



Liceo Superior de Hidalgo

Incorporada a la Universidad Nacional Autónoma de
México

Título de la tesis

INCIDENCIA DE CODEPENDENCIA A LA PAREJA EN UNA MUESTRA DE MUJERES VIOLENTADAS

PRESENTA

Maria Fernanda Roque Olguin

TESIS PROFESIONAL

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE

Licenciada en Psicología

Asesor

Psicólogo Adrián Tovar Uribe

Pachuca de Soto, Hidalgo 2021



Universidad Nacional
Autónoma de México



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

El presente trabajo, si bien ha requerido de esfuerzo y mucha dedicación, deseo dedicarlo con todo cariño y amor a mi familia, a mi madre Rosalba, por todo su apoyo constante, por siempre creer en mi, por demostrarme su cariño, ya que llegar hasta este punto no ha sido fácil. A mi padre Raúl, a pesar de nuestra distancia física, siento que estas conmigo siempre, sé que este momento hubiera sido tan especial para ti como lo es para mí, a pesar de la distancia siempre he tenido tu apoyo incondicional. Agradezco a mis hermanos Raúl y Emmanuel, por estar presentes aportando buenas cosas a mi vida, por los buenos y los malos momentos, ya que hemos aprendido de ellos. A mi abuelita Ma. Antonieta por siempre estar presente, por ser una abuelita excepcional, por brindar su apoyo. También deseo dedicar este trabajo a una persona que ya no se encuentra físicamente conmigo, sin embargo siempre está presente en mi mente, mi mamá Guille, sé que sentiría orgullo de saber lo que he logrado. Agradezco a todas las personas especiales que me acompañaron en esta etapa, aportando a mi formación tanto profesional y como ser humano.

Agradezco el apoyo al Instituto Hidalguense de las Mujeres, por permitirme realizar la presente investigación, le doy las gracias a la Directora General, la Maestra María Concepción Hernández Aragón, de igual manera a las Psicólogas que laboran en el Instituto.

Agradezco a todos los profesores por ayudarme en mi formación académica. Le doy las gracias mi tutor de tesis, el Psicólogo Adrián Tovar Uribe, por haberme guiado, en la elaboración de este trabajo de titulación, gracias a sus consejos y correcciones hoy puedo culminar este trabajo.

Índice

Capítulo I. Introducción

1.1 Estado del Arte.....	1
1.2 Planteamiento del problema	7
1.3 Hipótesis	9
1.4 Objetivos	9
1.5 Importancia del estudio	10
1.6 Definición de términos	13

Capítulo II. Marco Teórico..... 14

2.1 Origen del concepto de Codependencia.....	15
2.1.1 ¿Qué es la Codependencia?	17
2.1.2 Características de la codependencia	19
2.1.3 Consecuencias conductuales y cognitivas en la codependencia	28
2.1.4 Factores del Instrumento de Codependencia (ICOD).....	30
2.1.5 Teoría Psicológica del Análisis Transaccional	33
2.2 La pareja	35
2.2.1 Características que se buscan al momento de elegir pareja	38
2.2.2 Tipos de pareja	41
2.2.3 Etapas del ciclo vital de la pareja.....	43
2.2.4 Los componentes de la relación de pareja.....	46
2.3. Etapas del desarrollo humano	49
2.3.1 Desarrollo Biológico del ser humano	53
2.3.2 Desarrollo Social del ser humano.....	55
2.4 Violencia de Género	57
2.4.1 Tipos de violencia.....	60
2.4.2 El ciclo de la violencia.....	64

2.4.3 Violentómetro.....	67
2.4.4 Marco Contextual	70
Capítulo III. Metodología	71
3.1 Sujetos.....	74
3.2 Materiales	75
3.3 Procedimiento.....	76
Capítulo IV Resultados	
4.1 De las pruebas aplicadas.....	77
Capítulo V Discusión	
5.1 Conclusiones	88
5.2 Sugerencias	89
Bibliografía.....	90
Anexos	95

Capítulo I

Introducción

La presente tesis es un intento de conocer la incidencia de la codependencia en mujeres que han sido violentadas. La Organización Mundial de la Salud (2002) define la violencia como el uso intencional de la fuerza física o el poder contra uno mismo, hacia otra persona, grupos o comunidades y que tiene como consecuencia probables lesiones físicas, daños psicológicos, alteraciones del desarrollo, abandono e incluso la muerte, incluyendo la intencionalidad de producir daños en la comisión de estos actos. Por otro lado la codependencia se define un problema de pareja, caracterizado por frecuentes estados de insatisfacción y sufrimiento personal, donde la mujer se enfoca en atender las necesidades de su pareja y de otras personas sin tomar en cuenta las propias (Noriega, 2011).

Ahora bien, es importante conocer cuáles han sido los documentos que han abordado el tema de codependencia.

1.1 Estado del Arte

El término codependencia ha sido utilizado en la literatura clínica, especialmente asociado con problemas el alcohol y el abuso de drogas. La codependencia forma parte de diversos cursos o planes de entrenamiento de los profesionales de la salud mental, en grupos de apoyo, cada vez es mayor el número de personas no profesiones que se identifican con el concepto. La persona codependiente es adicta a un patrón destructivo de relacionarse con los demás.

Gómez y Delgado (2003) refieren que con frecuencia, las personas codependientes aparecen como víctimas inocentes de las circunstancias, por lo cual evaden toda responsabilidad de sus propias acciones, que suelen ser de tipo pasivo a las conductas del otro.

De acuerdo con dicha evidencia es considerable conocer documentos relacionados al tema de la investigación, a la fecha se han encontrado las siguientes investigaciones.

1. Codependencia en las parejas que sufren violencia, Atlapexco, Hgo.

Fue realizada por Hernández y Zúñiga (2012) para obtener el título de Licenciada en Psicología, la pregunta de investigación es ¿Cómo la codependencia entre las parejas que sufren violencia les dificulta salir del círculo de relaciones destructivas en el municipio de Atlapexco, Hidalgo? La hipótesis que plantean es: la codependencia que surge en las relaciones de pareja genera relaciones destructivas que mantienen la violencia. Su objetivo general es: Identificar los factores que dificultan en las parejas codependientes salir del círculo de relaciones destructivas.

La metodología empleada fue enfoque mixto así que se utilizaron los enfoques cuantitativos y cualitativos. Para la presente tesis se aplicó una encuesta y entrevista semiestructurada.

2. Nivel de codependencia en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte del cónyuge.

Fue realizada por Montes (2010) para obtener el título de Licenciada en Psicología. La pregunta de investigación es: ¿Qué nivel de codependencia tienen las mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de la pareja? Su objetivo general es: Determinar el nivel de codependencia en las mujeres víctimas de violencia física de pareja que acuden al Departamento de Psicología del Centro de Salud y al Departamento de la Defensa del menor (DIF) Municipio de Uruapan, Michoacán. La metodología que se utilizó tuvo un enfoque cuantitativo

3. La codependencia en mujeres que sufren violencia por parte de su pareja: una visión desde la perspectiva de género.

Fue elaborada por Valentín (2010) para obtener el título de Licenciada en Psicología. El objetivo de esta investigación es: presentar un panorama general en torno a los rasgos de codependencia que presenta las mujeres que sufren violencia por parte de su pareja. La metodología utilizada fue cualitativa.

4. El papel del Psicólogo en la prevención de la codependencia a la violencia en el noviazgo

Fue elaborada por Salazar y Alvarado (2007) para obtener el título de Licenciadas en Psicología. La pregunta de investigación es: ¿Cómo prevenir una relación de codependencia a la violencia? El objetivo del presente trabajo fue implementar y aplicar un taller de habilidades de afrontamiento de la codependencia a la violencia en adolescentes en la etapa de noviazgo y su hipótesis es si se implementa un taller de habilidades de afrontamiento de la codependencia a la violencia en adolescentes en la etapa de noviazgo, los participantes desarrollaran habilidades que les permitan afrontar dicha problemática. La metodología que se presenta es de tipo pre-experimental ya que se manipularon las variables, pero no un control total de variables extrañas. Se utilizó un cuestionario que permitió identificar cuestiones de codependencia.

5. Relación del apego y la codependencia en mujeres

Fue escrita por Robles (2014) para obtener el título de Licenciada en Psicología. La pregunta de investigación es: ¿Existen relaciones estadísticamente significativas

entre el estilo de apego y la codependencia en mujeres? El objetivo general planteado fue, describir la relación entre los estilos de apego y la codependencia en mujeres casadas y en unión libre. Su hipótesis es, existe relación estadísticamente entre el estilo de apego ansioso y la codependencia. La metodología utilizada tuvo un enfoque cuantitativo. Se aplicó el cuestionario de apego adulto y el instrumento de codependencia ICOD.

6. Los estilos de amor y la codependencia en la relación de pareja

Fue escrita por Salcedo (2014) para obtener el título de Licenciada en Psicología. La pregunta de investigación planteada es: ¿Existe una relación entre los estilos de amor y la codependencia? El objetivo es: describir las relaciones entre los estilos de amor y la codependencia. Su hipótesis es: entre los estilos de amor y la codependencia existe una relación estadísticamente significativa. La metodología empleada fue de tipo no experimental. Se utilizó el Instrumento de Codependencia ICOD.

7. Violencia contra la mujer: evidencias en una institución de atención a víctimas

Fue elaborada por Martínez y Sánchez (2015) para obtener el título de Licenciada en Psicología. La pregunta de investigación planteada fue: ¿Cuáles son los factores sociodemográficos y psicológicos en función de los motivos de consulta y problemáticas que presentan las mujeres mayores de 18 años víctimas de violencia, así como las características de los agresores a través de datos obtenidos en una institución dedicada a dicho tema? Y su objetivo general es: identificar los factores sociodemográficos y psicológicos en función de los motivos de consulta y problemáticas que presentan las mujeres mayores de 18 años víctimas de violencia, así como las características de los agresores cuando se presentan a una institución

de atención especializada en violencia a la mujer. La metodología utilizada fue de tipo cuantitativo y cualitativo a nivel descriptivo.

8. El impacto de la identidad de género, la autoestima y el apego en una relación de codependencia afectiva

Fue elaborada por Fuentes (2011) para obtener la Licenciatura en Psicología en el año 2011. La pregunta que plantea es ¿Cómo se relacione la identidad de género, la autoestima y el estilo de apego y de qué manera estas variables impactan para que existe y se mantenga una relación de codependencia en el noviazgo? Su objetivo es: conocer y evaluar cómo se relacionan la identidad de género, la autoestima y el estilo de apego y cómo impactan estas variables para que exista y se mantenga una relación de codependencia en el noviazgo. Su hipótesis es: existen diferencias en la codependencia de hombres y mujeres. El diseño de la investigación fue de campo y cuantitativo. Se utilizó el Inventario Multifactorial y de Identidad de Género.

9. Violencia hacia la mujer en las relaciones de noviazgo

Fue realizada por Trejo (2006) para para obtener el título de Licenciada en Psicología. La metodología utilizada para esta investigación fue cualitativa, la pregunta de investigación dice: ¿Cuales son las actitudes que las jóvenes entre 12 y 29 años, interpretan como violencia por parte de su pareja en el noviazgo? Su objetivo es: conocer las actitudes mostradas por la pareja que las jóvenes interpretan como violencia en su noviazgo, las respuestas de las jóvenes cuando hay manifestaciones de violencia y las redes de apoyo con que cuentan quienes viven en situación de violencia.

10. Violencia en las mujeres en la relación de pareja

Fue elaborada por Solís (2006), tesis para obtener diploma en especialista en medicina familiar. La pregunta de investigación es ¿Cuáles son las características de la violencia en la mujer en la relación de pareja? Su objetivo de la investigación es: identificar las características de la violencia en la mujer en la relación de pareja. La metodología utilizada fue de diseño cualitativo.

Como se ha estado mencionado, existen previas investigaciones sobre la codependencia hacia a la pareja y la violencia hacia las mujeres. En las tesis citadas sus objetivos son determinar el nivel de codependencia en las mujeres víctimas de violencia física por parte de su pareja así como también presentar los rasgos generales de la codependencia que presentan las mujeres que sufren violencia por parte de la pareja, cómo se presenta la codependencia y la violencia en el matrimonio en unión libre y noviazgo. Sus hipótesis hablan acerca de que si la codependencia surge en las relaciones de pareja y estas relaciones mantienen la violencia. Estos temas son importantes, la codependencia es una disfunción en la cual se alteran los diferentes ámbitos de la persona así como su conducta y la incapacidad para establecer límites, el problema de la violencia contra las mujeres aparece con más frecuencia, y este es el daño que causa emocionalmente, físicamente y sociales.

1.2 Planteamiento del problema

El presente trabajo pretende aportar información sobre la codependencia y violencia hacia la pareja. Se adoptan las definiciones de violencia de pareja y del Informe Mundial sobre la Violencia y la Salud. La violencia infligida por la pareja es todo comportamiento que, en una relación de pareja, causa daño físico, sexual o psicológico, incluidos los actos de agresión física, la coacción sexual, el maltrato psicológico y los comportamientos dominantes. Esta definición abarca la violencia infligida por los cónyuges y los comportamientos actuales y anteriores (OMS, 2003).

A continuación, se mencionarán datos sobre la violencia en México. Los cuales se obtuvieron de la Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares en el 2016, Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2016):

De las mujeres de 15 años y más, 66.1% han enfrentado al menos un incidente de violencia por parte de cualquier agresor, alguna vez en su vida.

- 43.9% de las mujeres han sufrido violencia por parte de su actual o última pareja, esposo o novio, a lo largo de su relación.
- En los espacios públicos o comunitarios, 34.3% de las mujeres han experimentado algún tipo de violencia sexual.

A través de los años, el concepto de codependencia, originalmente ligado a los problemas derivados del consumo de alcohol, ha evolucionado hasta convertirse en un problema que denuncia una situación multidimensional producto de diversos factores que perjudican e impiden el sano desarrollo de la personalidad (Valentín, (2010). La codependencia fue definida, como un problema de la relación dependiente de la pareja que se caracteriza por frecuentes estados de insatisfacción y sufrimiento personal, donde la mujer se encuentre enfocada en atender las necesidades de su pareja y de otras personas, sin tomar en cuenta las propias. Se encuentra asociada con un mecanismo de negación, desarrollo incompleto de la identidad, represión emocional y orientación rescatadora hacia los demás.

En 2012 una muestra de 830 mujeres acudió a consulta de primer nivel en un Centro de Salud de la Ciudad de México. Por medio de un estudio epidemiológico de tipo transversal se obtuvo una prevalencia de 25%, es decir una de cada cuatro mujeres resultaron ser probable casos. Así, el estudio publicado en 2013 por la OMS revela que la violencia de pareja es el tipo más común de violencia contra la mujer, ya que afecta a 30% de las mujeres en todo el mundo. Ahora bien ¿Existe algún tipo de relación entre las mujeres violentadas con el fenómeno de la codependencia? La violencia a la mujer ejercida por su pareja es frecuente respecto a los distintos contextos de violencia. Se adopta la definición propuesta por Heise (2003), quien considera a la violencia de pareja como un tipo de violencia interpersonal y la define como cualquier comportamiento que dentro de una relación íntima o de pareja, causa daño físico, psíquico o sexual. La violencia en la pareja recae sobre las mujeres generando daños significativos en su integridad.

Algunos estudios han encontrado asociación entre el maltrato en las relaciones de pareja y las variables psicológicas (Aiquipa, 2013) y específicamente algunas características de personalidad. A lo expuesto, una de las variables psicológicas individuales que es importante estudiar en el contexto es la codependencia a la pareja, la persona afectada presenta un patrón de pensamientos, sentimientos y actúa de manera inestable, denota comportamiento de sumisión y subordinación a la pareja, priorización de la pareja, entre otras características disfuncionales. Por lo tanto, la interrogante que dirigió la presente investigación es:

¿Cuál es el porcentaje de incidencia de codependencia a la pareja en una muestra de mujeres que han experimentado violencia?

1.3 Hipótesis

Más de 50% de las mujeres que han experimentado violencia muestran codependencia hacia la pareja.

1.4 Objetivos

General:

- Determinar el porcentaje de incidencia de la codependencia a la pareja en mujeres violentadas.

Específico:

- Describir las características de la codependencia que se manifiesta en las mujeres violentadas.
- Determinar la presencia de la codependencia en las mujeres evaluadas.
- Determinar si existe correlación entre las variables demográficas y la codependencia.
- Indicar la incidencia de casos probables de codependencia.

1.5 Importancia del estudio

El presente trabajo corresponde a un proceso de investigación en el tema de Codependencia a la pareja en mujeres violentadas. El concepto de codependencia se comenzó a utilizar en los años setenta para describir a personas que tienen una relación directa e íntima con un alcohólico y que le facilita continuar con la adicción.

Las personas codependientes son incapaces de participar en forma positiva en una relación, permiten que su vida se vea afectada por la conducta de otra persona y estar obsesionada tratando de controlar dicha conducta, cuya característica principal es la falta de identidad propia.

Todo acto de violencia basado en la pertenencia al sexo femenino que tenga o puede tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual, psicológico y económico para la mujer, inclusive las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, tanto si se produce en la vida pública como en la privada (Naciones Unidas, 1994). La violencia de género tiene que ver con la violencia que se ejerce hacia las mujeres por el hecho de serlo, e incluye tanto malos tratos del esposo o de la pareja, como agresiones físicas o sexuales, psicológicas o económicas.

Un estudio aplicado en 2013 por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2002) revela que la violencia de pareja es el tipo más común de violencia contra la mujer, ya que afecta a 30% de las mujeres en todo el mundo, llegando la cifra hasta 38% en algunas regiones.

Se indica también que 38% del número total de feminicidios se debe a la violencia conyugal. Este mismo estudio indica que en América, el 29% de las mujeres han sido víctimas de violencia física y/o sexual ejercida por parte de su pareja. A nivel nacional, el último estudio reportado por la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar del Instituto Nacional de Estadística e Informática, indicó que el 66.3% de las mujeres alguna vez (casadas, divorciadas, separadas o viudas) manifestaron que el esposo o compañero ejerció alguna forma de control sobre ellas. Esta forma de violencia contra la mujer ha recibido distintas denominaciones según los diferentes investigadores, enfoques o idiomas, adoptando características también distintas. Así, ha sido denominada violencia doméstica, violencia intrafamiliar, violencia conyuga, violencia matrimonial, violencia con la pareja íntima, entre otras.

El problema de la violencia contra las mujeres aparece en la actualidad con más frecuencia, tan a menudo como objeto de estudio que ocupa a distintos saberes especializados. Este fenómeno se encuentra tematizado por psicólogos, psiquiatras, sociólogos, entre otros, cada quien desde su óptica específica de estudio. En los últimos tiempos a una serie de conductas agresivas y criminales frente a la mujer, llama la atención que este tipo de conductas pueda exhibirse en los albores del siglo XXI, en el pleno desarrollo cultural, científico, económico y tecnológico (OMS, 2003).

La violencia hacia la mujer representa tanto una violación de sus derechos humanos como un problema de salud pública. Esta situación se presenta en todos los países, en todas las culturas y en todos los niveles sociales sin excepción. En 1999, la Asamblea General de la Organización de las Naciones Unidas declaró el 25 de noviembre como Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer.

En este modelo cobran importancia los esquemas, estructuras funcionales de representaciones de conocimiento y de la experiencia anterior, que guían la búsqueda, codificación, organización, almacenamiento y recuperación de la información (Gabalda, 2013), ya que se asume que la actividad primaria del sistema de procesamiento de la información es la asignación de significados, que influyen sobre las emociones y comportamientos de las personas, y lleva a que sus sentimientos no estén determinados por las situaciones, sino por la forma como interpretan estas situaciones. Estos esquemas se desarrollan a partir de la infancia y se refieren a aspectos relacionados con el sí mismo, y los otros.

Esta investigación tiene como objetivo proporcionar información sobre la codependencia y permitir mostrar si existe relación entre la codependencia y estar en una relación donde se presente algún tipo de violencia, al igual que distintas variables demográficas y dar a conocer donde se presenta mayor la prevalencia dependiendo a las distintas variables demográficas que sean recopiladas.

1.7 Definición de términos

Autoestima: La evaluación global de una persona de su autovaloración o autoimagen (Diiderot, 2003).

Codependencia: Un problema de relación dependiente de la pareja que se caracteriza por frecuentes estados de insatisfacción y sufrimiento personal, donde la mujer se encuentra enfocada en atender las necesidades de su pareja y de otras personas, sin tomar en cuenta las propias. Se encuentra asociada con un mecanismo de negación, desarrollo incompleto de la identidad, represión emocional y orientación rescatadora hacia los demás (Noriega, 2011).

Comportamiento: Todo lo que hacemos que puede observarse en forma directa. Conducta, manera de comportarse (Diiderot, 2003).

Mujer: Lagarde (1990) plantea a la mujer como resultado de la síntesis histórica de sus determinaciones sociales y culturales.

Pareja: Conjunto de dos personas, animales o cosas, que tienen alguna correlación o semejanza, y especialmente la formada por macho y hembra de una misma especie. (Diiderot, 2003)

Violencia: La Organización Mundial de la Salud (OMS) define como violencia “El uso deliberado de la fuerza o el poder, ya sea en grado de amenaza o efectivo, contra uno mismo, otras personas o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, problemas de desarrollo o la muerte” (Secretaría y Subsecretaría de prevención, 2012).

Violencia de Género: Todo acto de violencia basada en el género que tiene como resultado posible o real un daño físico, sexual o psicológico, incluidas las amenazas, la coerción o la privación arbitraria de la libertad, ya sea que ocurra en la vida pública o en la vida privada. La violencia de género se da en todos los ámbitos y por parte de diversos agresores, desde la pareja y familiares hasta desconocidos; constituye un fenómeno extendido con características y matices diferentes (Secretaría & Subsecretaría de prevención, 2012).

Capítulo II

Marco Teórico

En este capítulo la discusión teórica, se abarca el origen del concepto de codependencia, se explicará qué es la codependencia y su definición con distintos autores, se menciona quiénes son las personas codependientes y definiendo sus características y las consecuencias conductivas y cognitivas de ser codependiente. Se tomará en cuenta la cuestión de la pareja haciendo referencia a la inteligencia intrapersonal, la cual da la capacidad para interactuar de manera adecuada con otras personas. También se hace mención de las características al buscar la pareja tanto la atracción física, como biológicas y sociales, las etapas que existen en las relaciones interpersonales y sus componentes. En cuestión del desarrollo humano se tocará el tema del desarrollo biológico: la elección de pareja para poder procrear; se menciona también el contexto social con la influencia económica; los contextos socioculturales y educativos. Se aborda la dimensión psicológica que comprende las esferas que conforman al ser humano. Se revisará a Erickson y sus estadios psicosociales enfocando en la pareja. Por último, la violencia de género definiéndola y los diferentes tipos de violencia que existen, con función al ciclo de la violencia y cómo se conforma el violentómetro.

2.1 Origen del concepto de Codependencia

El término codependencia surgió en la década de los años cincuenta, en los Estados Unidos de Norteamérica. Su origen proviene de los grupos de Alcohólicos Anónimos, cuando los familiares de los alcohólicos que se encontraban en proceso de rehabilitación descubrieron que ellos también sufrían de un trastorno emocional que debería ser tratado de manera independiente. Fue así como surgieron los grupos de Al-Anón, los cuales empezaron a crecer rápidamente, de tal manera que en la actualidad funcionan en casi todos los países del mundo (Valentin, 2010). Como se mencionó anteriormente, el término codependencia hacía referencia a los parientes o personas que tenían una relación cercana con personas que tuvieran problemas con el alcohol, en el paso de los años existe un aumento en el consumo de alcohol, por lo tanto, igual los grupos AA, y se percataron de que los familiares presentaban problemas en sus conductas y emociones.

En la década de los años 80, Salvador Minuchin, Virginia Satir y otros terapeutas familiares, empezaron a emplear el término codependencia para describir a todas las personas que convivían con adictos. Al mismo tiempo, se iniciaron investigaciones para el estudio de la codependencia desde la Teoría de Sistemas de la Terapia Familiar, las cuales modificaron el enfoque del modelo de enfermedad y exploraron sistemas dinámicos de interacción en el desarrollo de la familia alcohólica (Whitfield, 1991).

Se menciona que, en 1980, el término codependencia se empezó a ampliar ya que no sólo se utilizaría para personas que tenían relaciones con alcohólicos, abarcaría a familiares de adictos, con cualquier tipo de toxicomanía, ya que mostraban los mismos patrones de conducta.

Whitfield (1991) encontró que la codependencia no es un conflicto exclusivo de los miembros de una familia con problemas de alcoholismo, sino que se trata de una situación que en su mayoría afecta a las mujeres y que puede relacionarse con otros problemas familiares, tales como la presencia en la infancia de un padecimiento físico o mental en alguno de los padres (Mansilla , 2002). Como se menciona anteriormente los investigadores se percataron de que las personas codependientes no se enfocaban en los familiares de alcohólicos, y que es un problema que afecta con más frecuencia a las mujeres, la codependencia puede surgir por diferentes problemas como discapacidades o trastornos mentales de algún miembro de la familia.

A través de los años, el concepto de codependencia, ha evolucionado hasta convertirse en un problema que denuncia una situación multidimensional, producto de diversos factores que perjudican e impiden el sano desarrollo de la personalidad. El término codependencia se enfocaba a cuidar y alentar sus conductas destructivas o erróneas.

Al paso de los años, las investigaciones de dicho tema se percataron de otros grupos de personas con el mismo patrón de conductas, emociones y pensamientos, como: hijos de alcohólicos, personas que se encuentren en contacto con la adicción de otra persona o familiares de personas con alguna enfermedad terminal o crónica (Mansilla , 2002).

2.1.1 ¿Qué es la Codependencia?

El término codependencia fue difundido por grupos de autoayuda, la codependencia hace referencia a un conjunto de emociones, actitudes obsesivas y compulsivas que conducen a involucrarse en los problemas de otra persona, preocupándose en exceso por el bienestar de ésta, y olvidándose de sí mismo y de sus propias necesidades. El Codependiente siempre se vinculará a personas con alguna dificultad o adicción a quienes él cree poder ayudar haciéndose cargo, al menos emocionalmente, de sus problemas

En un artículo del libro *Co-dependency, An Emerging Issue*, Robert Subby (Beattie, 2004), escribió que codependencia es:

Un estado emocional, psicológico y conductual que se desarrolla como resultado de que un individuo haya estado expuesto prolongadamente a (y/o haya practicado) una serie de reglas opresivas, reglas que previenen la abierta expresión de sentimientos al igual que la discusión abierta de problemas personales e interpersonales.

Earnie Larsen, otro especialista en codependencia, la define como conductas aprendidas, autodestructivas, o defectos del carácter que producen una disminución en la capacidad de iniciar o participar en relaciones amorosas (Mazzarello, (2012).

De acuerdo con Sweet (1996), la codependencia es un estado emocional psicológico y conductual que se desarrolló como resultado de que un individuo haya estado expuesto prolongadamente y haya practicado una serie de reglas opresivas, reglas que previenen la abierta expresión de sentimientos al igual que la discusión abierta de problemas personales e interpersonales. La codependencia se puede deber al abuso de poder de autoridad, la cual causa sensación de ahogo y angustia.

Sharon Wegsneider (Mazzarello, 2012) define a la codependencia como una condición específica caracterizada por preocupación y extrema dependencia (emocional, social y a veces física) de una persona o de un objeto, a veces tan patológica, que afecta todas sus otras relaciones. La codependencia es un problema que abarca comportamientos emocionales, psicológicos y conductuales, que llevan a una persona a dejar de preocuparse por su persona, intereses propios y la incapacidad de relacionarse en forma positiva en una relación sentimental ya que se encuentran enfocados en la vida y conductas de otra u otras personas, en la cual se presenta en forma excesiva e inapropiada, preocupación por dichas conductas destructivas. Se podría decir que las personas codependientes se veían afectadas como resultado de su relación cercana con alguien que tiene una dependencia química.

Las personas codependientes no son conscientes de quiénes son y están aislados de sus propios sentimientos, que asumen la responsabilidad por las acciones u opiniones de las demás personas. Estas personas son aliadas de la enfermedad, así como de proteger a la otra persona y tomar la responsabilidad de sus acciones y poder prolongar con su comportamiento, la persona codependiente asume las consecuencias por los demás.

La persona codependiente, en primera instancia no reconoce el problema que presenta, una vez evidenciado lo niega, lo encubre y lo protegerá, después permitirá y alentará con conductas de complicidad, considera que sólo él o ella puede salvarlo o brindarle la ayuda que requiere.

2.1.2 Características de la codependencia

A continuación se mencionarán y se definirán las características de las personas codependientes, así como se desglosarán algunos puntos sobre dichas características (Beattie, 1996).

La primera característica es la baja Autoestima. Abraham Maslow define a la Autoestima a la necesidad de respeto y confianza en sí mismo. La necesidad de la autoestima es básica todos, tenemos el deseo de ser aceptados y valoramos por los demás. Satisfacer esta necesidad de autoestima hace que las personas se vuelvan más seguras de sí mismas. El no poder tener reconocimiento por los propios logros, puede llevar a sentir inferior o un fracasado (Beattie, 1996). Algunas características definidas por Beattie (1996) de la baja autoestima de la persona codependiente son:

- Buscar desesperadamente amor y aprobación.
- Culparse y criticarse por todo, aun por su manera de pensar, de sentir, de verse, de actuar y de comportarse.
- Rechazar cumplidos, halagos o deprimirse por la falta de ellos (privación de caricias).
- Sentirse diferentes del resto del mundo.
- Temer al rechazo.
- Victimizarse.
- Dificultad para la toma de decisiones.
- Esperar la perfección de sí mismos y se culpabilizan y avergüenzan de ser lo que son.
- Consideran que sus vidas valen la pena, por eso tratan de ayudar a otros a vivir y obtienen sentimientos artificiales de autoestima ayudando a los demás.
- Desean que otros los estimen y los amen.
- Se conforman con sentir que los necesitan.

La codependencia se presenta con la autoestima baja. Las mujeres codependientes tienden a olvidarse de sí misma y se centran en los problemas de los demás. Desean rescatar a los otros, pero como se niegan a sí mismas, viven frustradas y resentidas, tienen miedo a ser abandonadas por eso creen que es mejor sentirse necesitadas.

Hernández (2016) hace referencia a la dificultad para experimentar niveles apropiados de autoestima: define que la autoestima empieza dentro de cada persona y pasa al exterior. Las personas codependientes tienen problemas con la autoestima ya que presentan una baja autoestima o inexistente ya que se consideran menos que otras personas.

Otra de las características de la persona codependiente es la represión, el cuales uno de los mecanismos de defensa más importantes en la conformación de las neurosis. Para Freud (1915), la represión es un proceso que envía al inconsciente aquello que angustia al Yo, pero al hacer esta acción no quiere decir que lo reprimido pierda su fuerza dinámica. En decir, aquello que está reprimido sigue produciendo efectos sobre la psique del sujeto. La represión conforma una de las características de las personas codependientes (Beattie, 1996). Las características de las personas con represión:

- Empujan sus pensamientos y sentimientos fuera de su conciencia a causa del miedo y la culpa.
- Se atemorizan de ser como son.

La represión muestra precisamente la capacidad que tiene el ser humano de ocultar un sentimiento y disimularlo frente a los demás. Es como desear tapar una realidad que está ahí e ignorarla, aunque a nivel humano la indiferencia siempre produce el efecto contrario al deseo. Es una estrategia para hacer inconsciente todo lo que provoca conflicto y es inaceptable para cada persona.

Una característica más es la obsesión, que es definida como un estilo de pensamiento en el que la persona está atrapada por una idea fija, que con frecuencia asalta la mente. La obsesión tiene varias formas de expresión: el orden o limpieza, el dinero, el cuerpo, una relación de pareja (Beattie, 1996). Las características de la obsesión son:

- Ansiedad por los problemas y por la gente.
- Pensar y hablar mucho acerca de otras personas.
- Vigilar a la gente.
- Tratar de sorprender a la gente en malas acciones que realicen.
- Incapacidad de dejar de hablar, de pensar y de preocuparse acerca de otras personas o de problemas que surgen alrededor.
- Abandonar la rutina por estar tan afectados por alguien o por algo.
- Enfocar toda su energía en otras personas y problemas.

La obsesión es un estado donde se tienen ideas, pensamientos, impulsos o imágenes persistentes e inapropiadas que causan ansiedad y angustia. La persona concentra su atención en su pareja, pero con sus sentimientos de pertenencia y control.

Las personas tienden a controlar lo que les rodea, es normal que les guste tener las cosas o situaciones controladas, les da seguridad y tranquilidad. En situación de pareja no es favorable ya que en una relación íntima es valioso respetar su capacidad íntima, ser libre como individuo.

Otra característica es la dificultad para asumir la propia realidad, (Hernández, 2016) menciona que las personas codependientes expresan a menudo que no saben quiénes son, esto tiene que ver con la dificultad para asumir la realidad.

Se mencionará también el mecanismo de la negación, el cual conforma una característica de la codependencia (Beattie, 1996). La negación es definida como el acto de negarse a aceptar la realidad o algún suceso. La persona actúa como si no tuviera un problema o como si una vivencia dolorosa no hubiera ocurrido nunca. Se considera como uno de los mecanismos de defensa más primitivos porque es característico de la etapa de desarrollo de la niñez temprana. Las características de la negación son:

- Ignorar o minimizar los problemas.
- Fantasear sobre cómo las cosas mejorarán mágicamente.
- Confundirse, deprimirse o enfermarse. Acudir con doctores o tomar tranquilizantes.
- Volverse fanáticos del trabajo.
- Gastar dinero en forma compulsiva, comer en exceso.
- Negar lo que sucede.
- Creer en mentiras y mentirse a sí mismos.
- Sentir que se están volviendo locos.

La negación es totalmente inconsciente, en donde la persona ignora, rechaza o distorsiona todo aquello que le lastima, le asusta que no sabe cómo manejar, que le hace entrar en contacto con emociones que le abruma, de reconocer que algo está pasando, tendría que tomar decisiones consecuentes que no quiere tomar.

Otro punto a ser destacado en las personas codependientes es la dependencia la cual se define como la necesidad de ayuda para las actividades de la vida cotidiana, o de manera más precisa, un estado en el que se encuentran las personas que por razones ligadas a la falta o la pérdida de autonomía física, psíquica o intelectual, tienen necesidades de asistencia y/o ayudas importantes a fin de realizar los actos corrientes de la vida diaria y, de modo particular, los referentes al cuidado personal (Beattie, 1996). Las características de la dependencia son:

- No se sienten felices, contentos ni en paz consigo mismos.
- Buscan la felicidad fuera de sí mismos.
- Se pegan a cualquier cosa o personas que ellos piensen que les pueda brindar felicidad y se sienten amenazados por la pérdida de aquello.
- A menudo buscan amor de gente que es incapaz de amar.
- Creen que los demás nunca están cuando ellos los necesitan.
- Relacionan el amor con el dolor.
- Más que amar a las personas, las necesitan.
- No se toman el tiempo para ver si lo demás les conviene.
- No averiguan si ellos aman a otras personas o si estas les caen bien.
- Centran sus vidas alrededor de otras personas.
- Concentran todos sus sentimientos de bienestar de sus relaciones en las demás.
- Pierden interés en sus propias vidas cuando aman.
- Dudan en su capacidad de cuidarse a sí mismos.
- Toleran el abuso para sentir que la gente aún los ama.
- Se sienten atrapados en las relaciones.

La dependencia hace referencia a la necesidad que siente una persona sobre su pareja, dependiendo de su cariño y afecto para su bienestar, genera conflictos en la pareja y repercute negativamente sobre el bienestar de ambos.

La dificultad para reconocer y satisfacer las necesidades propias es otra característica, todas las personas tiene necesidades que satisfacer. Las personas codependientes carecen de conciencia de sus necesidades. Únicamente experimentan deseos y actúan para satisfacerlos o ignorar sus necesidades (Hernández, 2016).

Otra característica de las personas codependientes es la falta de comunicación en la pareja. Es uno de los problemas más comunes, ésta se puede manifestar en diferentes formas o deberse a diversas causas. La comunicación es la clave en cualquier relación y siempre es preferible hablar las cosas que callar o decir una mentira, esta es otra característica de las personas codependientes (Aguilar, 2015). Las características de la falta de comunicación son:

- No dicen lo que sienten, no sienten lo que dicen, no saben lo que sienten.
- Piden lo que desean y necesitan de manera indirecta, suspirando, por ejemplo.
- No están seguros de saber cuál es el camino correcto.
- Hablan demasiado a fin de no comunicar lo importante.
- Evitan hablar sobre sí mismos, de sus problemas, sentimientos y pensamientos.
- Dicen que tiene la culpa de todo o bien, dicen no tener culpa de nada.
- Creen que sus opiniones no importan.
- Mienten para protegerse.
- Se les dificulta expresar sus emociones de manera honesta, abierta y apropiada.
- Creen que la mayor parte de lo que tienen que decir es irrelevante.
- Comienzan hablar con cinismo, de manera autodegradante u hostil.

Se puede decir que la comunicación en la pareja codependiente es vacía ya que se comunican cosas de poca importancia, sus los problemas que se presentan, sus emociones no los expresan. Muestran más interés a las opiniones de su pareja.

Una característica más de las personas codependientes hace referencia a no establecer límites lo cual permite tener una idea más clara de cada persona y ayuda a mejorar las relaciones con las demás personas. Poner límites es respetar espacios y tiempos ajenos, ayuda asegurar que el comportamiento es apropiado e impide que se ofendan a las personas. (Aguilar, 2015). Las características de las personas codependientes en relación con los límites son:

- Dicen no tolerar ciertas conductas en los demás y poco a poco incrementan su tolerancia hasta permitir y hacen cosas que habían dicho que jamás harían.
- Permiten que otros los lastimen, y se preguntan por qué se sienten lastimados.
- Se quejan, se culpan y tratan de controlar el tiempo que siguen actuando igual.
- Finalmente se enojan y se vuelven completamente intolerantes.

En las relaciones interpersonales deben existir derechos, obligaciones y claros límites, estos son importantes para un buen desarrollo de la convivencia en la pareja. Es una muestra de madurez y estar dispuesto a someterse y confiar en el criterio del otro.

La inseguridad es otra particularidad de las personas codependientes, es una emoción negativa y algunas características son los sentimientos de inferioridad, no sentirse amado, dudar de uno mismo y miedo a la crítica. La falta de confianza en uno mismo se debe a las expectativas irreales debido a las opiniones de los demás. Las características de la inseguridad son:

- No tienen confianza en sí mismos, no confían en sus sentimientos.
- No confían en sus decisiones, no confían en los demás.
- Tratan de confiar en gente poco digna de confianza.
- Piensan que Dios los ha abandonado, pierden la fe y la confianza en Dios.

La relación en pareja se establece bajo una serie de pilares, la confianza es la seguridad que alguien tiene a otra persona.

Hernández (2016) refiere que el conjunto de límites es una barrera invisible y simbólica, el establecer límites tiene objetivos: impedir que la gente se adentre en el espacio personal y abuse de ello.

Por otro lado, la ira es una emoción que perdura a lo largo de la vida, la ira siempre está presente en situaciones de conflicto, ya sea con otras personas o consigo mismo y puede oscilar desde una leve irritación hasta el más profundo de los odios, por esto es que la ira es una de las características de los codependientes. Beattie (1996), menciona las siguientes características:

- Se sienten asustados, heridos y enojados y reprimen estos sentimientos.
- Viven con gente atemorizada, herida y llena de ira.
- Tiene miedo de su propia ira y de la ira de otras personas.
- Piensan que otras personas los hacen sentirse enojados.
- Se sienten controlados por el enojo de otras personas.
- Lloran mucho, se deprimen, comen en exceso, se enferman, hacen cosas malvadas y sucias para vengarse, actúan de manera hostil o tienen estados violentos.
- Sienten cantidades crecientes de ira, resentimiento y amargura.
- Se sienten más seguros con su ira que con sus sentimientos heridos.

La ira es destructiva en una relación, en las relaciones de pareja existen cuestiones donde no se estará de acuerdo puede generar conflictos, esto se convertiría en ira y acabará por poner en peligro la integridad de la propia pareja.

Por último, otra característica de las personas codependientes es la falta de deseo sexual, es un bajo nivel de interés en las relaciones sexuales, en la que el afectado no responde al deseo de actividad sexual de la pareja. Según el Instituto Sexológico Murciano, la falta de deseo sexual suele acompañarse de otro problema físico o psíquico. Los problemas sexuales son una característica de las personas codependientes. Beattie (1996) menciona las siguientes características:

- Tienen relaciones sexuales cuando preferirían que los abrazaran, los protegieran y los hicieran sentirse amados.
- No disfrutan del sexo porque están muy enojados con la pareja, tienen miedo de perder el control.
- Se alejan emocionalmente de la pareja.
- Reducen el sexo a un acto técnico.
- Pierden interés por el sexo.
- Inventan razones para abstenerse de él.
- Fantasean o tienen un romance extramarital.

La codependencia afecta todas las áreas de la intimidad, la relación sexual puede volverse exclusivamente de forma mecánica.

2.1.3 Consecuencias conductuales y cognitivas en la codependencia.

Las personas codependientes adquieren conductas y pensamientos que actúan como un vínculo para continuar con su pareja.

Los patrones conductuales principales de la persona Codependiente comienzan con una regulación emocional y una evaluación personal sustentada en las opiniones y observaciones de los demás, de igual manera prestan especial atención a las expectativas que los otros pueden depositar en ellos (Anderson, 1994). Las personas codependientes centran su atención en la pareja y en sus conductas destructivas, involucrando emociones y solo importándoles las opiniones de su pareja. El auto sacrificio es otro patrón importante con lo cual el co-adicto prioriza siempre las necesidades de su adicto sobre las suyas ya que niega la existencia de éstas, considerando incluso en ocasiones que sus necesidades son simplemente la satisfacción de las necesidades del otro. Las personas suelen posponer sus propias necesidades en favor de atender las de los demás y por esto llegan a sufrir en silencio porque se sienten enfocados a las conductas y lo que desean las demás personas.

El control es una pauta de la codependencia que sostiene a la relación, ya que hace pensar a la persona que los demás son capaces de controlar las emociones y conductas que puedan tener, asimismo confiere el control emocional y sus acciones al otro. Finalmente, la supresión emocional completa el círculo de pautas conductuales de la codependencia realizando las acciones de la eliminación personal, deliberada y consciente de las emociones propias, y evitando así la posibilidad de ser consciente del malestar y el descuido que se experimenta en una relación codependiente (Anderson, 1994). Como se ha ido mencionando, la codependencia se caracteriza por el control que se da y esto fomenta las conductas del adicto, las personas codependientes suprimen sus emociones para basarse en las de su pareja.

Las repercusiones cognitivas que experimenta el codependiente se pueden clasificar como perturbaciones individuales caracterizadas por un enredo personal de tipo emocional, confusión, focalización de los pensamientos en el otro, tendencia a ser controlado por el otro o fácilmente manipulable y un intenso deseo de prestar atención y cuidado hacia la pareja, en la que se concentran toda estabilidad emocional, seguridad interna y autoestima.

El ámbito cognitivo acompaña al emocional generando sentimientos de devaluación personal, de modo que el codependiente se considera evaluado a través de su pareja y experimentando una culpa irrefrenable al no cumplir las expectativas del otro, devenida de la pérdida de los límites entre la propia responsabilidad y la de pareja (Wells, Hill y Firestone, 2006).

Con lo mencionado anteriormente, al paso del tiempo, la preocupación se va agravando y complacer a la persona se convierte en la constante que se acompaña de la modificación conductual.

2.1.4 Factores del Instrumento de Codependencia (ICOD)

Mecanismo de Negación

Son una forma alternativa de expresión de impulsos que no crearan conflicto con la sociedad o el superyó. Las defensas posibilitan la autoprotección al reducir la consciencia acerca de pensamientos, deseos, miedos y ansiedad que se origina debido a los conflictos internos (Hentschel, 2013). Los mecanismos de defensa pueden ser reacciones rígidas y automáticas. Las defensas que actúan frente al ello son inconscientes y sus actividades no son visibles. Afirma que la función de los mecanismos de defensa es mantener y proteger el Yo de los conflictos internos y externos que pueden amenazar y dañar la percepción positiva del Yo.

Los mecanismos de defensa son comportamientos inconscientes que procuran el bienestar psicológico, aumenta la adaptabilidad, facilita el desarrollo psicológico normal y mantiene la autocoherencia. Protege el equilibrio y median las reacciones personales frente a conflictos emocionales y amenazas de origen interno y externo. Evita toda clase de trastornos o perturbaciones. Los mecanismos de defensa trabajan en conjunto con la personalidad, esto permite que los sujetos distorsionen la percepción de peligro, disminuyendo de cierta forma la tensión o ansiedad y las fuentes de inseguridad.

En el mecanismo de negación, el individuo se niega a reconocer algunos aspectos dolorosos de la realidad externa o de las experiencias subjetivas que son manifiestos para otros. El término negación se emplea cuando hay una total afectación de la capacidad para captar la realidad (España, 2003). Este mecanismo ya mencionado evita el conocimiento de algunos aspectos dolorosos de la realidad o de las experiencias subjetivas.

Sus manifestaciones según Noriega (2011) son:

- Tolerar malos tratos de la pareja como una manera de no enfrentar su propia problemática personal.

- Evitar contacto con personas fuera de su familia nuclear para no escuchar otras opiniones.
- Confusión al tratar de aceptar lo que en realidad no acepta.
- Rigidez y desorientación cuando las situaciones se presentan fuera de su control.
- Justificar las faltas de la pareja y tratar de imponer a otros una buena imagen de él.
- Minimizar el problema con la pareja para no tener que resolverlo.

Desarrollo Incompleto de la Identidad

Este se debe a un desarrollo infantil interrumpido por situaciones disfuncionales, en donde la mujer desde niña toma un papel de responsabilidad precoz, a la vez que invierte el papel de padre o madre con sus propios progenitores y queda atrapada en una simbiosis no resuelta con ellos; a la espera de algún día poder cubrir sus anheladas necesidades de apoyo, cuidados y protección. Por ello, vive en función de cubrir las necesidades de los demás como una manera de compensar sus propios sentimientos de miedo e inseguridad y le resulta difícil tomar decisiones porque internamente se siente incompleta.

Sus manifestaciones según Noriega (2011) son:

- Relaciones simbióticas con la pareja y con otras personas.
- Tensión emocional causada por la falta de consciencia de sus propias necesidades.
- Dificultad para establecer límites con personas abusivas.
- Dificultad para tomar decisiones.
- Ansiedad por separación y miedo a la soledad.
- Sentimientos de autoevaluación y desvalimiento.

Represión Emocional

La mujer no expresa su disgusto porque teme ocasionar problemas y perder la aceptación de los demás. Trata de ser prudente y comprensiva con todos, a la vez que reprime sus emociones y sentimientos. Procura mantener el control de las situaciones para evitar conflictos, discusiones o situaciones desagradables.

Sus manifestaciones según Noriega (2011) son:

- Tratar de ser comprensiva y complaciente con todos.
- No expresar sus pensamientos y emociones.
- Complacer a los demás por miedo a no ser aceptada.
- Miedo a perder el control.
- Vivir con el temor de que algo terrible le pueda suceder.

Orientación Rescatadora

En este factor la mujer para sentirse segura de sí misma, trata de controlar su ambiente buscando resolver los problemas de los demás. Sus actitudes son perfeccionismo, trabajo desmedido y exagerada responsabilidad, que la llevan a comprometerse con situaciones que le disgustan o a sentirse agotada, pero que acepta de manera abnegada porque es así como se siente querida y valorada por los demás.

Sus manifestaciones según Noriega (2011) son:

- Aparenta estar bien, aunque se sienta mal.
- Trabajar en exceso haciendo cosas que le corresponden a otros.
- Actitudes de perfeccionismo.
- Exagerar la propia responsabilidad.
- Preocupación excesiva por lo demás.
- Evitar entrar en contacto con ella misma.

2.1.5 Teoría Psicológica del Análisis Transaccional

El Instrumento de Codependencia se basó en la Teoría Psicológica de Análisis Transaccional originalmente creada por el psiquiatra Eric Berne. Se utilizó para representar la codependencia, por medio de esta teoría se explicó la introyección de la codependencia en la personalidad de las mujeres mediante sus estados del yo.

El Análisis Transaccional (AT) es una teoría humanista de la personalidad, las relaciones humanas y la comunicación; se aplica para la psicoterapia y el crecimiento y cambio personal u organización en numerosos campos.

Uno de los objetivos principales del AT es proporcionar recursos que faciliten la expresión emocional plena así como la satisfacción de diversas necesidades psicológicas a través de la concientización del estilo de transacciones que la persona ejecuta, entendiéndose transacción como la unidad base de medida de los intercambios entre las personas. Proporciona técnicas para facilitar la reestructuración y el cambio personal.

El AT basa su filosofía en premisas humanísticas que parten del principio de que todos nacen bien y que después en las relaciones que establecen con los demás tomamos decisiones autolimitadoras con las cuales se incorporan, muchas veces de manera inconsciente, aprendizajes nocivos, los cuales en su mayoría se asimilan desde la niñez en el seno de la familia y del contexto socio-cultural, conformando con ello parte de la estructura y el funcionamiento de la personalidad (Duran , 2017). La AT se basa en que todos tenemos un cierto potencial humano determinado por los condicionamientos genéticos, circunstanciales de salud, y sociales de origen y procedencia, pero un cierto potencial humano que podemos desarrollar.

El AT busca ayudar a las personas a que aprendan a manejar los estados del yo, convirtiéndose sutilmente en individuos que pueden (o deben) ser manipulados en

función de su propio beneficio adaptativo o dependientes en nombre de un supuesto crecimiento personal basado en logros transaccionales que los llevan a constituirse en términos de una supuesta personalidad integradora. Uno de sus objetivos es el logro de una personalidad integradora.

El AT es un modelo de la personalidad que ayuda comprender la relación con los demás y con nosotros mismos. Permite sentir y tomar conciencia de lo que soN y de los que se necesita y desea. Empodera frente al cambio y permite tener autonomía e iniciativa en el desarrollo personal. Y explica las motivaciones del comportamiento. Tiene tres objetivos según Durán (2017): la conciencia, la espontaneidad y la intimidad.

- Ser consciente y capaz de distinguir lo que es real de lo que es una fantasía, el autoconocimiento.
- La espontaneidad se relaciona con la expresión de los pensamientos, los sentimientos, emociones y necesidades propias.
- La intimidad es la capacidad de abrirse al otro, se auténtico y cercano.

Noriega (2011) define al AT como una perspectiva que se caracteriza por ciertos guiones de vida, se refiere a tomar conciencia indispensable para desarrollar la personalidad de forma autónoma. Existen patrones de comportamiento internalizados desde la infancia y reforzados posteriormente por el ambiente familiar. Es primordial identificar esas conductas para romperlas.

2.2.1 La pareja

La Inteligencia Interpersonal hace referencia a la capacidad de hacer distinciones entre los individuos y, en particular, entre sus estados de ánimo, temperamentos, motivaciones e intenciones. Es una forma de relación a partir de los conocimientos previamente adquiridos en las relaciones interpersonales de un sujeto con uno o más individuos. Al igual es la capacidad de captar las expresiones faciales, de gestos y la calidad de voz de demás, de captar las emociones negativas o positivas (Méndez, 2011) .

Las habilidades de la inteligencia interpersonal son la capacidad de hacer amistades, afrontar los conflictos y desarrollar interacciones sociales adecuadas. Tener relaciones creativas con otras personas es un arte que debemos cultivar y requiere comprender y deslindar los conceptos de deseo, atracción y enamoramiento (Papalia, 2002). La inteligencia Intrapersonal es la capacidad de conocerse a uno mismo, así como entender, explicar y discriminar los propios sentimientos. Al igual que ayuda a comprender a los demás poder contextualizar sus comportamientos, si se logra la comprensión de lo que el otro necesita y en qué momento, alcanzaremos una mejor relación humana con el entorno a través de una óptima capacidad de comunicación.

Como se menciona, la inteligencia interpersonal es la capacidad de entender a otras personas, así como poder discernir y comprender lo que le sucede a las personas en un determinado contexto, actuar de manera adecuada en la relación con los estados de ánimo. Cuando se posee dicha inteligencia, las personas establecen relaciones de pareja en forma adecuada y esto conlleva a una buena relación, les resulta sencillo captar las necesidades de su pareja, encuentran las palabras adecuadas o el comportamiento adecuado para lograr una armonía en la relación. Gracias a la inteligencia interpersonal las personas buscan afinidad en la pareja, y ayuda a generar y sostener una relación amorosa y sana. La inteligencia

interpersonal permite que las personas observen y acepten la diferencias personales, entendiendo sus sentimientos, estados de ánimo y motivaciones, a través de la empatía y la interacción, las personas con esta inteligencia tienen la capacidad para interactuar efectivamente con los demás y conservar por largo tiempo las relaciones así como las relaciones afectivas , dicha inteligencia está relacionada en el proceso de desarrollo y la adaptación de la persona y en consecuencia en su bienestar general. La pareja es una cuestión importante en la vida de las personas y esta inteligencia ayuda a poder consérvala, entender a la pareja, a ofrecer lo que la pareja realmente necesita.

En la mayoría de las sociedades se ha privilegiado a la pareja como una forma de asegurar la continuidad de la especie y el proceso de civilización, ya que esta institución cubre funciones biológicas, psicológicas y sociales (Padilla, 2018). La pareja, el conjunto de dos personas que se mantienen entre sí con algún tipo de relación, hace referencia a un vínculo amoroso, que se mantiene en el noviazgo y a veces se llega al matrimonio. Como se refiere, también es una manera de asegurar la descendencia, tanto de la especie como de su familia. Estérez (2013), considera que la pareja es la relación de un individuo con otra persona, donde se establece un compromiso de estar unidos, se proporciona un mutuo poyo para el desarrollo y superación en las diferentes actividades que realizan.

Vidal (2012) indica que la pareja es una relación entre dos personas en donde cada uno puede obtener satisfacción o insatisfacción mutua de dicha relación, por lo que ambas personas se encuentran en una exploración y conocimiento mutuo con posibilidad de llegar a decidir tener una futura vida de pareja en común, dentro o fuera del matrimonio, ya sea con institución legal y/o sacramental.

Vivir armoniosamente en pareja es un arte que requiere constancia, técnica e imaginación. Dado su carácter electivo, impone, también, que sus miembros establezcan desde un principio pautas claras y objetivas de funcionamiento de esa relación que les permitan el desarrollo de un vínculo positivo y enriquecedor. (Segnini , 2002). Compartir la vida con una persona, no es sencillo, para ello se requiere madurez, estar consciente y seguro de lo que se desea, tener sus metas claras.

Cuando los seres humanos buscan una pareja seleccionan a una persona que se adapte a sus necesidades internas, las cuales pueden llegar a ser inconscientes. Para poder constituir una pareja estable, es necesario tener un cierto nivel de transparencia del compromiso. Se debe aprender y tener claro qué quiere como persona, cuáles son los principios y valores que no está dispuesto a cambiar, y a lo largo de la vida no deben ser minimizados por uno mismo, ni por el otro.

La relación de pareja puede ser una de las más importantes de la vida, no sólo por el tiempo e intimidad que se comparten en ellas, sino porque ayuda a crecer en muchos aspectos y estar consigo mismo, en los mejores y peores momentos, por lo que la pareja puede ser quien mejor conoce y tiene más influencia sobre la vida de las personas. Las relaciones de pareja están influenciadas por circunstancias y factores, como las relaciones sociales, costumbres por parte de la familia primaria y aspectos económicos.

2.2.1 Características que se buscan al momento de elegir pareja

Los seres humanos son seres sociables, esto ayuda a sobrevivir como especie, al estar en contacto con otras personas las experiencias afectivas y cognitivas se manifiestan en función de las relaciones interpersonales. Los seres se desarrollan y crecen en una sociedad humana. Los seres humanos dependen de los demás para la supervivencia y el crecimiento. El humano no puede sobrevivir sin el cuidado o apoyo de otras personas. En cuestión de la pareja, debe cubrir necesidades de afiliación, protección, afecto, cuidado, compañía y reproducción, convirtiéndose en una parte fundamental en la supervivencia del ser humano, esto contribuye al bienestar físico, psicológico y social. La pareja es una institución conformada por dos individuos que está regida por una serie de normas y reglas.

La pareja es una institución conformada por dos individuos que está regida por una serie de normas y reglas. Se observa que existe un proceso complejo cuando una persona decide elegir a una pareja. Para esta elección los elementos que se tienden a considerar cuando se busca un emparejamiento son diversos y cada individuo parece afrontar la de una manera diferente (Padilla, 2018). Dentro de las características que intervienen en la elección de pareja se pueden encontrar las físicas, de estatus, las sociales afectivas, de valores, cuestiones y los recursos que posee.

Para poder comprender una relación de pareja se debe entender que para los seres humanos las necesidades de afecto, apego, cariño, interdependencia, cuidado, amor y compañía son elementos básicos y determinantes para la supervivencia de la especie (Padilla, 2018). El ser humano tiene la capacidad de experimentar y expresar sus emociones y sentimientos, tiene la libertad de dar y recibir afecto, ser apoyado emocionalmente, establecer y mantener relaciones afectivas profundas y duraderas.

Desde una perspectiva evolutiva, la elección de pareja se presenta de diferente forma en hombre y mujeres ya que cada uno cuenta con necesidades distintas. Los hombres preferirán a mujeres por su atractivo, apariencia, belleza física, su capacidad de reproducción, así como su estado de salud; por otro lado, las mujeres optarían por un hombre con intereses en invertir sus recursos en ella y en los hijos que pudieran tener, es decir, prefieren un buen proveedor (Padilla, 2018). Las relaciones de pareja se establecen con el fin de cumplir la voluntad de la vida, que es reproducirse y preservar la especie.

Los hábitos saludables es una característica importante en la búsqueda de pareja, tanto para hombre como para mujeres. Una pareja poco saludable tiene un alto riesgo de no ser productivo para la descendencia, la pareja tendría más probabilidades de morir o puede transmitir enfermedades a la pareja (Soler, 2016).

Dentro de las características que los individuos consideran para la elección de la futura pareja, aparte del atractivo y la comunicación son el que sea una persona inteligente o con educación, que sea alguien similar a ellos, o alguien cercano. Las personas eligen a una persona que perciben que puede ser aceptable en cuestión de buen carácter, con calidad humana, con buenos hábitos, trabajador, con una forma de ser que les parezca adecuada (Padilla, 2018). Como se menciona al buscar pareja, se considera o se toma en cuenta como posible padre o madre de sus hijos y que puedan cumplir con otras características para solventar a una familia en los distintos aspectos de esta.

La elección de pareja puede no depender solamente del parecido con los padres, de la similitud, el físico, la complementariedad o los roles que juegan las personas (Padilla, 2018). Se consideran el afecto, el interés que se tienen cada persona, el cariño y la utilidad que representa el uno para el otro. Los rasgos de personalidad, las costumbres familiares, aspectos sociales, laborales e institucionales son determinantes a la hora de contemplar a una futura pareja.

Generalmente hombres y mujeres buscan parejas con estado civil soltero o que no estén comprometidas, se busca la fidelidad por parte de la pareja y aumenta la certeza de ser los progenitores de su descendencia (Soler, 2016).

Las relaciones interpersonales son significativas sobre todo las relaciones de pareja, son diferentes los factores que influyen en la selección de pareja. A la edad de 5 y 10 años se crea el concepto de la pareja ideal, con rasgos físicos y de personalidad. En la elección de pareja se debe cumplir con las expectativas una vez que las tengan. Para elegir a la pareja tiene que ser agradable físicamente, que sea grata además esté sana y hagan lo posible por conservarse así. Tanto como hombres y mujeres se fijan en el aspecto físico, de acuerdo con ciertos parámetros físicos que aseguren descendencia sana, al igual en los aspectos psicológicos como el temperamento, personalidad, los gustos, sentimientos y emociones de la pareja. Es importante que cuente con inteligencia, el saber mostrarse sereno en momentos de crisis y actuar de manera asertiva. El estatus económico y social para ciertas personas es un requisito al elegir pareja, buscan a quien se desarrolle en mismo entorno, así como el mismo nivel educativo, y que posea los mismos valores.

2.2.2 Tipos de pareja

La pareja se va constituyendo a partir de la formación que recibe el individuo desde la infancia, los cuales van formando una imagen idealizada de su pareja, de lo que se desea o no de ésta, de acuerdo con sus experiencias más tempranas. Un factor más que influye en la elección y formación de pareja, son los factores socioculturales, estos determinan los estereotipos y las expectativas de roles de cada uno.

Así que, a lo largo de la vida, las personas experimentan sentimientos como amor, cariño, afecto, pasión. Cada una de estas emociones se da entre las relaciones interpersonales como la pareja. De acuerdo con Guerrero (2018) se definen algunos tipos de pareja:

Parejas obsesivas: están conformadas por una persona que presenta una obsesión y otra que es el objeto de esa obsesión. La persona obsesionada está completamente convencida que está enamorada, pero su sentimiento más que de amor, es de anhelo ya que nunca tendrá suficiente de lo que desea, anhelará más amor, más sexo, más atenciones, así como todo lo que se espera de una pareja. El obsesivo descuida su persona, su trabajo y familia, centrandolo su atención en su objeto amado. La persona obsesionada provocará que con el tiempo su pareja se aleje emocionalmente y físicamente (Guerrero, 2018). Una persona sana ante el rechazo de su pareja de aleja, en cambio una persona obsesiva aumentará su inseguridad, temor dolor, Puede llegar a atentar contra su integridad. Por el rechazo de su pareja llegará a pensar que no volverá a amar a otra persona o que nunca podrá ser feliz sin ella.

Parejas codependientes: las personas codependientes se sienten responsables de los sentimientos, pensamientos, conductas de su pareja, se sienten obligados a satisfacer las necesidades de su pareja y hacer cosas que no desean hacer. Ellos juegan el papel de víctima en la relación por temor al rechazo (Guerrero, 2018). Las

personas codependientes creen que no merecen ser felices, se conforman con saber que su pareja los necesita por lo que buscan su aprobación. Niegan sus problemas, aseguran que su relación no es tan mala como los demás la perciben.

Pareja tóxica: estas relaciones son tormentosas, una pareja de este tipo busca la posesión absoluta (Guerrero, 2018). Estas parejas no están bien juntas ni separadas, existen reproches, insultos, desacuerdos de todo tipo, se adoptan roles de perseguidos y perseguido, los celos suelen ser excesivos.

Pareja simétrica: al inicio de la relación la pareja mantiene un equilibrio entre dependencia y las aspiraciones de autonomía. Son personas algo desconfiadas y preocupadas por la reciprocidad. El conflicto suele aparecer cuando un miembro de la pareja necesita su autonomía y se encierra con la resistencia del otro miembro, así se desarrolla la lucha por el poder (Guerrero, 2018). Existe una lucha constante en este tipo de relación. En relación simétrica sana cada miembro de la relación acepta y respeta la igualdad, su autonomía.

2.2.3 Etapas del ciclo vital de la pareja

La relación de pareja no es estática, pasa a lo largo del tiempo por diferentes etapas que determinan su desarrollo. El término desarrollo se refiere a aquel proceso integrado por una secuencia de cambios conductuales al crecimiento y perfeccionamiento de una estructura (Blanco, 1998). Existen diferentes épocas por las cuales atraviesa una pareja, de acuerdo con su proceso existencial, las más notables son las siguientes:

Etapa prenupcial: Se caracteriza por el galanteo y la selección de cónyuge. El noviazgo es visto actualmente como una etapa de exploración y preparación que tiene como objeto el conocimiento real de los futuros esposos para decidir la formación de su posible hogar (Blanco, 1998). En esta etapa es cuando se da la elección de pareja, parece ser una decisión libre, está ligada a factores sociales que ejercen una gran influencia no sólo la elección sí no a la interacción de la pareja. Existen también prejuicios de la sociedad que condicionan a los jóvenes en su elección de pareja como el nivel socioeconómico, la atracción física, status.

Carroll Sánchez señala los antecedentes fundamentales para la elección de pareja: haber alcanzado un grado de madurez físico, psicológico y social, tener intereses y aptitudes semejantes, reconocer creencias afines (Blanco, 1998). A estos antecedentes se incrementan los antecedentes educativos, culturales, económicamente semejantes.

Etapa nupcial: Se caracteriza por la vida conjunta de los cónyuges desde el matrimonio hasta al nacimiento de los hijos. El primer año de vida en común representa el mayor conflicto de ajuste y conocimiento mutuo, pues se crean los sentimientos de la futura familia y el ambiente natural donde el individuo va a encontrar la plena realización de sus expectativas (Blanco, 1998).

Etapa de formación de los hijos: Una de las principales expectativas dentro del matrimonio es la concepción, cuando se llega a decidir tener un hijo se deben tomar en cuenta diversos factores. Por ejemplo, si los cónyuges están capacitados para tenerlo, si es un deseo consciente y responsable y si se va a poder educar a ese hijo (Blanco, 1998). Los padres deben cumplir con las expectativas biológicas, psíquicas y sociales de sus hijos, satisfacer las necesidades físicas como alimento, vestido, techo, al igual que cubrir las necesidades afectivas, fomentar los roles sexuales, valores, creatividad y educarlos para la vida futura.

Etapa de madurez: Representa la culminación del proceso educativo de los hijos que llega cuando estos obtienen la mayoría de edad, así como la madurez física, psicológica y social (Blanco, 1998). La meta de todo padre debe ser la de formar hijos que a través de su proceso de crecimiento y desarrollo lleguen a ser adultos sanos y plenos en todos los ámbitos de su vida.

Etapa de estabilización: Se da entre 15 y 30 años de matrimonio, y ocurre generalmente entre los 45 y 55 años de edad, donde cada miembro de la pareja está viviendo las etapas de transición de la mitad, en las que buscan un equilibrio entre sus logros y aspiraciones, lo que conduce primeramente a un proceso de arreglo de prioridades y finalmente a la estabilización de ambos en el matrimonio (Blanco, 1998).

En esta etapa pueden surgir conflictos acerca de diferentes evaluaciones del éxito logrado, así como la pérdida del atractivo físico. Uno llega a comprender las diferencias entre cada uno de los integrantes y a resolverlas de una manera más eficaz. Los hijos están en búsqueda de independizarse.

Etapa de enfrentamiento con vejez, soledad y muerte: La duración de esta etapa dependerá del número de años de casados, correspondiendo aproximadamente a 30 y 40 años de unión. En este momento de la vida, los temas principales son la vejez, con la pérdida de actividades físicas e intelectuales, la soledad y con frecuencia el rechazo del mundo exterior hacia los ancianos (Blanco, 1998). En esta etapa es posible que se viva con angustia y necesidad de apoyo, afecto y con la necesidad de aun sentirse útiles.

2.2.4 Los componentes de la relación de pareja

Existen componentes que se generan de forma específica en las sociedades donde vivimos, componentes que son de tipo social. Los componentes de la relación de pareja: intimidad, compromiso y romance.

El lenguaje es un conjunto de acciones conductuales coherentes con la experiencia generada en la relación con los otros. Cuando dos o más individuos se relacionan en una convivencia diaria sus conductas comienzan a adquirir significado, esto quiere decir que son entendibles por el otro o los otros con quienes se relaciona y posteriormente las acciones conductuales comienzan a ser coherentes en todo el grupo, toda acción conductual comienza a representar un significado específico para todos, por lo tanto cada conducta que sea coherente en la experiencia que se ha generado en la diaria convivencia con el resto de los individuos del grupo permite que la relación con el otro o los otros sea entendible con base en sus acciones conductuales generando el lenguaje (Maureira, 2011). La comunicación es vital en la pareja, da calidad en la relación, y es una parte importante en la calidad de vida. Al comunicarse se intercambian mensajes con otra u otras personas, con la intención de compartir alguna idea, valor, emoción, meta, entre otros. Al iniciar una relación, uno de los objetivos es compartir los aspectos más íntimos y así, establecer un fuerte lazo de unión. Las conductas que se adoptan con el paso del tiempo, tienen un significado referente a la relación y su convivencia.

Lo social tiene su origen en el lenguaje y por lo tanto será desde el lenguaje donde surgirán las relaciones humanas que fundarán todas las relaciones culturales. El lenguaje es lo constitutivo de lo humano y fuera de él lo humano no es posible, por lo tanto, sostenemos que todo análisis de dinámicas relaciones, incluida en las relaciones de pareja, deben partir de la base del lenguaje como generativo de ellas (Maureira, 2011); toda relación de pareja se basa en tres componentes sociales: el compromiso, la intimidad y el romance, que poseerán características propias dependiendo de la cultura en donde se lleven a cabo dichas prácticas.

El compromiso: Este componente de la relación romántica hace referencia al interés y responsabilidad que se siente por una pareja y por la decisión de mantener dichos intereses con el transcurso del tiempo base a las posibles dificultades que pueden surgir debido a que se cree en lo especial de la relación. Este elemento tendrá debido al aumento de la interdependencia personal y material entre ambos miembros (Maureira, 2008). La palabra compromiso provoca temor, pues implica una serie de responsabilidades, sin embargo, no muchos están dispuestos a cumplir, las relaciones actuales llegan hacer superficiales. El compromiso en una pareja permite que se pueda llevar adelante su relación, brinda estabilidad, confianza, capacidad de negociación, comunicación y tolerancia; el compromiso permite que las parejas logren lo que se han propuesto.

La intimidad: tiene que ver con el apoyo afectivo, el conversar, la capacidad de contar cosas personales y profundas a la pareja, la confianza, la seguridad que se siente con el otro, temas y preferencias en comunes, el dar apoyo a la pareja, el estar dispuesto a compartir aspectos económicos y emocionales. Este componente tiende aumentar con el tiempo de duración de la relación debido a la reciprocidad de autorevelaciones y del número de episodios, metas, amistades, emociones, lugares (Maureira, 2011). La intimidad es un aspecto importante en la relación de una pareja, la palabra intimidad no solo se limita al contexto sexual, implica cuestiones de confianza, complicidad, saber y conocer lo que desea la otra persona, apoyo. Esto favorece el acercamiento el vínculo y la conexión de ambos, saber que la otra persona estará apoyando en cualquier circunstancia genera bienestar y por tanto, se convierte en uno de los pilares fundamentales en una relación sentimental.

El romance: se refiere a las conductas establecidas por la sociedad como las adecuadas para general la atracción y el posterior interés que se mantienen 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 del

interés de la pareja que un individuo tiene o mantiene en referencia a otro. Para Maureira (2011) son ideas y actitudes con respecto a la pareja con el ideal romántico. Este elemento tiene un crecimiento acelerado durante los primeros años de relación debido a la activación fisiológica de atracción física sentida hacia otro. Posteriormente se produce una disminución del romance debido básicamente a la convivencia en pareja, que supone la progresiva reducción de incertidumbre y de la atención selectiva.

El amor: existen múltiples y variadas definiciones de amor, según Muñoz (2013) es un sentimiento hacia otra persona que naturalmente nos atrae y que, procurando reciprocidad en el deseo de unión, nos completa, alegra y da energía para convivir, comunicarnos y crear. Todos los seres humanos son capaces de sentir amor, lo que cambia son sus manifestaciones conductuales y emotivas con respecto a él. El amor es una asociación entre una sensación agradable y la idea del objeto que lo produce. El amor es un proceso que está en continuo cambio durante el desarrollo en una relación (Muñoz, 2013). El amor es un fenómeno que ha trascendido a través de los años, de acuerdo con cada época o moda se ha ido manifestando de diferentes maneras, sin embargo, el amor sigue siendo un gran motivo felicidad o infelicidad para los seres humanos.

Las relaciones generalmente se inician por la atracción física, el romance se establece del amor y del enamoramiento, se presentan apariciones de sensaciones placenteras relacionadas con la felicidad, la pasión, la compañía, el romance se vincula con los sentimientos y emociones. El romance es el periodo más alegre y feliz del enamoramiento.

2.3. Etapas del desarrollo humano

Desde el momento de la concepción, los seres humanos sufren procesos de desarrollo. El campo del desarrollo humano es el estudio científico de esos procesos. El estudio del desarrollo humano es un campo relativamente nuevo de indagación científica. Fue Charles Darwin, el creador de la Teoría de la Evolución, quien primero enfatizó la naturaleza de desarrollo de la conducta infantil. En 1877 Darwin publicó sus notas sobre el desarrollo social, cognoscitivo y emocional de su hijo Doddy durante sus primeros meses (Papalia, 2005). Como se hace referencia anteriormente, el ser humano en el momento de la concepción se va desarrollando, existen diferentes factores que contribuyen con el desarrollo del ser humano, como biológico, psicológico, social. Charles Darwin explica el origen de las especies, sus cambios y su preservación, el desarrollo de características adaptativas para mantenerse y sobrevivir en el medio ambiente.

En la actualidad la mayoría de los científicos del desarrollo reconoce que éste avanza a lo largo de la vida. Este concepto de desarrollo dura toda la vida y que puede estudiarse científicamente se conoce como desarrollo del ciclo vital. Una investigación en los Estados Unidos, fue diseñada para seguir a los niños hasta la edad adulta. Dado que los seres humanos son complejos, el estudio del desarrollo es interdisciplinario, es decir, se inspira en muchos campos o disciplinas, éstas incluyen la psicología, la psiquiatría, la sociología, la antropología, la biología, la genética (el estudio de las características heredadas), la ciencia familiar (el estudio de los procesos familiares), la educación, la historia, la filosofía y la medicina (Papalia, 2005).

Como se menciona anteriormente, hablar del desarrollo del ser humano es complejo, es por ello que es necesario abarcarlo con varias y diferentes disciplinas. El ser humano pertenece a la familia del *homo sapiens*, el ser humano supone el nivel más alto de complejidad alcanzado por la escala evolutiva. El estudio empieza desde la concepción hasta la senectud. A medida que el campo del desarrollo humano se convirtió en una disciplina científica, sus metas evolucionaron para incluir la descripción, explicación, predicción y modificación de la conducta. El estudio científico del desarrollo humano es un empeño en evolución permanente.

Los científicos del desarrollo se interesan en dos tipos de cambios del desarrollo: cuantitativo y cualitativo. El cambio cuantitativo es un cambio en el número o cantidad como el crecimiento en la estatura, peso, vocabulario, conducta agresiva o frecuencia de la comunicación; el cambio cualitativo es un cambio en el tipo, estructural u organizacional, este es marcado por la emergencia de nuevos fenómenos que no pueden anticiparse con facilidad sobre la base del funcionamiento anterior, como el cambio de un embrión a un bebé, o de un niño no verbal a uno que entiende las palabras y que establece comunicación oral (Papalia, 2005). A los científicos les interesa comprender la estabilidad o constancia, subyacente a la personalidad y la conducta. Los cambios o las diferentes etapas que tiene el ser humano, son importantes para el estudio de desarrollo humano. El cambio y la estabilidad ocurren en varios dominios o dimensiones del yo. Los científicos del desarrollo hablan por separado acerca del desarrollo físico, del desarrollo cognoscitivo y el desarrollo psicosocial. A pesar de eso, esos dominios están entrelazados a lo largo de la vida y uno de ellos afecta a cada uno y cada uno es muy importante en la vida del ser humano.

El estudio de los seres humanos puede hacerse con diferentes enfoques, estos enfoques representan distintos niveles de abstracción y aunque se utilizan distintos conceptos y métodos, tienen el mismo objeto de estudio: el hombre (Sandoval, 2009). El ser humano será el objetivo de investigación de distintas disciplinas y no dejará de serlo. Hasta épocas relativamente recientes, biólogos, psicólogos, antropólogos, culturalistas y sociólogos han trabajado con escasa vinculación entre unos y otros, sólo en las dos últimas décadas que a través del mayor intercambio y de la colaboración más estrecha entre los exponentes de estas distintas disciplinas se ha llegado a la conclusión de que el hombre solo puede ser entendido como una unidad biopsicosocial y es generalmente aceptado por unos y otros el criterio de que la comprensión de los fenómenos relativos a los seres humanos requiere la utilización de conocimientos que provienen de esas tres ciencias. Las disciplinas deben trabajar en conjunto para la investigación del ser humano, como ya se ha mencionado anteriormente, por dicha complejidad de este, estas disciplinas unidas explican mejor al ser humano, ya que todas son el conjunto del ser humano.

El ser humano no está preparado para nacer, crecer, reproducirse y morir solo. Necesita de otros para el trayecto de su existencia. A partir de nacimiento, la vida es un proceso, una sucesión de experiencias, relaciones, vínculos y conexiones de una historia personal de permanente interacción con el mundo, con los otros. Las relaciones amorosas son parte de una realidad fundamental de la existencia, y su nacimiento y fin son difíciles de comprender y aceptar (Estrada, 1996). Amar y ser amado enriquece la vida, las relaciones de pareja se escogen por ciertas amistades, estilos de vida; es indispensable conocer a la persona ya que estas dan pie para procrear.

A comparación de otras especies en los seres humanos, los deseos son centrales en todas las facetas del apareamiento. Ellos determinan quien los atrae, y quien es atraído por cada persona. Tienen la mayor influencia en las tácticas de atracción que tendrán éxito, las que cumplen los deseos. Las relaciones románticas se configuran a partir del diseño adaptativo de las personas para cooperar con sus parejas, a menudo amorosamente en el intento de estar juntos, con el diseño adaptativo de cada sexo para perseguir sus propios intereses.

2.3. 1 Desarrollo Biológico del ser humano

El estudio del ser humano se hace en distintos enfoques, uno ellos es el biológico, que hace énfasis en el estudio de la estructura y funciones del organismo. El hombre es el resultado de la evolución biológica, es parte de la naturaleza y ocupa un lugar en el desarrollo evolutivo de las especies (Sandoval, 2009). Cuando distinguimos entre la naturaleza humana y el animal, nos basamos en esas capacidades y fenómenos específicamente de los seres humanos, que son propiedades exclusivas y adquisiciones del hombre en el proceso evolutivo, tales como el lenguaje simbólico, el pensamiento abstracto, la capacidad de creación cultural y la capacidad de mantener relaciones interpersonales.

Según el punto de vista evolutivo, se escoge instintivamente a la pareja que aumenta las posibilidades de supervivencia de la especie. Los varones se sienten atraídos por mujeres de piel tersa, ojos brillantes, cabellos reluciente, estructura ósea sólida, labios rojos y mejillas rosadas, no es razón de la moda sino porque estas características indican juventud y buena salud, signos de que una mujer se encuentra en la cúspide de su vida para la procreación y la crianza (Hendrix, 1991).

La atracción física en una relación de pareja es importante, hasta se podría decir que es en lo primero en que se fijan las personas, están deben tener características para que físicamente se sientan atraídos, y cumplir sus expectativas para una futura reproducción.

Las mujeres eligen a su pareja por razones biológicas ligeramente distintas y de manera instintiva preferentemente varones con características pronunciadas, es decir, con la capacidad de dominar a otros machos y traer a casa más de su ración de la cacería, bajo el puesto de que la dominancia garantizará la supervivencia del grupo familiar. La juventud y el aspecto físico de la mujer y el nivel socioeconómico del hombre intervienen en la selección de la pareja, aunque los factores biológicos son fundamentales, el amor tiene que ser más que eso (Hendrix, 1991).

A los hombres les interesan los rasgos que denotan atractivo físico, tales como el atractivo físico, buena apariencia y estado físico, mientras que las mujeres que buscan hombres con aspectos que consideran más importantes como la honestidad, el humor, la amabilidad y confiabilidad e indican interés por características de estatus social, ambición, educación.

2.3.2 Desarrollo Social del ser humano

El desarrollo social, abarca las sociedades y las culturas. La existencia del hombre como tal es conjuntiva con la existencia de organizaciones sociales. Un hecho verificable es que todos los seres humanos han nacido dentro de alguna forma de sociedad. El hombre en aislamiento no existe y sus procesos mentales y su conducta son sólo inteligibles en función de interrelación con otros individuos. (Papalia, 2005)

Sociólogos interesaron en el tema de la elección de pareja como Alain Girard, dice en el prólogo de su libro *Le choix du conjoint*:

La distribución cambiante de la población y el crecimiento de las aglomeraciones urbanas, la movilidad geográfica acrecentada, las ocasiones más frecuentes de aproximación entre los jóvenes de uno y otros sexos, y en su mayor libertad de relaciones, no hacen que los individuos puedan elegir al azar a su cónyuge (Girard citado por Lamer, 1995)

Al igual influye su educación y contextos socioculturales y por condiciones económicas y geográficas. Estos aspectos orientan las elecciones fundamentales, especialmente la del compañero, y a veces se convierten en una presión que no sólo influye en la elección, sino que la determina. Las presiones no sólo provienen del grupo familiar también del medio en general, y rara vez son ejercidas de manera consciente por sus representantes (Padilla, 2018).

El impacto de la cultura y la familia en la elección de pareja se conoce distintas diferencias entre hombre y mujeres. Sin embargo, se conoce que una de las más grandes influencias es la familia y la cultura ya que influyen de manera importante en el proceso de emparejamiento. Las personas prefieren tomar en cuenta los consejos y recomendaciones familiares en su propia elección.

La pareja debe ser más o menos igual, cuando se encuentra posible candidato, se evalúa con la frialdad de un ejecutivo que contempla una fusión y se fijan mutuamente en el atractivo físico, el nivel económico y el rango social de cada uno, lo mismo que en rasgos de la personalidad como la amabilidad, creatividad y el sentido del humor.

Hernández (2017) menciona que la pareja cumple una función cultural. Como proceso productivo es un órgano de reproducción, juega un lugar privilegiado en la cultura y en el aprendizaje del comportamiento adecuado, de los roles sociales y de los valores tanto morales como ideológicos.

Como se ha mencionado la pareja es un aspecto primordial para el ser humano, ya que da paso a la reproducción y así la formación de una familia, y con ello a los roles, educación, cultura y los valores que se implementan.

2.4 Violencia de Género

En primera instancia se definirá lo que es violencia; es la situación cuando se emplea fuerza física amenazas que pongan en peligro de perder la vida, la honra, la libertad, la salud, o una parte considerable de los bienes del contratante, de su cónyuge, de sus ascendientes, de sus descendientes o de sus parientes colaterales dentro del segundo grado (Zamora, 2017).

(Montesino, citado en, Beauvoir 2005) quien habla del género postula que va más allá de un algo biológico, esta autora incorpora un componente en la formación del género, profundizando que este se construya a través de significados asignados culturalmente.

Al agregar la palabra género habrá que entenderla como violencia de género, la cual hace referencia a manifestación de agresión física, emocional, económica y psicológica que afecta la integridad de la mujer, no se limita a la violencia física o sexual sino que se ha extendido al campo laboral y según datos de la encuesta Nacional de 2011 retomada por la Dra. Julia Chávez en el artículo Mujeres, Género y Violencia Nacional, La violencia nacional, está enfocada a las situaciones de discriminación y el 20% de las mujeres afirmaron tener menos oportunidades de crecimiento, de salario o de prestaciones, así como también de discriminación por su situación conyugal o de planeación familiar.

La violencia por género se ejerce principalmente por parte de los hombres contra las mujeres, por el simple hecho de ser mujeres. No es una situación de naturaleza animal, se trata de una construcción cultural basada en hacer que las diferencias biológicas entre mujeres y hombres (el sexo) se conviertan en desigualdad culturales (el género) (Vargas, 2009). La violencia afecta a las mujeres con mucha más frecuencia, es un atentado contra la integridad. Dignidad y la libertad de las mujeres. La violencia de género es un acto violento, basado en una situación de

desigualdad en un sistema de dominación de los hombres sobre las mujeres. La discriminación hacia las mujeres y la violencia de género es un problema que traspasa fronteras y que está presente en la mayor parte de los países del mundo. La violencia contra la mujer ha existido siempre, manifestándose de muy distintas maneras, si bien actualmente se ha convertido en un problema.

20% de los y las adolescentes indican que si una mujer es maltratada por su compañero y no le abandona será porque no le disgusta del todo esa situación. En realidad, no se trata que las mujeres que sufren violencia de género lo acepte tal cual. Sino que una mayoría de la población (hombres y mujeres) no tiene estrategias para identificar que hechos son violencia (que en muchos casos se amparan en mitos que los normalizan). De forma general, más allá de los escenarios, los tipos de violencia hacia las mujeres aunque sobretodo de violencia de género (en el ámbito de la pareja o relación de afectividad) se suele dividir en violencia física, psicológica, sexual y económica (Castro, 2005). La violencia de género tiene como consecuencia daño físico, sexual o psicológico, Existen manifestaciones de violencia, claras y precisas para darse cuenta, tales como alguna acción que produzca daños o coloque en riesgo.

Es común que en estudios sobre la violencia de género en los que la víctima admite haber sufrido alguna situación de maltrato en algunos casos no la identifiquen como violencia, de la misma manera que muchos agresores tampoco identifican como violencia las actitudes que has tenido hacia su víctima. Como es mencionado anteriormente existen casos donde no es detectada la violencia ya que es percibida como un estilo de vida, hasta un simple juego o simplemente no se atreven a denunciar o creer que sea un comportamiento anormal.

El informe de la Relatora Especial sobre la violencia contra la mujer de 2002 calcula que cada año 2 millones de mujeres y niñas corren el riesgo de sufrir mutilación genital femenina (Castro, 2005).

La Convención sobre la Eliminación de todas las formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW), aprobada por la Asamblea General de las Naciones Unidas en 1979. Se consideró a la violencia contra las mujeres como parte del conjunto de formas de discriminación (Segato, 2003). Fue aprobada para difundir y promover los derechos de mujeres.

El registro de violencia física practicada contra la mujer ha ido aumentando en la última década. Los especialistas afirman de manera unánime que el aumento de las denuncias registradas no responde al aumento del fenómeno en sí sino a la expansión de la conciencia de sus víctimas respecto a sus derechos (Fernández citado por Segato 2003).

2.4.1 Tipos de violencia

La organización Mundial de la Salud define la violencia como el uso intencional de la fuerza o el poder físico, de hecho, o como amenaza, contra uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones.

A continuación se mencionaran y se definen los tipos de violencia (González, 2013)

Clasificación de violencia:

- Violencia física.
- Violencia psicológica.
- Violencia sexual.
- Violencia económica.
- Violencia patrimonial.

Violencia física: La Comisión Nacional para Prevenir y Erradicar la Violencia contra las mujeres (CONAVIM) la explica como el uso de la fuerza física (golpes, pellizcos, empujones, puñetazos, puntapiés, jalones, rasguños, mordeduras, etc.) para provocar daños no accidentales, o con algún tipo de arma u objeto que pueda provocar o no lesiones internas, externas o ambas, también la falta de cuidados por negligencia encaminado hacia el sometimiento del otro (Martínez y Sánchez, 2015). La violencia física como se menciona en toda acción u omisión que directa o indirectamente ocasiona daño o sufrimiento, este tipo de violencia puede ser notada por otras personas. Puede ser utilizando fuerza física o alguna clase de objeto que pueda causar lesiones.

Violencia psicológica: Es común que se le conozca como violencia emocional, abuso verbal y mental, violencia no física e incluso discordia matrimonial.

La CONAVIM hace referencia a cualquier acto u omisión que dañe la estabilidad psicológica consecuencia de una serie de actitudes y palabras destinadas a denigrar o negar la manera de ser de la otra persona, en la posibilidad de los espacios de subjetividad y lo interpersonal, incluye el lenguaje verbal y la comunicación de verbal; como lo son desvalorizaciones, burlas, resaltar defectos, chantajes, humillaciones, control, menosprecio, negligencia, abandono, descuido reiterado, insulto, rechazo, infidelidad, restricción a la autodeterminación, amenazas, imposición de tareas, no tener en cuenta sus necesidades afectivas; las cuales conllevan a la víctima a la depresión, al aislamiento, vivir en estado de alerta, alteraciones de la salud, devaluación de su autoestima, adicción sustancias en incluso al suicidio (Martínez y Sánchez, 2015). Es un abuso psíquico, incluye todas aquellas conductas que producen desvaloración o sufrimiento en las mujeres. Este tipo de violencia es ejercida para deshonrar, desacreditar, desvaloraciones, sufrimiento o menos preciar el valor o dignidad personal, tratos humillantes, que conlleva a las mujeres víctimas de violencia a disminuir su autoestima, agresiones psicológicas que perjudican la autoestima y generan desconcierto e inseguridad esto es perjudicial en su sano desarrollo.

Violencia sexual: Es la imposición de cualquier tipo de contacto sexual en cual no es deseado por ambas partes. Donde implican gestos, actos o formas de vestir, hasta al abuso sexual o violación. O bien insultos o acusaciones durante el contacto sexual.

Las diferentes formas de violencia sexual son difíciles de pensar ya que involucra la intimidad y la privacidad y en muchos casos demanda silencio y secreto, dentro de estas formas están la violencia, acoso, abuso a menores, incesto, etcétera. Los mitos personas y las creencias que se subsisten en relación con los fenómenos

violentos se filtran en los pensamientos de quien rodea a una de estas víctimas por ende se construye el miedo en las mujeres, estas construcción se elabora cuando se enseña a preservar su virginidad como algo sagrado y también a no iniciar la sexualidad de los hombres (Sosa, 2015). Otra manera en la que se manifiesta la violencia sexual es el acto sexual que se manifiesta sin el consentimiento de una mujer y que genere daño o sufrimiento. La violencia contra las mujeres puede manifestarse a través de manoseos, tocamientos, comentarios o insinuaciones sexuales no deseadas. Este tipo de violencia abarca un amplio conjunto de formas como lo son amenazas, intimidaciones, chantajes, extorsiones, manipulaciones, sobornos, uso de poder que anule o restrinja la voluntad de la víctima.

Violencia económica y patrimonial: Es toda acción y omisión del agresor que afecta la economía de la víctima y se manifiesta en el control de ingresos monetarios, restricción, restricción de empleo o búsqueda de mismo, uso del dinero de la víctima sin su consentimiento o explotando los recursos (Martínez y Sánchez, 2015). Como se menciona esta violencia es toda acción efectuada por un individuo que afecta la supervivencia económica de otro, a través de limitaciones, control sobre el dinero. Dicha violencia genera dependencia y temor que ayuda a reforzar al generador de la violencia.

La violencia económica tiene manifestaciones diversidad al presentarse en formas de omisión de las necesidades más básicas, como lo es la alimentación, salud y la educación; así como robo. Una de las manifestaciones de este tipo de violencia hacia la mujer consiste en que la limiten o impidan el acceso al mercado laboral, a la educación o cualquier otro tipo de actividad que la independicen económicamente (INEGI, 2012).

La CONAVIM menciona que cualquier acto u omisión que afecta la supervivencia de una persona ya sea daño o despojo de sus pertenencias se considera violencia patrimonial. Se manifiesta en la transformación, sustracción, destrucción, retención o distracción de objetos, documentos personales, bienes y valores, derechos patrimoniales o recursos económicos, el control o impedimento del uso de los ingresos (Martínez y Sánchez, 2015). La violencia patrimonial es una acción u omisión ilegítima que implique daño, pérdida, destrucción, ocultamiento o retención de bienes, documentos, recursos económicos, con el objetivo de dañar a la víctima.

2.4.2 El ciclo de la violencia

La psicóloga norteamericana Walker (1979) estableció la teoría que explica la dinámica del ciclo de la violencia conyugal y la razón por la cual muchas mujeres se quedan atrapadas en dicha relación violenta de pareja. El ciclo definido de agresión que estas mujeres experimentan y la comprensión de este ciclo es muy importante si se quiere detener o prevenir los incidentes de agresión. Este ciclo también ayuda a explicar cómo llegan a ser víctimas las mujeres agredidas y por qué no pueden escapar. Está compuesto de tres fases distintas, las cuales varían en tiempo e intensidad, para la misma pareja y entre diferentes parejas. Estas son:

- Fase uno: Acumulación de tensiones.
- Fase dos: Explosión o Incidente Agudo
- Fase tres: Respiro de calma y cariño o Tregua Amorosa.

Acumulación de tensiones: Durante esta fase ocurren incidentes menores de agresión que van creando un clima de temor e inseguridad en la mujer, a partir de que su marido o compañero se enoja por cualquier cosa, le grita o la amenaza. En general el comportamiento de la mujer es de negación y racionalización de lo ocurrido que se expresa en la justificación del comportamiento de su pareja, no se define, se muestra pasiva y casi convencida de que no existe salida por lo tanto no realiza ningún esfuerzo para cambiar su situación. Su estado emocional es tan precario que puede llevarla a frecuentes estados depresivos y de ansiedad que la incapacitan para valorar lo que está sucediendo porque su energía está puesta en evitar un daño mayor (Morabes, 2014). Las agresiones en esta fase son pequeñas, hay efectos residuales de aumento en la tensión. La mujer pasivamente acepta la agresión y el comportamiento del agresor, el no desea controlarse a sí mismo. A la víctima no le interesa la realidad de la situación, ya que intenta desesperadamente evitar que él la lastime más así mismo ella piensa que no hay nada que pueda cambiar la situación.

Incidente agudo: Las tensiones son descargadas a través de golpes, empujones, o maltrato psicológico excesivo. En esta fase ambos operan con una pérdida de control y con gran nivel de destructividad de parte del hombre hacia la mujer, donde el primero comienza por querer enseñarle una lección a su mujer, sin intención de causarle daño y se detiene solamente cuando piensa que ella aprendió la lección. Ella experimenta incertidumbre acerca de lo que sobrevendrá, enfrenta de forma anticipada la casi certeza de que será golpeada gravemente por lo que cualquier acto o palabra que ella realice para tratar de detener el incidente agudo y como una forma de salir de la angustia que sobreviene ante lo incierto de la relación, tiene afecto de provocación sobre la agresividad del hombre (Morabes, 2014).

Esta disociación va acompañada de un sentimiento de incertidumbre sobre lo que está sucediendo, el miedo le provoca un colapso emocional que la lleva a paralizarse por lo menos las primeras 24 horas dejando parar varios días antes de decidirse a buscar ayuda. Ante lo impredecible del momento, a veces suele darse un distanciamiento de la pareja que puede llevar a la mujer a buscar ayuda profesional, irse de la casa, aislarse más o en algunos casos cometer homicidio o suicidarse. En algunos casos es su misma pareja quien le cura las lesiones o la lleva al hospital reportando ambos la causa de las lesiones como un accidente doméstico (Morabes, 2014).

Esta fase es más breve, se presenta una tensión severa hacia la mujer, se llegan a presentar problemas o quejas psicofisiológicos; insomnio, pérdida de apetito o lo opuesto, dormir y comer en exceso y fatiga constante. Esta es la fase donde se empiezan a presentar situaciones más críticas y las que dan paso a las agresiones más severas (Morabes, 2014).

Tregua Amorosa: Viene inmediatamente después de terminar el incidente de violencia aguda, al que le sigue un período de relativa calma. El comportamiento de parte del hombre es extremadamente cariñoso, amable, con muestras de arrepentimiento, pide perdón, promete no volver a golpear bajo la condición de que la mujer no provoque su enojo. Con estos gestos inusuales de cariño el hombre da muestras de que ha ido demasiado lejos, pretende compensar a la mujer y convencer a las personas entradas de lo sucedido que su arrepentimiento es sincero. Esta fase generalmente se acorta o desaparece con el tiempo en que se agudiza lo episodio violentos. Así mismo en este momento es cuando la mujer abandona cualquier iniciativa que haya considerado tomar para poner límite a la situación violenta en que vive. (Morabes, 2014)

La ambivalencia afectiva de su pareja provoca en la mujer un profundo, estado de confusión y distorsión de la realidad. Muestra apego a las vivencias de amor, se siente culpable si ésta crisis la lleva al rompimiento del matrimonio, se percibe a sí misma como la responsable del bienestar emocional de su pareja.

Esta fase se caracteriza por un comportamiento cariñoso, amable y de arrepentimiento por parte del agresor, sabe que las cosas han llegado lejos y trata de compensar a la víctima. Trae consigo calma, el agresor se comporta, de manera encantadora, se siente arrepentido de sus acciones, así como el suplicar que lo perdone y promete que no lo hará nunca más.

No existe una sola causa que determine la violencia del hombre contra la mujer, son un conjunto de factores que se interrelacionan, generando así distintas conductas de maltrato. Segato (2003) reconoce que en los ciclos violentos las “víctimas y agresores se encuentra inmersos en un proceso de sufrimiento, están aprisionados, por razones culturales, sociales o psicológicas.

2.4.3 Violentómetro

El violentómetro surge (IPN, 2009), en la Unidad de Género del Instituto Politécnico Nacional (IPN) se dio a la tarea de conocer la dinámica en las relaciones de pareja que establecían las y los estudiantes entre 15 y 25 años, por lo que aplicó una encuesta a más de 14 mil jóvenes de nivel medio superior y superior.

Se detectó que tanto mujeres como hombres señalaron que por lo menos una vez su pareja:

- Le prohibió contacto con algún amigo/a, compañero/a de estudio o trabajo.
- Se encoló de algún familiar o amigo/a.
- Le insultó con palabras hirientes.
- Se expresó de él/ella de manera desagradable.
- Revisó en su ausencia pertenencias personales, como celular, correo electrónico, cuadernos y redes sociales.
- Le presionó con silencio o indiferencia para cambiar algún comportamiento.

Los datos arrojados en el estudio encendieron el foco rojo sobre la evidencia problemático de violencia entre las y los jóvenes que integran la comunidad politécnica. Se logró identificar que la violencia física y psicológica se manifiesta a manera de juego y que los celos, las amenazas, las llamadas constantes al celular, las prohibiciones en la forma de vestir se perciben como situaciones normales, como muestra de cariño, atención y amor (IPN, 2009). Gracias al estudio realizado fue que se percataron de la violencia que se presenta en los jóvenes sin embargo esto se puede presentar en cualquier edad y/o etapa de nuestra vida. La violencia puede surgir desde un simplemente de juego e ir creciendo hasta salir de control y lastimar a la pareja.

Las relaciones amorosas entre jóvenes son amplias, diversas y complejas, ya que, en la actualidad, además del noviazgo, existe otros de vínculos, pero el común denominador en todos estos es la práctica de mandatos, conductas y roles de género adquiridos en la infancia, aprendidos y reforzados cotidianamente, y esto es lo que permite que, en muchas ocasiones, en nombre del amor, se generen situaciones de violencia en sus diferentes tipos y ámbitos.

Desde este panorama, era urgente hacer conciencia de ello desde sus primeras apariciones para impedir que la violencia continuara manifestándose y proponer una iniciativa académica y pedagógica que promoviera en las y los jóvenes la capacidad de decir de manera informada las relaciones de pareja que desean establecer basadas en el diálogo, el respeto mutuo, la responsabilidad y libertad (IPN, 2009). Como es mencionado anteriormente las relaciones interpersonales que se establecen, son influenciadas en su totalidad por nuestra educación, por el tipo de crianza, familia, etcétera. Es importante detectar la primera conducta, comentario o actitud hiriente que la pareja pueda realizar.

La idea se consolidó en un material gráfico y didáctico en forma de regla conocido como Violentómetro, el cual visualiza las diferentes manifestaciones de violencia que se encuentran ocultas en la vida cotidiana de mujeres y hombres, y que la mayoría de las veces se confunden o desconocen (IPN, 2009). Se trata de una herramienta de sensibilización que permite estar alerta para detectar y atender este tipo de prácticas que se llevan a cabo en las relaciones interpersonales y que se viven en los ámbitos de mayor permanencia, como son el familiar, escolar, laboral y en las relaciones de pareja.

El Violentómetro se divide en tres niveles de diferentes colores que simulan lo que especialistas en la materia desminan “la escala de violencia”. A cada uno le corresponde una situación de alerta o foco rojo (IPN, 2009).

- ¡Ten cuidado! ¡La violencia aumenta!
- ¡Reacciona! ¡No te dejes destruir!
- ¡Necesitas ayuda profesional!

Las manifestaciones de violencia que se muestran no son necesariamente consecutivas, pueden ser experimentadas de manera intercalada. Debida a que la regla representa una escala de violencia gradual, inicia señalando las manifestaciones más sutiles posteriormente las más evidentes, y en el último rubro, las manifestaciones más extremas. El violentómetro en modo gradual, acciones, actitudes, comentarios, entre otros, sin embargo, estas se pueden presentar de manera diferente o similar.

El violentómetro surge (IPN, 2009), como respuesta a la violencia que se presentaba, este es útil para prevenir y advertir sobre el grado de violencia del que una persona puede ser víctima. Con él se detecta el grado donde se encuentra y así atender la violencia en cualquiera de sus tipos y modalidades. El violentómetro está dividido en tres niveles o escalas y cada uno de ellos atribuye a situaciones deferentes con grados y diferentes tipos de violencia. Este va por modo gradual, donde van de manifestaciones sutiles, hasta extremas.

Por lo antes mencionado el violentómetro es una herramienta, para que las personas se percaten de las diferentes conductas, actitudes o comentarios, que realizan o reciben, los cuales ya son consideraos como violencia.

2.4.4 Marco contextual

Mediante decreto expedido por el Ejecutivo del Estado, el 18 de febrero de 2002, se crea el Instituto Hidalguense de la Mujer (2002), como Organismo Público Descentralizado de la Administración Pública, con personalidad jurídica y patrimonio propios. Tiene el propósito de coordinar y ejecutar acciones orientadas a promover el desarrollo integral de las mujeres a fin de garantizar su plena participación en la vida económica, política, cultural y social de la entidad. Con fecha 18 de julio de 2005 se publica el decreto en el cual se modifica la denominación del Instituto Hidalguense de la Mujer, por Instituto Hidalguense de las Mujeres, con una última reforma que se ha publicado el 8 de diciembre de 2014. El 31 de diciembre del 2015, se publicó en el periódico oficial del Estado de Hidalgo, la Ley del Instituto Hidalguense de las Mujeres.

La misión del Instituto Hidalguense de la Mujer (2006), es Coordinar e impulsar políticas públicas estatales y municipales para la igualdad sustantiva entre mujeres y hombres, la no discriminación por razones de género, el pleno ejercicio de los derechos humanos de las mujeres y la erradicación de la violencia contra las mujeres y las niñas.

La visión del Instituto Hidalguense de la Mujer (2006), es ser un Organismo generador y promotor de cambios estructurales en la gestión pública y en los diversos sectores de la sociedad hidalguense que garanticen el ejercicio de los derechos humanos de las mujeres y las niñas, erradiquen la violencia de género y consoliden la igualdad sustantiva entre mujeres y hombres.

Objetivo de la asesoría psicológica del Instituto Hidalguense de la Mujer (2006):

Brindar asesoría, consultoría y terapia psicológica, de manera personal, gratuita y desde la perspectiva de género a mujeres, sus hijas e hijos menores de edad, que viven violencia, a efecto de procurar preservar y restaurar su salud mental, contribuyendo al proceso de construcción de su ciudadanía.

Capítulo III

Metodología

El enfoque de esta investigación es cuantitativo, este enfoque recoge y analiza datos sobre variables, implico el uso del Instrumento de Codependencia (ICOD), herramientas estadísticas y matemáticas, el propósito es cuantificar los datos obtenidos. Analiza datos de forma numérica y estadística (Pita y Pertegas, 2002). El diseño de investigación es de tipo no experimental, las variables no se manipulan intencionalmente, sino que sólo se observan y se analizan los fenómenos tal y como son en su contexto natural. La tesis se basará en el diseño no experimental, ya que no se manipula las variables Hernández (2003).

Esa investigación es transversal, donde se recolectan datos en un momento, en un tiempo único, su propósito es describir variables y su incidencia en un momento dado.

A continuación, en las tablas 1 y 2 se muestra la variable dependiente que es la Violencia, la variable independiente que se refiere a la Codependencia. Abordando sus dimensiones e indicadores de cada una de las variables.

Tabla 1. Variable Dependiente la Violencia.

Variables	Dimensión	Indicadores
Violencia hacia las mujeres	Psicológica	<ul style="list-style-type: none"> • Humillaciones • Acoso • Bromas hirientes • Chantajes • Mentir • Engañar • Ignorar • Ofender • Ridiculizar • Intimidar • Amenazar • Controlar • Impedir que se relacione con otras personas • Desvalorizar
	Física	<ul style="list-style-type: none"> • Caricias agresivas • Golpes • Pellizcos • Empujones • Patadas • Jalonear • Cachetear
	Sexual	<ul style="list-style-type: none"> • Insinuaciones sexuales • Actos agresivos para imponer una conducta sexual • Forzar a la relación sexual • Violación
	Económica	<ul style="list-style-type: none"> • Limitaciones del dinero • Controlar el dinero • Tiene que dar cuentas de todo lo que gasta • No puede participar en las decisiones económicas • Le niega el dinero suficiente para que satisfaga sus necesidades. • Su sueldo lo debe entregar intacto
	Patrimonial	<ul style="list-style-type: none"> • Quitarle las herencias recibidas • Robarle objetos personales o bienes inmuebles • Vender sus objetos personales o bienes sin su consentimiento • Esconderle su correspondencia o documentos personales

La información se obtuvo de (IPN, 2009), la información del Violentómetro se adaptó para esta investigación.

Tabla 2. Variable Independiente la Codependencia

Variable	Dimensión	Indicadores
Codependencia	Mecanismo de negación	<ul style="list-style-type: none"> • Tolerar malos tratos de la pareja como una manera de no enfrentar su propia problemática personal • Evitar contacto con personas fuera de su familia nuclear para no escuchar otras opiniones • Confusión al tratar de aceptar lo que en realidad no acepta • Rigidez y desorientación cuando las situaciones se presentan fuera de su control • Minimizar el problema con la pareja para no tener que resolverlo
	Desarrollo incompleto de la identidad	<ul style="list-style-type: none"> • Relación simbiótica con la pareja y con otras personas • Tensión emocional causada por la falta de conciencia de sus propias necesidades. • Dificultad para establecer límites con personas abusivas • Dificultad para tomar decisiones • Ansiedad por separación y miedo a la soledad
	Represión emocional	<ul style="list-style-type: none"> • Tratar de ser comprensiva y complaciente con todos • No expresar sus pensamientos y emociones • Complacer a los demás por miedo a no ser aceptada • Miedo a perder el control • Vivir con el temor de que algo terrible le pueda suceder
	Orientación rescatadora	<ul style="list-style-type: none"> • Aparentar estar bien aunque se siente mal • Trabajar en exceso haciendo cosas que le corresponden a otros • Actitudes de perfeccionismo • Exagerar la propia responsabilidad • Preocupación excesiva por los demás • Evitar entrar en contacto con ella misma

La información se obtuvo de (IPN, 2009), la información del Violentómetro se modificó para esta investigación.

3.1 Sujetos

La muestra para esta investigación es no probabilística, ya que existen criterios de inclusión, los elementos no dependen de la probabilidad sino de las características de la investigación.

Criterios de inclusión

- Que tuvieran pareja sin importar el tiempo de relación
- Ser usuaria del Instituto Hidalguense de las Mujeres.
- Haber sido víctima de cualquier tipo de violencia.

Criterios de exclusión

- Ser usuaria de primera vez en el Instituto Hidalguense de las Mujeres.
- Haber sido víctima de violencia por parte de una persona que no fuera su pareja.

3.2 Materiales

Para la presente tesis se utilizó el Instrumento de codependencia (ICOD), de la cual la autora es Gloria Noriega Gayol, la editorial es Manual Moderno, Instrumentos de Evaluación, edición 01 del año 2011. El objetivo del ICOD es detectar la prevalencia de codependencia y sus factores asociados en mujeres.

El instrumento se encuentra formado por 30 reactivos con respuestas de 0 (no) a 3 (mucho), es de fácil aplicación y calificación. Se compone de manual de aplicación y cuestionario. Este Instrumento se basa en la teoría del análisis transaccional. De acuerdo a esta teoría, la codependencia se encuentra asociada con: mecanismo de negación, desarrollo incompleto de la identidad, represión emocional y orientación rescatadora hacia los demás. Las características del Instrumento son las siguientes:

Evalúa: Mujeres entre 18 y 65 años de edad.

Aplicación: Individual o colectiva

Tiempo de aplicación: De 5 a 10 minutos

Profesionistas capacitados para aplicarlo: Psicólogos, trabajadores sociales, profesionales en el campo de la salud mental y la educación.

3.3 Procedimiento

1. Se acudió al Instituto Hidalguense de las Mujeres ubicado en Pachuca, Hidalgo. Se solicitó entrevista con la Licenciada de Recursos Humanos, para explicar el objeto de la investigación.
2. Se solicitó a la Universidad Humanista Hidalgo, un oficio en el cual se pedía la autorización para la aplicación de los cuestionarios ICOD en el Instituto Hidalguense de las Mujeres.
3. Se asistió al Instituto Hidalguense de las Mujeres, se hizo entrega del oficio.
4. Al obtener la respuesta, se agendó cita para la reunión con la Psicóloga Korina Pérez Soto, encargada del área de Psicología, se habló sobre la investigación y la aplicación del cuestionario ICOD a las Usuarías del Instituto Hidalguense de las Mujeres.
5. Se entregaron los cuestionarios ICOD, las fichas de investigación a las Psicólogas del Instituto Hidalguense de las Mujeres, se acordó que las psicólogas aplicarían los cuestionarios.
6. Al término de la aplicación fueron recogidos los cuestionarios y las fichas de identificación. Después de lo cual se procedió a calificarlos y a elaborar el reporte correspondiente.

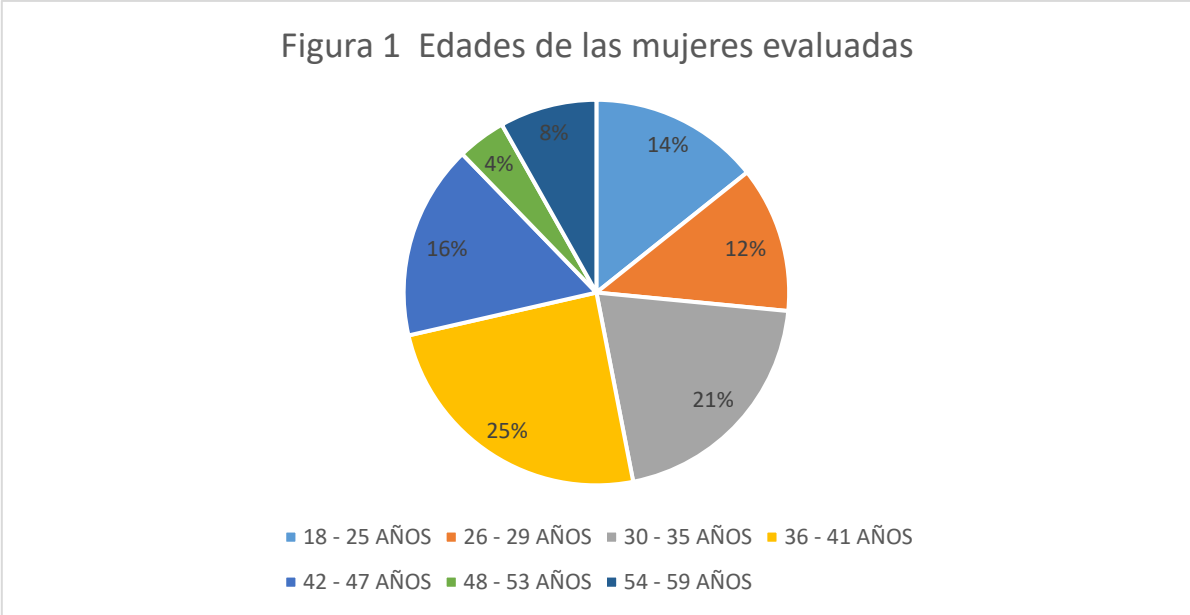
Capítulo IV: Resultados

4.1 De las pruebas aplicadas

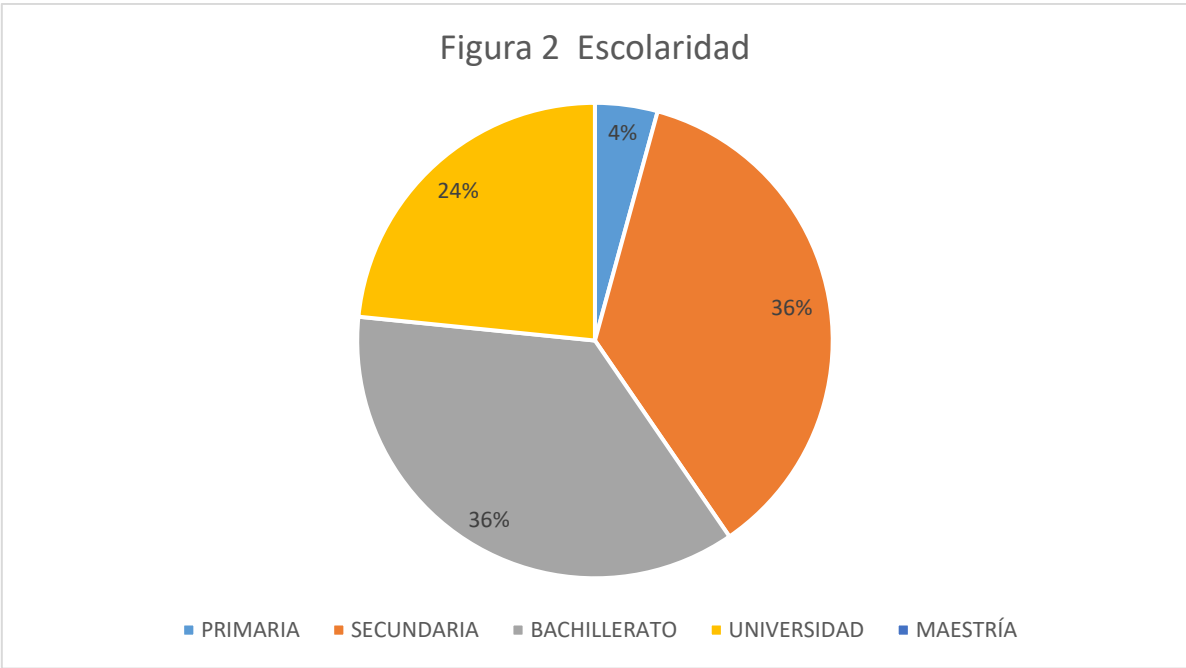
Se realizó una investigación cuantitativa, con el propósito de comprobar la hipótesis planteada al inicio, se incluyeron datos de una muestra de 49 mujeres violentadas que recibieron atención en el Instituto Hidalguense de las Mujeres. Fueron aplicados cuarenta y nueve cuestionarios ICOD, así como cuarenta y nueve fichas de identificación, para identificar si las mujeres que han experimentado violencia muestran una posible codependencia hacia la pareja. Con los datos recolectados se realizaron gráficas en Word, para una mejor comprensión de los resultados y los datos sociodemográficos.

A continuación, en la figura 1 se muestran los resultados obtenidos de las Fichas de Identificación que fueron aplicados en el presente trabajo.

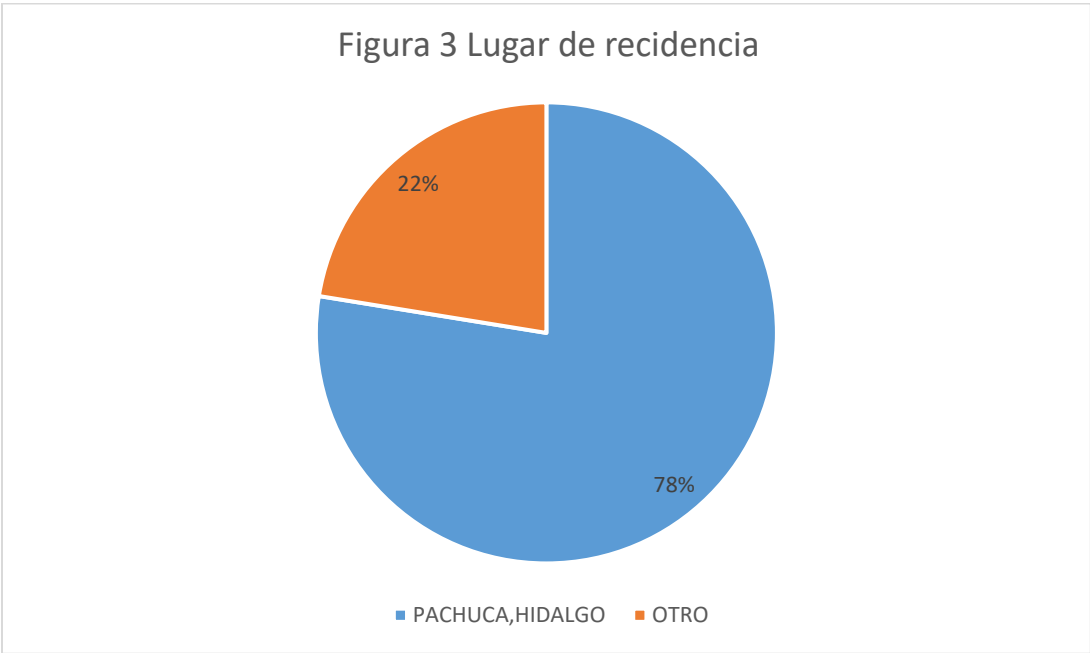
El rango de edad de las mujeres evaluadas, fue de 18 a 65 años, las edades más frecuentes entre la población con 25% fue de 35 a 41 años.



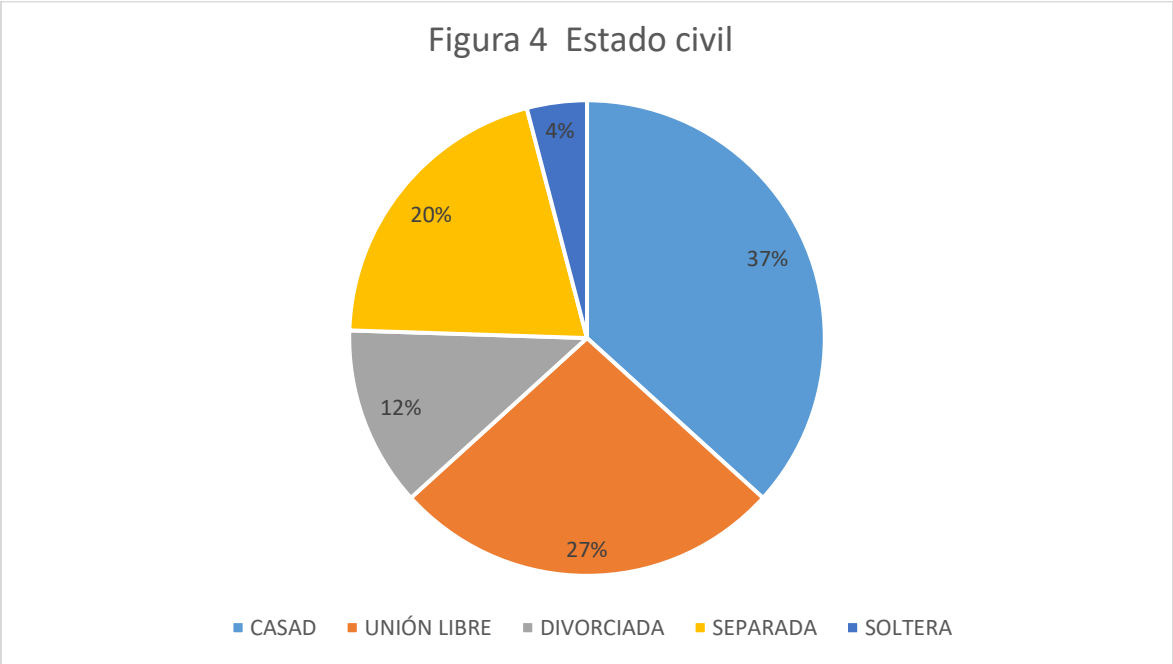
En la figura 2 se muestra que 36% de las mujeres cuentan con un nivel de escolaridad de secundaria, se presenta el mismo porcentaje a nivel de bachillerato, seguido por 26% que tiene estudios a nivel universitarios, también se muestra el mismo porcentaje 2% tienen estudios de primaria y a nivel maestría.



Como se observa en la figura 3 muestra de mujeres evaluadas, 77% residen en Pachuca de Soto, Hidalgo, mientras que 22% reside en otro lugar.

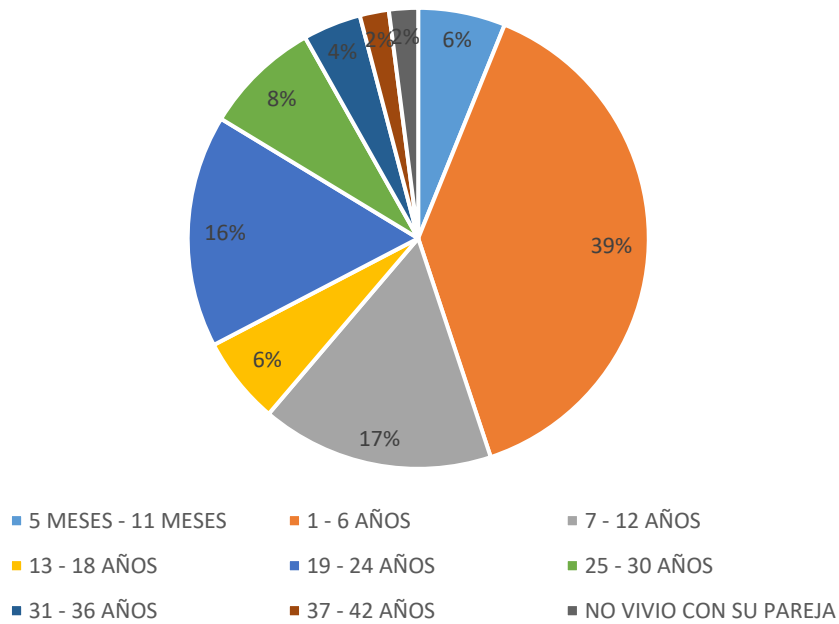


En la figura 4 muestra que al momento del estudio 37% de las mujeres se encontraban casadas, 27% en unión libre, mientras que 20% se encuentra separada, seguido por 12% se encuentra divorciada y 4% son solteras.



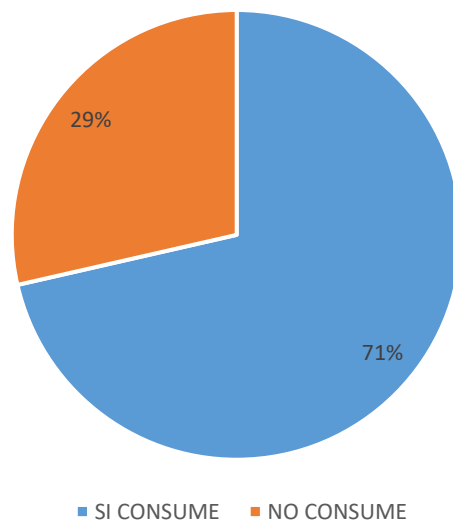
Como se muestra en la figura 5 39% las mujeres evaluadas manifestaron haber vivido con su pareja de 1 año a 6 años. Continuando con 17% de 7 años a 12 años viviendo juntos, 16% de 19 años a 24 años. El siguiente con 8% de 25 años a 30 años, 6% mencionaron vivir juntos de 5 meses a 11 meses, con el mismo porcentaje de 13 años a 18 años. Siguiendo con 4% refiere haber vivido con su pareja de 31 años a 36 años, con 2% de 37 años a 42 años con el mismo porcentaje menciona no haber vivido con su pareja.

Figura 5 Tiempo de relación con su pareja

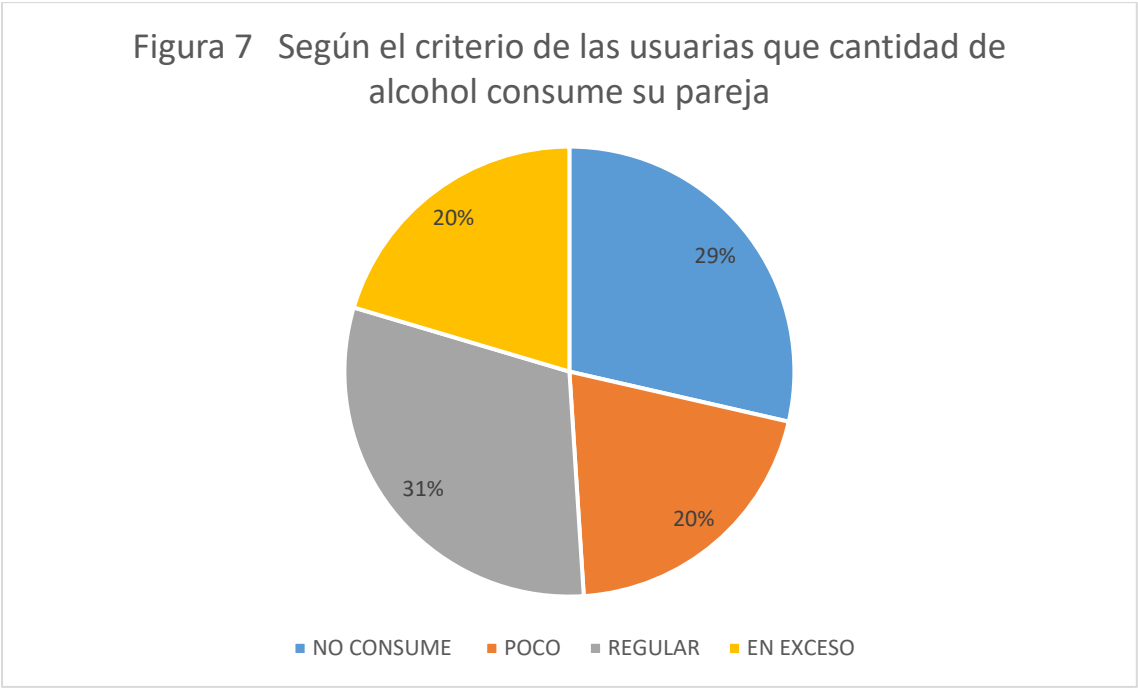


Como se muestra en la figura la 6 se cuestionó el consumo de alcohol de la pareja, 71% de las usuarias confirmaron que su pareja consume alcohol, mientras que 29% lo negaron.

Figura 6 ¿Su pareja consume alcohol?

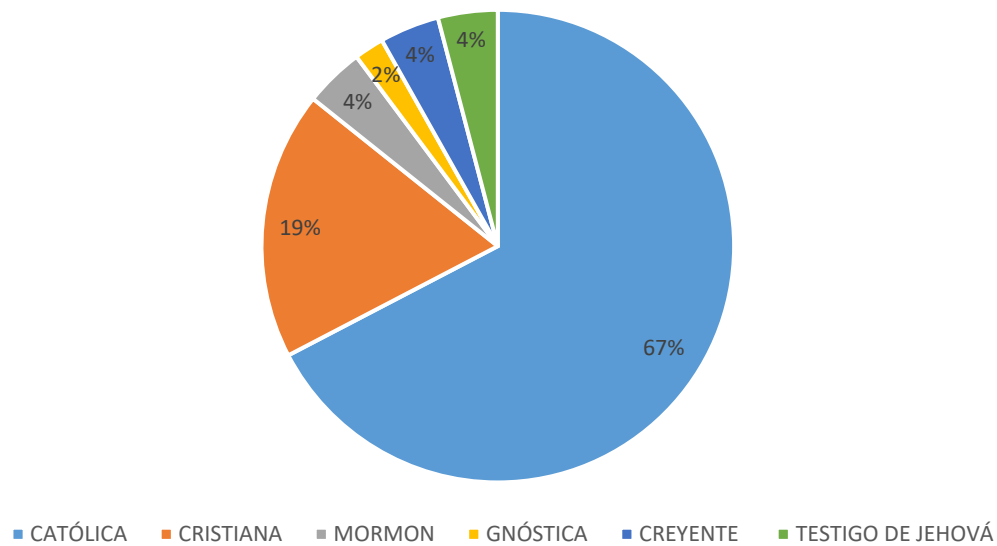


En la figura 7 se les preguntó a las usuarias, según su criterio que cantidad de alcohol consume su pareja, 31% refiere que el consumo es regular, continuando con 29% menciona que no consume alcohol. 20% consume poca cantidad y con el mismo porcentaje contestó que su pareja consume alcohol en exceso.



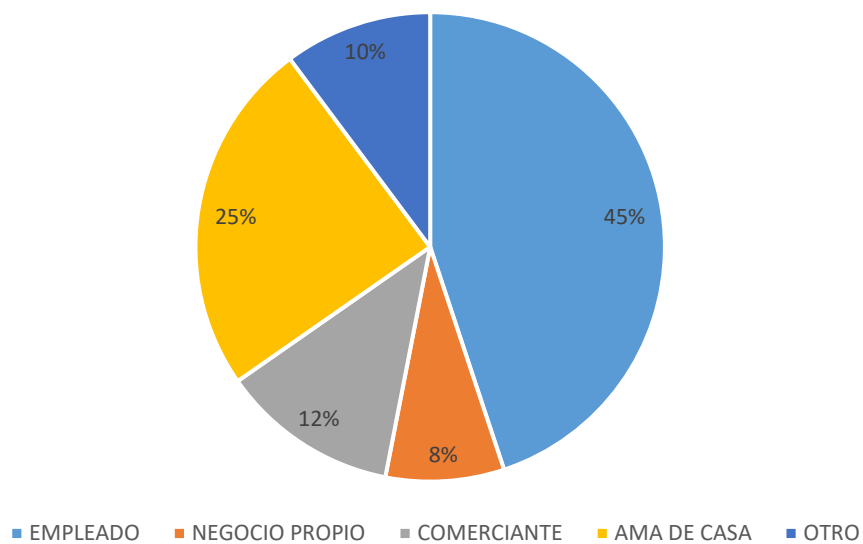
De acuerdo con la figura 8, se puede observar que la mayoría de las mujeres, 67%, de la muestra practica la religión católica, mientras que 19% mencionó creer en el cristianismo, la religión mormona, Testigo de Jehová y Creyente presentan el mismo porcentaje 4% y 2% manifiesta practicar la religión Gnóstica.

Figura 8 Religión asociada a sus creencias

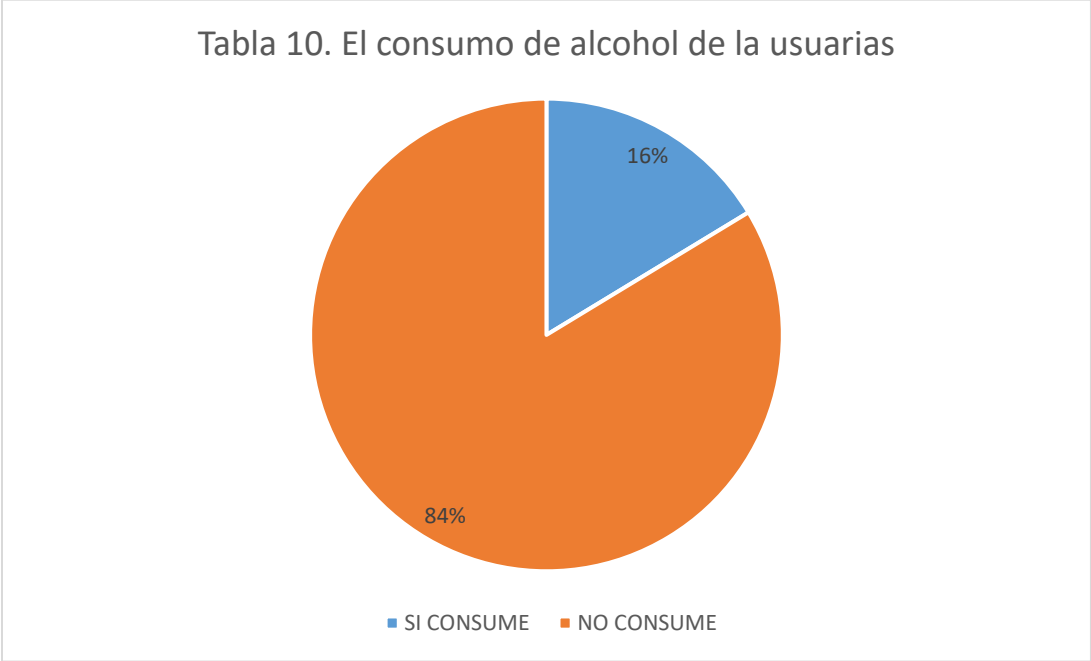


En la figura 9, de acuerdo con los resultados, aparece que 45% de la muestra manifestaron ser empleado, mientras que 25% reportó tener un negocio propio, seguido 12% es comerciante. Entre otras ocupaciones 10% menciona ser ama de casa y en 8% se dedica a otra cosa.

Figura 9 Ocupación que manifiestan



En la figura 10 se muestra el consumo de alcohol por parte de las mujeres evaluadas, 84% no consumen y 16% hace referencia que sí consume.



A continuación, se muestran los resultados obtenidos por el instrumento de codependencia. En la figura 11 y en la figura 11.1, se observan que 71% de las usuarias evaluadas son casos probables de Codependencia, mientras que 29% se presenta sin Codependencia. Como se mostró anteriormente se les cuestionó a las mujeres si su pareja consume alcohol. En la gráfica 6 y 6.1, se muestran los resultados. 71% confirmó que su pareja consumía alcohol, mientras que 29% lo negó.

Los resultados de esta variable son significativos ya que, el concepto de codependencia se empezó a utilizar en los años setenta para describir a la persona, sea está familiar o amigo, que tiene una relación directa e íntima con un alcohólico y que le facilita continuar con la adicción.

El concepto de codependencia fue evolucionando, refiriéndose a personas que se dedican a cuidar a un drogodependiente, involucrándose en su vida conflictiva, llegando a presentar conductas erróneas como las del propio adicto y frustrándose ante sus repetitivas recaídas. Noriega en el (2003) hace mención que en la década de los ochenta, Salvador Minuchin, Virginia Satir y otros terapeutas familiares, empezaron a emplear el término de codependencia para describir a todas que convivían con adictos. Posteriormente se estableció el concepto para familiares de personas con otra dependencia, con alguna enfermedad crónica.

Para este estudio la Codependencia se definió como un problema de relación dependiente de la pareja, caracterizado por frecuentes estados de insatisfacción y sufrimiento personal, donde la mujer se enfoca en atender las necesidades de su pareja y de otras personas sin tomar en cuenta las propias (Noriega, 2011). La persona Codependiente es un aliado inconsciente de la enfermedad del familiar o amigo. Reside en el hecho proteger al enfermo, sacrifican su tiempo, esfuerzo e incluso su dinero, el Codependiente tiende a ignorar los problemas de su propia vida.

Figura 11 Casos probables de codependencia

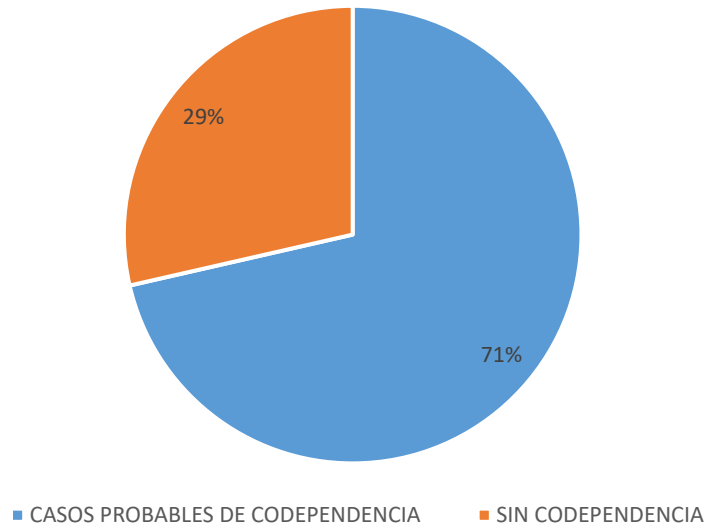
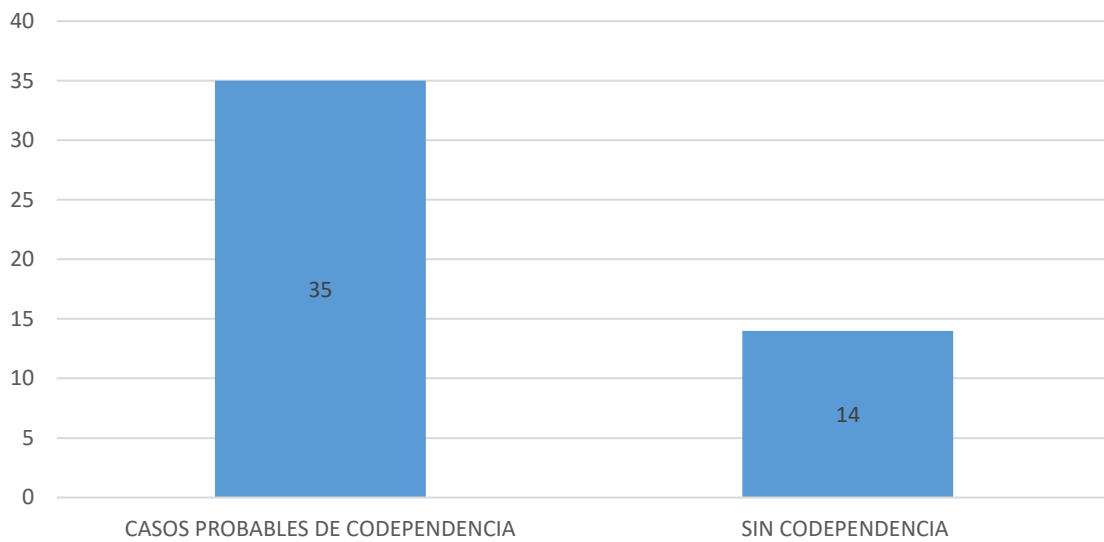
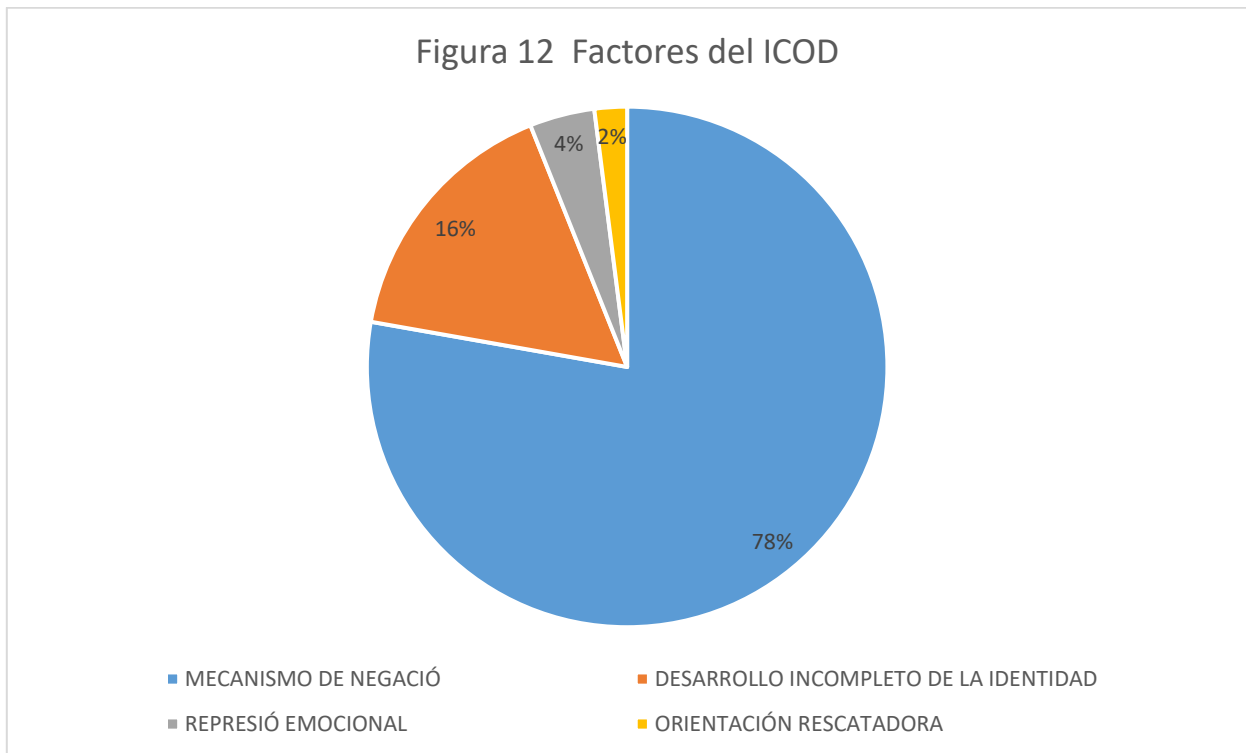


Figura 11.1 Casos probables de codependencia



En la figura 12 se muestran los Factores del ICOD, el mecanismo de negación se manifiesta en un 78%, es el rechazo de la existencia de las realidades, externas o internas. Si se reconociera su existencia, se generaría angustia. Continuando el desarrollo incompleto de la identidad con 16%, la identidad es el proceso subjetivo de permanente invención de la sociedad, que procesa sus tendencias internas y recibe y asimila las influencias externas, el desarrollo incompleto se debe a un desarrollo infantil interrumpido por situaciones disfuncionales. Con 4% la represión emocional, se da cuando la mujer no expresa sus desacuerdos por temor a ocasionar problemas y 2% la orientación rescatadora, se presenta cuando la mujer trata de controlar su ambiente para sentirse segura de sí misma.



Capítulo V:

Discusión

5.1 Conclusiones

Con base en el desarrollo a esta investigación, se puede mencionar que la codependencia es un problema, que puede presentarse en mujeres que se encontraron en situación de violencia generada por su pareja, se presenta sin importar, religión, edad, estado civil, etcétera.

La Codependencia involucra cuatro factores (Noriega, 2011) estos son: Mecanismo de Negación, Desarrollo incompleto de la Identidad, Represión Emocional y Orientación rescatadora. El Mecanismo de Negación obtuvo un porcentaje de 78% que se presenta en las mujeres codependientes, el cual consiste en evitar experimentar una realidad difícil de enfrentar, manifestando auto engaños.

Recuérdese que la hipótesis fue: Más de 50% de las mujeres que han experimentado violencia muestran codependencia hacia la pareja. Se realizó la aplicación de los cuestionarios ICOD, a una muestra de cuarenta y nueve mujeres, que asisten a un proceso terapéutico al Instituto Hidalguense de la Mujeres. La hipótesis planteada se verificó, ya que los resultados de los cuestionarios ICOD fue de 35 (71%) mujeres con casos probables de codependencia y 14 (29%) mujeres con ausencia de codependencia.

Como se recordará los objetivos planteados para esta investigación fueron, determinar la incidencia de la codependencia a la pareja en mujeres violentadas, esto se determinó con los cuestionarios ICOD aplicados, así mismo se describieron las características de la codependencia que se manifiestan en las mujeres violentadas. Se determinó la presencia de la codependencia en la muestra mujeres evaluadas.

5.2 Sugerencias

- En la ficha de identificación se les cuestionó a las mujeres sobre el consumo de alcohol de sus parejas, los datos obtenidos fueron significativos por lo que se sugiere para futuras investigaciones, explorar con más detalle sobre este consumo y la correlación que existe.
- El tamaño de la muestra debe definirse partiendo de dos criterios: los recursos disponibles y los requerimientos que tenga el análisis de la investigación. Por tanto, se recomienda trabajar con una muestra más grande de mujeres violentadas, mientras más grande y representativa se la muestra, menor será el error de la muestra. El hecho de poder corroborar la hipótesis, además de que sean correctas, depende bastante del tamaño de la muestra que se emplee y las cuestiones de la forma en que se seleccione los sujetos y el tamaño de la muestra, tiene una importancia fundamental al momento de poder determinar en qué medida esa muestra es representativa de la población a la cual refiere. Se debe tener en cuenta el tamaño de muestra con el que se va a contar y cuál es el que se requiere para poder implementar adecuadamente determinados diseños de investigación.
- También se sugiere la aplicación de una batería de pruebas psicométricas como, cuestionarios de personalidad, test proyectivos, inventario de autoestima, violencia de pareja, al momento en que las mujeres asistan por primera vez a solicitar apoyo psicológico. Tener contacto con las mujeres para poder realizar una entrevista a profundidad, para poder tener más datos.

Bibliografía

- Aguilar, N. C. (2015). *Estudio comparativo de codependencia en mujeres amas de casa y mujeres trabajadoras*. Tesis de Licenciatura. Universidad Insurgentes. México D.F.
- Aiquipa, J. J. (2013). *Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja*. Perú. Recuperado de <http://www.scielo.org.pe/pdf/psico/v33n2/a07v33n2.pdf>
- Anderson, S. (1994). *A critical analysis of the concept of codependency*. Estados Unidos: Peters.
- Beattie, M. (1996). *Ya no seas codependiente. Cómo dejar de controlar a los demás y empezar a ocuparse de uno mismo*. México: Promexa.
- Beattie, M. (2004). *Ya no seas codependiente*. México. Recuperado de http://www.convencionbautista.com/yahoo_site_admin/assets/docs/Beattie_Melody_-_Ya_no_Seas_Codependiente.13493939.pdf
- Bernetche, C. M., y Bernetch, E. M. (1999). *Codependencia*. México: Promexa.
- Blanco, S. (1998). *Etapas del ciclo vital de la familia la pareja*. Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México. México.
- Castro, T. R. (2005). *Desmontando la violencia de Género*. México. Recuperado de http://www.conigualdad.org/descargas/Desmontando%20la%20violencia%20de%20Genero_RubenCastro.pdf
- Diiderot, D. (2003). *Gran Enciclopedia Salvat*. Barcelona, España. Salvat.
- Duran, J. L. (2017). *Análisis Transaccional de Eric Berne: una revisión crítica de su dimensión política como dispositivo de control*. Michoacan, Hidalgo. Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, Morelia.
- España, M. L. (Octubre de 2003). *Mecanismos de defensa. adolescentes y genero*. Tesis de Licenciatura. Universidad Anáhuac. México.
- Estévez, J. L. (2013). *La pareja: un análisis cuantitativo de su relación basada en apego y/o desapego*. Tesis de Doctorado en investigación psicológica. Universidad Iberoamericana. México.
- Estrada, L. (1996). *¿Por qué deja de amarnos nuestra pareja? El desenamoramiento: Como prevenirlo o aceptarlo*. Mexico. Grijalbo.
- Fuentes, P. M. (2011). *El impacto de la identidad de género, la autoestima y el apego en una relación de codependencia afectiva*. Tesis de Licenciatura. Universidad Autónoma de México. México.

- Freud, S. (1915). *La represión*. Londres, Recuperado de <http://caece.opac.com.ar/gsd/collect/apuntes/index/assoc/HASH517b.dir/doc.pdf>.
- Gabalda, I. C. (2013). *El estudio de la personalidad en el modelo cognitivo de Beck*. España. Recuperado de <https://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N109-2.pdf>
- González, E. (2013). *Tipos de violencia intrafamiliar de pareja en mujeres mayores de 18 años en la clínica de medicina familiar*. Tesis de especialidad en medicina familiar. Universidad Nacional Autónoma de México. México.
- Guerrero, E. F. (2018). *Elementos significativos para la permanencia de la relación de pareja*. Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México. México.
- Hendrix, H. (1991). *Amigos y amantes, la relación de la pareja ideal*. Barcelona, España. Norma.
- Hernández, E., y Zuñiga, N. (2012). *Codependencia en las parejas que sufre violencia, Aplapexco, Hgo*. Tesis de Licenciatura. Centro Universitarios Vasco de Quirogo de Huejutla A.C. Huejutla, Hgo.
- Hernandez, C. (2016). *Relación entre apego y codependencia en Universitarios*. Tesis de Licenciatura. Universidad Autonoma de México. México.
- Hernández, D. T. (Junio de 2017). *Factores biopsicosociales que participan en la elección de pareja*. Tesis de Licenciatura. Universidad Latina S.C. México.
- Hernandez, F. (2003). *Metodología*. España. McGraw-Hill Interamericana de España, S.A.
- Hentschel, G. S. (2013) *El uso de los mecanismos de defensa*. Subjetividad y procesos cognitivos. Vol. 17, (núm. 1) Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/3396/339630261005.pdf>.
- INEGI. (2012). *Estadísticas a propósito del día internacional de la eliminación de violencia contra la mujer*. México Recuperado de https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2017/violencia2017_Nal.pdf.
- INEGI. (2016). *Encuesta sobre la dinámica de las relaciones en los hogares*. México. Recuperado de https://inegi.org.mx/contenidos/programas/endireh/2016/doc/endireh2016_guia_audicuidado.pdf.
- Instituto Hidalguense de la Mujer . (2002). *Directorio 2019 de instancias municipales para el desarrollo de las mujeres*. Hidalgo. Recuperado de <http://mujeres.hidalgo.gob.mx/>.

- IPN. (2009). *Violentometro*. México. Recuperado de <https://www.ipn.mx/genero/materialesdeapoyo/violentometro.html>
- Jiménez, A. J. (2018) Análisis de estudio de casos sobre codependencia emocional e intervención de terapia breve estratégica. Tesis de Licenciatura. Universidad Alher Aragón. México.
- Lagarde, M. (1990) *Identidad Femenina*, Cihdal.
- Lamer , J. (1995). *La pareja humana su vida, su muerte, su estructura*. México. Fondo de Cultura Economico.
- Mansilla , F. (2002). *Codependencia y psicoterapia interpersonal*. Revista de la asociación española de neuropsiquiatra. Vol. XXII. (núm. 81).
- Martínez, A., y Sánchez, C. F. (2015). *Violencia contra la mujer: evidencias en una institución de atención a víctimas*. Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México. México.
- Maureira, F. (2008). *Ser humano: emociones y lenguaje*. México. Recuperado de <https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol14num1/Vol14N01Art18.pdf>.
- Maureira, F. (2011). *Los cuatro componentes de la relación de pareja*. Chile. Recuperado <https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol14num1/Vol14N01Art18.pdf>.
- Mazzarello, R. (2012). *Estudio sobre la codependencia y su influencia n las conductas de riesgo psicosocial de jóvenes brasileños de 14 a 19 años*. Tesis Doctoral. Universidad de Barcelona. Barcelona, España.
- Méndez, G. (2011). *Desarrollo de la Inteligencia interpersonal*. Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México. México.
- Montes, Y. (2010). *Nivel de codependencia en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte del cónyuge*. Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México. México.
- Montesino, L. J. (2014) Significado de ser mujer, Tesis para obtener título en Psicología. Universidad Bio-Bio. Chile
- Morabes, S. C. (2014). *Jornadas de Género y Diversidad Sexual*. México. Recuperado de http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/42960/Documento_completo.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Muñoz, F. (2013). *La cultura, el amor y el compromiso en el mantenimiento o disolución de las relaciones de pareja*. Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México. México.
- Naciones Unidas. (1994). *Declaración sobre la eliminación de la violencia contra la mujer*. Washington, D. C. Recuperado de https://www.oas.org/dil/esp/1993-Declaracion_sobre_la_eliminacion_de_la_violencia_contra_la_mujer.pdf
- Noriega, G. (2011) *Instrumento de Codependencia*. México. El Manual Moderno.
- Noriega, G. (2011) *El guion de codependencia en relaciones de pareja*. México. El Manual Moderno
- OMS. (2002). *Informe mundial sobre la violencia y la salud*. Washigton, D. C. Recuperado de https://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/en/summary_es.pdf
- OMS. (2003). *Informe mundial sobre la violencia y la salud*. Suiza. Recuperado de https://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/en/abstract_es.pdf
- Padilla, J. A. (2018). *Elección de pareja: la búsqueda de la mejor opción*. Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México. México.
- Papalia, D. E. (2002). *Psicología*. México. Maxa Diéguez.
- Papalia, D. E. (2005). *Desarrollo Humano*. España. McGraw-Hill / Interamericana de España, S.A.
- Pita, S., & Pertegas, S. (2002). *Investigación cuantitativa y cualitativa*. México. Oceano.
- Robles, P. M. (2014). *Relación del apego y la codependencia en mujeres*. Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México. México.
- Secretaria y Subsecretaria de prevención, (2012). *Manual prevención de la violencia de genero en diversos contextos*. México. Recuperado de https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/48440/Manual_Violencia_de_G_nero_en_Diversos_Contextos2.pdf
- Salazar, P., y Alvarado, R. M. (2007). *El papel de Psicólogo en la prevención de la codependencia a la violencia en el noviazgo*. Tesis Empírica. Universidad Nacional Autónoma de México. México.
- Salcedo, P. T. (2014). *Los estilos de amor y la codependencia en la relación de pareja*. Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México. México.

- Sandoval, M. S. (2009). *Psicología del Desarrollo Humano*. Culiacan. Editoria de la Universidad Autonoma de Sinaloa .
- Segnini , I. (2002). *Armonía en la Pareja* . Caracas, Venezuela. Alfadil.
- Segato, R. L. (2003), *Las estructuras elementales de la violencia*, Buenos Aires, Prometeo.
- Soler, F. G. (2016). *Características preferidad por hombre y mujeres que buscan pareja estable de su mismo sexo* . Tesis de Licenciatura. Universida ddel Rosario. Bogota, Colombia.
- Solis, L. D. (2006). *Violencia en las mujeres en la relación de pareja*. Tesis para obtener diploma de especialista en medicina familiar. Universidad Nacional Autónoma de México. México.
- Sosa, M. E. (2015). *La psicoterapia en violenci de genero y consejeria en salud sexual: un enfoque psicosocial*. Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México. México.
- Sweet, C. (1996). *Venza sus adicciones*. México. Océano .
- Trerjo, M. (2006). *Violencia hacia la mujer en las relaciones de noviazgo*. Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México. México.
- Valentin, I. V. (2010). *La codependencia en mujeres que sufren violencia por parte de su pareja*. Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México. México.
- Vargas, G. P. (2009). *La memoria contra el olvido*. Mexico. Printed.
- Vidal, L. F. (2012). *Elaboración de una escala de permanencia en la relacion de pareja* . México. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/4596/459645437011.pdf>
- Walker, L. (1979). *Descripción del ciclo de la violencia*. Estados Unidos. Obtenido de [file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Dialnet-InvestigacionSocialSobreViolenciaConyugal-2256476%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Dialnet-InvestigacionSocialSobreViolenciaConyugal-2256476%20(1).pdf)
- Wells, M., Hill, M., y Firestone, E. (2006). *Codependencys relationshipio to defing characteristic in college students*. Estados Unidos. Recuperado de <https://pdfs.semanticscholar.org/c76d/2d35f0d5cb439b668f499da9464c42fe103a.pdf>.
- Whitfield, C. (1991). *Codependence* . Florida. Health Communications, Inc.
- Zamora, C. M. (2017). *Violencia de genero entre mujeres: roles y estereotipos mediatizados* . Tesis para maestra de trabajo social. Universidad Nacional Autónoma de México. México.

ANEXOS

Secretaría de Gobierno
Instituto Hidalguense de las Mujeres
Aviso Informativo y Consentimiento

Yo _____ de ___ años de edad, manifiesto que es mi voluntad y otorgo mi consentimiento en la investigación sobre la Incidencia de Codependencia a la Paraje en una Muestra de Mujeres Violentadas, en una muestra de 49 mujeres que han experimentado violencia y se encuentran en un proceso psicoterapéutico. Esta evaluación consta de un ficha de identificación con datos generales de 26 preguntas de opción múltiple y un cuestionario de codependencia (ICOD) realizado por Gloria Noriega Gayol) con técnica de escala Likert de 30 preguntas cerradas, en dichos instrumentos mis datos personales se encuentran disociados por lo que no pueden asociarse a la persona titular ni permitir, por su estructura; contenido o grado de desagregación, su identificación, **registrándose únicamente las iniciales de mi nombre en términos de los artículos 3 fracción XII y 22 fracción IX de la ley General de Protección de datos Personales en Posesión de sujetos obligados.** Igualmente he sido informada que mis datos personales serán confidenciales para garantizar mi derecho "...a que toda persona tenga protección de sus datos personales en posesión del sector público de los tres órdenes de gobierno. " (Ley General de Protección de Datos Personales en Posesión de Sujetos Obligados).

Lo anterior es con la finalidad de que la alumna Maria Fernanda Roque Olguin, de la Licenciatura en Psicología de la Universidad Humanista de Hidalgo, determine Incidencia de Codependencia a la Paraje en una Muestra de Mujeres Violentadas. Mismo que la alumna se responsabiliza de hacer uso de dichos resultados para fines únicamente de investigación académica, y en caso de usar este referente en publicaciones, será solicitado por escrito a esta institución.

Se me ha informado que la aplicación de estos instrumentos mencionados será por la psicóloga que lleva mi proceso psicoterapéutico y quien me dará los resultados de manera personal, así como un cierre general a través de una plática informativa impartida por Maria Fernanda Roque Olguin.

Así mismo autorizo lo que se menciona y que se señala en este aviso informado y consentimiento.

Pachuca de Soto, Hidalgo a _____ 2019

Nombre y Firma de la Psicóloga

**Nombre y Firma responsables de
Investigación**

Nombre y Firma Usuaría

Ficha de identificación		
No.	Toda la información es confidencial	Respuesta
1	Fecha de Nacimiento	
2	Edad (años cumplidos)	
3	Escolaridad (Primaria=1, Secundaria=2, Bachillerato=3, Lic.=4, Maestría o Especialidad=5, Doctorado=6)	
4	Lugar de nacimiento	
5	Lugar de residencia	
6	Estado civil Casada=1 Unión libre=2 Divorciada=3 Separada=4	
7	¿Cuánto tiempo lleva casada o viviendo con su pareja?	
8	¿A qué se dedica su cónyuge o pareja? Empleado=1 Negocio Propio=2 Comerciante=3 Otro=4	
9	¿Cuál es la edad de su cónyuge o pareja?	
10	¿Su pareja o cónyuge consume alcohol?	
	¿Según su criterio en que cantidad consume alcohol su pareja o cónyuge? Poco= 1 Regular=2 En exceso=3	
11	¿Tienes hijos? (si no tienen ponga 0)	
12	¿Cuántos hijos tienen?	
13	¿De qué edades son sus hijos?	
14	¿Tiene creencias religiosas? Si=1 No=2	
15	¿A qué religión están asociadas sus creencias? Ninguna=1, católica=2, protestante (cristiana)=3, ortodoxa=4, musulmana=5, hindú=6, budista=7, Sincretista=8, Gnóstica=9, Rastafaria=10, judía=11, Testigo de Jehová=12, Dios=15, Panteísta=16, Mason=17, otra=18 (escríbala).	
16	En qué grado practica su religión 0 = nada 5 = mucho	
17	¿A qué se dedica actualmente? Empleado=1 Negocio Propio=2 Comerciante=3 Ama de casa =4 Otro=5	
18	¿Desearía dedicarse a algo distinto? Si=1 No=2	
19	¿Qué actividades realiza en sus tiempos libres? Ver televisión=1 Realiza Manualidades=2, Pasar tiempo con su familia =3, Otro=4	
20	Realiza actividad física Si=1 No=2	
21	Número de días en promedio que usted hace ejercicio	
22	¿Fuma? Si= 1 No= 2	
23	¿Consume alcohol? Si= 1 No=2	
24	¿Consume alguna sustancia ilícita? ¿Cuál?	
25	¿Con que frecuencia acude al doctor? Cada seis meses=1, Un vez al año=2, Solo cuando se enferma=3	
26	¿Conoce el violentrómetro? Si= 1 No 2	