



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA
Sistema de Universidad Abierta y Educación a Distancia
Licenciatura en Psicología

Programa de Profundización en Psicología Clínica

Manuscrito Recepcional

La dependencia emocional y la violencia en mujeres de la licenciatura en ingeniería industrial de la Universidad del Istmo de Tehuantepec.

Reporte de Investigación Empírica

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A:

CRISTINA GARCIA SALGADO

Director: Lic. Verónica Santiago González

Dictaminador: _____



Los Reyes Iztacala Tlalnepantla, Estado de México, a 03 de Diciembre de 2019



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

Quiero agradecer a la UNAM – SUAyED por haberme dado la oportunidad de continuar estudiando y poder terminar la licenciatura, sentía que era ya difícil de alcanzar, así como también quiero agradecer a cada uno de mis profesores que fueron mi guía en esta etapa, para que yo adquiriera conocimientos y habilidades que me ayudaran en el ejercicio de mi profesión y de manera muy especial a mi Directora y tutora de este manuscrito Lic. Verónica Santiago González, por su orientación y ayuda que fueron fundamentales para que pudiese terminar de manera satisfactoria.

DEDICATORIAS

A DIOS, por todo lo bueno que ha sido conmigo.

A mi +Mamá, sé que sentiría orgullosa de mí.

A mi pareja y a mis hijas, por su cariño y apoyo incondicional a lo largo de toda la carrera.

INDICE

1.	INTRODUCCION	4
2.	PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	5
2.1	Dependencia emocional.....	6
2.1.1	Factores causales de la dependencia emocional.....	7
2.1.2	Características de la dependencia emocional	8
2.2	La mujer en el Istmo de Tehuantepec	13
2.3	Relaciones de pareja	14
2.4	Fases de las relaciones de pareja de los dependientes emocionales	15
2.5	Dependencia emocional en las relaciones de pareja	17
2.6	Violencia hacia la mujer	18
2.6.1	Tipos de violencia hacia la mujer	18
2.6.2	Consecuencia de la violencia hacia la mujer por su pareja	19
2.7	Pregunta de investigación	21
2.7.1	Pregunta general	21
2.7.2	Preguntas específicas	21
2.8	Objetivo de la investigación	21
2.8.1	Objetivo general de la investigación.....	22
2.8.2	Objetivos específicos	22
3.	METODO.....	22
3.1	Hipótesis de la investigación	22
3.2	Participantes	22
3.3	Criterios de inclusión.....	22
3.4	Criterios de exclusión	23
3.5	Enfoque de la investigación.....	23
3.6	Tipo de investigación	23
3.7	Técnicas e instrumentos de recolección de información.....	23
4.	PROCEDIMIENTO	24
5.	RESULTADOS	24
6.	DISCUSIONES Y CONCLUSIONES	35
7.	REFERENCIA BIBLIOGRAFICA	37

1. INTRODUCCION

Hoy en día se ven casos donde una mujer, sufre maltrato por parte de su pareja, pone una denuncia pero luego la retira, llega y defiende a su agresor ante las autoridades, familiares y amigos e intenta dar la sensación o la imagen de “*aquí no ha pasado nada*”, ¿pero por qué sucede esto? En muchas ocasiones por las características de su relación de pareja se puede deducir que se trata de dependencia emocional.

Se entiende por dependencia emocional, como una patología que tiene diferentes concepciones y dimensiones, dicho de este modo es la necesidad afectiva que una persona siente hacia otra a lo largo de sus diferentes relaciones de pareja, creando un ambiente de sumisión arraigado de pensamientos obsesivos en torno a la pareja y sentimientos intensos de miedo al abandono; de tal manera que las personas con dependencia emocional presentan características psicológicas distorsionadas, tanto en la esfera cognitiva, emocional, motivacional, y comportamental orientados a la pareja como fuente de satisfacción y seguridad personal; que implica un sistema de creencias erróneas acerca de la vida en pareja y de sí mismo.

Otro aspecto que se puede observar en las parejas que se da en etapas iniciales de la relación es la violencia, el cual se conoce como fenómeno social, que está presente en todos los entornos y grupos socioeconómicos, culturales y religiosos; tiene un impacto psicológico en la salud mental de las víctimas, así mismo la exposición continua y prolongada de violencia en la relación de pareja, tiende a crear distorsiones cognitivas, genera mayor impacto psicológico y afectación emocional y su respuesta a la violencia se manifiesta en resignación, justificando su permanencia en la relación de pareja.

Por lo que el presente trabajo busca indagar si la dependencia emocional y la violencia están presentes en mujeres estudiantes del noveno semestre de la licenciatura en ingeniería industrial de la Universidad del Istmo de Tehuantepec.

2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Esta investigación surge de la inquietud sobre el comportamiento humano, la importancia del ambiente que lo rodea y la manera que este influye en la formación de la personalidad de las personas, así mismo la importancia de los vínculos afectivos en primer lugar con los padres haciendo hincapié que estos en un momento posterior impactaran en el individuo en sus relaciones con otros, como son las amistades, en el ámbito laboral y por ende en sus vínculos de pareja.

De tal manera que si una persona en determinada etapa del desarrollo evolutivo llegara a experimentar carencias afectivas por parte de sus padres o personas que cuidaban de ellos los cuales le provocaban sensación de poca valoración, de no ser dignos de cariño, respeto y amor, o por el caso contrario en un ambiente de excesivos cuidados, dificultando el aprendizaje de habilidades y la creencia en sus propias capacidades, por lo que necesita la validación externa para sentirse seguro, en la adolescencia y adultez podría manifestar dependencia emocional generando sentimientos de inferioridad, inseguridad, baja autoestima, pérdida de autonomía.

También es común que en el entorno social las conductas tienden a repetirse, y debido a que la dependencia emocional y la violencia se manifiestan por comportamientos y/o actitudes evidentes se pueden aprender de la influencia de otras personas o figuras de apego primarias como la madre, el padre o el cuidador, circunstancia que contribuye al desarrollo de ciertos comportamiento.

Castello, J. (2005) refiere que la dependencia emocional se encuentra más ligada cuantitativamente al sexo femenino (en los varones se da pero con menos frecuencia), esto podría estar relacionado con la imagen de fragilidad asociada a la mujer poniéndola en desventaja ya que busca alguien que la proteja, lo que indirectamente genera una contraparte machista a la cual se someterá para no sentirse abandonada y se pondrá en manifestación la sumisión por parte de la mujer y subordinación por parte de la pareja, trayendo consigo la de violencia.

La dependencia emocional en una persona conlleva al mantenimiento de relaciones inestables, basada en un concepto distorsionado del amor (posesión), falta de amor propio, respeto por sí mismo y miedo a estar solo; en donde no existe un vínculo afectivo igualitario, es decir se producen asimetrías de roles (Villa y Sirvent, 2009), por ello se puede considerar que esta

patología afecta significativamente la vida diaria de la persona, su entorno social, familiar, relacional, laboral u académico en el caso de los estudiantes; por ello es necesario conocer si las alumnas estudiantes del noveno semestre de la universidad del Istmo de Tehuantepec muestran características de dependencia emocional para poder crear talleres informativos de esta patología, así como la intervención de la misma.

2.1 Dependencia emocional

Actualmente el término de dependencia emocional es muy utilizado en el campo de la psicología clínica, la mayoría de los autores coinciden al describir ciertas características para referirse sobre esta patología, sin embargo la mayoría se basan en la definición y en el modelo propuesto por el psicólogo Jorge Castello Blasco (2005), quien tiene una gran trayectoria profesional, este autor es el único que ha propuesto un modelo explicativo completo respecto a la dependencia emocional en el cual plantea desde las causas hasta el tratamiento de dicha patología, siendo el más reconocido en los últimos tiempos.

A continuación la definición de la dependencia emocional según algunos autores entre ellos Castello:

La Dependencia Emocional se caracteriza por una extrema necesidad de carácter afectivo que una persona siente hacia su pareja, acompañado de comportamientos de sumisión, pensamientos obsesivos entorno a la pareja, miedo al abandono, entre otros. (Castello, 2005).

Del mismo modo Villegas (2005) la define como una dependencia afectiva donde la persona dependiente invierte mucha energía psicológica para mantener su relación, aunque esto lo lleve al sometimiento completo debido al temor extremo que experimenta al imaginar perder a su pareja, aunque le esté envenenando o amargando la vida.

Moral y Sirvent (2008) definen a la dependencia emocional como un comportamiento desadaptativo, donde hay un desplazamiento personal ante la pareja; caracterizada por la manifestación de conductas adictivas en la relación interpersonal, establecidos en una asimetría de rol y en una actitud dependiente en torno al sujeto del que se depende.

De acuerdo con (Llano y López, 2017) la dependencia emocional también está relacionada con la necesidad de protección y afecto, donde la persona satisface su necesidad emocional centrandose

su atención en la otra persona, sin embargo si hay una ruptura la persona con dependencia emocional puede llegar a distorsionar las áreas en su vida familiar, social, emocional y laboral.

Lemos y Londoño (2006) refieren que la dependencia emocional como una creencia acerca de la visión de sí mismo y de la relación con los otros, tales como creencias sobrevaloradas frente a la amistad, la intimidad y la interdependencia. Además creencias sobre las emociones generadas por las relaciones cercanas e íntimas, por la soledad y la separación.

Así mismo Riso, W. (2008) utilizó el término apego afectivo refiriéndose a un vínculo obsesivo que la persona establece con su pareja a la que considera imprescindible y por lo mismo no es capaz de renunciar al deseo de permanecer con ella a pesar de que la relación que mantienen afecta su bienestar emocional.

Tras haber revisado las diferentes definiciones, es relevante señalar que la dependencia emocional es pensar que tu vida le pertenece a otra persona, ser complaciente en todo lo que pide a pesar de que puede ser dañino para tu salud e idealizar que el amor que sientes es tan grande que es capaz de soportar todo, porque no visualizas un futuro sin la otra persona.

2.1.1 Factores causales de la dependencia emocional

De acuerdo con Castello, J. (2005) el desarrollo emocional y cognitivo, tanto el sano como el patológico no es fruto únicamente de una serie de experiencias, aprendizajes o actitudes de los demás, es también el conjunto de las acciones y reacciones que una persona lleva a cabo en sí mismo y en el medio que lo rodea, el mismo autor los agrupa en cuatro, los cuales se mencionan a continuación:

- Carencias afectivas tempranas:

Hace referencia a una grave carencia de afecto del dependiente emocional en su niñez por parte de personas significativas para ellos, padres que los rechazaban y desde muy pequeños les otorgaron la autonomía para desatenderse de ellos, en este mismo entorno se le muestran elementos negativos como agresividad, malos tratos e incluso con violencia; no solo física sino también psíquica.

Los padres y otras figuras de autoridad tienen un papel importante en el desarrollo de la autoestima de un niño o una niña, quien dependiendo de los mensajes recibidos, reflejará como

espejo lo que piensan de ella o de él y se asumirá como un ser apto, sano, atractivo, inteligente, valioso, capaz, digno, respetado, amado y apoyado o de lo contrario, como alguien enfermo, feo, ignorante, desvalorizado, incapaz, indigno, irrespetado, odiado y abandonado.

- Mantenimiento de la vinculación y focalización excesiva en fuentes externas de la autoestima:

Relacionado con el entorno de la niñez del dependiente; comportamientos y actitudes basados en la desatención, el menosprecio, la falta de cariño, la agresión, incluyendo burlas, humillaciones, etc. La persona dependiente interioriza estos sentimientos y los asume, se familiariza con ellos y llega un momento en que ya no le extraña recibir estos malos tratos, en su vida adulta buscará una persona que tenga estas características.

- Factores biológicos:

Las mujeres tienen mayor disposición a la empatía, a la compasión y al contacto social que los varones, lo cual es el indicativo para de una mayor tendencia a la vinculación afectiva, es por ello que la dependencia es más frecuente en mujeres que en varones.

- Factores socioculturales:

Los estereotipos y prejuicios culturales tienen influencia en la dependencia emocional ya que consideran que la mujer siempre debe tener más interés sobre la pareja que normalmente es el varón, debe ser tranquila, afectuosa, encargada del hogar y de los hijos.

2.1.2 Características de la dependencia emocional

La persona con dependencia emocional presenta un patrón de pensar, sentir y actuar más o menos estable en su constitución, denota comportamientos de sumisión y subordinación a la pareja, necesidad de acceso a la misma, miedo a que la relación se termine, priorización de la pareja, entre otras características disfuncionales, (Aiquipa, 2015).

Así mismo de la dependencia emocional se manifiesta en lo afectivo, sexual, laboral, profesional, social y económico. Es una necesidad emocional, se encarga de construir a la prisión interior mediante alianzas con el miedo, la pasividad, la negación de la realidad y los sentimientos de

culpa, relacionado con la búsqueda relaciones interpersonales muy estrechas y enfermizas, constantemente anteponen las necesidades, deseos y demandas de los demás.

Castello, J. (2005) divide las características de la dependencia emocional en tres áreas más relevantes para las personas afectadas con este problema; que son el área de relaciones de pareja, el de relaciones con otras personas y el de la autoestima y estado anímico, el mismo autor afirma que entre a mayor número de características presente una persona, mayor es el nivel de dependencia emocional que posee.

Área de relaciones de pareja	Área de las relación con el entorno interpersonal	Área de autoestima y estado anímico
<p>Necesidad excesiva del otro, deseo de acceso constante hacia él.</p> <p>Deseos de exclusividad en la relación.</p> <p>Prioridad de la pareja sobre cualquier otra cosa.</p> <p>Idealización del objeto.</p> <p>Relaciones basadas en la sumisión y la subordinación.</p> <p>Historia de relaciones de pareja desequilibradas.</p> <p>Miedo a la ruptura.</p> <p>Asunción del sistema de creencias de la pareja.</p>	<p>Deseos de exclusividad hacia otras personas significativas.</p> <p>Necesidad de agradar.</p> <p>Déficit de habilidades sociales.</p>	<p>Baja autoestima.</p> <p>Miedo e intolerancia de la soledad.</p> <p>Estado de ánimo negativo y comorbilidades frecuentes.</p>

Cuadro 1. Características de los dependientes emocionales, Castello (2005).

A continuación se describen algunas de las características más resaltantes de los dependientes emocionales:

- Necesidad excesiva del otro, deseo constante hacia él.

Relacionado con la gran demanda del dependiente de tener a la pareja consigo, sea física o mentalmente. Castello, J. (2005) lo traduce como el acoso a la pareja a través de continuas llamadas y mensajes telefónicos, realizar todas sus actividades solamente con la pareja, ya que se siente incapaz de hacer algo por sí solo.

Si por el dependiente fuera, estaría el máximo tiempo disponible con la otra persona, y cuando esto no se consigue se compensa esta situación con otros medios de comunicación con los que hay también contacto. Este rasgo está muy acentuado en algunos dependientes emocionales.

- Deseos de exclusividad en la relación

El dependiente emocional voluntariamente tiende a aislarse de su entorno para enfocarse y entregarse enteramente a su pareja, aislándose de ser necesario de su entorno y espera que su pareja proceda del mismo modo, este deseo se manifiesta tanto con la pareja como con las amistades Castello, J. (2005).

Es decir, en toda relación hay un deseo de exclusividad en el sentido de que no queremos compartir a nuestra pareja con una tercera persona. Pero no es sólo esto lo que sucede en la dependencia emocional. Aquí, además, el dependiente quiere literalmente a su pareja para él solo: todo lo demás molesta, desde amigos hasta compañeros de trabajo.

- Prioridad de la pareja sobre cualquier cosa

Castello, J. (2005) refiere que es una de las características más frecuentes y notorias por el entorno social, el dependiente emocional considera a su pareja como motivo de su existencia, inclinándose a su pareja sobre todas las cosas y personas, a darle el primer lugar de atención e importancia. Para Moral y Sirvent (2009) es un deseo de focalización en la pareja y autonegligencia, centrando la atención en ella y descuidando sus propias necesidades.

- Idealización del Compañero

De acuerdo con Castello, J. (2005) el dependiente emocional sobrevalora sus cualidades, desde físicas hasta intelectuales, es por ello que siente una admiración hacia su pareja, queda fascinado por su seguridad y su soberbia excesiva, adorando cada gesto y cada movimiento, quedando anonado por el comportamiento de la otra persona, minimizando sus propios sentimientos y

bienestar, constituyendo relaciones asimétricas y en donde el dependiente toma el papel de subordinado. Uno de los elementos que más influyen en esta idealización es cómo trata la persona al dependiente emocional.

- Relaciones basadas en la Sumisión y subordinación

Para Castello J. (2005) la sumisión es el regalo que el dependiente le hace a su pareja para preservar la relación, y con la subordinación hace todo lo que la pareja quiere como por ejemplo que se vista como la otra persona le gusta, y se sentirá feliz si la pareja muestra agrado y/o satisfacción, tal es el grado los dependientes se comportan con sus parejas como sacerdotes que realizan ofrendas a algún dios al que le permiten absolutamente todo, al que le justifican todos sus actos y al que, a pesar de los pesares, le intentan satisfacer con lo que pide.

Las relaciones de pareja de los dependientes emocionales son marcadamente asimétricas desequilibradas. Uno de sus componentes es el que domina claramente en la pareja y el otro (en este caso, el dependiente) sólo se preocupa del bienestar del compañero, de hacer lo que su pareja desee, de magnificar y alabar todo lo que hace, de ser el objeto de su desprecio narcisista e incluso a veces de su rabia, tanto psíquica como física.

- Miedo a la ruptura

Castelló, J. (2005), la describe como el miedo excesivo que vive el dependiente emocional ante una posible ruptura de la relación, lo que conlleva a optar por medidas poco convencionales para mantener y/o reanudar la misma, el dependiente solo tiene ojos para su pareja, la considera el sentido de vida y centro de su existencia.

El dependiente emocional idealiza tanto a su compañero y se somete tanto a él, considerando la relación de pareja como lo más importante de su vida, que le tiene verdadero terror a una ruptura. Hay personas que, literalmente, se encuentran incapaces de romper una relación, y no por quedarse descolgadas en el plano económico o de cualquier otra forma, sino porque afectivamente lo encuentran devastador.

Trastornos mentales tras la ruptura: el “síndrome de abstinencia”: Los dependientes tienen un miedo cerval a lo que acontece tras una ruptura, que es el “síndrome de abstinencia”, llamado así por analogía a las adicciones a las drogas. El padecimiento de un trastorno mental que variará

según la persona y según la intensidad, pero que de manera habitual es un trastorno depresivo mayor con ideas obsesivas, o, dicho en otras palabras, una depresión muy fuerte con pensamientos repetidos y angustiosos en torno a un tema que, en este caso y como no podía ser de otra forma, es la relación perdida y todo lo que ello conlleva: recuerdos, planes para reanudar la pareja, remordimientos por supuestos errores cometidos, etc.

El golpe psicológico es tan brutal que no sólo hay una inmensa tristeza, sino que además habitualmente se sufren síntomas de ansiedad intensos que impiden la concentración y que se traducen en molestias físicas o sensaciones muy desagradables, y también en pensamientos sobre el poco sentido que tiene la vida que pueden derivar en ideas suicidas.

- Miedo e Intolerancia a la soledad

De acuerdo con Castello, J. (2005) es uno de los tres distintivos fundamentales de la dependencia emocional, debido a que idealizan a su pareja a tal grado que la considera como solución a su dolor y sus penas y ante una ruptura intentan desesperadamente retomar la relación, por muy nefasta que haya sido.

Los dependientes no aguantan mucho tiempo estar solos en casa o con la perspectiva de no salir en todo el domingo: enseguida se buscan planes o llaman por teléfono a alguien con cualquier excusa. La soledad les provoca incomodidad, malestar e incluso ansiedad, y la idea más o menos intensa de que no son importantes para nadie, de que nadie les quiere y están abandonados. La consecuencia, como anteriormente se menciona, es el encadenamiento sucesivo de relaciones para evitar esas sensaciones tan desagradables.

- Baja autoestima

Los dependientes emocionales son personas que no se quieren a sí mismas. no se protege cuando recibe ataques e incluso se los inflige ella misma, no se consuela si está sufriendo sino que aprovecha su vulnerabilidad para atacarse más duramente, se hunde ante las adversidades sin intentar resolver sus problemas, no se valora cuando hace las cosas bien sino que se busca el error o el defecto, y se pone condiciones para quererse como despuntar en el físico, tener muchos estudios, posición social, etc., ya que cualquier pretexto es bueno con tal de escatimarse el cariño.

- Necesidad de agradar: búsqueda de la validación externa

Es común en los dependientes intentar satisfacer a la mayoría de las personas con las que trata, de manera que se les quede a dichas personas una idea inmaculada del dependiente. Necesita tanto de la aprobación externa que lo pasa francamente mal cuando no la tiene o cuando interpreta que ha sido rechazado; suelen ser modélicos para los demás. No crean conflictos con sus familiares más próximos, no ponen problemas para planificar las citas con los amigos, se prestan a cualquier cambio de turno imprevisto que haya en el trabajo, no se adhieren a ningún grupo sino que intentan llevarse bien con todas las personas, etc. Son descritos como buenas personas que intentan favorecer siempre y que se desviven por ayudar.

Presentan cierto déficit de habilidades sociales, como falta de asertividad. También destaca el egoísmo, fruto de la necesidad patológica que tienen hacia otras personas. La exclusividad y el agobio que pueden llevar acabo también hacia amistades denotan precisamente ese egoísmo. Pueden tener a otra persona al teléfono durante mucho rato sin importarles, por ejemplo, que tengan visita o que se tengan que marchar por cualquier motivo.

2.2 La mujer en el Istmo de Tehuantepec

En México existe todavía una atmosfera sociocultural que envuelve a la mujer, ya que el varón se permite placeres que se le niegan a la mujer, debido a que es el que lleva el dinero y lo maneja a su antojo. El hombre tiene el privilegio de ser atendido por la mujer; a ésta no se le permite que indague o cuestione. En algunos hogares mexicanos la mujer tiene que satisfacer las necesidades del hogar: lavar, planchar, limpiar la casa e incluso, fuera del hogar, cuidar de un comercio pequeño.

De acuerdo el Diagnostico regional del Istmo de Tehuantepec, realizado por Valencia (2011), la mayoría de la población, manifestó tener alguna actividad, casi ocho de cada diez personas trabajan, situación acorde a su edad, mayores de 18; por género, las asimetrías entre hombres y mujeres es muy clara, son más las mujeres que trabajan casi ocho de cada diez, y menos las que estudian; y cuando se observa por identidad indígena resulta que los que más trabajan son las personas hablantes de lengua indígena y los que menos estudian.

Así mismo los resultados demuestran que la estructura social del istmo de Tehuantepec está claramente dividida. Los hombres trabajan en el sector de la producción: son campesinos, pescadores, artesanos y también son los que toman las decisiones políticas. Por su parte, las

mujeres manejan la organización doméstica, la economía familiar, el comercio y el sistema festivo, las fiestas son parte importante de la vida de los istmeños.

Uno de los temas que también tiene mucha relevancia dentro de las relaciones de pareja del istmo de Tehuantepec es la virginidad, elemento que atraviesa el ciclo de vida de las mujeres, se considera como un bien necesario para iniciar con la serie de intercambios, La trascendencia de esta perspectiva es que hace evidente la necesidad de que las mujeres se conserven vírgenes hasta llegar el matrimonio, característica que hará posible su acceso al matrimonio y con ello: al cambio de estatus ideal para la entrada a la adultez, la maternidad y el acceso para construir una red de reciprocidad económica y simbólica en torno a su grupo familiar, que continúe con la organización de la comunidad. En este ámbito, se avala el modelo ideal de esposa, con posibilidades de cumplir sus roles de madre.

2.3 Relaciones de pareja

Existen espacios de convivencia cotidiana como la escuela, el trabajo, las fiestas, la cafetería, el deportivo y el transporte, propician tu interacción con otras personas, dando lugar a relaciones afectivas de amistad o de pareja, en estos espacios se puede encontrar afinidades, preferencias e intereses comunes con otras personas de la misma edad, y establecer comunicación mediante miradas, gestos y palabras, manifestando interés por relacionarte con ellas.

El diccionario de la lengua española (REA) 2018, define a la pareja como el “conjunto de dos personas, animales o cosas que tienen entre si alguna correlación o semejanza y especialmente formado por hombre y mujer”. De acuerdo con esta definición el ser humano busca relacionarse con otra para compartir parte de su vida, creando vínculos afectivos, sin embargo en ocasiones pueden establecer relaciones dañinas que pueden perjudicar su salud mental.

Es una relación en la que existe un vínculo emocional y pasional, sin que necesariamente haya relaciones sexuales, y en la que hay un cierto compromiso, es decir, un deseo o promesa de duración del amor. Puede o no existir la expectativa de vivir juntos o casarse, pero lo que importa es la sensación de compartir estilos y maneras de ver la vida, expresando tus ideas y afectos sin que por ello nadie te discrimine, cuestione, chantajee, lastime, amenace o agreda verbal o físicamente.

2.4 Fases de las relaciones de pareja de los dependientes emocionales

Es de suma importancia conocer cómo se manifiesta la dependencia emocional en las personas a continuación daremos a conocer las etapas del ciclo habitual por las que pasan las relaciones de dependientes emocionales. De acuerdo a Castelló, J. (2005) las fases son siete:

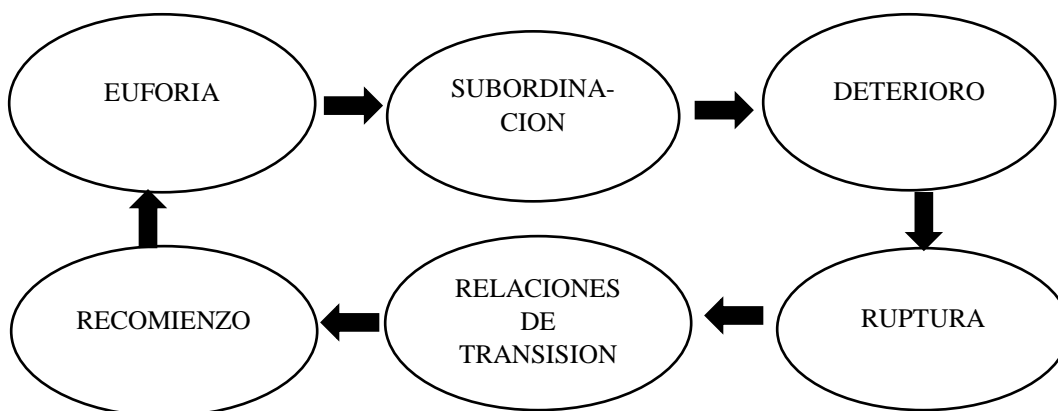


Figura 1. Fases de las relaciones de pareja de los dependientes emocionales, Castelló (2005).

A continuación se describen cada una de las fases:

- Fase de euforia

Las personas dependientes emocionales tienen una gran destreza para escoger a la “persona ideal”, buscando un acercamiento con quien llamó su atención, y de notar cierta correspondencia e interés de la otra parte, empieza la fase de la euforia. En esta fase el dependiente tiene una ilusión extrema respecto a esa persona, percibiéndola como el gran amor de su vida.

El dependiente se encuentra en un éxtasis emocional, en dado caso que la relación haya pasado más de una cita, comenzara a tener fantasías con la otra persona, solo pensara en la otra persona y los temas de conversación serán relacionado con el futuro de dicha relación, es aquí cuando inicia su estrategia de sumisión y de entrega excesiva como tributo a la persona, para consolidar la

relación y más adelante preservarla, también comienza la necesidad excesiva del otro, buscando más citas, llamando o enviándole mensajes continuamente.

- Fase de la subordinación

Durante esta fase se da la consolidación de los roles dominante/subordinado en el contexto de la pareja, produciéndose desde la planificación de las actividades, hasta la anulación de los deseos y necesidades propios del dependiente pero también se puede dar una sumisión más patológica, quedando totalmente pisoteada la autoestima y valoración del dependiente, quien adopta un papel inferior e irrelevante.

La duración de esta fase es variable, el dependiente posiblemente tenga a su entorno advirtiéndole del grave peligro de la relación, pero simplemente preferirá ignorarlo.

- Fase de deterioro

En esta fase la dominación y la subordinación se agravan y se vuelven imposibles de erradicar. Ya no solo se trata de admiración por el otro y el plegarse a sus intereses, si no que se llega a niveles desbordantes como son malos tratos, humillaciones, burlas, abusos sexuales, violencia en sus distintos tipos que causan descomunal sufrimiento y daño, destacando principalmente el sufrimiento psíquico, manifestando ansiedad y depresión.

A pesar de todo esto el dependiente es incapaz de romper la relación, Amor, Bohórquez y Echeburúa, (2006) refieren que si la violencia se da de forma manifiesta ya desde el principio, algo que favorece a que la mujer siga con el maltratador manteniendo la esperanza de lograr una relación armoniosa si se sigue sacrificando y esforzando a un más.

- Fase de la ruptura y síndrome de abstinencia.

Generalmente la ruptura viene por parte de la pareja, ya que se cansa del dependiente y posiblemente haya encontrado alguna persona u oportunidad que llamaron su interés, la reacción del dependiente será evitarlo a toda costa mediante suplicas, hablar con amigos o familia para convencer a la otra persona, siempre buscara reanudar la relación.

El síndrome de abstinencia está relacionado con la soledad, la ruptura y por los intentos pertinentes de regresar, por querer verlo, hablar con él, entre más información tenga mayor será su esperanza para su soñada reconciliación.

- Fase de relaciones de transición

En dado caso que después de todo lo que haga el dependiente no haya reconciliación, el dependiente en su lucha con su dolor y soledad buscara alguien pasajero para suplir ese vacío que dejó su pareja hasta que aparezca otra “persona ideal” que cumpla con las características. En estas relaciones no hay sumisión, ni necesidad excesiva, ni admiración.

- Recomienzo del ciclo

Después de haber pasado por la ruptura, el síndrome de abstinencia y las eventuales relaciones de transición si el dependiente encuentra a la persona que se convertirá en su nuevo objeto, y este tenga las características pertinentes como son: narcisismo, distanciamiento, falta de empatía, frialdad, etc, se da el nuevo comienzo.

2.5 Dependencia emocional en las relaciones de pareja

De acuerdo con Castello, J. (2005) el dependiente idealiza a su pareja y suelen escogerlos con las siguientes características: ególatras, con gran seguridad en sí mismas, frías emocionalmente, etc. El narcisismo de estas personas es lo opuesto de la baja autoestima de los dependientes emocionales, por eso se produce esta idealización y fascinación.

Las consecuencias de vivir dentro de una relación de pareja toxica, debido a las dificultades de personalidad que se ha expuesto anteriormente suelen ser muy desequilibradas, con la que explotación, la dominación e incluso en muchas ocasiones los malos tratos suelen aparecer, con esto se activa el círculo vicioso por que la personas busca insistentemente un sumiso afectivo externo. (Castello, J. 2005).

Cuando la patología de la dependencia está presente en las relaciones de pareja los dependientes emocionales suelen forjarlas desde temprana edad y si es posible intentan estar siempre con alguien, esto debido al miedo al abandono y su necesidad de llenar su carencia emocional. Sus parejas suelen tener un perfil bastante concreto caracterizado por soberbia, egocentrismo, peculiaridad, personalidad dominante y cierto encanto personal manifiesto, excentricidades, sentido del humor o ingeniosidad. Así como también pueden tener algún tipo de adicción.

2.6 Violencia hacia la mujer

Uno de los aspectos que cobra relevancia y que se considera importante revisar es la violencia contra la mujer en México, de acuerdo con las estadísticas de la INEGI (2019) de los 46.5 millones de mujeres de 15 años y más que hay en el país, 66.1% (30.7 millones) ha enfrentado violencia de cualquier tipo y de cualquier agresor, alguna vez en su vida, el 43.9% ha enfrentado agresiones del esposo o pareja actual o la última a lo largo de su relación y está más acentuado entre las mujeres que se casaron o unieron antes de los 18 años (48.0%), que entre quienes lo hicieron a los 25 o más años (37.7%) y en 2018 se registraron 3 752 defunciones por homicidio de mujeres, el más alto registrado en los últimos 29 años (1990-2018), lo que en promedio significa que fallecieron 10 mujeres diariamente por agresiones intencionales.

Las Naciones Unidas definen la violencia contra la mujer como *«todo acto de violencia de género que resulte, o pueda tener como resultado un daño físico, sexual o psicológico para la mujer, inclusive las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de libertad, tanto si se producen en la vida pública como en la privada»*.

Por otra parte la violencia contra la mujer -especialmente la ejercida por su pareja y la violencia sexual- constituye un grave problema de salud pública y una violación de los derechos humanos de las mujeres. La mayoría de estos casos son violencia infligida por la pareja. En todo el mundo, casi un tercio (30%) de las mujeres que han tenido una relación de pareja refieren haber sufrido alguna forma de violencia física y/o sexual por parte de su pareja en algún momento de su vida.

2.6.1 Tipos de violencia hacia la mujer

De acuerdo con la secretaria de salud la violencia hacia la pareja puede ser de varias clases como son:

- *Física:* Cuando se provoca un daño o intento de daño, permanente o temporal, en cualquier parte del cuerpo de la mujer a través de golpes, bofetadas, empujones, sujeciones, puñetazos, patadas, mordidas, amenazas o lesiones con armas de fuego o

blancas, quemaduras, intento de ahorcamiento etc, pudiendo inclusive provocar la muerte

- *Psicológica o emocional:* Su identificación es difícil por la “ausencia de evidencias”, incluye manifestaciones hacia la mujer como gritos, insultos, humillaciones, intimidaciones, críticas constantes, celos, posesividad y control exagerado, amenazas de daño o abandono o llevar a cabo acciones destructivas. En ocasiones se aísla a la mujer de su familia de origen y de sus amistades y se restringe su acceso a la información, educación, trabajo, etc.
- *Sexual:* Obligar a la mujer a cualquier tipo de práctica sexual no deseada o degradación sexual o que le provoque un daño. Muchas mujeres creen erróneamente que por vivir con su pareja o por estar casadas tienen “la obligación” de realizar prácticas sexuales no deseadas en contra de su voluntad (pueden ser forzadas, amenazadas e incluso violadas).
- *Económica:* Agresiones hacia la mujer para controlar el dinero que ingresa al hogar y la forma en que se gasta. Se manifiesta en amenazas de no darle dinero, darle poco o incluso quitárselo, reclamos de dinero, incumplimiento para dar el gasto.
- *Patrimonial:* Controlar la propiedad y el uso de los bienes muebles e inmuebles de la mujer (casas, terrenos, etc.) que forman parte del patrimonio de la pareja, así como quitarle sus bienes.

2.6.2 Consecuencia de la violencia hacia la mujer por su pareja

De acuerdo con la OMS La violencia tiene efectos inmediatos sobre la salud de la mujer, que en algunos casos son mortales. Las consecuencias físicas, mentales y conductuales sobre la salud también pueden persistir mucho tiempo después de que haya cesado la violencia.

Físicas	Sexuales y reproductivas
<ul style="list-style-type: none"> - Lesiones físicas agudas o inmediatas, por ejemplo hematomas, excoriaciones, laceraciones, heridas punzantes, quemaduras o mordeduras, así como fracturas de huesos o dientes. - Lesiones más graves que pueden 	<ul style="list-style-type: none"> - Embarazo no planeado o no deseado - Aborto o aborto inseguro - Infecciones de transmisión sexual, incluida la infección por el VIH - Complicaciones del embarazo o aborto espontáneo

<p>conducir a discapacidad, por ejemplo lesiones en la cabeza, los ojos, el oído, el tórax o el abdomen.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Afecciones del aparato digestivo, problemas de salud a largo plazo o mala salud, incluidos síndromes de dolor crónico. - Muerte, por ejemplo por feminicidio o en relación con el sida 	<ul style="list-style-type: none"> - Hemorragias o infecciones vaginales - Infección pélvica crónica - Infecciones de las vías urinarias - Fístulas (desgarros entre la vagina y la vejiga o el recto, o ambos tipos de desgarro) - Relaciones sexuales dolorosas - Disfunción sexual
Mentales	Conductuales
<ul style="list-style-type: none"> - Depresión - Trastornos del sueño y de los hábitos alimentarios - Estrés y trastornos de ansiedad (por ejemplo, trastorno por estrés postraumático) - Autoagresión e intentos de suicidio - Baja autoestima 	<ul style="list-style-type: none"> - Uso nocivo de alcohol u otras sustancias - Múltiples compañeros sexuales - Elección de parejas abusivas en etapas posteriores de la vida - Tasas bajas de uso de anticonceptivos y de condones

Cuadro 2. Consecuencias frecuentes para la salud de la violencia contra la mujer OMS 2013.

2.6.3 *Relaciones entre la dependencia emocional y las mujeres víctimas de violencia en la pareja*

Castelló, J. (2005) refiere que la dependencia emocional explicaría la conducta de algunas mujeres víctimas de violencia de pareja cuando justifican las infidelidades y agresiones de su pareja, cancelan procesos legales (denuncias), incumplen las órdenes judiciales de alejamiento respecto a la pareja, regresan con el agresor creyendo que es posible que sus parejas tomen conciencia y cambien de actitud, y en otros casos, inician una nueva relación con características similares de malos tratos.

Así mismo Aiquipa, J. (2015) señalo que tiene mucha relevancia centrarse en las características psicológicas de la mujer al inicio de sus relaciones de pareja ya que pueden ser un factor de riesgo para convertirse en víctima de maltrato. Es así como algunos autores apoyan a la relación causal entre la dependencia y las relaciones de pareja. Amor y Echeburúa (2010) señalaron que las mujeres que permanecen con el agresor por el vínculo emocional que la ata a la pareja, sentirá

que no es capaz de vivir sin él. Debido a que las mujeres conciben un amor romántico basado en entregarse completamente, aceptar y perdonar lo que sea en el nombre del amor, y por consiguiente toleran el maltrato, idealizando a la pareja hasta el final de sus días. Deza (2012).

La dependencia emocional trae como consecuencia el maltrato, ya sea físico o psicológico, el descuido de otras esferas de la vida como el aspecto académico, laboral y familiar y, en casos extremos, episodios de suicidios y homicidios; el propósito de realizar la investigación es porque muchas mujeres en la universidad, entablan una relación basada en sumisión y subordinación, con individuos egocéntricos y las consecuencias son destructivas para quien la padece, la dependencia emocional es un problema en la que se tiene que intervenir y actualmente no se cuenta con investigaciones realizadas en el istmo de Tehuantepec, por lo tanto es necesario comenzar a trabajar ya que existen muchas posibilidades de que muchas personas vivan esta problemática y no exista la ayuda pertinente.

2.7 Pregunta de investigación

2.7.1 Pregunta general

¿Cuáles son las características de la dependencia emocional y violencia en mujeres estudiantes del noveno semestre de la licenciatura en ingeniería industrial de la universidad del istmo de Tehuantepec?

2.7.2 Preguntas específicas

- ¿Las mujeres estudiantes del noveno semestre de la universidad del istmo muestran características de ser dependientes emocionales?
- ¿Las mujeres estudiantes que tienen una relación de pareja han sufrido algún tipo de violencia?

2.8 Objetivo de la investigación

2.8.1 Objetivo general de la investigación

Indagar si la dependencia emocional y la violencia están presentes en las relaciones de pareja de mujeres estudiantes del noveno semestre de la licenciatura en ingeniería industrial de la universidad del istmo de Tehuantepec.

2.8.2 Objetivos específicos

- Identificar si hay características de dependencia emocional en las mujeres estudiantes del primer semestre de la universidad del istmo.
- Documentar si en su relación de pareja ha habido algún tipo de violencia.

2 METODO

3.1 Hipótesis de la investigación

La dependencia emocional y la violencia están presentes en las relaciones de pareja de las mujeres estudiantes del noveno semestre de la licenciatura en ingeniería industrial de la universidad del istmo de Tehuantepec.

3.2 Participantes

Tres mujeres estudiantes del noveno semestre de la licenciatura en ingeniería industrial de la universidad del istmo de Tehuantepec, con edades 22 y 23 años de edad.

3.3 Criterios de inclusión

Los criterios de selección utilizados para seleccionar a la muestra son los siguientes:

- Tener una relación de pareja de por lo menos seis meses.
- Ser estudiantes activos de la licenciatura en ingeniería industrial, cursando el noveno semestre.
- Que manifiesten voluntad de participar en el estudio.

3.4 Criterios de exclusión

- No tener una relación de pareja de por lo menos seis meses.
- Estudiantes que no estén activos en la licenciatura en ingeniería industrial y no estén cursando el noveno semestre.

3.5 Enfoque de la investigación

El enfoque de la investigación es cualitativa, ya que se encargó de estudiar las relaciones de pareja, en su contexto natural y los resultados se expresan por medio de una matriz con categorías y subcategorías, donde se refleja la experiencia de las participantes.

3.6 Tipo de investigación

Considerando las características del fenómeno a estudiar, se desarrolla una investigación de carácter descriptivo - exploratorio (Hernández, Fernández y Baptista, 2010). Los estudios exploratorios se fundamentan en que permite examinar fenómenos relativamente desconocidos, a fin de obtener información sobre los procesos por los cuales éstos se llevan a cabo.

Por otro lado, el carácter descriptivo de esta investigación, permite detallar características de situaciones y/o eventos relacionados con el fenómeno particular, ya que los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades importantes de personas, grupos, comunidades, etc.

3.7 Técnicas e instrumentos de recolección de información

Para la recolección de datos de la presente investigación, se empleó la entrevista que es una herramienta del enfoque cualitativo en la cual me permitió intercambiar información con las participantes acerca de sus relaciones de pareja. Las entrevistas cualitativas, se clasifican en estructuradas, semiestructuradas o abiertas individual (Hernández et al., 2010).

Debido a que no se encontró un instrumento específico que permitía recoger las características de dependencia emocional, se realizó una entrevista estructurada basado en la teoría, criterios y características de las personas dependientes emocionales postuladas por el Dr. Jorge Castelló, así

pues se plantearon a los participantes una serie de preguntas para indagar si existen características de dependencia emocional en las estudiantes de noveno semestre.

Para poder indagar si existe algún tipo de violencia, se utilizó una encuesta de evaluación víctimas de violencia, de igual manera fue diseñada por elaboración propia.

3 PROCEDIMIENTO

La recolección de los datos se realizó de la siguiente manera:

- Se solicitó permiso a la universidad del istmo para poder ingresar, de igual manera se acordó la fecha para poder llevar a cabo la investigación.
- Una vez que se obtuvo el permiso, se visitaron las aulas para invitar a las alumnas a participar como sujetos de investigación siempre y cuando cumplieran con los criterios de inclusión.
- La recolección de datos se llevó en la fecha acordada.
- Los resultados de las entrevistas fueron sometidos al análisis de contenido.

4 RESULTADOS

Se realizó la siguiente matriz de categorías y subcategorías para el análisis de resultados.

Matriz de categorías y subcategorías

Categorías	subcategorías	claves
Manifestaciones las relaciones con sus familias y sus parejas.	Relación con tus padres	RP
	Tiempo con su relación	TR
Características de la dependencia emocional.	Necesidad excesiva del otro, deseo constante hacia él.	NEODC
	Deseos de exclusividad en la relación	DER
	Prioridad de la pareja sobre cualquier cosa	PPCC
	Idealización del compañero	IC

	Relaciones basadas en la Sumisión y subordinación.	RSS
	Miedo a la ruptura	MR
	Miedo e Intolerancia a la soledad	MIS
Tipos de violencia en una relación de pareja.	Violencia Física	VF
	Violencia Psicológica	VP
	Violencia Sexual	VS

Debido a que la entrevista fue anónima se utilizara A, B, y C para dar a conocer la opinión de cada participante.

Manifestaciones de las relaciones con su familia y de la relación con su pareja.

- **Relación con tus padres**

Con la finalidad de abordar la primera categoría es necesario conocer la relación que tienen con sus padres, ya que como lo menciona Castello (2005) uno de los factores causales de la dependencia emocional son las carencias afectivas tempranas.

En relación con la relación que tienen las participantes con sus padres nos comparten lo siguiente:

A: “La relación con mis padres es respetuosa y agradable”

B: “Tengo buena comunicación con mis padres, confianza y una unión de amor que nos une, aunque no muy buena porque hay algunas cuestiones que no me dan confianza decirles”.

C: “Son personas que se interesan en lo que hago y desde pequeña me han cuidado”.

Como manifiestan las participantes los padres cumplen una función esencial en el desarrollo de las personas, desde la concepción hasta la muerte, porque son ellos quienes inician con la formación de la personalidad, en todos los aspectos.

- **Tiempo con su relación**

En las relaciones de pareja se crean vínculos afectivos con la intención de conocerse mejor y en su caso institucionalizarla de manera permanente, durante el cual se deben establecer relaciones amorosas libremente consentidas y mutuamente aceptadas.

Para poder constituir tal relación afectiva y llegar a conocerse mutuamente es necesario permanecer juntos una considerable cantidad de tiempo y de esta manera fomentar confianza y afectividad a través de los cuales, logren aprender diversas cosas que sean de provecho para cada sujeto.

Respecto al periodo de relación de pareja que han compartido las participantes, vale destacar que todos los casos superan los dos años, eso se manifiesta a través de las siguientes expresiones:

A: “Cuarenta y seis meses a punto de cumplir cuatro años.”

B: “2 años y cuatro meses, ha sido una relación bonita y respetuosa, hay mucha confianza.”

C: “Tres años y ocho meses, es una relación estable, aunque con algunos desacuerdos.”

Como se aprecia, todas las participantes en su mayoría tienen más dos años de relación con su pareja y uno de los criterios de inclusión señala que las mujeres debían estar en una relación de pareja de al menos los seis meses, transcurso en que se puede evidenciar, manifestaciones de dependencia emocional.

En las relaciones de pareja es importante la conexión, el respeto, confianza y de cierta manera un poco de individualidad, lo que permitirá una relación saludable en la cual ambos individuos se fortalezcan emocionalmente.

Características de la dependencia emocional en las relaciones de pareja

Castelló (2005) enumera varias manifestaciones de dependencia emocional, tal como se describen en las siguientes categorías:

- **Necesidad exclusiva del otro, deseo constante hacia él**

Castelló (2005) señala que en una relación de pareja las personas dependientes sienten y tienen la necesidad de estar en contacto permanente y excesivo con la persona amada, de hacerlo todo junto, se niegan la privacidad y no fomentan la individualidad del mismo, ni de la otra persona.

Un ejemplo de este planteamiento se puede apreciar en el siguiente comentario de una de las participantes:

A: “En el salón nos sentamos juntos, comemos juntos, en la tarde y noche nos llamamos o mandamos mensajes.”

Así mismo para el dependiente es de suma importancia estar comunicados ya que es fundamental, debido a que les permite sostener una relación plena y conlleva a atender aspectos que favorecen a una mayor satisfacción y en la resolución de conflictos.

B: “Normalmente todo el día nos la pasamos juntos; en la universidad (comunicación directa), también por mensajes en apps.”

De igual manera otra participante refirió que:

C: “Los fines de semana salimos al cine, comidas con familiares y solo en parejas, actividades de recreación, deporte más que nada en los ratos libres que ambos tengamos y coincidamos”.

De esta manera se percibe que los y las participantes no tienen horario establecido con sus parejas, la mayor parte del tiempo se lo pasan juntos y es muy poco el tiempo que tienen individualmente, al estar en el mismo salón de clases puede traer consigo desventajas, si los miembros no saben equilibrar la situación, puede que sientan pérdida del espacio personal, que no logre concentrarse en las clases por estar pendiente de su pareja o incluso dejar de valorar los momentos que pasan juntos, esto por el gran tiempo que comparten en las aulas de clase y de esta manera la relación se puede tornar rutinaria.

- **Deseos de exclusividad en la relación**

Las personas emocionalmente dependientes a su pareja tienden a aislarse de su entorno para enfocarse y entregarse enteramente a su pareja ya sea por decisión propia o por petición del otro. No duda en aislarse del resto del mundo para pasar más tiempo con su pareja.

Las participantes refieren que se han separado mayormente de sus amigos sobre todo por el tiempo que pasan con sus parejas, ya que sus horarios de clases abarcan de ocho de la mañana, hasta siete de la noche.

A: "Si, me he distanciado de mis amigos sobre todo"

B: "Si en cierta parte, pero más bien fue mi decisión porque ya prefiero estar con mi novio y pasar tiempo con él."

C: "No, porque cada uno tiene su espacio"

La realización de estos actos va dirigidos a complacer a otros sujetos, inclusive si no es lo que él o ella realmente desea, esto involucra cierta pérdida de independencia, las personas que viven dentro de una relación perjudicial, su pareja es el centro de su vida. Por lo que es importante estar atento a las necesidades, deseos o incluso caprichos para poder satisfacerlo.

A continuación se denotan algunas de las opiniones de las y los participantes en lo referido al tema de complacer.

A: "Depende de lo que sea; cumplir un deseo, siempre y cuando esté dentro de mis posibilidades."

B: "Depende mucho de la situación, si son cosas que le hacen feliz y está en mis posibilidades si lo hago"

C. "Dependiendo el concepto, si debo mentirle, no. Pero por una acción, si podría hacerlo."

Las participantes comparten mucho tiempo junto con sus parejas, los ven interactuar con sus amigos, esto les permite conocer diferentes ámbitos de su persona. Al igual resulta provechoso que estén al tanto de los gustos, intereses y sentimiento de su pareja.

- **Prioridad de la pareja sobre cualquier cosa**

Dentro de una relación, es usual en determinados momentos realizar algún sacrificio o acción con el propósito de ayudar al otro u otra, cuando se presenta momentos difíciles.

El problema radica cuando uno de los miembros, vive por y para la pareja tendiendo a sacrificar sus intereses, deberes y sentimientos, en consecuencia adquiriendo un patrón de dependencia emocional. Un aspecto negativo de esta situación es que este desequilibrio aumentará a pasos agigantados, hasta el punto de que el sujeto será prácticamente un súbdito de su pareja.

Con respecto a lo anteriormente señalado, se menciona un ejemplo de interés sobre el apoyo que se brindan los jóvenes participantes:

A: “Escucharlo en el momento más difícil de su adolescencia y apoyarlo. Me siento bien.”

B: “Lo he apoyado económicamente, emocionalmente, físicamente. De muchísimas maneras. Y yo me siento más que feliz de poder hacerlo. Ya que sé que soy un apoyo para él.”

C: Comprenderlo, ambos pasamos por un momento difícil, él no vive con su papa y la parte de que mi papa lo acepta me hace sentir feliz.

Dentro de este mismo apartado igual se plantea la importancia de la pareja más allá de tu familia y de los amigos:

A: “Mi pareja tiene la misma importancia que mi familia. Sí es más importante que mis amigos, por las cosas que hemos vivido juntos.”

B: “Es igual de importante que mi familia y amigos.”

C: “No, ambos son importantes para mí, él me entiende cuando le digo que quiero pasar tiempo con mi familia o mis amigos.”

Tomando en consideración las opiniones es importante señalar el punto de equilibrio, en el que ambas cuenten con la misma validez entre sus partes y que al mismo tiempo la decisión propia sea la más relevante.

Relacionado con la misma temática de la prioridad de la pareja, las participantes hacen lo imposible por estar junto a su pareja:

A: “A veces porqué me gusta la compañía poder platicar y convivir”.

B: “Siempre prefiero estar con él, si tengo otras salidas y él me dice que hagamos algo, con gusto yo voy con él”

C: “Cuando se puede estamos juntos, entiendo que a veces él tiene otras que cosas hacer”

Debido a que las parejas conviven la mayor parte de tiempo en las aulas de clase, siempre están conviviendo con su pareja, suelen evitar discusiones y tratan de estar al pendiente de su pareja.

En esta misma sección una de las participantes refirió que en ocasiones han descuidado algunas responsabilidades académicas por estar con su pareja, justificándose que no gestiona bien su tiempo.

- **Idealización del Compañero**

Castelló (2005). Refiere que la persona dependiente pone en primer plano a su pareja haciendo todo lo que dice, cuando lo dice y como él o ella quieren que se hagan las cosas, dejando a un lado sus propias decisiones, a veces no tienen iniciativa para realizar acciones por sí misma.

La persona dependiente usualmente experimenta un excesivo anhelo de estar con las personas que “quieren”, percibiendo emociones negativas para sí mismas cuando no sienten su cercanía. Lo que justifica un fuerte anhelo de estar con la otra persona y que su felicidad dependerá únicamente de estar con él.

Las apreciaciones hechas por las participantes respecto a este tema son:

A: "Para mí, él es una gran persona"

B: "Significa todo para mí"

C: "Me visualizo toda mi vida junto a él, para mí no existe nadie más"

En las relaciones de pareja es importante la conexión, el respeto, confianza y de cierta manera un poco de individualidad, lo que permitirá una relación saludable en la cual ambos individuos se fortalezcan emocionalmente.

Las discusiones en la pareja son necesarias en determinados momentos, ya que esto ayuda a enfrentar los desacuerdos y resolver conflictos, situación lógica entre dos personas, con el fin de negociar soluciones ante los problemas o expresar opiniones aún con distintos puntos de vista.

Conviene señalar que cuando hay indicios de dependencia emocional por parte de uno de los miembros, es común que se manifiesten mecanismos de evitación y escape, lo que dificulta asimilar el problema y sus consecuencias. Otro elemento incluye la experimentación de sentimientos de inestabilidad por miedo al rechazo, al abandono, la rabia y la culpa que pueda percibir por parte de su pareja

En relación al tema estas fueron las aportaciones de las participantes:

A: "Al principio molestarme mucho, después buscar la causa raíz del problema y solucionarlo".

B: "Hablar y comprender las necesidades de cada uno."

C: "Meditar y reflexionar, acerca de lo que origino el problema y hablarlo con mi pareja, para solucionarlo con la mayor tranquilidad."

La buena comunicación es un requisito indispensable para el buen funcionamiento de una relación en pareja, por lo que las participantes recurren al dialogo para solucionar sus problemas.

- **Relaciones basadas en sumisión y subordinación**

La sumisión por parte de los dependientes emocionales, crea una característica de relación desigual, lo que se manifiesta en la posible realización de actividades dirigidas a satisfacer al otro, en cualquier caso en una relación de sumisión uno de los miembros se mantiene siempre bajo el mandato del otro, sea lo que sea que el otro decida que quiere que hagan, sean, estén o simplemente, se ponga.

Dicho lo anterior se expone la opinión de una de participantes con respecto al tema:

A: “Mi pareja y yo nos complementamos, hay ocasiones en las que puedo ser sumisa, dominante y todo. Y en otras él lo es.”

B: “Mayor mente a mí me toca ceder, evito cosas que sé que puedan molestarle.”

C: “Pues podría decirse que simplemente la de ser la novia, nunca he tenido en cuenta en tomar un papel en la relación tal vez me corresponden algunas cosas pero especificar un papel no ninguno.”

Así mismo algunos individuos al estar en una relación manifiestan un excesivo apego, pierden su individualidad, y tienden a darle mayor significado a las necesidades y demandas de los demás, también se aprecia que los pensamientos están dirigidos siempre para su pareja.

Relacionado con la misma temática estas fueron sus opiniones:

A: “Su opinión para mi es importante, me gusta que me diga que cosas le agradan”

B: “Si me interesa pero no es imprescindible para mí.”

C: “Un poco, soy feliz con él y prefiero que estemos bien”

En conclusión, con la información proporcionada indica que para la mayoría de las participantes la opinión de la pareja es importante y la toman en cuenta para preservar la relación.

- **Miedo a la ruptura**

Tras una ruptura las personas que manifiestan dependencia emocional reaccionaran de dos maneras: buscando desesperadamente una nueva pareja que llene el vacío de la anterior y le reafirme su valía o aislándose completamente por temor a que le maltraten de nuevo.

Ante esta situación las participantes señalan lo siguiente:

A: “De pensarlo nada más me dan ganas de llorar, llevamos mucho tiempo juntos como para terminar.”

B: “Le pediría otra oportunidad para reanudar la relación.”

C: “Sí, debido a que lo conozco bien y me agrada”

Para una persona dependiente es común sentir un miedo desproporcionado a estar solo, de no merecer amor, que la pareja es infiel, entre muchos otros que tienden a variar referente al consultante y sus quejas.

Sobre este tema, la ruptura de la relación es un verdadero trauma que le catapulta a un desequilibrio emocional grave puesto que carece de una fuente de equilibrio interna, en ocasiones por “amor” y por no romper su relación aguantan:

A: “He perdonado 2 infidelidades”

B: “Humillaciones y alejarme de mis amigos”

C: “Pues como toda relación hay problemas, pero al grado de aguantar algo o que tu pareja haga cosas indebidas creo que eso en mi punto de vista no está bien, yo soy directa con lo que digo y lo que quiero.”

Como se aprecia en los comentarios de las participantes, han aguantado infidelidades, humillaciones e incluso distanciarse de sus amigos para poder continuar con su relación.

- **Miedo e Intolerancia a la soledad**

Los dependientes emocionales tienden a querer estar en todo momento con su pareja, que le haga sentir constantemente que es su prioridad.

En relación al estudio son las respuestas de las participantes al estar lejos de su pareja:

A: “Cuando no estamos juntos, me siento sola, que algo me falta”

B: “Lo extraño, me gusta mucho su compañía”

C: “A veces es necesario estar un tiempo a solas para poder pensar”

Otro punto relacionado con este mismo tema son los factores asociados con la felicidad, el término felicidad implica un estado emocional de satisfacción para la persona, aunque su connotación va a depender del valor que cada individuo le atribuya, por consiguiente las participantes brindan algunas opiniones sobre lo que la haría feliz.

A: “Mi felicidad depende de mí, yo tengo la posibilidad de darle la importancia a las cosas”

B: “Mi pareja me hace feliz, lo necesito para sentirme bien”

C: “Hay factores externos que facilitan la felicidad como la interacción que tenemos con las demás personas “. “Una persona no puede ser feliz estando sola.”

Realizando un análisis de lo abordado, se discute que en la condición de felicidad planteada por los jóvenes es necesaria la presencia de otra persona para poder lograr la tranquilidad y bienestar, lo que puede indicar ciertas manifestaciones de apego en relación a los demás.

Tipos de violencia presentes en las relaciones de pareja

En México la seguridad de las mujeres está condicionada y no se respetan sus derechos más básicos, esto se percibe en el ambiente ya que 9 de cada 10 mexicanos considera que su país es violento para las mujeres, según una encuesta presentada por el Centro de Opinión Pública de la Universidad del Valle de México (UVM).

Las relaciones abusivas siempre comprenden un desequilibrio de poder y control. El agresor usa palabras y conductas intimidantes e hirientes para controlar a su pareja, en esta investigación se encontró señales de violencia sexual:

De acuerdo con la manifestación de la categoría del tipo de violencia presente en las relaciones de pareja de las participantes, una de ellas refiere que su pareja le ha humillado sexualmente y la ha forzado a tener relaciones.

Así mismo se encontró evidencia de violencia psicológica:

- Dos de las participantes refieren que sus parejas les impiden ver a sus amistades.
- De acuerdo con las respuestas de las tres participantes, su pareja tiende a controlar sus movimientos continuamente, ejemplo a donde va o con quien están.
- Dos de las participantes deben notificarle a su pareja que van a salir.
- Dos de las participantes refieren que las han insultado, humillado o menospreciado delante de otras personas.

La violencia afecta negativamente el bienestar de las mujeres e impide su plena participación en la sociedad. Además de tener consecuencias negativas para las mujeres, la violencia también impacta su familia, comunidad y el país. Los altos costos asociados, que comprenden desde un aumento en gastos de atención de salud y servicios jurídicos a pérdidas de productividad, impactan en presupuestos públicos nacionales y representan un obstáculo al desarrollo.

5 DISCUSIONES Y CONCLUSIONES

Una vez finalizada la investigación sobre dependencia emocional y la violencia en estudiantes de Licenciatura en Ingeniería Industrial, se derivan las conclusiones pertinentes a los objetivos planteados:

- Todos los participantes tienen una relación mayor a seis meses, dos ellas es su primera pareja, también cabe destacar que comparten el mismo salón de clase.
- Se muestran características de dependencia emocional, ya que para ellas su pareja significa mucho, dos de ellas extrañan a su pareja cuando no están juntos, se sienten solas,

dos de ellas se han distanciado de sus amigos para pasar más tiempo con su pareja y si está en sus manos complacer a su pareja lo hacen.

- Así como también se encontró que la violencia de tipo psicológica y sexual están presente en su relación de pareja.

Es importante señalar que no se conoce a profundidad la vida de cada participante de la muestra, sin embargo es probable que esta situación de dependencia emocional esté vinculada a factores internos y externos. Como se mencionó en los diferentes factores que originan esta patología, los padres desempeñan un papel importante en el desarrollo de este al igual las características individuales de cada persona, los fallos en la construcción de la autoestima, las relaciones interpersonales que se establecen.

Si bien en esta investigación se encontró evidencia de características de dependencia emocional y violencia en las relaciones de pareja que entablan las mujeres estudiantes de la universidad del istmo de Tehuantepec, queda pendiente en un futuro realizar más investigaciones ya sea de tipo cuantitativo o mixto para recabar más información y con las bases de esos descubrimientos proponer alternativas más eficaces para la intervención de este trastorno.

De manera personal el haber realizado esta investigación me queda la satisfacción de poder contribuir con mi comunidad, el conocer que este problema está presente en las mujeres y de acuerdo con mis conocimientos puedo:

- Proponer talleres para que los alumnos conozcan sobre este problema, sus características, consecuencias.
- Proponer talleres para aumentar la autoestima, a través de reconstrucción cognitiva, entrenamiento asertivo, entrenamiento en habilidades sociales, solución de problemas.
- Diseñar programas de prevención e intervención que promuevan la optimización de los vínculos afectivos.

Al llevar a cabo la investigación hubo limitaciones las cuales fueron de tipo teórico, ya que existen pocas investigaciones científicas, así como también de tipo instrumental ya que no se encontró un instrumento estandarizado para la recolección de datos.

6 REFERENCIA BIBLIOGRAFICA

- Aiquipa, J. (2015). Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Revista de Psicología*, 33, 412-437. Recuperado de <http://www.scielo.org.pe/pdf/psico/v33n2/a07v33n2.pdf>
- Amor, P., Bohórquez, I., y Echeburúa, E. (2006) ¿Por qué y a qué coste físico y psicológico permanece la mujer junto a su pareja maltratadora? *Acción Psicológica*, 4(2),129-154
- Avendaño, A. y Sánchez, J. (2002). La dependencia emocional en las parejas. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 4(1), 91-97.
- Comprender y abordar la violencia contra las mujeres (2013). Recuperado de: <https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2014/20184-Concecuencias.pdf?ua=1>
- Castelló, J. (2005). Dependencia emocional: características y tratamiento. Madrid: Alianza editorial.
- Deza, S. (2012). ¿Por qué las mujeres permanecen en relaciones de violencia? *Avances en Psicología*, 20(1), 45-55.
- Diaz, R. y Rivera, S. (2010). Antología psicosocial de la pareja. México, D.F, México: Miguel Ángel Porrúa, librero-editor, 37-70, 739-759.
- Espíritu, L. C. (2013). Dependencia emocional en mujeres violentadas y no violentadas de Nuevo Chimbote, 2013 (tesis de pregrado). Universidad Cesar Vallejo, Perú
- Fernández, C. et all (2003). *Violencia doméstica*. Madrid, España: MSC
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2010). *Metodología de Investigación* (5ta. ed.). México: Mac Graw-Hill. Recuperado de: http://www.esup.edu.pe/descargas/dep_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%205ta%20Edici%C3%B3n.pdf
- González; A. y Hernández; M. (2014) Emotional dependency based on the gender of young adolescents in Almeria, Spain. Recuperado de: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1877042814032583>

INEGI 2018. Estadísticas a propósito del día internacional de la eliminación de la violencia contra la mujer (25 de noviembre) / Datos Nacionales.

Llano, M. y López, J. (2017). La dependencia emocional: la adicción en los márgenes de la patología dual. Revista de patología dual. Recuperado de: https://patologiadual.es/docs/revista/2017_07

Lemos, M.; Londoño, N. y Zapata, J. (2007). Distorsiones cognitivas en personas con dependencia emocional. Informes Psicológicos de Colombia, 9, 55-69. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5229797.pdf>

Moral, M. y Sirvent, C. (2008). Dependencias sentimentales o afectivas: etiología, clasificación y evaluación. Revista Española de Drogodependencias. Recuperado de: https://www.aesed.com/descargas/revistas/v33n2_2

Moral, J. y López, F. (2012). “Modelo recursivo de reacción violenta en parejas válido para ambos sexos”, Boletín de Psicología 105, 61-74.

Murueta, M. y Orozco, M. (2015). Psicología de la violencia causas, prevención y afrontamiento. México: Manual Moderno ISBN obra 978-607-448-444-1.

Pérez, K. (2011). Efectos de la dependencia emocional en la autoestima de mujeres de veinte y cinco a cincuenta y cinco años de edad que tienen una relación de pareja (Informe final de trabajo de pregrado). Universidad Central del Ecuador, Ecuador.

Ordoñez, B (2011). La dependencia emocional y violencia de género. Recuperado de: <http://www.institutospiral.com/cursosyseminarios/encuentros/ponencias/Belen%20ponencia.pdf>

Riso, W. (2008). ¿Amar o Depender? Barcelona: Norma SA Editorial.

Rodríguez de Medina, I. (2013) La dependencia emocional en las relaciones interpersonales. Revista electrónica de investigación Docencia Creativa, (2), 143-148.

Shaeffer, B. (1998). ¿Es amor o es adicción? Barcelona, España: Apostrofe.

Santamaría, J. et all (2015). Perfil psicopatológico de paciente de dependencia emocional. Revista iberoamericana de psicomatica. Recuperado de:

file:///C:/Users/OFICINA/Downloads/Dialnet-

PerfilPsicopatologicoDePacientesConDependenciaEmoc-5288486.pdf

Valencia, N. (2011) Diagnostico regional del istmo de Tehuantepec. Recuperado de:
http://cedoc.inmujeres.gob.mx/ftpg/Oaxaca/OAX_MetaA4_5_2011.pdf

Violencia hacia la pareja, Secretaria de Salud público. (2018).

Villegas, M. (2005). Amor y dependencia en las relaciones de pareja. Revista de psicoterapia, 17(68), 5-64.

Villegas, M. y Sánchez, N. (2013) Dependencia emocional en un grupo de mujeres denunciante de maltrato de pareja. Textos y sentidos, (7), 10-2

APENDICE

ENTREVISTA ESTRUCTURADA DE DEPENDENCIA EMOCIONAL

Fecha: _____

Edad: _____ Sexo: _____

Escolaridad: _____

PREGUNTAS

1. ¿Cómo ha sido la relación con tu familia y entorno cuando eras pequeña?
2. ¿Cuánto tiempo tienes con tu relación de pareja y como la defines?
3. ¿Qué tan frecuente te comunicas frecuentemente con tu pareja?
4. ¿Qué tipo de actividades compartes con tu pareja?
5. ¿Cómo te sientes si tu pareja no te llama o te manda mensajes?
6. ¿Cuándo hay disgustos y diferencias con tu pareja que haces para superarlas?
7. ¿Te has distanciado de sus amigos y familiares a causa del tiempo que le dedicas a su pareja?
8. ¿Haces lo imposible por estar siempre con tu pareja? ¿Cómo que cosas?
9. ¿Qué es lo más importante que has hecho por tu pareja? ¿Cómo te sientes al respecto?
10. ¿Qué papel has asumido en tus relaciones? Por ejemplo: dominante, sumiso, admirador de la pareja, necesitado de su cariño y aprobación, autosuficiente, etc.?
11. ¿Sientes mucha admiración por tu pareja?
12. ¿Te preocupa la idea de que tu pareja termine con su relación?

MANIFESTACION DE VIOLENCIA EN LA RELACION DE PAREJA

Violencia Física

1. ¿Te abofetea o te tira las cosas para herirte?
2. ¿Te empuja, arrincona, sacude o tira del pelo?
3. ¿Te golpea con el puño o con algo que pudiera herirte?
4. ¿Te pateo, arrastra o te ha dado golpizas palizas?

Violencia Sexual

1. ¿Te ha humillado a nivel sexual, a tu cuerpo, tu desempeño sexual, ya sea con palabras o gestos?
2. ¿Te ha obligado a hacer alguna actividad sexual que considerabas humillante o degradante?
3. ¿Te ha forzado a tener relaciones sexuales de cualquier forma (vaginal, oral y anal)?

Violencia Psicológica

1. ¿Trata de impedirte ver a tus amistades?
2. ¿Controla tus movimientos continuamente, donde vas o con quien estas?
3. ¿Te trata con indiferencia o te ignora?
4. ¿Debes notificarle que vas a salir?
5. ¿Te insulta o te hace sentir mal contigo misma?
6. ¿Te humilla o menosprecia delante de otras personas?