



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

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

Manuscrito Recepcional
Programa de Profundización en Psicología Clínica

Dependencia emocional y rasgos de violencia en las
relaciones de pareja: Un análisis teórico.

Tipo de investigación: teórica

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A:

Nombre de la alumna:

Kory Kim Guerrero Bolaños

Director: Mtra. Jessica Gómez Rodríguez
Dictaminador: Dr. José Manuel Meza Cano



Los Reyes Iztacala Tlalnepantla, Estado de México, 2 de Junio del 2022.



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

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

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

AGRADECIMIENTOS

A Dios, por guiarme y bendecirme tanto.

A mis padres, por su apoyo incondicional, sin su amor y consejos para ser mejor cada día esto no sería posible, son mi principal motivación.

A mi esposo, por el tiempo robado y apoyo, por impulsarme a superarme en todos los aspectos y demostrar que siempre cuento contigo.

A mi directora Jessica Gómez Rodríguez, por guiarme y alentarme a terminar satisfactoriamente esta maravillosa etapa, por compartir conmigo sus conocimientos y su tiempo mil gracias.

A la Universidad Nacional Autónoma de México, eternamente agradecida por formarme profesionalmente.

Índice

AGRADECIMIENTOS	2
RESUMEN	4
ABSTRACT	4
INTRODUCCIÓN	5
JUSTIFICACIÓN SOCIAL	7
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	10
CAPÍTULO 1. DEPENDENCIA EMOCIONAL.....	11
1.2 Características de las personas con dependencia emocional	13
1.3 Fases de la dependencia emocional en las parejas	15
1.1 Dimensiones de la dependencia.....	19
1.4 Aproximaciones Teóricas	21
CAPÍTULO 2. VIOLENCIA	26
2.1 Definición	26
2.2 Tipos de violencia	28
2.3 Violencia de pareja.....	31
2.4 Causas de la violencia de pareja.....	34
CAPÍTULO 3. PERSPECTIVA DE GENERO, DEPENDENCIA EMOCIONAL Y VIOLENCIA EN LAS RELACIONES DE PAREJA.....	36
3.1 Dependencia emocional desde la perspectiva de género.....	36
3.3 Roles de género y violencia contra la mujer	39
CAPÍTULO 4. ANÁLISIS DE INVESTIGACIONES EMPÍRICAS	41
CONCLUSIONES	48
PROPUESTA.....	51
REFERENCIAS	54

RESUMEN

En las relaciones de pareja es muy frecuente hablar de dependencia emocional, pero es importante conocer si esta guarda estrecha relación con la violencia de pareja, por lo tanto, en este manuscrito se pretende identificar si existen rasgos de violencia en las relaciones de pareja con dependencia emocional, para el objetivo antes mencionado se analizó la información desde distintos ángulos, desde el punto de vista teórico, se realizó una revisión de todos los enfoques, informaciones actuales como textos e investigaciones teóricas y empíricas sobre las variables de importancia, todas ellas recuperadas de bibliotecas digitales, revistas electrónicas y repositorios instruccionales. Este análisis permite concluir que las mujeres son más propensas a depender emocionalmente de su pareja y que un alto porcentaje de mujeres han sido víctimas principalmente de violencia psicológica, seguida de violencia física, mientras que se encuentran en una relación de pareja en el estatus matrimonial, sin embargo en el noviazgo también se presenta, cabe resaltar que si bien la literatura dice que las mujeres tienen más propensión a ser dependientes simplemente por las características que se le da al género femenino, otro factor que se considera sumamente importante visualizar son los roles de género que les ha impuesto el sistema patriarcal desde la infancia, por lo que es importante que se aborde este tema desde esta perspectiva para contribuir con información que sea de utilidad a los profesionales de la salud y población en general.

Palabras claves: dependencia emocional, violencia de pareja, roles de género.

ABSTRACT

In couple relationships it is very common to talk about emotional dependency, but it is important to know if this is closely related to partner violence, therefore, in this manuscript we intend to identify if there are features of violence in couple relationships with dependency. emotional, for the aforementioned objective, the information was analyzed from different angles, from the theoretical point of view, a review of all approaches was carried out, current information such as texts and

theoretical and empirical research on the variables of importance, all of them recovered from digital libraries, electronic journals and instructional repositories. This analysis allows us to conclude that women are more likely to depend emotionally on their partner and that a high percentage of women have been victims mainly of psychological violence, followed by physical violence, while they are in a relationship in the married status, however, it is also present in courtship, it should be noted that although the literature says that women are more likely to be dependent simply because of the characteristics that are given to the female gender, another factor that is considered extremely important to visualize is the roles of gender that the patriarchal system has imposed on them since childhood, so it is important to address this issue from this perspective to contribute information that is useful to health professionals and the general population.

Keywords: emotional dependence, intimate partner violence, gender roles.

INTRODUCCIÓN

Las relaciones de pareja se basan en un conjunto de pilares indispensables que llevan al bienestar a ambos miembros de la pareja, en el proceso de búsqueda de este bienestar se crean dinámicas y vínculos afectivos que van a desarrollarse depende a como cada individuo es a nivel personal, esto puede verse influido por el tipo de comportamiento que tenga, por el tipo de relaciones que ha visto de forma cercana, en el tipo de relaciones a lo largo de su vida, puesto que son esquemas aprendidos los cuales no siempre llevan a un buen funcionamiento, la dependencia se da por un mal aprendizaje en la forma de gestionar las relaciones de pareja, los mitos sobre el amor romántico, la baja autoestima y los roles de género impuestos. Al ser un problema que tiende a crecer y que propicia otros más como la violencia es importante conocer lo más posible sobre esto.

La violencia de pareja según la encuesta más reciente realizada en México el 60.1% de las mujeres han sufrido algún incidente de violencia a lo largo de su vida, mientras que el 40.1% han sufrido violencia emocional mientras que el 17.9% violencia física (ENDIREH, 2016) por otro lado, la violencia familiar en el año 2020 alcanzó la cifra de 547 casos por cada 100,000 habitantes comparados con los 334 casos del año 2015 (IEP México, 2021), mientras que estadísticamente la dependencia en México se presenta en aproximadamente un tercio de las parejas actualmente y está relacionada con el apego que se desarrolla en la infancia, así mismo es un problema que a la larga puede derivar en violencia de género (EFE, 2018), mientras que en España un grupo que fue entrevistado el 49.3% se declaró dependiente emocional.

Sin duda es importante saber qué es la dependencia, cómo se desarrolla y las características que tienen los dependientes emocionales, Castelló (2000) define la dependencia como un patrón de conductas realizado por las necesidades emocionales insatisfechas que se intentan cubrir con su pareja, las personas dependientes se caracterizan por tener un deseo intenso por su pareja, algunas características de los dependientes emocionales es que no toleran la soledad, tienen estado de ánimo ansioso e inestabilidad emocional, tienen sentimientos de vacío y conductas obsesivas, mantienen conductas obsesivas, son vulnerables emocionalmente, suelen tener una personalidad autodestructiva y baja autoestima, tratan de complacer a sus parejas, aceptan y perdonan todo (Sirvent, 2000).

La violencia por parte de la pareja es una de las formas más comunes y es vivida en su mayoría por mujeres a nivel mundial (Carbajal, 2019), la cultura hispana está relacionada fuertemente con el machismo, ya que ese tipo de pensamientos están presentes en la ideología de muchos hombres, pues culturalmente se ha creado una forma errónea de pensar, en donde se considera al hombre superior a la mujer, forzando a las mujeres a someterse Ardito y La Rosa (2004, citado en Martino, 2021). El sistema patriarcal propone la división sexual tanto a nivel de trabajo como en las emociones, donde la mujer adoptaría la capacidad de amar y cuidar, y los hombres de dominar y controlar (Cano, 2016) esto hace que las mujeres mantengan

una relación a pesar de que las condiciones sean desfavorables para ella en cualquier aspecto.

Conocer con mayor profundidad las variables de interés en el manuscrito, así como que es lo que han reportado las investigaciones empíricas permitió obtener datos importantes sobre cómo es que se relacionan las variables, así como también de forma más específica qué tipo de violencia prevalece, verificar que el sexo femenino es el más propenso a sufrir algún tipo de violencia a causa de la dependencia emocional y el tipo de relación en la que se encuentran las parejas.

JUSTIFICACIÓN SOCIAL

En México la Encuesta Nacional de la Dinámica de las Relaciones en los Hogares (ENDIREH) 2016, reportó datos sobre la prevalencia de violencia contra las mujeres en los cuales se encuentra que en mujeres de 15 años y más, el 61.1% han sufrido algún incidente de violencia emocional, física, sexual o de discriminación a lo largo de su vida, los estados que presentan mayor índice de violencia contra la mujer son Ciudad de México, Estado de México, Jalisco, Aguascalientes y Querétaro.

Así mismo menciona que el 43.9% ha sufrido algún tipo de violencia a lo largo de su relación actual o anterior esto por parte de su esposo o novio, el tipo de violencia que más prevalece es la violencia emocional (40.1%), le sigue la violencia económica o patrimonial (20.9%), en tercer lugar, la violencia física (17.9%), finalmente, violencia sexual (6.5%), en cuanto a la violencia en el ámbito familiar el 10.3% ha sido víctima de actos violentos por parte de algún integrante de su familia sin considerar a su pareja.

Además, la violencia familiar en el año 2020 alcanzó la cifra de 547 casos por cada 100,000 habitantes comparados con los 334 casos del año 2015 (IEP México, 2021).

Por otra parte, ONU Mujer (2022), estima que a nivel global 736 millones de mujeres que sería una de cada tres, ha vivido alguna vez en su vida un acto de violencia física o sexual por parte de su pareja íntima, por otra parte los países o regiones con ingresos medios o bajos son los que están desproporcionadamente más afectados por la violencia contra la mujer, pues el 37% de las mujeres de entre 15 y 49 años que viven en países clasificados por los Objetivos de Desarrollo Sostenible como "menos desarrollados" han sido objeto de violencia física y/o sexual por parte de su pareja en su vida.

Siendo así, la violencia viene a ser todo acto realizado con la finalidad de originar golpes, muerte, daño psicológico, perturbaciones o privaciones, afectando la salud e integridad de la persona que la padece, por lo cual se puede decir que es una problemática real, que se está minimizando y percibiendo como algo normal que va acrecentando a nivel mundial (Organización Mundial de la Salud, OMS, 2014).

Por otra parte, la doctora Noemí Díaz Marroquín encargada del centro de servicios psicológicos de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) menciona que la dependencia emocional afecta a un tercio de las parejas actualmente en México, la dependencia emocional, dice la experta, tiene sus raíces en la infancia y la familia, pues desde niños todos tenemos necesidades de apego, también menciona que este tipo de relaciones generalmente deriva en problemas como la depresión o la ansiedad y, en casos extremos, en la violencia de género (EFE, 2018).

Actualmente en las encuestas que realizan instituciones públicas, la mayoría de las mujeres reconocen que son víctimas de maltrato o algún tipo de violencia física, minimizando los demás tipos de violencia, siendo la violencia psicológica la que está presente en todos los tipos de violencia y es la que cuenta con un amplio rango de actitudes como el amenazar, abuso verbal, degradar, demeritar los logros, culpabilizar, hacer falsas promesas, poner apodos, aislar a la pareja, controlar su tiempo y negarse a satisfacer sus necesidades emocionales, por lo que se hace sumamente importante identificarla ya que aunque se piense que es más sutil, logra disminuir la autoestima poco a poco, tener estados de ansiedad, generar

dependencia emocional, confusión, vergüenza o depresión, a su vez hace que la víctima se sienta incapaz de tomar decisiones y le sea más difícil que salga de esta situación (Fundación UNAM, 2017).

Fuentes extranjeras como el Instituto Andaluz de Psicología y Sexología citado por Cabello (2017), en un artículo de Dependencia emocional: la nueva esclavitud del siglo XXI comenta que, en España, en un grupo de personas entrevistadas, el 49.3% se declaró dependiente emocional, con mayor incidencia en mujeres. Además, menciona que los jóvenes y adultos entre 16 a 31 años tienen mayor incidencia en dependencia emocional.

Según el Centro Emergencia Mujer (CEM, 2018) en Latinoamérica entre el 25% y 50% de la comunidad femenina ha resultado maltratada por su pareja al menos una vez en su vida. Además, las mujeres se autoengañan para proteger a la pareja, soportan humillaciones, anulación de sus sentimientos, ellas ceden ante la pareja en diferentes situaciones, se mienten a sí mismas diciendo que son felices, poco a poco necesitan más y más a esa persona, su dependencia es igual a cualquier adicción como drogas, alcohol.

Por último, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2019), deja claro que la problemática más antigua y extendida para el sexo femenino es la violencia en su círculo amoroso, involucrando la violencia física, psicológica, sexual, económica y feminicidio.

Tomando en consideración la información antes mencionada, es que en este manuscrito se pretende analizar si es que existen rasgos de violencia en las relaciones de pareja con dependencia emocional, pues el estar inmersos en una relación de esta índole hace más probable que cualquier miembro de la pareja ejerza algún tipo de violencia en contra del otro, de igual forma establecer relaciones poco sanas las cuales influirán tanto física, emocional y fisiológicamente en las personas, destacando que la mujer es más propensa a ser dependiente y víctima de violencia por parte de su pareja.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Como se ha identificado la dependencia emocional está generalmente unida con la violencia de pareja, para la OMS (2014) refiere que el 35% de las mujeres en el mundo alguna vez han sufrido violencia física, psicológica o sexual producida por su pareja, siendo las causas de este problema la exageración de amor y apego que la mujer siente por su pareja (Bowlby, 1998) o por la necesidad extrema que siente cuando no está junto a su pareja, pues se siente incompleto, débil, presenta conductas ansiosa, pensamientos obsesivos (Castelló, 2005).

Tomando en cuenta que la dependencia emocional y la violencia de pareja ha tenido un considerable aumento de casos y su incidencia es cada vez mayor, es importante que mediante más investigaciones se genere información que sea útil en el área profesional, para poder diagnosticar adecuadamente en la práctica clínica y que los profesionales realicen tempranamente una intervención psicológica ya sea a manera de prevención o promoción de este problema.

Por lo anterior, el eje de análisis en esta investigación será teórico, pues considero importante identificar en las investigaciones empíricas existentes si existe dependencia emocional y rasgos de violencia en las relaciones de pareja, así como también los tipos de violencia que hay en las relaciones de este tipo, así como cuál prevalece.

Como ya se mencionó antes es importante intervenir de forma temprana en estos casos para contribuir a mejorar la salud mental o física de las personas de forma que puedan tener relaciones de pareja sanas.

Por otra parte, es importante que las personas afectadas tengan más conocimiento sobre estas condiciones en las relaciones de pareja y puedan primeramente identificar si están pasando por estas condiciones en sus relaciones para que lo más pronto posible busquen ayuda profesional para evitar consecuencias graves y perjudiciales en las personas que lo padecen como: distanciamiento de sus familiares y amigos, abandono de actividades o hobbies,

problemas en el trabajo, agresiones psicológicas y físicas, baja autoestima, pues el estar en este tipo de relaciones hace más propensos los intentos de suicidio, depresión mayor, trastornos de ansiedad y de personalidad (Castelló, 2005).

Objetivo general

- Analizar la literatura científica existente, para identificar si existen rasgos de violencia en las relaciones de pareja con dependencia emocional.

Objetivos específicos

- Identificar los tipos de violencia para mencionar cual prevalece en las relaciones de pareja con dependencia emocional.
- Describir en qué tipo de relación se presentan los rasgos de violencia y dependencia emocional para conocer si estos se presentan en relaciones de noviazgo, unión libre o matrimonio.
- Identificar que rol juegan los roles de género en la dependencia emocional y la violencia de pareja.

CAPÍTULO 1. DEPENDENCIA EMOCIONAL

1.1 Definición

La dependencia emocional ha sido definida por diversos autores, y aunque no tiene una definición exacta debido a que ha sido analizada desde distintos puntos de interés como son conductas manifiestas, adicción o personalidad, se han desarrollado definiciones representativas en este tema como la de Castelló (2000) donde menciona que *“la dependencia emocional es un patrón persistente de necesidades emocionales insatisfechas que se intentan cubrir desadaptativamente con otras personas”*, siendo así el dependiente presenta un grado de frustración o insatisfacción en el área afectiva la cual quiere compensar enfocándose principalmente en sus relaciones de pareja.

Para Bernstein (1993, como se citó en Sánchez, 2019) la dependencia emocional es un estilo o tipo de la personalidad, el cual se forma por cuatro componentes primarios, el motivacional, cognitivo, afectivo y conductual. En el aspecto motivacional la persona dependiente siempre necesita ser guiada y tener aprobación principalmente por su pareja sentimental, a nivel cognitivo; estas personas se sienten insuficientes e incapaces, sienten que los demás tienen poder y el control en todas las cosas; en el área afectivas suelen ser ansiosos, temerosos intolerantes a la soledad y vacíos; a nivel conductual siempre buscan la aprobación, el apoyo, así como también la orientación y tienden a ceder ante otros en sus relaciones.

Hirschfeld, et al. (1977) definen que la dependencia emocional es una perturbación de conductas, pensamientos, emociones y creencias que muestra la persona dependiente, las cuales afectan su amor propio por enfocarse en satisfacer a su pareja. Así mismo presentan carencia afectiva, especialmente en la convivencia sentimental, se caracterizan por el sentimiento de invalidez y necesidad de apoyo para poder sentirse bien.

Mientras que para Scott (1997, citado en Urbiola, Estévez & Iraurgi, 2014) la dependencia emocional está mayormente relacionada con una cuestión de necesidades que, del amor mismo, pues la persona se involucra tanto en la relación de pareja hasta creer que sin esta no es nada, llegando al grado de perder su identidad cuando son víctimas de maltrato.

Sirvent (2000) considera la dependencia como una relación adictiva cuyo objeto de dependencia es la otra persona, por lo tanto, Gómez y López (2017) definen la dependencia emocional como *“una adicción sin sustancia, teniendo a una persona como centro de atención que es repetitiva, produce craving y da lugar a una pérdida de control en la persona, distorsionando su vida a nivel familiar, social, laboral y emocional”*.

Aunque todas las definiciones anteriores muestran algunas diferencias, en ellas existen algunas características similares relacionadas principalmente con la

relaciones de pareja, por eso mismo conocer que es la dependencia emocional es muy importante, mayormente en el ámbito de la pareja porque un alto nivel de dependencia emocional puede ser el inicio de una relación violenta y que las personas maltratadas por su pareja no pueda terminar fácilmente con este tipo de relaciones poco sanas podría hacer más difícil la ruptura de estas relaciones insanas.

1.2 Características de las personas con dependencia emocional

Actualmente los diversos cambios a nivel social, cultural o de pensamientos, ha afectado y propiciado para que se genere dependencia en diversos ámbitos como el sexo, los videojuegos, la comida, sustancias psicoactivas, internet y las relaciones sentimentales, estas últimas, se caracterizan por una notable exageración patológica de aquellos comportamientos y actitudes en las relaciones de pareja, donde la persona busca de manera desesperada cubrir una serie de demandas afectivas insatisfechas, mediante el establecimiento de vínculos estrechos y desequilibrados (Castelló, 2005).

Siguiendo con el mismo autor la dependencia emocional está conectada a pensamientos distorsionados sobre el amor, la vida en pareja y de sí mismos; estos pensamientos muy frecuentemente hacen que los dependientes emocionales lleguen a pensar que toda su vida gira alrededor de su pareja o relación sentimental, a pesar de que esta relación no les produzca ningún sentimiento de satisfacción o bienestar, por no lograr satisfacer sus necesidades emocionales, y deciden quedarse en ella.

Por lo tanto, Castelló (2000) plantea que la persona con dependencia emocional se caracteriza por tener muy baja autoestima, temor a estar sola después de terminar la relación, comportamientos excesivos de aferramiento, idealización de la pareja y sumisión en las relaciones de pareja, resaltando que en contextos diferentes a los de la relación de pareja suelen desenvolverse eficientemente sin

necesitar ayuda, aprobación o protección por parte de alguien más (Fresneda, 2015).

De igual forma, tienden a ser muy susceptibles, a asumir un rol subordinado en sus relaciones de pareja, idealizan a sus parejas, se someten a ellas y las consideran como el centro de su existencia por lo que estas llegan a ser relaciones patológicas y desequilibradas (Rettana & Sánchez, 2005; Tumer & Turner, 1999, citados en Chafloque, 2016).

Igualmente, Sirvent (2000) señala que las personas dependientes se caracterizan por tener un deseo intenso por su pareja, no toleran la soledad, estado de ánimo ansioso e inestabilidad emocional, tienen sentimientos de vacío y conductas obsesivas, son vulnerables emocionalmente, suelen tener una personalidad autodestructiva y baja autoestima, tratan de complacer a sus parejas, aceptan y perdonan todo (soportando maltratos y humillaciones con tal de mantener su relación) y se preocupan de forma excesiva ante una posible ruptura.

Castelló (2005) divide las características de las personas con dependencia emocional en tres áreas relevantes, como son el área de las relaciones de pareja, el de las relaciones con otras personas y el de la autoestima y estado anímico.

Figura 1. Características de los dependientes emocionales según Castelló (2005).

Área de las relaciones de pareja	Área de las relaciones de pareja	Área de autoestima y estado anímico
Necesidad excesiva del otro, deseo de acceso constante hacia él.	Deseos de exclusividad hacia otras personas significativas.	Baja autoestima.
Deseos de exclusividad en la relación.	Necesidad de agradar.	Miedo e intolerancia a la soledad.

Prioridad de la pareja sobre cualquier otra cosa.	Déficit de habilidades sociales.	Estado de ánimo negativo y comorbilidades frecuentes.
Idealización del objeto.		
Relaciones basadas en la sumisión y la subordinación.		
Historia de relaciones de pareja desequilibradas.		
Miedo a la ruptura.		
Asunción del sistema de creencias de la pareja.		

Si bien menciona que no es obligatorio que se cumplan absolutamente todas estas características para poder confirmar que se sufre dependencia emocional, pero si existen tres que son imprescindibles para determinarlo y sin las cuales será verdaderamente difícil establecer su presencia en un individuo:

- Baja autoestima.
- Miedo e intolerancia a la soledad.
- Tendencia a establecer a lo largo de la vida relaciones de pareja desequilibradas.

1.3 Fases de la dependencia emocional en las parejas

Las fases en las relaciones de pareja en los dependientes que propone Castelló (2005) son las más habituales, sin embargo, cabe resaltar que no es necesario que se cumplan de manera lineal, pues cada caso tendrá sus variaciones.

Los dependientes emocionales suelen tener a lo largo de su vida varias relaciones de pareja, algunas más significativas que otras, pero por lo regular tienen dos tipos de relaciones, las significativas prolongadas e intensas y las no significativas, breves e irrelevantes.

A continuación, se explicará el ciclo habitual de este tipo de relaciones especialmente en las significativas.

Fase 1. Euforia

Comienza cuando el dependiente identifica a alguna persona (objeto) que le cause interés para intentar tener un acercamiento, este acercamiento puede ser algo simple como platicar sin necesidad de ser una cita formal, si este acercamiento se da de forma exitosa y el dependiente considera que la otra persona también muestra interés, esta primera fase se habrá llevado a cabo. Si este acercamiento no lleva a una relación aquí terminará, y sucederá hasta que el dependiente vuelva a interesarse en alguien más.

Esta fase se caracteriza por una ilusión desmedida y eufórica, estos sentimientos también pueden darse en cualquier relación, pero en las de dependencia se da demasiado rápido y va demasiado lejos, llegando a pensar que esa persona (objeto) será quien va a terminar con su soledad, que es amor ideal y definitivo, imaginando relaciones de noviazgo y matrimonio con personas a las que han visto una sola vez y han tratado muy poco. En esta fase suele ser de los pocos periodos de la vida de los dependientes que son verdaderamente felices.

En esta fase suele iniciarse la sumisión y entrega desmedida hacia el objeto.

Fase 2. Subordinación

Abarca la mayor parte de la relación, y aquí se consolidan los roles subordinados/dominante en la relación de pareja, los cuales se dan por iniciativa de ambos miembros de la pareja y se potencian mutuamente, esto no quiere decir que el objeto sea obligado por el dependiente a asumir ese rol, sino que éste también se ha prestado al juego.

La sumisión es cada vez mayor y se maneja como una estrategia para satisfacer a la pareja y evitar una ruptura, la sumisión que más afecta la autoestima, es la que implica la aceptación del papel inferior o irrelevante en la pareja, afectando gravemente su autoestima al sentir que no cuenta para nada en esa relación, por otro lado al sentir autodesprecio se olvida de sí mismo para centrarse en el objeto que admira e idealiza pensando que eso es amor cuando en realidad es una necesidad psicológica.

Fase 3. Deterioro

La duración de la fase anterior puede ser corta o muy larga, en comparación con esta que realmente suele ser muy larga, también se ve como punto de referencia ya que si hay una ruptura en la relación y se da una reconciliación se regresa de nuevo a esta fase.

En esta fase de deterioro y en la anterior no hay muchas diferencias, por lo tanto, solo se podría resaltar que la subordinación es muchísimo mayor y una dominación más pronunciada, en otras palabras, se dan las mismas situaciones que en la fase dos, pero con mayor intensidad.

Aunque es importante mencionar que en la fase dos el dependiente estaba actuando por iniciativa propia y convencimiento, pero ahora la situación le sobrepasa, la dominación y la explotación que sufre por parte del objeto llega al punto en que el dependiente emocional sufre tremendamente. Ya no es cuestión de apegarse a los intereses del otro o de admirarle, sino de soportar humillaciones, burlas, vejaciones o malos tratos, la violencia será mayor a medida que el objeto

desprecie más al dependiente y tenga más necesidad de descargar en él su odio a los demás, así mismo, el dependiente puede asumir el sistema de creencias de la pareja llegando a creer realmente lo que le dice.

El dependiente presentará sufrimiento psíquico, ansiedad y depresión, a pesar de esto y todo lo anterior el dependiente no termina con la relación siendo calificados como masoquistas.

Fase 4. Ruptura y síndrome de abstinencia

Esta fase lo más frecuente es que ocurran tres situaciones, una de ellas que se presente la ruptura, de producirse, será llevada a cabo por el objeto, no por considerar la situación insoportable o por compadecerse del dependiente emocional, sino porque sencillamente su desprecio hacia él es de tal magnitud que no lo soporta o porque ya encontró otra pareja. Es aquí cuando el dependiente presenta síndrome de abstinencia (ansiedad, sentimiento de soledad, dolor, depresión, obsesiones, querer verle, hablarle, rumiaciones sobre la ruptura, sentimiento de inutilidad, etc.). los cuales pueden desaparecer si el objeto se comunica con el dependiente y este se imagina que puede existir una reconciliación.

La segunda situación es que se dé un estancamiento en la fase de deterioro y que ninguno de los dos rompa la relación, esto quiere decir que el deterioro se normaliza y va avanzando hasta que se paraliza y el dependiente se percata de que su situación es negativa pero que ya no irá más allá de eso, hasta terminar la relación.

La siguiente situación, aunque muy poco probable es que el deterioro no se estanque y sea el dependiente el que ponga fin a la relación, esto puede ocurrir por la influencia del entorno o por ver amenazada su vida.

Fase 5. Relación de transición

Durante o después del síndrome de abstinencia el dependiente tratara de tener una relación de pareja pasajera (relación de transición) con cualquier persona que esté disponible, esto para disminuir la sensación de soledad y dolor causado por la abstinencia, sin embargo, al no ser las personas adecuadas, no llenarán el vacío que sienten, por tanto, consciente o inconscientemente continuarán buscando a alguien que le parezca más interesante.

Las relaciones de transición no siguen los mismos patrones como las del dependiente con sus objetos, estas suelen ser más funcionales pues no existe sumisión, admiración ni necesidad excesiva. Algunas veces es probable que no se embarque en una relación de transición y se apoye de las amistades que anteriormente tenía olvidadas.

Fase 6. Recomienzo

El recomienzo trata de que después de la ruptura, el síndrome de abstinencia y las relaciones de transición el dependiente encuentra un objeto de interés que cumpla con las características pertinentes: frialdad, distanciamiento, egolatría, etc., comenzando nuevamente con el ciclo de la dependencia, el tiempo de ruptura puede variar debido a que podría ocurrir después de un tiempo considerado normal en cualquier relación de pareja o pueden ser días o semanas, lo cual no permite comprender el supuestamente amor desmedido que sentía por su ex y cómo se centra exclusivamente en la nueva.

1.1 Dimensiones de la dependencia

De acuerdo con Castelló (2002, 2005) Se han detectado seis dimensiones básicas en las relaciones de pareja con dependencia emocional:

- **Ansiedad de separación:** la persona que es dependiente expresa sensaciones de pánico ante la posibilidad de ruptura del vínculo afectivo con

la otra persona, hasta puede padecer de algún trastorno mental si esto llega a suceder. La ansiedad por separación hace que la persona se aferre a su pareja, puede surgir ante el distanciamiento temporal por actividades de la vida diaria, separaciones rutinarias que pueden generar desconfianza del regreso de su pareja y que lleva a la activación de pensamientos automáticos de relacionados con la pérdida y la soledad.

- **Expresión afectiva:** se dan conductas de excesiva atención, pues el dependiente necesita constantes expresiones de afecto para reafirmar el amor que se tienen, así mismo le ayuda para calmar la inseguridad, la desconfianza por el amor que siente su pareja, exigiendo un amor incondicional que le asegure que es amado. Estas exigencias se asemejan a un cuadro de dependencia a sustancias.
- **Modificación de planes:** el dependiente realiza cambios en sus actividades y comportamientos para satisfacer el deseo de complacer a su pareja, o por el simple hecho de querer pasar el mayor tiempo posible con esta, pues la ve como lo más importante en su vida, este comportamiento hace referencia al deseo de exclusividad del dependiente emocional, alejándose de los demás y deseando que su pareja haga lo mismo.
- **Miedo a la soledad:** en esta dimensión el dependiente siente miedo por no sentirse amado o por no tener una relación, pues necesita a su pareja para sentirse en equilibrio y seguro, el solo pensar en estar solo es aterrador para el dependiente.
- **Expresión límite:** para el dependiente el estar frente a una posible ruptura amorosa, significa algo catastrófico, por sentir que su sentido de vida se pierde y por el sentimiento de soledad, esto puede llevar a que el dependiente realice conductas de autoagresión, relacionadas con el trastorno límite de personalidad y están relacionadas al nivel de necesidad que el dependiente tiene por su pareja.
- **Búsqueda de atención:** el dependiente tiende a buscar constantemente la atención de su pareja para asegurarse de que su relación continúe y también para ser el centro de vida de su pareja, se expresa a través de la necesidad

psicológica que el dependiente tiene hacia su pareja, de tal forma que lleva a cabo lo que sea necesario para tener siempre su atención.

1.4 Aproximaciones Teóricas

La dependencia emocional, así como la violencia de pareja se ha tratado de explicar desde diversas teorías, algunos modelos se han ido elaborando de acuerdo con la explicación de estas teorías, a continuación, se explicarán algunas de estas.

Bowlby (1983) menciona en la teoría del apego, que el apego es la propensión de los seres humanos a formar vínculos afectivos fuertes con los demás, que permite una proximidad con el otro individuo y que este se da a través de las experiencias tempranas, donde la figura de los progenitores o cuidadores juega un papel importante para establecer vínculos afectivos y de esto dependerá si el apego es seguro o no, así mismo de extender las diversas maneras de expresar emociones de angustia, depresión, enfado cuando son abandonados o viven una separación o pérdida.

El apego se produce principalmente por la exageración de amor y apego que la personas sienten por su ser amado, Bowlby (1983) enfatiza que apego en la pareja se debe al vínculo afectivo, donde se establece la formación, mantenimiento y disolución dentro de la unión sentimental, que incluyen reacciones positivas y negativas a la presencia del ser querido y a la ausencia de la figura de afecto.

Siguiendo con Bowlby, los estilos de apego de cada persona se establecen de acuerdo con la forma en que un niño se relacione con su cuidador.

Los postulados básicos que en ella se recogen pueden resumirse en los siguientes puntos:

- Las personas, al igual que otras especies animales, cuentan con conductas innatas con una fuerte base biológica que favorecen su supervivencia.

- Las conductas innatas son fruto del aprendizaje filogenético, pero se pueden modificar adaptativamente a nivel ontogenético en interacción con nuestro entorno.
- En nuestra especie, la modificación de estas conductas instintivas se realiza en función de la meta perseguida, por medio de sistemas homeostáticos que se autorregulan.
- Los patrones tempranos de relación con los cuidadores principales se interiorizan y gobiernan las sucesivas pautas de relación con otras personas.
- Los niños pequeños necesitan desarrollar una dependencia segura respecto a sus padres, antes de poder enfrentarse por sí mismos a situaciones desconocidas.
- Durante los primeros años, mientras el niño adquiere la capacidad de autorregulación, la madre constituye su ego y su superego.
- La mayoría de las emociones intensas surgen en torno a la formación, mantenimiento o pérdida de los vínculos de apego.
- Los seres humanos están motivados para mantener un equilibrio dinámico entre la conservación de la familiaridad, las conductas reductoras de estrés y las antitéticas de exploración y búsqueda de información.

Bowlby señaló tres componentes interrelacionados en los que se dividía el sistema de apego: el componente cognitivo (modelos mentales de relación), el conductual y el emocional.

- El modelo mental de relación: el sistema cognitivo

El modelo mental de relación hace referencia al componente cognitivo integrado por todas aquellas creencias, pensamientos, actitudes, etc. relativas a cuestiones afectivas. Una vez construido a través de las experiencias de interacción, el modelo mental actúa como filtro de procesamiento a través del cual la persona selecciona, analiza e interpreta los sucesos de índole afectiva y determina, en gran medida, las emociones y las conductas consecuentes.

En el marco de las relaciones de pareja, son los modelos mentales los que guían la experiencia de la relación. La atención e interpretación de las situaciones de activación emocional, que surgen en el contexto de una relación y las conductas, pensamientos y emociones consecuentes, van a depender de qué esquemas de procesamiento se activan ante unos hechos determinados.

- Las conductas de apego: el sistema conductual

Las conductas de apego se refieren a aquellos comportamientos visibles derivados de los esquemas mentales de relación que la persona activa ante una determinada situación emocional y cuyo objetivo último es el logro del equilibrio afectivo y emocional de la persona. El que estas conductas sean consideradas de apego se debe a su uso preferencial hacia las figuras de vinculación y su función en relación con el contexto, con el nivel de desarrollo y con las experiencias previas.

- Los sentimientos: el sistema emocional

Los vínculos afectivos son en parte responsables del tipo de emocionalidad que manifiesta la persona. La formación de un vínculo de apego conlleva una serie de emociones asociadas al tipo de relación establecida, que van a implicar tanto a la figura de apego como a sí mismo y a la relación. Desde un enfoque cognitivista, estas emociones son consecuencia directa del esquema mental de procesamiento activado ante una realidad determinada.

Los tres componentes implicados en el sistema de apego se interrelacionan entre sí, de modo que el modelo mental generado en las experiencias afectivas con las figuras de apego guía la interpretación de los sucesos de índole afectiva generando unos determinados sentimientos y conductas.

Por otra parte, como ya se mencionó anteriormente Castelló (2005) en su teoría de la vinculación afectiva refiere que el dependiente emocional muestra una necesidad extrema de carácter afectivo, el dependiente conserva lazos permanentes con el ser querido, frecuentemente se ve en la mujer. Lo cual incluye

una serie de comportamientos y pensamientos obsesivos hacia la otra persona (Cubas, 2020).

En esta teoría hace mención sobre los siguientes componentes denominados empatía, amor sin fin, entrega hacia la persona opuesta, interés por compartir con la otra persona, entre otros; estableciendo así un vínculo emocional. Los siguientes aspectos que hacen comprender su teoría:

- Temor a la ruptura, sosteniendo que la persona que es dependiente expresa sensaciones de pánico ante la posibilidad de ruptura del vínculo afectivo con la otra persona, hasta puede padecer de algún trastorno mental si esto llega a suceder.
- Temor e intolerancia para estar solo, esto implica cuando el individuo dependiente cree ser consciente de la necesidad que siente por su pareja y cuando esta persona no se encuentra en una relación de pareja, evita encontrarse consigo mismo, manteniéndose ocupado, así mismo, cuando culminan una relación afectiva no aceptan la ruptura e intentan desesperadamente retomar el vínculo o involucrarse en otra relación.
- Prioridad a la pareja, el individuo concentra toda su atención en la pareja, cree que esta persona es quien le da sentido a su vida, incluso disminuirá la importancia en sí mismo.
- Necesidad de tener acceso hacia la vida de la pareja sentimental se dan conductas de excesiva atención, la cual puede presentarse mediante reiteradas veces siendo insistentes con los mensajes y seguimiento patológico mediante las redes sociales, así como también las llamadas telefónicas constantes, agresivos, teniendo el deseo incontrolable de poder comunicarse con la pareja en todo momento, así como estos existen muchos otros comportamientos enfermizos.
- Deseo de exclusividad, la persona dependiente deja las actividades sociales en las que acostumbra a participar para dedicarle todo su tiempo a la pareja, así mismo desea que su pareja se aleje de su entorno social para que pase más tiempo con él o ella.

- Subordinación y sumisión, aquí las relaciones de pareja no tienen un equilibrio, por lo tanto, uno de los individuos es dominante y el dependiente, es quien acepta, desvalorizándose y culpándose de los problemas ocurridos en su relación. Y como última dimensión tenemos Referente a los deseos que existe de poder tener el control y dominio de la situación, aquí el dependiente emocional, buscará constantemente muestras de cariño y atención por parte de la pareja sentimental, para sentir el control y dominio de la relación y con ello sentirse seguro (Falla & Peña, 2020).

Por otra parte, la teoría social cognoscitiva de Bandura (1962, como se citó en Falla & Peña, 2020) en la cual refiere que el aprendizaje es un proceso cognitivo donde influye el contexto social y el reforzamiento, la observación o la instrucción directa, al hablar de destrezas a través de la observación se refiere a que el aprendizaje por observación ocurre mediante la imitación de modelo, Bandura dice que las conductas agresivas no son innatas de las personas, sino que se adquieren mediante alguna situación del entorno, por lo que las experiencias vividas durante la niñez influenciarán su comportamiento futuro, por lo tanto si la persona fue víctima o agresor en su niñez, es más propenso a imitar esas conductas siendo adulto.

Estas teorías, son las que se han utilizado mayormente para explicar el tema a estudiar, cuentan con más información la cual permite comprender mejor el tema, las teorías tienen conceptos que se relacionan con la literatura empírica que he revisado, en el caso de la teoría del apego de Bowlby siendo una de las primeras, referente a la dependencia emocional nos permite comprender o explicar el tema desde tres aspectos que son cognitivo, el conductual y el emocional.

Mientras que la teoría de la vinculación afectiva de Jorge Castelló, que en la actualidad es la más utilizada por los diversos investigadores a nivel local, nacional e internacional, permite comprender las variables que se relacionan con la dependencia emocional como el apego, la autoestima, el amor, miedo, violencia, así mismo por qué el sujeto busca la cercanía, protección y bienestar personal en su pareja.

Por otra parte, la de Bandura, menciona que la conducta de violencia se puede hacer presente debido a las experiencias vividas en la niñez.

Se puede decir que la dependencia emocional es un problema latente que trae graves consecuencias en la vida de las personas, las cuales entienden el amor como apego, sumisión y admiración al objeto idealizado, y no como un intercambio recíproco de afecto. La dependencia emocional es uno de los factores más determinantes que influyen en la violencia contra la mujer, colocándola en una situación vulnerable, pues no tienen las herramientas necesarias para superar esta etapa que les permita desligarse de su maltratador, incrementando el riesgo de feminicidio (Cuevas, 2020).

Por lo tanto, en el siguiente capítulo se definirá la violencia en diversos contextos, la violencia de pareja, así como los tipos de violencia más comunes, pues guardan estrecha relación con la dependencia emocional.

CAPÍTULO 2. VIOLENCIA

2.1 Definición

La definición de violencia es compleja y subjetiva, ya que puede recibir distintos significados según desde el punto de vista que se analice, así la definición no será la misma desde una perspectiva moralista o jurídica, (Anceschi, 2009, como se citó en Carbajal, 2019), del mismo modo la violencia al ser un fenómeno bastante difuso y complicado su definición no tiene exactitud, esta se dará de acuerdo a la apreciación que se le dé, por ejemplo por la noción de lo que son comportamientos aceptables e inaceptables, o de lo que constituye un daño, así mismo está influida por la cultura y sometida a una continua revisión a medida que los valores y las normas sociales evolucionan (ONU, 2002).

Dicho lo anterior la misma instancia define la violencia como “el uso deliberado de la fuerza física o el poder ya sea en grado de amenaza o efectivo, 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”.

Por otra parte, el término violencia familiar hace referencia a cualquier forma de abuso, ya sea físico, psicológico o sexual, que tiene lugar en la relación entre los miembros de una familia (Corsi, 1994).

Otra definición que es sumamente importante mencionar es la violencia de género primordialmente por los niveles de incidencia según los datos que se mencionaron en la justificación teórica y también porque las mujeres que sufren violencia padecen de bastantes problemas de salud, conductuales, psicológicos, así también se ven disminuida su capacidad de participar efectivamente en la vida pública. De igual forma la violencia contra las mujeres afecta a familias y comunidades y refuerza otros tipos de violencia, la violencia contra las mujeres no se vive en una cultura, región o país específico, ni en grupos particulares de mujeres en la sociedad. Las raíces de la violencia contra la mujer yacen en la discriminación persistente contra las mujeres (Carbajal, 2019).

Siendo así la Ley Orgánica 1/2004 Artículo 1, de Protección Integral contra la Violencia de Género dice que es “Todo acto de violencia (...) que, como manifestación de la discriminación, la situación de desigualdad y las relaciones de poder de los hombres sobre las mujeres, se ejerce sobre éstas por parte de quienes sean o hayan sido sus cónyuges o de quienes estén o hayan estado ligados a ellas por relaciones similares de afectividad, aun sin convivencia. (...) que tenga o pueda tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para la mujer, así como las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, tanto si se producen en la vida pública como en la vida privada” (Legislación Consolidada, 2004).

En la convención de (Belem Do Pará, 1993, como se citó en Carbajal, 2019) se reconoció como “cualquier acción o conducta, basada en su género, que cause muerte, daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico a la mujer, tanto en el ámbito público como en el privado”. De este modo se reconocen los tipos de violencia,

según el ámbito en el que tiene lugar (doméstica o familiar, comunitaria, educativa, laboral o institucional) y la naturaleza de la agresión (psicológica o emocional, física, obstétrica, sexual, económica o patrimonial).

Actualmente la violencia está presente en diferentes contextos de nuestra vida, por lo cual se ha considerado como un componente más de la condición humana, a la que debemos de reaccionar en lugar de prevenir, afortunadamente diversas instituciones y disciplinas se están encargando de prevenir la violencia, por lo cual es necesario conocer los tipos de violencia para no minimizar ninguno y no pasarlo por alto.

2.2 Tipos de violencia

La violencia se clasifica según la OMS (2002) en tres categorías generales, según las características de los que cometen el acto de violencia:

- La violencia autoinfligida: se compone del comportamiento suicida, que incluye pensamientos suicidas, intentos de suicidio y suicidio consumado, las autolesiones o el automaltrato, que incluye actos como la automutilación.
- La violencia interpersonal: Se divide en 2 subcategorías
Violencia familiar o de pareja: es la que se produce, sobre todo, entre los miembros de la familia o de la pareja, y que por lo general sucede, aunque no siempre, en el hogar. Incluye el maltrato de los menores, la violencia contra la pareja y el maltrato de las personas mayores.
Violencia comunitaria: es la que se produce entre personas que no guardan parentesco y que pueden conocerse o no, y sucede, por lo general, fuera del hogar. Abarca la violencia juvenil, los actos fortuitos de violencia, la violación o ataque sexual por parte de extraños, y la violencia en establecimientos como escuelas, lugares de trabajo, prisiones y hogares de ancianos.

- La violencia colectiva: indica los posibles motivos de la violencia cometida por grupos más grandes de personas o por el Estado, y se subdivide en: violencia social, violencia política, violencia económica.

Como se muestra en la figura 2, en esta clasificación también se toman en cuenta la naturaleza de los actos de violencia que pueden ser físicos, sexuales, psíquicos o los que se basan en las privaciones o abandono.

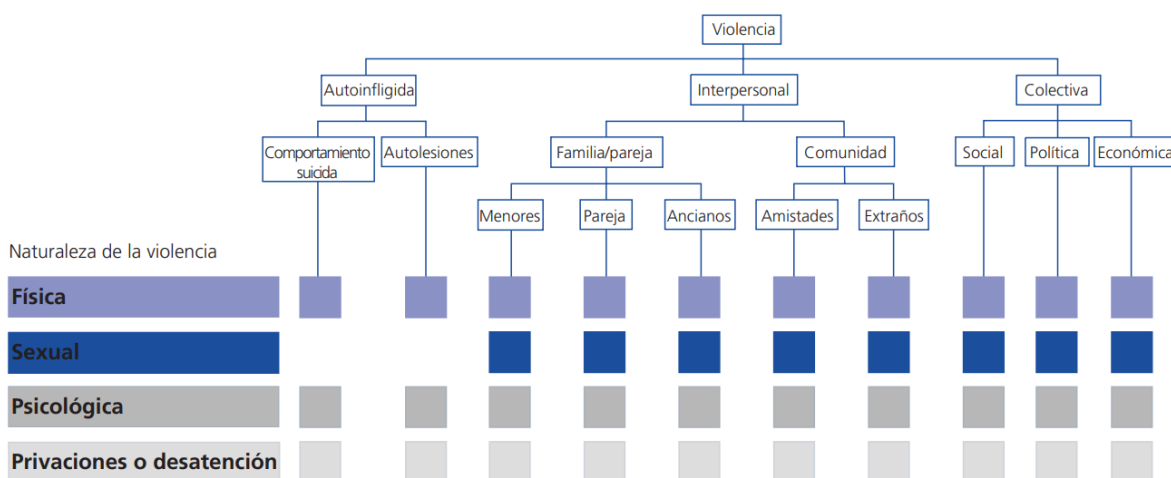


Figura 2. Clasificación de la violencia según la OMS (2002).

La información anterior pone en manifiesto las diversas formas de violencia, por lo que a continuación se describirán y clasificarán algunas de ellas según la CONAPO (s/f).

- Violencia psicológica: “Es cualquier acto u omisión que dañe la estabilidad psicológica. Puede consistir en: negligencia, abandono, descuido reiterado, celotipia, insultos, humillaciones, devaluación, marginación, indiferencia, infidelidad, comparaciones destructivas, rechazo, restricción a la autodeterminación y amenazas, las cuales conllevan a la víctima a la depresión, al aislamiento, a la devaluación de su autoestima e incluso al suicidio”. La violencia psicológica se manifiesta como un largo proceso en el

cual la víctima no se da cuenta de que el agresor vulnera sus derechos, ya que este tipo de maltrato es sutil y difícil de detectar. El malestar que causa y el daño acumulado resultan tan nocivos como la violencia física.

- **Violencia física:** Se ha definido como “un ataque contra un organismo perpetrado por partes del cuerpo (brazos, piernas, dientes) o por el empleo de armas (cuchillos, pistolas, etc.)” También se deben estimar tanto conductas “activas” (abofetear, empujar, golpear, dar puñetazos o patadas) como “pasivas” (privación de cuidados médicos durante una enfermedad o lesión, no avisar de situaciones de evidente riesgo físico). Este tipo de violencia se reconoce con mayor facilidad; deja lesiones en el cuerpo que, pueden ser permanentes, provocar alguna discapacidad o incluso causar la muerte. El miedo que experimenta la víctima ante la posibilidad de que se repita el episodio violento, puede mantenerla en un estado de tensión que genera malestares físicos como dolores de cabeza, trastornos gastrointestinales, taquicardias, etcétera.
- **Violencia sexual:** es todo acto sexual o el intento de consumar un acto sexual, los comentarios o insinuaciones sexuales no deseados, o las acciones para comercializar o utilizar de cualquier otro modo la sexualidad de una persona mediante coacción por otra persona, independientemente de la relación de esta con la víctima, en cualquier ámbito, incluidos el hogar y el lugar de trabajo. La violencia sexual incluye la violación, definida como la penetración forzada físicamente o empleando otros medios de coacción, por más leves que sean, de la vulva o el ano, usando un pene, otras partes corporales o un objeto. En la pareja la violencia sexual está naturalizada y, por ello, no se la percibe como tal, la violencia sexual siempre causa graves consecuencias para la salud emocional de las víctimas y, muchas veces, va acompañada de diversas formas de violencia física.
- **Violencia económica:** se dice que ocurre este tipo de violencia cuando se utiliza el dinero como medio para dominar o controlar a una persona, y que afecta la supervivencia económica de la víctima. Se manifiesta a través de limitaciones encaminadas a controlar el ingreso de sus percepciones

económicas, así como la percepción de un salario menor por igual trabajo, dentro de un mismo centro laboral. La violencia económica limita la autonomía e independencia de la víctima; lo que en muchas ocasiones es un factor para que continúen en la relación violenta; se refuerce la dependencia con el agresor y aumenten sus sentimientos de incapacidad y minusvalía.

2.3 Violencia de pareja

Cuando se habla de violencia de pareja se hace referencia al comportamiento de la pareja o expareja que causa daño físico, sexual, psicológico o abusos de otros tipos (OPS, s/f), la violencia por parte de la pareja es una de las formas más comunes y es vivida en su mayoría por mujeres a nivel mundial (Carbajal, 2019). Son diversos los factores que se han relacionado con el riesgo de que un hombre agrede físicamente a su pareja, entre los factores individuales destacan en muchos estudios los antecedentes de violencia en la familia del varón (sobre todo el hecho de haber visto golpear a su propia madre) y el abuso del alcohol por parte de éste (OMS, 2002).

De acuerdo a Paz Haz (2011, citado en Salazar & Vinet, 2011) "la violencia conyugal hace referencia a toda situación de abuso que se produce entre los miembros de la pareja, de manera cíclica y cada vez con mayor intensidad, es un patrón de interacción que lesiona la integridad física, emocional y sexual de las personas que conforman la pareja". Esta forma de violencia se puede clasificar en tres categorías:

a) Maltrato contra la mujer: se trata de una violencia basada en el género; se entiende como el maltrato (físico, sexual o psicológico) intencional provocado a toda persona del sexo femenino por su esposo o por aquel hombre con quien ésta mantiene una relación o vínculo íntimo.

b) Maltrato contra el hombre: hace referencia a los malos tratos, ya sean físicos, psicológicos o sexuales, que padece el hombre en el ámbito de la relación íntima que mantiene con una mujer.

c) Violencia cruzada o recíproca: se refiere a aquella situación en que los miembros de la pareja se atacan física, sexual o psicológicamente de manera recíproca.

Por su parte, Pueyo, López y Álvarez (2008 citado en Salazar & Vinet, 2011) plantean que "la violencia contra la pareja es un conjunto complejo de distintos tipos de comportamientos violentos, actitudes, sentimientos, prácticas, vivencias y estilos de relación entre miembros de una pareja íntima que produce daños, malestar y pérdidas personales graves a la víctima. La violencia contra la pareja no es sólo un sinónimo de agresión física, es un patrón de conductas violentas y coercitivas que incluye los actos de violencia física contra la pareja, pero también el maltrato y abuso psicológico, las agresiones sexuales, el aislamiento y control social, el acoso sistemático y amenazante, la intimidación, la humillación, la extorsión económica y las amenazas más diversas".

Una de las formas más comunes de violencia contra la mujer en una relación de pareja es la infligida por su marido o pareja masculina. Esto contrasta sobremanera con la situación de los hombres, mucho más expuestos a sufrir agresiones de extraños o de conocidos que de personas de su círculo íntimo. Este comportamiento incluye:

- Agresiones físicas: por ejemplo, abofetear, golpear con los puños, patear.
- Maltrato psíquico: por ejemplo, mediante intimidación, denigración y humillación constantes.
- Relaciones sexuales forzadas y otras formas de coacción sexual.
- Diversos comportamientos dominantes: por ejemplo, aislar a una persona de su familia y amigos, vigilar sus movimientos y restringir su acceso a la información o asistencia.

Sobre la dinámica de la violencia en la pareja, parecería haber al menos dos modalidades:

- Modalidad grave (llamado maltrato físico) se caracteriza por diversas formas de maltrato, amedrentamiento y amenazas, aunadas a una conducta posesiva y un comportamiento dominante por parte del agresor.
- Forma moderada de violencia (denominada violencia común de pareja) en las relaciones íntimas, en que la frustración y la ira continua ocasionalmente estallan en forma de agresión física.

Algunos de los factores que incrementa el riesgo de que una persona sufra violencia de pareja son:

- Ser de bajos recursos.
- Tener bajo nivel educativo.
- Ser adolescente o joven.
- Ser Mujer.
- Vivir en zonas de alta pobreza.
- Ser dependiente al alcohol o a las drogas.

Mientras que las siguientes características incrementan la posibilidad de convertirse en agresor:

- Tener un salario bajo
- Bajos logros educativos.
- Ser adolescente o joven.
- Haber tenido un comportamiento agresivo de joven.
- Fuerte consumo de alcohol o drogas.
- Depresión.
- Enojo y hostilidad.
- Historia previa de violencia de abuso físico.
- Tener pocos amigos y aislamiento.

- Desempleo.
- Dependencia emocional e inseguridad.
- Creer en roles estrictos de género (por ejemplo, dominación por parte del varón)
- Deseo de poder y control en las relaciones.
- Ser víctima de abuso físico o psicológico durante la infancia.

2.4 Causas de la violencia de pareja

Para comprender mejor el problema de la violencia es necesario conocer cuáles son las causas o factores que la propician, es posible clasificar diversos factores que intervienen en la aparición de la violencia y que podrían interrelacionarse.

Podemos identificar los siguientes factores:

Factores individuales

- Antecedentes de violencia en la infancia: es importante conocer los antecedentes del maltrato y brindar educación a los futuros padres, para detener la violencia y construir y reconstruir la cultura de la no violencia. Sufrir violencia en la infancia, torna a las personas inseguras, con baja autoestima, con ausencia de sentido crítico sobre la violencia y dificultades de establecer relaciones positivas. Esas consecuencias repercuten en la decisión que la mujer hará de su futuro marido, bien como en su reacción frente a la violencia.
- Autoestima: es la conciencia que cada uno tenemos acerca de nosotros mismos, de cuáles son los rasgos de nuestra identidad, cualidades y características más significativas de nuestra manera de ser, forma parte de autoconcepto; también tiene un componente afectivo, de sentimiento, del aprecio y amor que experimentamos hacia nuestra persona, la consideración que mantenemos hacia nuestros intereses, creencias, valores y modos de pensar. Tener baja autoestima hace mayor la posibilidad de padecer algún

tipo de violencia ya que limita el poner límites. Las mujeres suelen presentar características psicológicas similares como la dependencia emocional, el temor a la sociedad y la baja autoestima entre otros aspectos.

- Consumo de alcohol de la pareja: El uso de alcohol y las drogas son factores de riesgo, ya que reducen los umbrales de inhibición, pero no producen la violencia. La combinación de modos violentos para la resolución de conflictos con adicciones o alcoholismo suele aumentar el grado de violencia y su frecuencia. Esto lleva a pensar en que precisamente la construcción de masculinidades violentas parece estar muy relacionada con la promoción y la tolerancia al consumo excesivo de alcohol.

Factores sociales

- Según la ONU (2003), afirma que la violencia contra la mujer proviene de un contexto social en su conjunto, la agresión contra la mujer refleja las amplias estructuras de desigualdad económica y social. La violencia familiar se produce en todas las clases sociales, sin distinción de factores sociales, raciales, económicos, educativos o religiosos.
- Nivel socioeconómico: Se ha demostrado que la pobreza afecta de manera desproporcionada a las mujeres, en particular a aquellas que son jefas de hogares, y esto da como resultado nuevas formas de violencia o agrava las ya existentes al generar nuevas formas de subordinación.

Factores culturales

- La influencia cultural es una variable que supone a sí mismo una atención profunda. Vivimos en un mundo donde es perfectamente natural resolver las diferencias y los conflictos de manera violenta. Nos hemos puesto de acuerdo con el concluir que vivimos una cultura de violencia, pero aún no sabemos cómo transformar está en una cultura de paz.
- Estereotipos, en el caso de hombres y mujeres la división se traduce en la interiorización de roles sexuales estereotipados.

El maltrato contra la mujer no es reciente, se ha vivido desde siempre, lo más preocupante es que esta violencia con mayor frecuencia se origina dentro del hogar, dentro de una relación pareja, que se supone viven bajo un núcleo familiar donde se aman, respetan y se generan vínculos, sentimientos de afecto, de empatía, por el simple hecho de ser pareja los cuales posteriormente se vulneran por uno de los miembros.

CAPÍTULO 3. PERSPECTIVA DE GENERO, DEPENDENCIA EMOCIONAL Y VIOLENCIA EN LAS RELACIONES DE PAREJA

3.1 Dependencia emocional desde la perspectiva de género

Desde esta perspectiva Juárez (2017) menciona que el desarrollo de un menor se ve altamente influenciado por el tipo de relación que tienen sus padres, pues a través del desempeño de sus roles de genero le transmitirán un estilo de aprendizaje respecto a los roles que debe asumir, por ejemplo si la madre se dedica al hogar y el padre a mantener la familia es más probable que este aprenda cual es el rol que debe de tener de acuerdo a su sexo, esta transmisión de roles tradicionalistas se encuentra interiorizado en ambos sexos, pero en el caso de la mujer, el estereotipo preconcebido que tiene es de que la figura masculina es fundamentalmente el proveedor de la pareja y hogar, esto se da por medio de una educación patriarcal conservadora donde se introyectan estereotipos y roles del género femenino entre los que destacan depender económicamente y necesitar afectivamente a la figura masculina.

De igual forma si el menor se desarrolla en un ambiente familiar donde exista violencia por parte del padre, los menores pueden interiorizar la violencia como una conducta que se debe permitir y utilizar exclusivamente por la figura masculina como medio para mantener una unión familiar, al interiorizar esto desde temprana edad puede ser reproducido fácilmente por los demás miembros del sexo masculino de la familia en este caso los hijos varones. Por otra parte, la falta de afecto, amor y la

nula educación emocional por parte de sus padres o cuidadores hacia los menores, hace que las mujeres sean más propensas a tener relaciones donde la dependencia emocional este presente, pues la falta de comunicación, violencia y educación familiar tradicionalista transmitieron en las menores una determinada forma de relacionarse al establecer vínculos sentimentales.

En México a la mayoría de las mujeres se les ha educado en la cultura patriarcal para que sean entregadas en sus relaciones y sacrifiquen sus propios intereses y antepongan las necesidades de los demás a las suyas, lo cual puede causar que terminen confundiendo el amor con el servilismo, pero también pueden adquirir rencor hacia los demás o hacia sí mismas por no poder hacer lo que ellas desean sin ser juzgadas. Algunas mujeres acceden a satisfacer todas las demandas de su pareja, esto con la idea de que al hacerlo tendrán garantía de una relación duradera y exitosa, aunque por otro lado al dar mucho de ellas también exigen que se les retribuya de la misma forma, convirtiendo esas exigencias en demandas asfixiantes para su pareja (Herrera, 2010).

Culturalmente se han asignado algunas características y comportamientos a cada sexo, por ejemplo, si se nace mujer se espera que se comporte, piense y sienta de una determinada manera y distinta a los hombres. En una relación de pareja estas posturas determinarán cómo se administrará el hogar, quien tomará las decisiones, quién debe ser más entregado en la relación y quien servirá a quien (Esquila, et al, 2015).

En relación a los factores causales de tipo socioculturales, Castelló (2005) señala que se encuentran diferencias entre géneros, dado que las culturas juegan un papel importante en la concepción de lo femenino y masculino y los roles para cada uno, proporcionando al varón características más agresivas, individualistas y poco afectivos; mientras que a la mujer se le da un papel más comprensivo, dócil, empático y con tendencia al cuidado de los demás; además, señala es relevante tener en cuenta aspectos como el machismo dentro de cada cultura ya que existen culturas en donde lo que se considera normal es que la mujer se someta de manera incondicional a su pareja, protagonice un rol secundario en la relación, sea la pareja

su única prioridad y vea a la figura masculina superior a ella; mientras que, en otras culturas, esto sea interpretado de manera diferente y su grado de rechazo al machismo sea distinto.

Por otra parte, Cano (2016) menciona que el sistema patriarcal legitima la división sexual del trabajo, y también la división sexual de las emociones. Así pues, la mujer adoptaría la capacidad de amar y cuidar, y los hombres de dominar y controlar, cabe resaltar que este sistema no es generalizable en todos los sistemas culturales, este mismo sistema considera a la mujer como un ser dependiente y socialmente limitado, la forma de afectividad de estas refleja las características de su género, pues para ellas el dar todo en una relación significa recibir a cambio todo lo que necesita, sin embargo aunque reciba muchas cosas, no recibe lo que busca, pues la mayoría sienten una sensación de vacío existencial que tratan de llenar con el amor de un hombre idealizado, pues en la mayoría de las ocasiones el amor que dicen sentir por un hombre no es por sus características afines, sino por las sensaciones de plenitud que sentían al ser correspondidas.

Las sensaciones de plenitud y de llenar vacíos hacen que las mujeres no terminen las relaciones tóxicas aunque sepan que están inmersas en una relación que les causa daños en diversos aspectos de su vida, esto se debe según Lagarde (2012, como se citó en Cano, 2012) a que desde pequeñas se les enseña a tener miedo a la libertad, a tomar decisiones y a la soledad y esto hace difícilmente que las mujeres creen su propia autonomía, lo anterior construye a la mujer como un ser dependiente de los demás, aquí podemos sumar las creencias inculcadas, pues el estar solas es signo de que algo se ha hecho mal y que es negativo, entonces por miedo a sentirse solas, organizan sus vidas alrededor del hombre, utilizando mecanismos de manipulación; como victimizarse y hacer sentir culpable al hombre para que éste no se aleje de ellas.

La dependencia interviene en el ciclo vital de las personas y su desarrollo. Cuando esta ejerce una fuerza negativa sobre uno de los miembros de la pareja se convierte en una manifestación de poder y control de un miembro sobre el otro. El grado de dependencia de la mujer hacia el hombre determina el abuso, la

explotación y opresión de la relación dependencia-dominio (Lemos y Londoño, 2015; González Estela y Leal, 2016, citado en Benavidez, 2019).

Si bien la dependencia emocional no es ajena o exclusiva de una población en especial, es importante señalar que afecta en mayor frecuencia a mujeres, quienes también son protagonistas de numerosas agresiones por parte de sus parejas, hecho que no ha dejado de pasar desapercibido en los últimos años en donde cada vez se incrementan las cifras de mujeres víctimas de violencia.

3.3 Roles de género y violencia contra la mujer

Cuando se habla de violencia en contra de las mujeres, es primordial dejar claro el concepto de igualdad de género, el cual se refiere a los comportamientos heredados de una cultura dominantes en donde los roles, funciones y valoraciones impuestas a cada sexo a través de la socialización son mantenidos y reforzados por la ideología, la cultura y las instituciones patriarcales. Hablar del género, se hace importante ya que actualmente las mujeres viven situaciones de subordinación, que por el solo hecho de ser mujer, las hace víctimas de diversos tipos de violencia, al hablar del género, no se refiere solamente a las mujeres, sino a los roles culturales que tradicionalmente se le han asignado a lo masculino y a lo femenino (Medina & Medina, 2019).

Desde el feminismo y la perspectiva de género consideran la violencia como un fenómeno social enmarcado por la constitución de las identidades y las desigualdades de género, así como por la devaluación de lo femenino, resaltando el hecho de que la violencia hacia las mujeres está conformada por las formas de organización y relaciones sociales que sirven de escenario a situaciones y hechos violentos específicos sufridos por las mujeres sólo por el hecho de serlo (Otero, 2009).

La cultura hispana está relacionada fuertemente con el machismo, Ardito y La Rosa (2004, citado en Martino, 2021) agregan que, en América Latina, el machismo

está inmerso en la ideología de muchos hombres, dado que como parte de la cultura se ha creado una forma errónea de pensar, en donde se considera al hombre superior a la mujer, forzando a las mujeres a someterse.

La idea que se tiene del amor es concebida de forma diferente por cada sexo, y esta dependerá de lo que han aprendido durante toda su vida y sobre todo repetirán patrones que aprendieron de su familia de origen incluyendo los patrones de violencia de pareja pues naturalizan las agresiones (Benavides, 2019). Lagarde (2000) señala que la mayoría de las mujeres no cuentan con una construcción adecuada de sí mismas ya que han crecido con lo que la sociedad les ha impuesto y se desarrollan desde esa idea en sus relaciones de pareja.

Algunas mujeres toleran algún tipo de violencia de género debido a su dependencia emocional hacia los hombres, aceptando situaciones de desvalorización por miedo a quedarse solas (Cano, 2016) otro lado, Benavides (2019) menciona que el rol de cuidado asignado socialmente a la mujer, es uno de los factores principales en que mantengan la relación a cualquier costo, esta situación está relacionada con el vínculo emocional que tiene, otro aspecto por el que las mujeres toleran la violencia es por el concepto que tienen de su propio género, pues sienten miedo de ser tachadas como egoístas, malas madres o esposas o de sentir culpa, a ser rechazadas por su familia y la sociedad por los estereotipos creados, estas ideas hacen que naturalicen la violencia y se nieguen a ver las consecuencias que tienen en su vida.

Por lo general son las mujeres las que suelen amar de manera mucho más profunda y consideran que estar enamoradas es sinónimo de aceptar el sufrimiento que una relación pese al dolor o daño no solo físico sino también emocional que puedan sentir, por otro lado los roles tradicionales de esposa o madre sitúan a la mujer en situaciones de alto riesgo ante la violencia masculina, pues al aceptar una posición de subordinación la hace más vulnerable a los abusos o presiones por parte del género masculino, para una mujer en esta situación terminar esa relación no es una opción debido a la forma patriarcal de cómo entiende las relaciones de

pareja, la desigualdad y la percepción de inferioridad Norwood (2018, citado en Martino 2021).

Espíritu (2013, citado en Martino 2021) menciona que la mayoría de las mujeres que han sufrido violencia en algún momento de sus vidas, tienen altos índices de dependencia emocional, por lo que concluye que la violencia de pareja es una consecuencia de las necesidades afectivas que las mujeres dependientes tienen ya que por esa causa suelen tolerar abusos.

El análisis de las investigaciones empíricas que se realizará a continuación permitirá conocer el panorama general del tema de este manuscrito, así como también de forma más específica, permitirán analizar qué tipo de violencia prevalece, así como verificar si es que el sexo femenino es el más propenso a sufrir algún tipo de violencia.

CAPÍTULO 4. ANÁLISIS DE INVESTIGACIONES EMPÍRICAS

Después de mencionar algunas definiciones y aspectos importantes que nos hacen comprender mejor qué es la dependencia emocional y la violencia de pareja, se analizaron algunas de las investigaciones empíricas donde se tomaron en cuenta estas dos variables, el objetivo de este análisis permitió conocer si es que existe relación en ellas y si están presentes en las relaciones de pareja.

A continuación, retomaré algunas de estas investigaciones, que desde mi punto de vista consideraron las variables antes mencionadas, cabe mencionar que, aunque en ellas existen diferentes tipos de muestras y contextos, se puede decir que tienen elementos comunes que para este manuscrito son de interés.

Comenzaremos con la investigación realizada por Aiquipa (2015) Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia la cual tuvo como objetivo identificar la relación entre la dependencia emocional y la violencia de pareja en una muestra conformada por mujeres usuarias del servicio de psicología de un establecimiento

de salud de Perú. Para esto, se sigue un enfoque cuantitativo y se utiliza una estrategia asociativa comparativa. La muestra estuvo constituida por dos grupos de mujeres, mujeres víctimas de violencia de pareja (25 usuarias) y mujeres que no fueron víctimas de violencia de pareja (26 usuarias) sin importar el tiempo de relación o la formalidad social que adopte dicha relación (cónyuges, unión libre, novios, etc.).

Los resultados sugieren que existe relación estadísticamente significativa entre la variable dependencia emocional (variable que representa un factor de tipo individual y psicológico) y la variable violencia de pareja, puesto que se encontraron diferencias significativas entre la muestra clínica con violencia de pareja y la muestra clínica sin violencia de pareja, siendo las participantes que viven o han vivido violencia de pareja las que obtuvieron puntuaciones mucho más elevadas de dependencia emocional. Por otro lado, menciona que tres de las dimensiones o factores de la dependencia emocional se encuentran más relacionados con la violencia de pareja son miedo a la ruptura, prioridad de pareja y subordinación y sumisión.

Con los resultados que se mencionaron anteriormente, podemos resaltar que como ya se había mencionado en los capítulos anteriores y según la teoría de Castelló (2005) las mujeres que padecen dependencia emocional tienen niveles elevados de miedo a que su relación de pareja termine por lo que deciden tolerar diversas conductas que pueden ser insultos, agresiones, desatenciones, ofensas, de igual forma si su pareja decide terminar la relación en algún momento la mujer tratará de rogar por una nueva oportunidad, pedirá recapacite su decisión, asumirá que toda la culpa es de ella con tal de que no la abandonen, si el rompimiento es inevitable tratará de mantener contacto con su ex pareja pidiendo en ciertas ocasiones a familiares o amigos que intervengan por ella o mediante las redes sociales que ahora es muy común contar con ellas.

Cabe resaltar que estas características sumadas a las que se han impuesto de forma social por el sistema patriarcal hacen más propensas a que las mujeres asuman un rol sumiso o de subordinación pues si bien se toman en cuenta variables

como personalidad y apego como factores que pueden influir fuertemente para mantener una relación con dependencia emocional, también las creencias o estereotipos sobre el amor romántico que se les han inculcado, lo que la sociedad espera de ellas respecto a las relaciones de pareja, llevan a las mujeres seguir las órdenes que les da su pareja sin evaluar cognitivamente las ordenes, pasará a segundo plano sus intereses o definitivamente olvidarlos, no podrá expresar sus opiniones libremente en ningún contexto por miedo a incomodar a su pareja, aceptara prohibiciones, humillaciones y aceptara incondicionalmente lo que su pareja mande, sin saber que todas estas situaciones que tolera son parte de la violencia psicológica y al ser víctima de este tipo de violencia abre paso a la violencia física, así como también hace más crónica la dependencia emocional y consolida la violencia de pareja.

Por otra parte, la investigación realizada por Benavides (2019) titulada El amor romántico como cautiverio afectivo: análisis de la dependencia emocional en la violencia de pareja tuvo como objetivo principal describir la incidencia de la dependencia afectiva como un dispositivo de poder que impide a las mujeres salir del círculo de violencia de pareja; analizar la dependencia afectiva en las diferentes etapas del círculo de violencia entre el agresor y la agredida como una manifestación de un problema sociocultural; y determinar cómo actúan las mujeres frente a las agresiones y qué las lleva a buscar apoyo para salir de la espiral de la violencia.

El estudio fue cualitativo, a través de entrevistas, se comprobó que la dependencia afectiva se presenta como un obstáculo y un elemento que otorga poder al hombre para dominar a la mujer y justificar la violencia, también se determinó que la dependencia afectiva no opera sola en el círculo de violencia, sino que se configura a partir del amor romántico y presenta características que refuerzan la relación violenta que sufren las mujeres manteniéndolas en un lugar de subordinación frente al hombre. Así mismo reporta que la culpa y la soledad son dos características que refuerzan la dependencia afectiva, junto con la falta de autonomía económica y la idea de que es responsable de la estabilidad familiar, por

otro lado, la dependencia resulta más visible en las parejas con mayor tiempo de relación, las mujeres normalizan toda situación de maltrato hacia ella haciéndose creer que es parte de las relaciones de pareja. En varios casos, desde niñas se les enseñó el rol de protectora, cuidadora y responsable de mantener unida la familia, lo cual hace difícil que terminen la relación.

En la investigación realizada por Anaya (2020) llamada dependencia emocional en mujeres víctimas y no víctimas de violencia psicológica de Lima Metropolitana tuvo como objetivo descubrir cómo se expresa la dependencia emocional en mujeres víctimas y no víctimas de violencia psicológica en Lima Metropolitana, tomando en cuenta para el análisis identificar seis categorías relacionadas a la dependencia emocional que son: miedo e intolerancia a la soledad, necesidad excesiva la pareja, prioridad de la pareja sobre cualquier otra cosa, idealización de la pareja, sumisión y subordinación a la pareja y baja autoestima. En este sentido, se realizó una investigación cualitativa y se siguió un diseño de fenomenología hermenéutica. Para obtener los datos, se realizó una entrevista semiestructurada con 10 mujeres de entre 22 y 37 años, dentro de los resultados menciona que con el análisis se halló que el miedo e intolerancia a la soledad fue la dimensión que obtuvo mayor puntaje, también se identificó que las mujeres víctimas de violencia psicológica presentan cierto temor, emociones y pensamientos negativos frente a una posible ruptura, esto coincide con lo que menciona Castelló (2005) el individuo dependiente cree ser consciente de la necesidad que siente por su pareja, evita encontrarse consigo mismo, así mismo, no aceptan la ruptura e intentan desesperadamente retomar el vínculo o involucrarse en otra relación.

En la categoría necesidad excesiva de la pareja, se obtuvo que las mujeres no víctimas de violencia psicológica presentan un deseo de mantener contacto y pasar tiempo con la pareja, asimismo, disfrutan de las actividades y se sienten protegidas, mientras que las mujeres que fueron víctimas experimentan esos aspectos de forma moderada, esto podría deberse a que, aunque desean estar con su pareja prefieren estar un poco más alejadas de esta para no sufrir agresiones de cualquier tipo.

En la categoría prioridad de la pareja se encontró que las mujeres dan importancia a sus parejas y dejan de lado sus actividades priorizando a su pareja, lo cual coincide con lo que se mencionó en el marco teórico según las dimensiones de Castelló (2005) el dependiente realiza cambios en sus actividades y comportamientos para satisfacer el deseo de complacer a su pareja, o por el simple hecho de querer pasar el mayor tiempo posible con esta, pues la ve como lo más importante en su vida.

Dentro de la categoría idealización a la pareja se encontró que las mujeres consideran importante a sus parejas dentro de su entorno social y los sobrestiman maximizando las cualidades de sus parejas, en este aspecto Castelló (2005) menciona que la persona con dependencia enaltece a su pareja, sobreestima sus cualidades llegando a idolatrar.

En cuanto a la categoría sumisión y subordinación a la pareja, se obtuvo que las participantes no existe igualdad en la relación, las mujeres ceden ante su pareja para no generar conflictos en su relación y no terminar en una ruptura de pareja, coincidiendo con Castelló (2005) cuando menciona que en esta dimensión las relaciones de pareja no tienen un equilibrio, lo cual hace que la persona que es dependiente exprese sensaciones de pánico ante la posibilidad de ruptura del vínculo afectivo con la otra persona, hasta puede padecer de algún trastorno mental si esto llega a suceder.

Por último, con relación a la categoría baja autoestima, las mujeres víctimas de violencia psicológica mostraron falta de reconocimiento de cualidades personales y desvalorización, lo cual hace difícil que estas creen su propia autonomía y estén satisfechas con ellas mismas.

Como última investigación analizada se encuentra la de Mercado (2020) Sexismo y Dependencia Emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja que asisten a mujeres en busca de justicia, el enfoque de la investigación es cuantitativa con un diseño no experimental, de tipo descriptivo - correlacional. La muestra fue de 28 mujeres voluntarias, la investigación está orientada a analizar el Sexismo y la

Dependencia Emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja que asisten a Mujeres en Busca de Justicia en la ciudad de La Paz, intentando dar respuesta de acción directa a la lucha contra la violencia patriarcal, los resultados reportan que los participantes del estudio poseen altos niveles sexistas, además se identifican seis factores de dependencia, y también niveles altos dentro de la población.

Extendiendo un poco más los resultados se encuentra que el 82% de las mujeres entrevistadas víctimas sufren algún tipo de violencia en su relación actual, el 36% no tienen ingresos propios, 36% de las mujeres no reciben apoyo moral de ningún tipo, el 32% indican que recibieron apoyo moral de sus padres, el 86% indicaron que desistieron de formalizar su denuncia por la conciliación con su pareja, el 96% sufre de violencia psicológica, el 82% violencia física, el 71% violencia sexual y el 64% violencia económica.

El 79% de la población estudiada se encuentra dentro del rango de Sexismo Benevolente Alto, dato que permite reconocer cómo las actitudes sexistas implícitas están normalizadas y aceptadas dentro de las mujeres víctimas de violencia de pareja. También se tiene que actitudes en relación a los roles comportamentales asignados a las mujeres, asignados a la Diferenciación de Género presentan el nivel más alto con el 81%, por otro lado el 54% de la población estudiada, mantienen una Dependencia Emocional Alta, respecto a las dimensiones que se evaluaron se obtuvo que la dimensión Modificación de Planes tiene un 65%, siendo esta dimensión con el porcentaje más alto, lo que implicó que las mujeres que fueron parte del estudio tendrían actitudes relacionadas a la exclusividad y aislamiento por mantenerse más tiempo al lado de su pareja, el 61% presenta Ansiedad por Separación, lo que está relacionado a la necesidad de cercanía de la pareja a las situaciones de angustia que produciría un pleito, ruptura o cualquier situación que implique el alejamiento de la pareja.

El 60%, relacionado a la Búsqueda de Atención mantiene también un nivel alto, que estaría relacionado con actitudes que lleven a las mujeres a ser el foco de atención de sus parejas para así evitar cualquier situación de alejamiento, La Expresión Afectiva de la Pareja tiene un 59%, como resultado, dicha dimensión está

vinculada con las actitudes sobre la necesidad de las demostraciones de afecto que puedan recibir de sus parejas y que esto a su vez les genere seguridad, el 57% para la dimensión de Miedo a la Soledad que estaría relacionado a la necesidad de tener un compañero afectivo, a la creencia de ser una persona que necesita de la protección de alguien más por ser débil y necesitado, por último la Expresión Límite con 45% que viene relacionado con actitudes extremas para evitar el enfado, la pelea o ruptura con la pareja, con comportamientos extremos que pueden llegar al suicidio.

Para finalizar con el análisis de esta investigación cabe resaltar que el sexismo y la dependencia emocional agravan la violencia de pareja, ya que se normalizan conductas que denotan inferioridad, debilidad y sumisión de las mujeres, y se invisibilizan los actos violentos, por las creencias y estereotipos asignados relacionados al género.

Por otro lado, la falta de recursos económicos, la falta de redes de apoyo, las creencias, comportamientos de las mujeres, la visión de mantener la familia unida y amor romántico en las víctimas, son algunos de los factores que provocan que estas continúen e incluso regresen con sus agresores.

Como conclusión al análisis de estas investigaciones se destaca que las mujeres son quienes representan uno de los grupos de más riesgo, para la violencia de pareja, dentro de los diversos tipos de violencia la que tiene más prevalencia es la violencia psicológica, aunque ésta solo es el preámbulo para ser víctima de la violencia física que puede desencadenar en feminicidio, las relaciones de matrimonio o concubinato son las reportan mayor índice de dependencia emocional, pero cabe resaltar que el noviazgo no está exento, pues se pudo constatar que desde el noviazgo se desarrolla dependencia emocional o se puede ser víctima de violencia.

En cuanto a la dependencia algunos de los factores que la propician son la baja autoestima, la pérdida de autoeficacia y el malestar psicológico. Otros aspectos que menciona Castelló (2005) como desencadenantes de la dependencia emocional

son las carencias afectivas tempranas que se vinculan con la valoración, elogios, abrazos o muestras de cariño y el abandono emocional, también menciona que en los factores externos se encuentra la idealización del otro, que se convertirá en su compensación afectiva desequilibrada, por otro lado, están los biológicos que proceden cuando existe en la historia familiar ciertas adicciones, problemas biológicos que predisponen a sufrir ansiedad, estrés crónico o depresión y finalmente están los factores culturales y de género, que están vinculados con los patrones educativos y sociales estrictos que predispone a las mujeres a estar para su pareja incondicionalmente inclusive en contextos no favorables.

Como seres sociales, al crecer en un ambiente se adquieren normas y comportamientos para establecer relaciones, estos comportamientos o roles preestablecidos socialmente para cada sexo se extrapolan a las relaciones de pareja, desde este contexto la dependencia emocional, en nombre del amor romántico, se transforma en un impedimento para abandonar el mundo violento que envuelve a las mujeres, en la mayoría de casos mantienen las relaciones con sus parejas a pesar de la violencia que están viviendo, argumentando en muchas ocasiones que lo hacen por los hijos o por depender económicamente de sus maltratadores, también tiene que ver con lo arraigada que está la construcción social del sujeto mujer en una sociedad donde prima la cultura patriarcal.

Entonces se puede decir que la dependencia afectiva es un eje principal de la violencia contra la mujer, causa que no le permite salir del círculo y que le mantiene en una relación de poder violento.

CONCLUSIONES

Para finalizar, después de haber analizado las diversas investigaciones científicas y textos concernientes al tema de estudio, se analizó la información recabada en la investigación tomando en cuenta el texto Pensamiento de Tercer Orden en Terapia Familiar: Integrar la Justicia Social al Trabajo Terapéutico (McDowell, Knudson & Bermúdez, 2019).

En este texto las autoras señalan la forma en que las inequidades de los sistemas sociales impactan los roles y las dinámicas de poder en la familia, por lo que expandieron el foco de interés hacia el contexto social, el pensamiento de tercer orden permite visibilizar los sistemas de sistemas, los cuales permiten incluir deliberadamente el impacto de los sistemas sociales y las dinámicas de poder, como también la construcción colectiva de los significados y la cultura en el actuar profesional.

El siguiente análisis se retoma desde la terapia sistémica, se consideran los tres niveles de pensamiento ya que permite clasificar y analizar la información desde estos niveles, pues en un primer orden se considera que solo hay una versión correcta del ser, mientras que en un segundo orden se agrega la percepción de la persona que hace el juicio y por último en un tercer orden se considera lo social como un aspecto que influye en cómo se ve afectado el fenómeno.

Entonces, como podemos notar el capítulo 1 y 2 se abordaron desde el aspecto cognitivo-conductual, pues en ellos se integró información que nos permite conocer cómo es que piensan y se comportan las personas que viven con dependencia emocional y violencia en sus relaciones de pareja.

En el capítulo 1 se mencionaron cuáles son las características de las personas con Dependencia Emocional, las fases que se llevan a cabo para que este fenómeno ocurra, las principales dimensiones, así como también las principales teorías que desde el punto de vista del pensamiento del primer y segundo orden han tratado de ver el fenómeno desde la experiencia que se tiene como profesionista y las dinámicas que se tienen como pareja, enfocándose más en patologizar dejando un poco de lado el contexto social.

Sin duda es importante ver que las características como la baja autoestima, miedo, intolerancia a la soledad y la tendencia a establecer relaciones desequilibradas, son propias de la dependencia emocional, como lo demuestra Castello en su Teoría de la vinculación afectiva, y que en efecto estos también son

elementos que importan y que se deben conocer y tomar en cuenta a la hora de intervenir psicoterapéuticamente.

Pero a su vez es importante analizar estas dimensiones desde el nivel de tercer orden ya que es importante que los profesionales que se encargan de realizar intervenciones psicoterapéuticas o educadores visualicen que además de las características que ya se conocen y que explican el fenómeno, dirijan sus miradas hacia la postura que toma en cuenta el contexto social ya que influye en cómo las mujeres se desenvuelven en sus relaciones de pareja pues como vimos en el capítulo 3 los roles que se imponen por la cultura patriarcal predispone a las mujeres a estar para su pareja incondicionalmente inclusive en contextos no favorables.

En cuanto a la violencia se pudo observar que guarda una estrecha relación con la Dependencia Emocional, que conocer las características y cómo se desarrolla es importante, pero también es significativo analizar desde un tercer orden violencia contra la mujer pues esta proviene de un contexto social en su conjunto, la agresión contra la mujer refleja las amplias estructuras de desigualdad económica y social, pues de produce se produce en todas las clases sociales, sin distinción de factores sociales, raciales, económicos, educativos o religiosos.

Por último, efectivamente si hay algunas investigaciones que han tratado de abordar estas dos dimensiones, la mayoría se centran en determinar qué tan propensa es la población para padecer dependencia emocional y que tan vulnerable hace a las personas esta condición para que sean víctimas de violencia en sus relaciones de pareja, mientras que hay pocas evidencias de investigaciones que aborden estas dimensiones tomando en cuenta los sistemas económico, político, social.

Los resultados de estas investigaciones nos llevaron a conocer que las personas que han sufrido algún tipo de violencia de pareja tienen mayor nivel de dependencia emocional, mientras que las dimensiones que más se presentan son el miedo a la ruptura, priorizar a la pareja y la sumisión o subordinación, por otro lado la dependencia afectiva es un elemento importante que obstaculiza la toma de

decisiones en las mujeres y hace que el hombre adquiera el poder para dominar a la mujer y justificar la violencia que ejerce.

Las investigaciones empíricas nos llevan a concluir que las mujeres son más propensas a ser dependientes emocionales debido a que las mujeres tienen baja autoestima, no reconocen sus cualidades, tienen carencias afectivas desde temprana edad y se desvalorizan, lo cual hace muy difícil que sean autónomas, económicamente están atadas a su pareja y no cuentan con una red de apoyo, sin olvidar el medio en que se desarrollan, la educación que reciben y los roles de género que se les asignan, la violencia que prevalece es la psicológica, desafortunadamente este tipo de violencia es la que más se ignora o minimiza ya que como no hay ninguna repercusión física se pasa por alto, sin embargo solo antecede a la violencia física que se sufrirá posteriormente, las relaciones de pareja sea cual sea el estatus que se le dé, es el ambiente propicio para que se desarrolle la violencia a causa de la dependencia, aunque cabe resaltar que el matrimonio o concubinato son donde ocurre frecuentemente.

Sin duda la información que nos proporciona la literatura científica que existe nos permite conocer el fenómeno desde sus características principales, pero considero que es importante que se amplíen las investigaciones que aborden los demás sistemas que rodean este problema ya que juegan un papel importante en el desarrollo de este, así como también ayudaría a los profesionales de la salud a realizar intervenciones más provechosas y al público en general a conocer más sobre este.

PROPUESTA

Como propuesta derivada de la información que se obtuvo por el análisis de la literatura científica, se tomó la decisión de realizar un recurso que pueda ser compartido tanto al público en general con la finalidad de que principalmente las personas del sexo femenino puedan conocer un poco más sobre este tema y

también a los especialistas para que pueda ser investigado más a fondo desde el nivel psicosocial.

Infografía <https://create.piktochart.com/output/58816670-propuesta>



Dependencia emocional y Violencia de pareja

¿Sabías qué...?

- Ser dependiente emocional te hace más propenso a ser víctima de violencia de pareja en cualquiera de sus modalidades.
- La violencia psicológica es la más frecuente en la vida diaria de una mujer violentada por su pareja.
- Los roles de género que te asigna el patriarcado por ser mujer te pone en riesgo de ser violentada al aceptar los roles tradicionales de esposa o madre.

17.9%
Violencia Física

40.1%
Violencia Psicológica

En México el 1% de las mujeres han sufrido violencia a manos de su pareja sentimental.

Si bien algunos autores como Castelló menciona que las personas con dependencia emocional se caracterizan por tener:

- Baja autoestima
- Miedo a la soledad
- Inestabilidad emocional
- Estado de ánimo ansioso
- Conductas autodestructivas



Y que, el apego generado en la infancia hace que las personas formen vínculos afectivos fuertes con los demás, de esto dependerá las diversas maneras de expresar emociones de angustia, depresión, enfado cuando son abandonados o viven una separación o pérdida.

Desde estos enfoques la dependencia se da desde lo cognitivo (que pensamos) y lo conductual (como nos comportamos). Se ven representados por las actitudes, creencias, pensamientos.

Dependencia emocional desde la perspectiva de género

La perspectiva de género es un enfoque que angila más claramente porque las mujeres son más propensas a sufrir dependencia emocional y violencia de pareja.

La violencia contra la mujer proviene de un contexto social en su conjunto, la agresión contra la mujer refleja las amplias estructuras de desigualdad económica y social.

Desde niñas



Se nos imponen roles sexuales estereotipados:

- Cuidado de los hijos
- Labores del hogar
- No laborar
- No estudiar
- Perdonar infidelidades
- Soportar malos tratos
- Mantener la familia unida
- Ser sumisa y obediente
- Ser servicial con la pareja
- Olvidar intereses propios
- Sacrificarse por todos



¿Cómo aprendemos los roles de género?

Desde pequeños observamos la dinámica familiar y la relación de nuestros padres, desde este punto aprendemos nuestro rol por simple observación y normalización.

El sistema patriarcal establece que la mujer necesita el cuidado y protección de un hombre, que el hombre es el proveedor del hogar y la mujer se queda al servicio de la familia, la mujer cuida y ama y el hombre domina y controla.

Nula educación emocional, la falta de amor propio, la educación tradicionalista, la violencia vivida desde la infancia, hace que las mujeres sean subordinadas en su relación.

Seguir estos roles causan miedo:

- A ser libres
- Tomar decisiones
- Estar solas
- Ser autónomas e independientes
- Ser juzgadas de mala madre o egoístas
- Rechazo familiar

El grado de dependencia emocional de la mujer hacia el hombre determinará el abuso, la explotación y opresión de la que será víctima la mujer.

Las mujeres deciden continuar la relación debido a que no cuentan con:

- Entusiasmo económica
- Redes de apoyo
- Valor para terminar la relación
- Amor propio, sienten necesidad de tener pareja para sentirse completas
- Información para detectar que viven violencia de pareja

Si sientes...



- Necesidad excesiva por estar con tu pareja
- Que estás siendo subordinada en tu relación
- Que te someten y obligan a realizar cosas que no te gustan
- Sentimientos de vacío
- Vulnerabilidad emocional
- Ansiedad o depresión

Busca ayuda psicológica, pues puedes estar creando dependencia emocional hacia tu pareja.

REFERENCIAS

- Aiquipa, J. (2015). Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Revista de Psicología*, 33 (2) http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0254-92472015000200007
- American Psychological Association. (2022). Violencia en contra de la pareja. <https://www.apa.org/topics/gun-violence-crime/violencia-pareja>
- Anaya, C. (2020). Dependencia emocional en mujeres víctimas y no víctimas de violencia psicológica de lima metropolitana. [Tesis de Grado Bachiller, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio Institucional <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/8386c7f9-fb05-45bd-aea6-8e04b513c76d/content>
- Benavides, M. (2019). *El amor romántico como cautiverio afectivo: análisis de la dependencia emocional en la violencia de pareja*. [Tesina para especialización, Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales]. Repositorio institucional <https://repositorio.flacsoandes.edu.ec/handle/10469/15994>
- Bowlby, J. (1998). "El apego". Tomo 1 de la trilogía "El apego y la pérdida". Barcelona, Paidós.
- Cabello, F. (2017). Dependencia emocional en la juventud: la nueva esclavitud del siglo XXI. En M.A. Cabello, M.A., F.J. Del Río y F. Cabello (Eds.) *Avances en Sexología Clínica*. (pp. 207-213). Jérez de la Frontera, España: Sotavento.
- Cano, Y. (2016). Nosotras las occidentales, ¿empoderadas emocionalmente? comentarios a partir de un estudio etnográfico en la ciudad de Granada. *Asparkía*, 29, 35-48 - ISSN: 1132-8231 - DOI: <http://dx.doi.org/10.6035/Asparkia.2016.29.3>

- Carbajal, Y. (2019). *Propuesta de atención en línea para mujeres que sufren violencia de pareja*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México]. Repositorio institucional <https://ru.iztacala.unam.mx/items/show/971>
- Castelló, B. J. (2000). *Análisis del concepto dependencia emocional*. http://www.psiquiatria.com/congreso_old/mesas/mesa6/conferencias/6_ci_a.htm
- Castelló, B. J. (2005). *Dependencia emocional: Características y tratamiento*. Alianza Editorial.
- CEM y MIMP (2018). Informe Estadístico, Violencia en Cifras. Boletín: N°2 – 2018 https://www.mimp.gob.pe/files/programas_nacionales/pncvfs/publicaciones/informe-estadistico-02_2018-PNCVFS-UGIGC.pdf
- Consejo Nacional de Población. (2019). *Información sociodemográfica de las relaciones de pareja en México*. <https://www.gob.mx/conapo/articulos/informacion-sociodemografica-de-las-relaciones-de-pareja-en-mexico>
- Corsi, J. (1994). La violencia hacia la mujer en el contexto doméstico. Fundación mujeres. <http://www.tiva.es/articulos/www.corsi.com.ar.pdf>
- Cuevas, O. (2020). *La dependencia emocional y su influencia en la violencia contra la mujer* [Tesis de especialidad, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio Institucional <http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/4382>
- Cubas, M. (2020). *Dependencia Emocional: Una revisión teórica*. [Tesis de grado bachiller, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio Institucional <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/6797>

Chafloque, C. (2016). *Dependencia emocional y violencia psicológica en parejas atendidas en el Centro de Salud Paul Harris* [Tesis de licenciatura, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio Institucional
<https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/4765>

EFE. (2018, 13 de Febrero). *La dependencia emocional, cuando el amor hace sufrir*. Agencia EFE. <https://www.efe.com/efe/america/mexico/la-dependencia-emocional-cuando-el-amor-hace-sufrir/50000545-3523010>

Esquila, A., Zarza, S., Villafaña, G. & Oudhof, H. (2015). La identidad y rol de género en la relación de pareja: un estudio generacional sobre la permanencia en el matrimonio. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala* 18(4):1507-1538.
<https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2015/epi154k.pdf>

ENDIREH. (2016). Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares (ENDIREH) 2016. Disponible en:
<https://www.inegi.org.mx/programas/endireh/2016/>

Falla, C. & Peña, M. (2020). *Dependencia emocional y violencia en las relaciones de pareja en jóvenes del Distrito de Castilla – Piura*.
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/61288>

Fundación UNAM. (2017). En México, 7 de cada 10 mujeres sufren violencia.
<https://www.fundacionunam.org.mx/unam-al-dia/en-mexico-7-de-cada-10-mujeres-sufren-violencia/>

Fresneda, S. (2015). *Estudio descriptivo de los patrones que se han aprendido generacionalmente y que facilitan que una persona se involucre en relaciones afectivas dependientes* [Tesis de Licenciatura, Los Libertadores Institución Universitaria]. Repositorio Institucional
<https://repository.libertadores.edu.co/handle/11371/585>

Gómez, M. & López, J. (2017). La dependencia emocional: la adicción comportamental en los márgenes de la patología dual. *Revista de Patología Dual* 4(2):2. https://patologiadual.es/docs/revista/2017_07.pdf

Herrera, C. (2010). La dependencia emocional femenina. *Blog de Coral Herrera Gómez*. <https://haikita.blogspot.com/2010/05/el-amor-y-las-mujeres-posmodernas.html>

Hirschfeld, R., Klerman, G., Gouch, H., Barrett, J., Korchin, S. & Chodoff, P. (2002) A Measure of Interpersonal Dependency. *Journal of Personality Assessment* Volume (41). https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4106_6

IEP México (2020). Violencia de Genero. *Índice de paz en México*. <https://www.indicedepazmexico.org/violencia-de-gnero#:~:text=A%20nivel%20nacional%2C%20la%20tasa,cada%20100%2C000%20habitantes%20a%20177>.

INEI (2012 - 2019). Perú: Indicadores de Violencia Familiar y Sexual. https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1686/libro.pdf

Juárez, A. (2017). Mujer, crimen pasional y dependencia emocional a la figura masculina (segunda parte). http://revista.cleu.edu.mx/new/descargas/1801/articulos/Articulo10_Mujer,%20crimen%20pasional%20y%20dependencia%20emocional%20a%20la%20figura%20masculina.pdf

Lagarde 2000. Claves Feministas para el poderío y la autonomía de las mujeres. Málaga: Instituto Andaluz de la mujer.

[Legislación Consolidada. \(2004\). Ley Orgánica 1/2004 de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género. https://www.boe.es/buscar/pdf/2004/BOE-A-2004-21760-consolidado.pdf](https://www.boe.es/buscar/pdf/2004/BOE-A-2004-21760-consolidado.pdf)

Martino, F. (2021). *Dependencia emocional y actitudes hacia el machismo en estudiantes de una universidad particular de lima Metropolitana*. [Tesis de licenciatura, Universidad San Martín de Porres]. Repositorio institucional https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/8233/HUARCAYA_SF.pdf?sequence=1&isAllowed=y

McDowell, T., Knudson, C. & Bermudez, J. (2019). Pensamiento de Tercer Orden en Terapia Familiar: Integrar la Justicia Social al Trabajo Terapéutico. *Family Process*, Vol. 0, No. 0. doi: 10.1111/famp.12383_1

Medina, I. & Medina, A. (2019). Violencias contra las mujeres en las relaciones de pareja en México. <https://www.redalyc.org/journal/4217/421762161010/html/#fn11>

Mercado, R. (2020). *Sexismo y dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja que asisten a mujeres en busca de justicia* [Tesis de licenciatura, Universidad Mayor de San Andrés]. Repositorio institucional <https://repositorio.umsa.bo/xmlui/bitstream/handle/123456789/24563/T-1264.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Organización de Naciones Unidas (ONU). (2002). Estudio a fondo sobre todas las formas de violencia contra la mujer (AG 61/122/Add.1). New York, NY: Naciones Unidas. Recuperado de <http://www.observatoriovioencia.org/documentos.php?id=92>

Organización de Naciones Unidas (ONU). (2003). Declaración sobre la Eliminación de la Violencia contra la Mujer. Nueva York. Naciones Unidas. Retomado de: <https://www.ohchr.org/sp/professionalinterest/pages/violenceagainstwomen.asp>

ONU Mujeres (2022). *Hechos y cifras: Poner fin a la violencia contra las mujeres*.
<https://www.unwomen.org/es/what-we-do/ending-violence-against-women/facts-and-figures>

OMS (2002). *Informe mundial sobre la violencia y la salud: resumen*. Washington, DC: OPS.
http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/43431/9275324220_spa.pdf;jsessionid=0A115049E778A2BA20A776AAA5F76FF9?sequence=1

OMS (2014). Informe sobre la situación mundial de la prevención de la violencia.
https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/145089/WHO_NMH_NVI_14.2_spa.pdf;jsessionid=25B7C54A030B66EF9B17C14CC112CECC?sequence=1

Organización Panamericana de la Salud. (s/f). Prevención de la violencia.
<https://www.paho.org/es/temas/prevencion-violencia#:~:text=La%20violencia%20es%20el%20%E2%80%9Cuso,muerte%20%20privaci%C3%B3n%20o%20mal%20desarrollo.>

Otero, I. (2009). Mujeres y violencia: El género como herramienta para la intervención. *Política y cultura*, (32), 105-126. Recuperado en 05 de mayo de 2022, de
[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-77422009000200006&lng=es&tlng=es.](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-77422009000200006&lng=es&tlng=es)

Salazar, D. & Vinet, E. (2011). Mediación familiar y violencia de pareja. *Revista de derecho (Valdivia)*, 24(1), 9-30. https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0718-09502011000100001&script=sci_arttext

Sánchez, P. (s.f). Definición de feminismo. Inicios de este movimiento. Instituto Coahuilense de las mujeres. <https://www.icmujeres.gob.mx/wp-content/uploads/2020/05/Feminismos-s.f-y-l.pdf>

- Sánchez, S. (2019). *Dependencia emocional en mujeres atendidas en el servicio de psicología de un Centro Materno Infantil del distrito de Chorrillos* [Tesis de licenciatura, Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. Repositorio Institucional <http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/4331>
- Sirvent, C. (2000). Dependencias relacionales: codependencia, bidependencia y adicción afectiva". 1er. Symposium Nacional sobre Adicción en la Mujer. Resúmenes de Ponencias y Comunicaciones. Madrid. Fundación Instituto Spiral. pp. 27-30 <https://fispiral.com.es/wp-content/uploads/2000/10/Las-dependencias-relacionales.pdf>
- Urbiola, I., Estévez, A., & Iraurgi, L. (2014). Dependencia Emocional en el Noviazgo de Jóvenes y Adolescentes (DEN): Desarrollo y validación de un instrumento. *Ansiedad y Estrés*, 20, 101-114. https://www.researchgate.net/publication/270048185_Dependencia_Emocional_en_el_Noviazgo_de_Jovenes_y_Adolescentes_DEN_Development_and_validation_of_an_instrument

