella relación triangular infantil que nos remite al Complejo de Edipo, la aspiración es poseer al objeto amado y quitar de en medio al otro que obstaculiza el propósito.

En la histeria, la histérica goza en el lugar del otro, que el otro exprese lo que desea; la esposa tiene a ese hombre, a esa familia, y la entrevistada sólo se coloca en un lugar donde de lejos admira esa condición y sufre las migajas que él

le brinda (Nasio, 1991). Al decirse que la histérica pone su deseo en el lugar del otro, y centrando ese contenido teórico a la vivencia de la entrevistada, esta experimenta tener una familia en la familia del hombre con el que se vincula.

Dentro de las características de la estructura histérica, el hecho de no comprometerse, es por evitar encontrarse en lo íntimo, en ese encuentro que se logra cuando se genera un compromiso de entrega, dónde hay una apertura a que el otro mire el interior de esa persona, y la histérica es lo que evita, abrirse y encontrarse con ese vacío, del cual ya se ha mencionado anteriormente.

La presente historia describe algunas características de una estructura histérica, ya que además de lo antes expuesto, también la insistente forma de seducir a sus parejas, encontrarse constantemente en el juego de coquetear y entregarse pero no por completo, es también parte de un estructura histérica.

Resulta paradójico que, por un lado, es muy poco probable el establecimiento de un compromiso a largo plazo debido al tipo de parejas con las que se relaciona, mismas que garantizan este principio, pues son inestables o tienen compromisos; y por otro lado, da muestras de desear tener un compromiso a largo plazo, pues refiere sobre aquel novio del que habla al principio de su relato “es lo que cualquiera podría desear”, resaltando sus características de comprometido, ordenado, metódico, etc. También habla, hacia el final de su relato, de su intención de formar una familia. Esta contradicción en su actuar provoca preguntarse sobre qué será más fuerte en ella, el impulso a relacionarse con parejas con las cuales será difícil establecer una relación de compromiso y formar una familia, o comprometerse ella misma con su propio deseo y buscar a alguien con quien lo pueda realizar.

Por otro lado, en relación con el duelo, al parecer dicho proceso se evita siendo esto una constante en sus relaciones. Teniendo en cuenta lo mencionado por Neimeyer, referente a la relación cambio – pérdida, ¿será que no hay cambio debido a que no se acepta la pérdida? Se agrega también que otros autores definen el duelo sólo como ese esfuerzo exitoso, producto de un cambio en su

mundo externo, obligando al sujeto a realizar cambios en su mundo interno (Anna Freud, 1960), lo que significaría, que al no haber una asimilación de la pérdida, será complicado que haya un cambio interno que pudiera dar explicación a la constante que presenta en la forma en la que la entrevistada pasa de una relación a otra.

Al ser el duelo un proceso normal de elaboración de una pérdida cuyo fin es la adaptación y armonización de nuestra situación frente a una nueva realidad, conviene cuestionarse ¿Y si no se asume la pérdida, cómo se enfrenta el proceso normal tras ella? Es notorio que en éste caso, es la negación a iniciar dicho proceso lo que aparentemente la acerca a vivir un duelo, de tal suerte que cuando esto pase, quizá sea dramático, pues pudiera ser éste más intenso.

Recordando las etapas del duelo:

Pareciera que la entrevistada se salta las tres primeras etapas, pasando una y otra vez por la etapa cuatro (depresión) en donde se pudiera entender que a su vez está anclada.

La sensación de ausencia es lo que evita enfrentarse con ella misma y con lo que quiere. Dada la declaración, la repetición de éste patrón continuará pues no ha logrado asumir la responsabilidad del termino de las relaciones.

Dado el discurso de la entrevistada, el establecimiento de los vínculos que forma con sus relaciones de pareja, están más basados en afectos sexuales que en afectos profundos; la elección de sus objetos va más hacia la satisfacción instintiva sexual que a mantener un vínculo tierno. Otro aspecto es que el establecer vínculos más sexuales que tiernos, dan como resultado poco involucramiento en el terreno profundo y sentimental, lo que a su vez le evitará a la entrevistada invertir en amor y afecto, y así no sufrir la pérdida de los objetos que la dejarían como lo hizo el padre de su hija, con quien cabe destacar, deseó una relación distinta.

Con respecto al concepto de narcisismo, al parecer ella busca constantemente la mirada del otro, donde ella se refleja. Retomando el texto "Introducción al Narcisismo", Freud (1914) estima que la elección de objeto de la mujer es narcisista con mayor frecuencia que la del hombre, por esa necesidad impetuosa de recibir del otro una devolución de su mirada.

Recordando lo que menciona Freud sobre el origen de la conducta narcisista, toma mayor fuerza el significado del sujeto porque muestra la elección de un objeto, el cual al perderse, podría desembocar en un proceso de duelo.

Al señalar lo que se ama y se ha perdido, se remite a aquello que se carece, siendo esto valioso. Estos son aspectos que Freud explica dentro de la lógica de la elección narcisista de objeto, lo que se hace patente es que el narcisismo no está desconectado de lo otro, es decir, que éste no debe ser pensado como excluido de una relación con algo que desborda al propio yo, ya que, tanto lo perdido como aquello que no se tiene, son formas de referirse a elementos que resultan ajenos al yo, que sin embargo, al mismo tiempo se presentan como necesarios para su desarrollo.

La pérdida y aparente ganancia son constantes en sus relaciones que la remiten a su vez a las huellas o vacíos que se encuentran en su ser, o bien, en las iniciales relaciones con las figuras primarias.

Dentro de la estructura histérica, una de las características propias de dicha estructura es que se ofrece, pero no se da, no logra entregarse. Además por la relación que establece con el hombre casado, hace pensar que intenta quitarle a la esposa ese lugar; claro, en la fantasía.

Se debe recordar que el proceso de identificación contribuye a la formación del yo por medio de la identificación del sujeto con sus primeras figuras (padre y madre), quienes también son los primeros objetos de amor en la vida de dicho ser. Al referirse a objetos de amor, se refiere a la formación de un amor sexual y tierno, afectos que se revivirán también en las relaciones de pareja que se establecen en

la vida adulta, mismas que son el reflejo del establecimiento de afectos y relación con las figuras primarias. En este caso, en las relaciones actuales con los padres parece haber poco afecto cariñoso, lo cual también ocurre en las relaciones de pareja que en realidad parecen ser más sexuales.

Con base en lo antes mencionado, ¿será que la entrevistada establece sus relaciones de pareja en torno a la primera relación con su padre? Aunque no se tenga información de cómo fue la relación en la infancia, la entrevistada describe como mala la relación actual con su padre. No se puede establecer tajantemente que así haya sido siempre, pero por el discurso, desde la adolescencia pudo haber comenzado esta forma de relacionarse.

Con respecto a los mecanismos que emplea, simplemente se halla dentro de la negación, niega la pérdida y por tanto la falta; niega y evade la falta. Esto se ve en el paso de una relación a otra sin enfrentar un proceso de duelo, la evasión es una constante en su actuar. Tal pareciera que el hecho de confrontarse y enfrentar el duelo, es un hecho que no se permite vivir.

El establecimiento de las relaciones, aunque de forma inconsciente, son efímeras y a corto plazo, ya que en todas, o la gran mayoría de éstas, están condenadas al fracaso, a la ruptura, de forma tal que de una a otra, se aproxima a la posibilidad de experimentar un duelo, convirtiendo esto en un ciclo, en un juego, del cual parece encontrarse gozando, de forma tal que la repetición de esto le sigue dando una especie de seguridad.

Lo que ella buscaba en la última relación era a ese buen padre que quizás ella no percibe haber tenido, ni su hija. Pudiera ser que existe un sentimiento de culpa en torno a su ser madre, a la práctica que ha tenido con su hija. Ella refiere que sus conductas no quiere heredarlas a su hija. Sin embargo, es éste el patrón que le está ofreciendo a la niña como natural, y el cual la pequeña probablemente contemple como la forma en la que se establecen las relaciones de pareja.

En materia de la elección de pareja, la elección conyugal está influida en primera instancia porque se asume que existe una relación basada en la reciprocidad, y por ende se piensa que el objeto sea a su vez sujeto y, que en la búsqueda del otro, se encuentren satisfacciones mutuas o complementarias en relación al establecimiento de la relación conyugal, esto es lo que dice Lemaire, J. (2003).

La elección de pareja, en dicho caso, ha estado en función de una representación en su afán por evadir involucrarse en una relación formal y seria, terminando dentro de relaciones, que pareciera, la colocan dentro del conflicto, dentro de una lucha porque el otro la mire y no la acerque a vivenciar la falta.

Como ya se mencionó, pareciera que de forma inconsciente, las relaciones que establece, desde antes de que las inicie están condenadas al fracaso. Se refiere a que se involucra con personas, quienes con base en su historia y/o situación personal o sentimental, no formarán una relación a largo plazo, siendo esto un ciclo que pareciera va repitiendo de pareja en pareja, es ella remitida a un lugar donde no hay un profundo compromiso, e incluso se percibe la evasión de colocarse dentro de una relación a largo plazo, lo que le implicaría comprometerse con ella misma y mirar al otro. Dar esa mirada que hasta ahora sólo recibe del otro.

Como ya se ha mencionado, pareciera que la entrevistada busca relaciones en las que no se demandara el establecimiento de un vínculo a largo plazo, dando como resultado una falta de compromiso con el otro, quien busca ser amado, reconocido. Así como ella, él también buscara satisfacer sus deseos.

DIFERENCIAS ENCONTRADAS ENTRE HOMBRES Y MUJERES

Una vez revisadas las cuatro entrevistas, tomando como referencia de inicio el discurso de los colaboradores, y en segundo, comparándolo con lo que se revisó teóricamente, se pudieron obtener los datos que se pueden visualizar en este apartado.

Se tuvo la participación de cuatro sujetos, dos hombres y dos mujeres quienes son profesionistas y actualmente laboran. Sus edades oscilan entre los 25 y los 30 años.

La siguiente tabla expresa la diferencia entre hombres y mujeres en la experiencia de afrontar el proceso de duelo por la pérdida de una relación de pareja importante.

Tabla 2. Etapa de negación vividas por los participantes.

Etapa	Negación
Hombre 1	No se encuentra evidencia en el discurso del entrevistado de que transitó por la etapa.
Hombre 2	De acuerdo a lo vivido por el participante, al encontrarse en el momento en el que su expareja concluye la relación, él entra en estado de crisis y se introduce de inmediato en ésta etapa no aceptando que la relación haya llegado a su fin haciéndose preguntas tales como ¿Qué hice mal?
Mujer 1	La mujer participante 1, se encuentra en esta etapa al concluir una de sus relaciones de pareja. Ya cuando se da cuenta que no hay forma de rescatar esa relación.
Mujer 2	No se encuentra evidencia en el discurso de la entrevistada de que transitó por la etapa.

La tabla anterior, describe como los hombres y las mujeres vivieron dicha etapa, en el caso en dónde se evidencia con base en el discurso de cada uno,

también cabe mencionar los casos en los que no se identifica en el discurso haberse encontrado en dicha etapa.

Tabla 3. Etapa de ira vividas por los participantes.

Etapa	Ira
Hombre 1	Recordando lo manifestado por el entrevistado, quien refiere que la ruptura de la relación de pareja significativa, quien por medio de una llamada, concluye su relación; por palabras de él, siente enojo,
Hombre2	No se encuentra evidencia en el discurso del entrevistado de que transitó por la etapa.
Mujer 1	No se encuentra evidencia en el discurso de la entrevistada de que transitó por la etapa.
Mujer 2	No se encuentra evidencia en el discurso de la entrevistada de que transitó por la etapa.

En la anterior tabla se muestra como los participantes vivieron la segunda etapa del proceso de duelo, encontrando que en el caso de las mujeres no se encuentra en el discurso de las mismas haber experimentado dicha etapa, mientras que en el caso de los hombres sólo uno evidencia vivir dicha etapa.

Tabla 4. Etapa de negociación vividas por los participantes.

Etapa	Negociación
Hombre 1	Cabe recordar que él, a su regreso intenta retomar el contacto con ella para comunicarle sus sentimientos, pudiendo ser interpretado como una resistencia a aceptar la pérdida, depresión.
Hombre 2	En la tercera fase, en la que se debe negociar sin el ser querido, el entrevistado refiere que la forma en la que ha aprendido ha sido frecuentando a sus amigos y haciendo actividades que le satisfacen y concentrándose en su familia y proyectos profesionales.

Mujer 1	La entrevistada se encuentra inclinada en esta etapa, pues no ha superado la separación, toma de decisión y pérdida de la relación o persona en sí; no ha aprendido a vivir sin eso que tenía, y al contrario, ha buscado la forma de mantenerse en contacto de una u otra forma con esa persona.
Mujer 2	No se encuentra evidencia en el discurso de la entrevistada de que transitó por la etapa

La tabla anterior muestra en relación a la etapa de la negociación como los participantes expresan en su discurso haber transitado por dicha etapa.

Tabla 5. Etapa de depresión vividas por los participantes.

Etapa	Depresión
Hombre 1	No se encuentra evidencia en el discurso del entrevistado de que transitó por la etapa.
Hombre 2	Después de la relación que tuvo y la ayuda que encontró en la terapia psicológica, logra salir del estado depresivo en el que se encontró tras la ruptura. Como todo proceso tuvo recaídas y regreso a esa relación, sin embargo, finalmente concluye y retoma la terapia.
Mujer 1	Finalmente tras pasar un tiempo sin esa persona o sin esa relación, surgen en la entrevistada, sensaciones y sentimientos correspondientes a un estado depresivo, que sin embargo, se permite vivirlos.
Mujer 2	No se encuentra evidencia en el discurso de la entrevistada de que transitó por la etapa.

La anterior tabla describe en relación a la cuarta etapa del proceso de duelo la forma en la que estos dos hombres y dos mujeres vivieron dicha etapa, nótese que en el caso de un hombre no se identifica en su discurso haber vivido dicha

tapa y en el caso de una de las mujeres de igual forma no se identifica en su discurso.

Tabla 6. Etapas de aceptación vividas por los participantes.

Etapa	Aceptación
Hombre 1	Expresa que tiempo después, aunque la extraña es mejor no buscarla, mostrando una mayor aceptación de la pérdida.
Hombre 2	Lo notable es que su concepto de amor, aunque él dice que se modifica tras la ruptura y terapia, sigue siendo semejante, pues se sigue basando en una entrega, en dar lo que se tiene, quizá con el riesgo de quedarse sin nada para ofrecérselo al otro.
Mujer 1	Ella aún no llega a esta etapa, pues sigue en conflicto con la anterior relación y con la que tiene actualmente..
Mujer 2	La sensación de ausencia es lo que evita enfrentarse con ella misma y con lo que quiere. Dada la declaración, la repetición de éste patrón continuará pues no ha logrado asumir la responsabilidad del termino de las relaciones.

La tabla anterior describe como los dos hombres y las dos mujeres experimentaron la etapa de la aceptación, notándose que aunque por un lado el primer hombre asume que ha aprendido a vivir sin esa relación, también menciona que en ocasiones quisiera volver a verla y cerrar el ciclo, por otro lado en el caso del segundo hombre, éste expone haber recaído y después de un proceso largo da por concluida esa relación cuándo su expareja se compromete con otro, en el caso de la mujer 1, ella aparentemente no ha aceptado que su relación ha concluido y en el caso de la mujer 2, pasa de una relación a otra sin aceptar la pérdida de sus relaciones.

Por un lado uno de los dos hombres, logró vivir las cinco etapas del duelo y parece haber enfrentado el proceso, mientras que el otro hombre intenta afrontar dicho procesos aunque no logra atravesar todas las etapas del duelo.

En el caso de las mujeres, en ambos casos parece no haber como tal el afrontamiento del proceso de duelo, si bien pasan por una o dos etapas del duelo, éstas se encuentran ancladas en alguna o bien pasan de una a otra y parece ser un fenómeno que se repite en sus relaciones de pareja. De igual manera, si bien inicia con la etapa de la negación, de inmediato pasa a la negociación y renueva con otra persona y se introduce en otra relación de pareja, anulando la anterior.

En el caso de la otra mujer, por un lado no entra en la negación, ya que es ella la que quiere concluir esa relación. Una vez perdida definitivamente, entra en un estado de crisis y como tal sintiéndose arrepentida del por qué no luchó por rescatar esa relación. Sin embargo, pasa de esa etapa de inmediato a querer sustituir a esa persona perdida por una relación nueva con otro hombre.

Con lo anterior se puede apreciar que los hombres en este caso, afrontan el proceso de duelo por la pérdida de la relación de pareja importante, mientras que las mujeres, no lo afrontan y pasan de una relación a otra sin vivir un proceso de duelo con sus cinco etapas.

Con respecto a los mecanismos de defensa usados por los participantes, se muestran a continuación, primero para el caso de los hombres y después para las mujeres.

Tabla 7. Mecanismos de Defensa usados por los participantes.

Mecanismos de defensa	
Hombre 1	<p>Por otro lado, el énfasis que hace en torno a que la ruptura con la anterior pareja no le generó un duelo, provoca poner atención en esa negación que expresa y por lo tanto habla del posible dolor que quedó por la ausencia de dicha pareja.</p> <p>Respecto a los mecanismos de defensa usados por el participante, sin duda el mecanismo de defensa que evidencia es la proyección, pues deposita en ella lo que él no puede verbalizar, y que de forma inconsciente lleva al acto, atribuyendo a ella la total responsabilidad del término de la relación de pareja, cuándo por el discurso expuesto, fue el quien toma la decisión (inconscientemente) de dar por terminada esa relación, inicialmente, poniendo distancia yéndose a otro estado donde lógicamente no es tan sencillo viajar, pues involucra una inversión económica y de tiempo. Además él tacha esta forma como casi imposible para</p>
Hombre 2	<p>Respecto a los mecanismos de defensa, es probable que el entrevistado haya actuado en primera instancia bajo el mecanismo de la negación, pero conforme fue pasando el proceso, pudo trascender y hacer más llevadero el proceso, aunque también proyecta en ella errores y deposita una deuda que bien puede ser una deuda en la cual más que deberle ella algo, él se debe a si mismo</p>

<p>Mujer 1</p>	<p>La negación es el mecanismo que más sobresale, al evadir de alguna manera que esa relación ha terminado De una u otra forma, ella se encuentra evitando por completo la presencia de la falta, la sensación de la ausencia del objeto amado o su equivalente, por ello pone corte al proceso de duelo. Con esta experiencia, más que no concluir el proceso de duelo, remite a encontrarse anclada en una de las etapas del mismo, llevando a la repetición en las siguientes relaciones dicho comportamiento. También resulta significativo que, si bien indica fue su decisión, la justifica, argumentando que las causas de la ruptura fueron la distancia, la indiferencia, pero no se aprecia una real responsabilidad dónde la involucra en la relación. De cierta forma la entrevistada refleja actos de regresión.</p>
<p>Mujer 2</p>	<p>La represión es el mecanismo que más opera, dejando de lado el dolor que le producen las pérdidas de los hombres que se han ido de su vida, dicha represión, va operando y ella sólo va sustituyendo a los amantes o bien a seres que ocupan el lugar de pareja.</p>

La anterior tabla muestra de qué forma se encuentran mencionados en el discurso de los entrevistados en sus experiencias.

En el caso de los dos hombres, el mecanismo de defensa que se identifica en sus narraciones fue la proyección. En el caso de las dos mujeres, el mecanismo identificado fue la evasión.

En el caso del primer hombre, por un lado, no muestra haber actuado bajo el mecanismo de la negación, sin embargo es la represión de un duelo no resuelto el que se refleja en su siguiente ruptura de tal forma que se visualiza que él dice no haber sido importante, sin embargo, quizás sí lo fue de manera inconsciente. Además en la mayor parte del discurso, el mecanismo de defensa

que opera es el de la racionalización, encontrándole una explicación lógica a la ruptura de sus relaciones, dejando a un lado o menospreciando la importancia de elaborar el proceso de duelo. el mecanismo de defensa que evidencia es la proyección, pues deposita en ella lo que él no puede verbalizar, y que de forma inconsciente lleva al acto, atribuyendo a ella la total responsabilidad del término de la relación de pareja.

En el caso del hombre dos, su comportamiento y discurso operan con el mecanismo de la negación, ya que la expareja manifestó con varias señales que quería romper esa relación, por un lado le solicita darse un tiempo, por otro frecuentar a su exnovio siendo que esto ya había sido un motivo decisivo en su relación y el mostrar indiferencia hacia la relación en general.

Por un lado en el discurso de la entrevistada 1, es la negación el mecanismo que más sobresale, al evadir de alguna manera que esa relación ha terminado y pretender continuar con el vínculo a distancia de ese ser al que ella manifestó como amado.

En el caso de la entrevistada 2, la represión es el mecanismo que más opera, dejando de lado el dolor que le producen las pérdidas de los hombres que se han ido de su vida, dicha represión, va operando y ella sólo va sustituyendo a los amantes o bien a seres que ocupan el lugar de pareja.

El mecanismo en los que coinciden los dos hombres y las dos mujeres, fue la negación, identificando dicho mecanismo en la mayoría de los casos expuestos. Los dos hombres atribuyen a sus parejas la decisión de concluir sus relaciones mientras que las dos mujeres pasan de una relación a otra.

Una vez hecha la presentación de los resultados, se da paso a la exposición de las conclusiones, no sin antes mencionar que la interpretación, análisis y conclusiones son una propuesta de quien ha investigado y los resultados

fueron basados y centrados en los dos hombres y las dos mujeres que participaron en la presente investigación.

CONCLUSIÓN

Con base en lo previamente expuesto en las entrevistas y respondiendo a las interrogantes de investigación, se obtuvieron las siguientes conclusiones:

En efecto, es distinta la experiencia de duelo en hombres y mujeres. Ya que como se observó, inicialmente la singularidad de cada individuo marca la distinción, el hecho de ser seres influidos por el discurso de otros que nos rodean, nos convierte en seres sociales, por ello, cada experiencia vivida es impensable sin la influencia de otros, es el caso de la historia personal con la que cuenta el sujeto al involucrarse en una relación de pareja, dicha historia marca la forma en la que interactúa y da respuesta al tipo de relación que el sujeto busca, establece y mantiene.

Por otro lado, de acuerdo a las experiencias en las relaciones de los participantes, el género también influye en el afrontamiento o bien en modos de comportamiento semejantes, que más bien tienen que ver con estereotipos, reglas o pautas sociales que van dando lugar a comportamientos generales.

En el caso de la mujer, yo consideraba que se esperaba y se permitía que pudiera expresar sus sentimientos de tristeza con llanto y desesperación, ternura, compasión, temores y dudas. Esta expresión emocional normalmente encuentra en la sociedad aceptación y muestras abiertas de apoyo. Sin embargo, de acuerdo a los resultados, tal impresión causa gran duda ya que en el caso de las dos mujeres participantes, la expresión emocional se veía limitada o incluso no se manifestaba en sus experiencias de duelo, podría decirse que en estos casos se invirtieron los papeles ya que de igual manera se observó que en los hombres se esperaba que restringieran esta expresión emocional y sobre todo aquella que

tuviera que ver con sentimientos de tristeza, vulnerabilidad, inseguridad, debilidad, temores, dudas y ternura.

Pareciera que en estos casos los hombres han adquirido dichas formas de expresión más observadas en las mujeres; mientras que las mujeres, han actuado más al estilo con el cual se asocia más comúnmente a los hombres, al menos en estos casos, su forma de expresar emociones y en general de afrontar las rupturas de sus relaciones.

Al analizarse los casos de dos hombres y de dos mujeres; se encontró que en esta población, las mujeres fueron las que menos etapas de duelo afrontaban, mientras que en los hombres se observaron más etapas de afrontamiento en el proceso.

Por lo que se puede decir que la diferencia de afrontamiento de duelo en estos hombres es más evidente que en las mujeres, las mujeres evidenciaron una repetición en la forma en la que concluyen e inician sus relaciones de pareja, de tal forma que evaden el momento de encontrarse solas, pasando de una pareja a otra.

Lo que más comúnmente estamos dispuestos a pensar, es que los hombres no expresan abiertamente sus emociones. Sin embargo, en estos casos se observó en ellos la expresión de emociones, sentimientos y reacciones ante la pérdida. Como dato antecedente, se dice que los hombres no lloran. Pero entonces, ¿cómo enfrentan el dolor? Vivimos en una sociedad donde se le exige al hombre tener un rol racional, protector, y ser capaz de actuar ante cualquier situación y resolverla. Cuando se ven envueltos en una situación de pérdida, los hombres han elaborados más etapas de duelo, a diferencia de las mujeres, quienes por una u otra situación, se encontraron una evadiendo tal proceso, y la otra aunque se introdujo en uno, se quedó anclada en una etapa.

Por el relato de uno de los entrevistados, la salud emocional ya es parte de su interés, la expresión de sus emociones es más visible y se podría decir que hoy

por hoy, se permite evidenciar y expresar emociones y sentimientos, rompiendo el estereotipo masculino, mostrando cuan humanos son.

Es el caso del hombre 1, se puede decir que el afrontamiento del proceso de duelo tuvo menos evolución que en el caso del otro hombre debido a que no aparenta haber resuelto por completo la ruptura de la relación de pareja que expone, esto porque le generó una insatisfacción el haber terminado esa relación vía telefónica, ante esto, buscó la forma de cerrar o finalizar mediante una carta. Debido a este comportamiento y el hecho de haberse ido a otro estado -siendo una acción que desencadenó su molestia y con la cual se puso punto final a su relación anterior, decide hacer lo mismo con la que considera la pareja más importante que ha tenido. Dando como resultado que los papeles se inviertan, de tal manera que él es el que pone punto final a la relación con su ausencia mientras que coloca a su expareja en el lugar que él tuvo inicialmente en aquella ruptura que cataloga como intrascendente.

Este hombre incluye en su discurso como mecanismo de defensa la racionalización, siendo este el mecanismo principal en su comportamiento y pudiera pensarse que va repitiendo el modo de resolver los procesos de duelo de acuerdo a dicho mecanismo.

En el caso del hombre 2 él muestra más etapas experimentadas en el proceso de duelo con respecto al caso del otro hombre; ya que pasó por todas las etapas del duelo, e incluso tuvo una recaída al regresar con su expareja y salió adelante tomando la decisión de acudir a terapia siendo este un plus en su proceso. Este hombre se enfrentó a sí mismo exponiendo que fue un proceso difícil, puesto que se negaba a dejar esa relación, postergando el final, insistía en estar con ella a sabiendas de que el futuro era más incierto que nunca.

En este caso el mecanismo más sobresaliente fue la negación. Además, recordando que indican que se entregan más que sus parejas, muestran elementos del concepto revisado en el capítulo II "narcisismo" al indicar tal afirmación, remite a que solo se visualizan a sí mismos anulando a la otra

persona en relación a las aportaciones de estas en la relación, argumentando que ellos lo dieron todo y ellas por el contrario no, solo que ellas fueron las malas que terminan con ellos. Colocándose en una posición de vulnerabilidad y a sus parejas en una posición de villanas.

En el caso de la mujer 1 su proceso de duelo inicia por la negación luego de haber pasado cierto tiempo y darse cuenta que el haber tomado la decisión de concluir esa relación no fue la mejor idea, mostrando que al ver a ese amor perdido fue lo que la llevo a encontrarse sola y a sentir la perdida, misma que le resultó insoportable y de inmediato buscó sustituir a ese amor con otro, alguien que conociendo la situación le ofrece ser quien la rescate de tal perdida.

En este caso el mecanismo de defensa sobresaliente fue la negación por un lado y la represión, negación pues aun con una nueva relación, aparenta albergar el deseo de permanecer cerca de la relación que ella refiere como más importante. Y represión por evadir la soledad y de inmediato pasar a una relación nueva.

La mujer 2 sólo se encontró en la etapa de la negociación en sus relaciones, aparentemente pasa de una relación a otra evitando el vacío de estar sola.

En ambas experiencias, las mujeres van sustituyendo a las parejas; evitando con ello afrontar el o los procesos de duelo, al parecer, es repetitivo relacionarse con sujetos que por las circunstancias personales las orillaran a encontrarse en la perdida, con esto se evita el compromiso que implica una relación de pareja estable y madura, sin embargo ellas dicen buscarlo, esto da como resultado que sean ellas quienes por decisión propia se encuentren en la perdida, la cual a su vez, evaden y prefieren mantenerse en compañía de otras personas, eludiendo mirar a sí mismas en un proceso en el que su bienestar se pone en juego provocando enrolarse en un ciclo donde no se accede a aceptar la perdida y completar un proceso de duelo que permita establecer relaciones más estables y satisfactoria.

Mientras que en las experiencias masculina, se puede decir que afrontar el duelo les dará posibilidad de sanar sus heridas, ya que se dan el tiempo de estar solos y aparentemente al encontrarse en soledad logran reelaborar sus conceptos de amor y pareja, así mismo se permiten pedir ayuda y hacer uso de herramientas externas y personales en pro de encontrarse con una mejor pareja en el futuro.

Aunque por otro lado, en ambos casos los dos hombres depositan en la otra persona la decisión de concluir esas relaciones, no muestran responsabilizarse del papel que jugaron ellos en dicha relación, no muestran asumir la parte que les corresponde y ambos atribuyen culpa a la otra persona. Además en ambos casos dan la impresión de que las otras personas les deben, es decir, según su discurso: que ellos lo daban todo y ellas por su parte no lo hacían, que ellos intentaban dar lo mejor de sí y que en general daban más en la relación, posicionándose en un lugar de víctimas y por otro lado generando la idea de que hubo un adeudo en esas relaciones. Los entrevistados evidencian en sus discursos que lo que tanto se desea de alguna manera terminará por realizarse, dado que hubo quienes afirmaban que la decisión de terminar la relación había sido por parte de la otra persona. Sin embargo, en base a lo analizado, la decisión fue compartida, ya que la persona que supuestamente no quería terminar la relación, de manera inconsciente, sus acciones fueron encaminadas en no querer seguir en esa relación, e hizo o dejó de hacer cosas para que el otro pusiera en palabras, un deseo que en realidad era también de ambos.

Por el lado de las mujeres el pasar de una relación a otra solo evidencia que la pérdida es un hecho que al menos en estas participantes no es tan fácil de asumir y mucho menos enfrentar.

En los dos casos, la participación de estas en un proceso de duelo se ve más pasiva que activa, esto debido a la constante evasión que se muestra en ambas participantes a superar la ruptura de sus relaciones de pareja, logrando rellenar constantemente el lugar de quien se ha ido, haciendo una especie de reemplazo constante, evidenciando el que ni se quieren comprometer ni quieren

lograr ese encuentro de intimidad con el otro, donde ellas se encontrarían a sí mismas con la pérdida.

Recordando los objetivos de la presente investigación, en estas dos mujeres hubo similitudes en la forma en la que viven sus procesos de duelo, o mejor dicho, reaccionan ante una pérdida de pareja.

Cabe señalar que es perceptible que en estos casos, enfrentar un proceso de duelo resultó más completo por el lado de los hombres que por el de las mujeres. Sin embargo, recordemos que cada persona trae consigo a una sociedad, una historia y un criterio, elementos que figuran y participan en su forma de vivir, decidir y ser.

El comportamiento humano sin duda está marcado por lo que se desea y lo que de manera filtrada se hace. Lo cierto es que nada es casualidad y cada persona contribuye con sus actitudes y acciones a ser lo que es.

Fue evidente la diferencia que existe en la forma en la que estos hombres y mujeres enfrentan la pérdida; el proceso de duelo se puede activar con la pérdida en sí misma y éste puede enmarcar duelos no resueltos de otras relaciones, siendo la persona amada y aparentemente perdida quien reactiva esos procesos que no han sido resueltos.

Con respecto a las etapas del duelo, se observó que éstas no se dan en un orden. Hubo casos en los que no se presentó la primera etapa, en otros se detectó que la persona se encontraba en la segunda y así sucesivamente, convirtiendo al proceso de duelo en un proceso no estricto ni amable, cada persona enfrenta la pérdida de distinta forma y esto es lo que da explicación al hecho de que no todas las personas pasan por todas las etapas.

Lo cierto es que tanto el afrontar como evadir el proceso de duelo trae consecuencias positivas y negativas, en el caso de los hombres quienes deciden afrontar el proceso de duelo, se evidencia que aceptan la pérdida y hacen algo por

mejorar en sus relaciones, mientras que en el caso de las mujeres quien evaden el afrontamiento de la pérdida, van repitiendo la forma en la que se van relacionando y van acumulando los duelos por las constantes pérdidas.

Además en el caso de las mujeres tal pareciera que las relaciones que establecen las condenan a remitirse a perder y con ello a la posibilidad de vivir un proceso de duelo, sin embargo, ellas eligen sustituir con otro ser amado y así evadir dicho proceso.

Huir de la situación no lo resuelve, el dolor emocional podemos posponerlo pero nunca evitarlo, siempre acaba emergiendo y con el tiempo va creciendo

BIBLIOGRAFÍA

- Asociación Americana de Psiquiatría, Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5®), 5a Ed. Arlington, VA, Asociación Americana de Psiquiatría, 2014.
- Basáñez, L. (2012). Psico-terapeuta cognitivo conductual. Obtenido de <http://www.lizbasanez.com/index.php/infancia-no-es-dGarbarubi>, h. (). *Las diferentes concepciones psicoanalíticas sobre la angustia* Análisis comparativo del proceso de duelo desde dos perspectivas... – USFX. Revista uruguaya de Psicoanálisis, 15-30.
- Bermejo, J. C. (2011). *El duelo: luces en la oscuridad*. La Esfera de los Libros, Madrid, España.
- Bucay, J. (2012). El camino de las lágrimas: el camino de las pérdidas y los duelos. *Hojas de Ruta*, Ediciones Océano de México, S.A. de C.V., México, D.F., Tercera edición (décimo octava impresión) Agosto.
- Bowlby, J. (1993). *El vínculo afectivo*. Editorial Paidós Ibérica, España.
- Caruso, I. (1998). *La separación de los amantes*. Editorial Siglo XXI. México.
- Castro, M. (2007). *Tanatología: la familia ante la enfermedad y la muerte*, Trillas Editorial S.A. de C.V., México.
- Centeno, S. C. (2013). *Gestión del duelo y las pérdidas: aprendiendo a vivir con lo ausente*, Alcalá Grupo Editorial, España.
- Cuadrado, I. S. (Marzo de 2010). *Las cinco etapas del cambio*. Capital Humano, núm. 241, 54-58.
- Döring, M. (2005). *La pareja o hasta que la muerte nos separe*. Editorial Fontamara, México.
- Equipo Vértice. (2011). *El duelo*. España: Editorial Vértice.

- Fonnegra, J. I. (1999). *De cara a la muerte*, Editorial Primer Latinoamericana Ltda., Colombia, Primera Edición.
- Freud, A. (1961). *El yo y los mecanismos de defensa*, Editorial Paidós Iberica, México.
- Freud, S. (1993). *Duelo y melancolía*. En S. Freud, Obras completas de Sigmund Freud. Volumen XIV - Trabajos sobre metapsicología, y otras obras (1914-1916), (págs. 58-63). Buenos Aires: Amorrortu Editores.
- Freud, S. (1993). *Introducción del narcisismo*. En S. Freud, Obras completas de Sigmund Freud. Volumen XIV - Trabajos sobre metapsicología, y otras obras (1914-1916), Buenos Aires: Amorrortu Editores.
- Freud, S. (1993). *Pulsiones y destinos de pulsión*. En S. Freud, Obras completas de Sigmund Freud. Volumen XIV - Trabajos sobre metapsicología, y otras obras (1914-1916), (págs. 29-34). Buenos Aires: Amorrortu Editores.
- Freud, S. (s.f.). *Psicología de las masas y análisis del yo*. En S. Freud, Obras completas de Sigmund Freud. Volumen XVIII - Más allá del principio de placer, psicología de las masas y análisis del yo, y otras obras (1920-1922). Psicología de las masas y análisis del yo (1921). (págs. 99-105). Buenos Aires: Amorrortu Editores.
- Garbarino, H. (2012). *Las diferentes concepciones psicoanalíticas de la angustia*. Revista uruguaya de psicoanálisis núm. 114.
- Galimberti, U. (2010). *Diccionario de psicología*, Siglo Veintiuno Editores, México D.F.
- García, H A., (2012). *La pérdida y el duelo. Una experiencia compartida.*, Bubok Publishing, España.
- García, L F. (2009). *Procesos básicos en psicoterapia Gestalt*. Manual Moderno, México D.F.
- Hall, S. C. (2002). *Compendio de psicología freudiana*. Editorial Paidós, México.
- Hornstein, L. (2000). *Narcisismo. Autoestima, identidad, alteridad*. Paidós, Buenos Aires, Argentina.

- Kernberg, O. (2003). *Relaciones Amorosas*. Editorial Paidós Ibérica, España.
- Klein, M. (1991). *Envidia y gratitud*. Ediciones Paidós Ibérica, Barcelona, España.
- Kreimer, R. (2005). *Falacias del amor*. Buenos Aires: Paidós.
- Kübler, E (1975) *Sobre la muerte y los moribundos*. Barcelona: Grijalbo Mondadori, S.A.
- Kübler, E. (2013). *sobre la muerte y los moribundos*, México, D.F.: Drokerz Impresiones de México, S.A de C.V.
- Laplanche, J., Pontalis, J., & Lagache, D. (2004). *Diccionarios de psicoanálisis*, Barcelona: Paidós.
- Leila, N M,(2009) *El duelo y la muerte*. Madrid: Ed. Pirámide.
- Lemaire, J. (2003). *La pareja humana; su vida, su muerte y su estructura*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Mannoni, M. (1965). *La primera entrevista con el psicoanalista.*, Editorial Gonthier, España.
- Maureira, C. F. (2011). Tomado de la Revista Electrónica de Psicología Iztacala, 1-12. *Los cuatro componentes de la relación de pareja.* }
- Meza, D. E. G., García, S., Torres, G. A., Castillo, L., Sauri, S. S., & Martínez, S. B. (enero-marzo de 2008). *El proceso del duelo. Un mecanismo humano para el manejo de las pérdidas emocionales*. Revista de Especialidades Médico-Quirúrgicas, vol. 13, núm. 1, 28-31.
- Nasio, J. D. (1991). *El dolor de la histeria*. Buenos Aires: Paidós.
- Nasio, J. D. (2007). *Enseñanza de 7 Conceptos Cruciales del Psicoanálisis*, Editorial Gedisa., Barcelona, España.
- Nasio, J., (1999). *El libro del dolor y del amor*. Barcelona, España: Gedisa.
- Neimeyer, A. (2007), *Aprender de la pérdida*, Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica, S.A.

- Nomen, L. M., (2009). *El duelo y la muerte.*, Editorial Pirámide, Madrid, España.
- O'Connor, N. (2007). *Déjalos ir con amor: la aceptación del duelo*, 2a ed, México: Trillas,
- Paciuk, S.(2001) *Duelo: lo vivo y lo muerto.* Tomado de www.chasque.net/frontpage/relacion/0101/freudiana.htm,
- Padilla, V M T., & González, N J. (2011). *Psicoterapia de pareja*. México: Clave.
- Papalia, D; Wendkos, S & Duskin, R. (2003) *Desarrollo Humano*, México D.F: McGraw Hill.
- Puget, J., Berenstein I. (1997). *Lo vincular*. Editorial Paidós Ibérica, España.
- Quecedo, L R., & Castaño Garrido, C. (2002). Tomado de la Revista Psicodidáctica. *Introducción a la metodología de investigación cualitativa*.
- Ramírez, S. (2002). *Infancia no es destino*. Ciudad de México, México: siglo veintiuno, editores.
- Ramonet, R S., & López, G D. (2004). *Investigación cualitativa en salud y psicoanálisis*. Investigación en Salud, 154-158.
- Real Academia Española. (2001). *Diccionario de la lengua española* (22.a ed.). Madrid, España
- Salama, H. (2007). *Psicoterapia Gestalt, proceso y metodología*. 4ª edición. México: Alfaomega.
- Salarrullana, P. P. (2012). *Fundación Mario Losantos del Campo*. Recuperado el Septiembre de 2014, de <http://www.fundacionmlc.org/actualidad/noticias/teorias-proceso-duelo/>
- Sedat, J. (2003). *Sigmund Freud: pensamiento y conceptos.*, Editorial Biblioteca Nueva, Madrid, España.
- Tallaferro, A. (2000). *Curso básico de psicoanálisis*. Editorial Paidós Ibérica, España.

Taylor, S. J. & Bogdan, R. (2000). *Introducción a los métodos cualitativos*. México: Paidós.

Trujillo, T. L., Milena, R. F., & Moreno, P. S. (enero-diciembre de 2008). *Elaboración del duelo: una aproximación desde el punto de vista infantil*. Revista de la Facultad de Psicología, vol. 4, núm. 6-7.

Venegas, E. L. (2011). *Las cuentas del amor*. México D.F: Grijalbo.

Willi, J. (2004). *Psicología del amor: El crecimiento personal en la relación de pareja*. Editorial Herder, Barcelona, España.

Worden, W. (2004). *El tratamiento del duelo, asesoramiento psicológico y terapia*, Paidós Ibérica, España.