



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA
DE MÉXICO

FACULTAD DE PSICOLOGÍA
DIVISION DE ESTUDIOS PROFESIONALES

EL IMPACTO DE LA IDENTIDAD DE GÉNERO, LA AUTOESTIMA
Y EL APEGO EN UNA RELACION DE CODEPENDENCIA AFECTIVA
EN EL NOVIAZGO

T E S I S

PARA OBTENER EL GRADO DE:
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

PRESENTA:

PAULINA MARICRUZ FUENTES VAZQUEZ

DIRECTORA: DRA. TANIA ESMERALDA ROCHA SÁNCHEZ

REVISOR: MTRO. RAFAEL LUNA SANCHEZ

SINODALES: DRA. NOEMI DÍAZ MARROQUIN
LIC. JAVIER ALATORRE
DR. ROLANDO DÍAZ-LOVING

PROYECTO PAPIT IN309708



MEXICO, D.F. CIUDAD UNIVERSITARIA

2011



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

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

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

INDICE

DEDICATORIA	7
AGRADECIMIENTOS	8
RESULTADOS	12
INTRODUCCION	13
CAPITULO 1 CODEPENDENCIA	16
1.1 Antecedentes.....	17
1.2 Definición y diferencia entre Dependencia Emocional y Codependencia Emocional	17
1.3 Características de la Codependencia.....	23
1.4 Etapas en el Noviazgo.....	33
1.5 Pareja en el noviazgo ¿qué es y cómo se desarrolla la codependencia en una relación de pareja dentro del noviazgo?	36
CAPITULO 2 IDENTIDAD DE GÉNERO	41
2.1 Definiciones: Género e Identidad de Género.....	45
2.2 Estereotipos y Codependencia	50
2.3 Roles de género en la pareja (instrumentales / expresivos) y Codependencia.....	56
2.4 Actitudes y Codependencia	62
2.5 Patrones de Socialización y Codependencia.....	64
2.5.1 Definición y antecedentes teóricos de la Socialización	64
2.5.2 Patrones de Socialización	67
2.6 Rasgos de Masculinidad-Feminidad (Instrumentalidad - Expresividad) y Codependencia ...	69
2.6.1 Dimensiones de masculinidad (instrumentalidad) y feminidad (expresividad) positiva / negativa.....	73
2.7 Estudios Previos.....	82
CAPITULO 3 ESTILOS DE APEGO	86
3.1 Antecedentes y teorías del apego.....	87
3.2 Apego infantil	90
3.3 Apego adulto.....	92

3.4 Estilos de apego	93
3.5 Apego y Codependencia	96
3.6 Estudios previos	99
CAPITULO 4 AUTOESTIMA	103
4.1 Antecedentes de la Autoestima	104
4.2 Definición	106
4.3 Desarrollo de la autoestima.....	110
4.4 Autoestima y la familia.....	114
4.5 Autoestima, pareja y codependencia.....	116
4.6 Autoestima alta	117
4.7 Autoestima baja	118
4.8 Autoestima y Género	120
CAPITULO 5 MÉTODO	122
5.1 Justificación	122
5.2 Pregunta de investigación	122
5.3 Objetivo General.....	122
5.3.1 Objetivos Específicos	123
5.4 Hipótesis	123
5.5 Variables:.....	123
5.5.1 Definición de Variables	122
5.6 Instrumentos:	126
5.7 Diseño de Investigación:.....	129
5.9 Procedimiento:	128
CAPITULO 6 RESULTADOS	130
6.1 Diferencias en el grado de codependencia, estilos de apego adulto, autoestima e identidad de género en función del sexo	131
6.2 Relación entre la codependencia, la identidad de género, los estilos de apego y la autoestima	134
6.2.1 Correlaciones entre codependencia e identidad de género	138

6.2.2 Correlaciones entre codependencia y patrones de socialización.....	138
6.2.3 Correlación entre codependencia y roles de género.....	139
6.2.4 Correlación entre codependencia y actitudes hacia el rol de género	139
6.2.5 Correlación entre codependencia y estereotipos de género	140
6.2.6 Correlación entre codependencia y rasgos de masculinidad (instrumentalidad) y feminidad (expresividad)	140
6.3 Correlaciones entre identidad de género y estilos de apego adulto en hombres y mujeres	141
6.3.1 Correlaciones entre patrones de socialización y estilos de apego adulto.....	141
6.3.2 Correlaciones entre roles de género y estilos de apego adulto	142
6.3.3 Correlaciones entre actitudes hacia el rol de género y estilos de apego adulto	142
6.3.4 Correlaciones entre estereotipos y estilos de apego adulto.....	142
6.3.5 Correlaciones entre rasgos de masculinidad (instrumentalidad) y feminidad (expresividad) y estilos de apego adulto.....	143
6.4 Correlaciones entre identidad de género y autoestima en hombres y mujeres	144
6.4.1 Correlaciones entre patrones de socialización y autoestima	144
6.4.2 Correlaciones entre roles de género y autoestima.....	144
6.4.3 Correlaciones entre actitudes hacia el rol de género autoestima.....	145
6.4.4 Correlaciones entre estereotipos y autoestima.....	145
6.4.5 Correlaciones entre rasgos de masculinidad (instrumentalidad) y feminidad (expresividad) y Autoestima.....	145
CAPITULO 7 DISCUSIÓN	148
6.5 Diferencias en el grado de codependencia, estilos de apego adulto, autoestima e identidad de género en función del sexo.	149
6.5.1 Diferencias en codependencia de hombres y mujeres	149
6.5.2 Diferencias en los estilos de apego de hombres y mujeres	150
6.5.3 Diferencias en la autoestima de hombres y mujeres	150
6.6 Diferencias en la identidad de género de hombres y mujeres.....	151
6.6.1 Diferencias en los patrones de socialización.....	151
6.6.2 Diferencias en los Roles de género.....	152

6.6.3 Diferencias en las actitudes hacia el rol de género	153
6.6.4 Diferencias en los estereotipos de género.....	153
6.6.5 Diferencias en los rasgos de masculinidad (instrumentalidad) y feminidad (expresividad) 154	
6.7 Relación entre la Codependencia, la identidad de género, los estilos de apego y la autoestima	156
6.7.1 Relación entre la codependencia y los estilos de apego adulto en hombres y mujeres.....	156
6.7.2 Relación entre la codependencia y autoestima en hombres y mujeres	159
6.8 Relación entre la codependencia e identidad de género en hombres y mujeres	161
6.8.1 Relación entre la codependencia y los patrones de socialización.....	161
6.8.2 Relación entre en la codependencia y los roles de género.....	162
6.8.3 Relación entre en la codependencia y las actitudes hacia el rol de género	164
6.8.4 Relación entre en la codependencia y los estereotipos de género.....	165
6.8.5 Relación entre en la codependencia y los rasgos de masculinidad (instrumentalidad) y feminidad (expresividad)	167
6.9 Relación entre la identidad de género y los estilos de apego adulto en hombres y mujeres... 168	
6.9.1 Relación entre los patrones de socialización y los estilos de apego adulto	168
6.9.2 Relación entre los roles de género y los estilos de apego adulto	169
6.9.3 Relación entre las actitudes hacia el de género y los estilos de apego adulto.....	169
6.9.4 Relación entre los estereotipos y los estilos de apego adulto	170
6.9.5 Relación entre los rasgos de masculinidad (instrumentalidad) y feminidad (expresividad) y los estilos de apego adulto	171
7.0 Relación entre la identidad de género y la autoestima en hombres y mujeres.....	172
7.1 Relación entre los patrones de socialización y la autoestima	172
7.1.1 Relación entre los roles de género y la autoestima	174
7.1.2 Relación entre las actitudes hacia el rol de género y la autoestima	175
7.1.3 Relación entre estereotipos y la autoestima	175
7.1.4 Relación entre los rasgos de masculinidad (instrumentalidad) y feminidad (expresividad) y la autoestima	176
7.2 Relación entre los estilos de apego adulto y la autoestima en hombres y mujeres	177

7.2.1 Relación entre los estilos de apego adulto y la autoestima	177
CAPITULO 8 CONCLUSION	180
BIBLIOGRAFIA	186
ANEXOS	191

DEDICATORIA

Dedico este trabajo con todo mi amor y todo mi cariño a:

Mi señor Jesucristo, el verdadero amor de mi vida, que es el mejor padre y amigo que jamás habría podido tener jamás, le debo mi vida entera, sin él nada de esto podría ser posible y mi vida entera estaría totalmente vacía.

A mis ángeles que me proveen de toda la sabiduría, la paciencia, la fortaleza y el amor que necesito para vivir la vida, los amo con todo mi corazón.

A mis padres que con su gran esfuerzo, dedicación y cariño me han dado la vida y una carrera, les estaré eternamente agradecida.

A mis hermanos, que los quiero muchísimo aunque no se los diga tan seguido, gracias por apoyarme en momentos difíciles y compartir aquellos que han sido tan bonitos.

A mis sobrinitos Joaquín y Jacob, son mis angelitos y mis amores, los amo con todo mi corazón mis pequeños.

A mi querida abuelita Pilar, que en paz descansa, sé que estás muy orgullosa de mí por haber concluido mi carrera con gran éxito, ahora eres un angelito que me cuida desde el cielo, te amo.

Y a todas aquellas personas que han dejado una huella en mi corazón...



GRACIAS

AGRADECIMIENTOS

A Dios Padre, no cabrían todas las palabras del mundo de agradecimiento que tengo contigo, no hay mayor dicha que tú, y sentir tu amor, porque todo tu eres amor, infinitas gracias por haberme dado la vida, por permitirme ser una mejor persona, por permitirme aprender de mis errores, por estar conmigo las 24 hrs los 7 días de la semana, por levantarme todas esas veces que caí y no dejar que me rindiera, te estoy y estaré eternamente agradecida por dejarme vivir un ciclo más de mi vida y brindarme de todo lo necesario para que continuara en tu palabra, con fe, con verdad y con alegría, pero sobre todo con amor.

A la Universidad Nacional Autónoma de México por haberme abierto las puertas desde el bachillerato y durante toda mi estancia en la carrera en la mejor facultad de Latinoamérica, la facultad de psicología, por haberme proporcionado el conocimiento, las herramientas necesarias y suficientes para mi preparación y crecimiento personal y profesional, pero sobre todo, por haberme brindado una educación de excelencia y los mejores años de mi vida. También quiero agradecer al programa de apoyo a proyectos de investigación e innovación tecnológica (*PAPIT IN309708*) por toda la ayuda brindada para la realización de esta investigación.

A mis padres, por criarme de la mejor manera, por enseñarme que la lucha y el esfuerzo constante es la única manera de alcanzar las metas, por apoyarme y brindarme todo su cariño.

A mi mamá querida, te amo con todo mi ser, gracias por ser tan paciente conmigo, por apoyarme y amarme en todas las manera posibles en las que una madre puede hacerlo, porque me trasmites tanta sabiduría de vida, y sobre todo porque eres un instrumento de amor, por ser mi ángel de la guarda, creo que dios me dió a la mejor madre del mundo, eres la mujer más fuerte y maravillosa que he conocido y a la que siempre le tendré toda mi admiración y mi cariño.

A mi papá, te amo papi, no sabes cuánto, ojalá lo pudieras saber, te agradezco por haberme apoyado toda mi vida, por intentar ser el padre que hubieras querido tener, por cuidarme desde bebé y por todos los consejos de vida que me das. A pesar de nuestras diferencias, creo que dios te escogió como mi padre, porque gracias a ti, aprendí a luchar en la vida, a superarme y a ser alguien mejor cada día.

A mi hermana Silvia, te quiero sivilis, sabes que además de ser mi hermana mayor, eres una de mis mejores amigas, y aunque 9 años de diferencia son bastantes, son los suficientes para que seas un ejemplo para mí, ya que nunca te has rendido, eres muy luchona a pesar de todas las adversidades a las que nos hemos enfrentado, siempre has estado ahí para apoyarme en todos los aspectos por eso y por más te estaré siempre agradecida, te quiero mucho hermanita.

A mi hermano Rafael, te quiero sonso, sabes que si te quiero y mucho, aunque seamos tan diferentes, compartimos la misma sangre y a pesar de todo, en tiempos difíciles has estado ahí para mí, tal vez no como me hubiera gustado, pero estás presente. Y quiero que sepas que a pesar de nuestras diferencias, siempre estaré ahí cuando me necesites.

A mi perrita y gran amiga Maky, que la amo con todo mi ser, eres mi gran confidente y que por largos 9 años me has dado tanta lata, pero también tanto amor incondicional.

A mi familia extendida, abuelito José, tías, tíos, primos y primas, gracias por su apoyo y su cariño, los quiero mucho.

A mi cuñis laaa Deltis, gracias por ser mi amiga desde niñas, por apoyarme en aquellos días que veía nublados, por recordarme que cada día es una lucha constante y que sólo hay que aprender a esperar, que cuando menos esperamos las cosas llegan a su tiempo, te quiero muchísimo y sabes que eres mi cuñis favorita.

A Isaíd, mi otro cuñis favorito, sabes que te quiero mucho, no solo por ser el esposo de mi hermana, sino porque aunque me molestas mucho de broma (jeje), me has apoyado mucho en aquellos momentos que han sido tan difíciles para mí, gracias por eso y por tus consejos.

A Carlos, a ti mi amor, gracias por ser el mejor novio que dios me mandó, gracias por amarme tanto, por demostrarme siempre tu apoyo y cariño incondicional, por la paciencia que me tienes, por aguantar a esta enojona que te ama tanto, por ser mi amigo y confidente, por todos las alegrías, tristezas y adversidades que hemos compartido y que a pesar de que hemos tenido que superar muchos desafíos, al final nuestro amor ha sido más grande.

A la Sra. y Sr. López Grether, gracias por su cariño, por ser siempre tan atentos conmigo y por permitirme ser parte de su familia, los aprecio mucho.

A mi psicoterapeuta Martha Galván, que durante 2 años, logró que me autoconociera cada día más y que me enseñó a soltar todo lo que me impedía ser feliz, gracias por enseñarme que lo más importante en la vida es eso, mi felicidad y que nada es tan importante como para tomarlo en serio.

A Romancin cin, mi querido amigo no tengo ni cómo agradecerte por todo tu apoyo y cariño incondicional que me has brindado todos estos años, por estar siempre al pendiente de mí, por apoyarme en todas mis flaquezas y mis alegrías, por escucharme siempre que lo necesito y ser mi confidente, por invitarme siempre las comidas y las salidas, por hacerme reír y hacerme sentir mejor, por hacerme saber que las cosas pasan por algo y que solo hace falta tener fe ciega en dios para que todo se acomode en su lugar.

A mi pequeñita hermanita Ale, sabes que no sólo eres una amiga para mí sino que has sido una hermana durante largos y maravillosos 5 años, gracias por todo el apoyo y el cariños que me has dado durante este tiempo, eres de mis primeras y mejores amigas de la universidad a la cual siempre le tendré un cariño muy especial.

A mis muy queridas amigas y exroomies, las súper quiero muchísimo niñas, a Maritzuuu nenitzu, gracias por ser una gran amiga grinch (jeje) eres genial, eres como una hermana mayor que me aconseja y me da mis zapas cuando lo necesito, gracias por hacer que me pusiera las pilas para apurarme a terminar mi tesis y también por todas las chocoaventuras que hemos vivido hasta ahora, las fiestas, las pelis, sex and the city, los tratamientos de belleza, los drinks, las desveladas, las sesiones de fotos, el ejercicio, todo. A mamá Caro,

gracias por brindarme tu amistad por estos ya 2 años de conocernos, gracias por estar pendiente de mí, por ponerme los pies en la tierra, por estar conmigo en las buenas y en las malas y por ser tan buena amiga. A Carin, pequeña, gracias por las consultas médicas, por ser conejillo de indias durante la carrera, gracias por haberme brindado tu apoyo en esos momentos de debilidad y por hacerla más de psicóloga que yo (jajaja).

A mis amigas Luceración y Teresita, amigas locas, las quiero mucho, gracias por su gran amistad por compartir tantos momentos inolvidables durante la carrera, los viajes de graduación y todas las pachangas, gracias por estar siempre presentes en mi vida y en mi corazón.

A Toñito Esquinca, que has sido uno de mis ángeles en la vida, que llegó a ella justo cuando más lo necesitaba, infinitas gracias por recordarme aquellas cosas que tenía empolvadas en mi mente y en mi corazón y por enseñarme cosas que son sólo del corazón y que la razón no entiende.

A la Dra. Tania Rocha, por haberme brindado la oportunidad de ser parte de proyectos importantes durante mi estancia en la facultad, por su infinita paciencia, por todo el tiempo que dedicó a la realización de esta tesis, por sus asesorías, sus cursos brindados y por sus consejos, los cuales me ayudaron a crecer personal y profesionalmente, por ser una gran profesora de psicología y una gran maestra de vida, pero sobre todo por ser una gran persona y amiga a la cual siempre le tendré mi más sincero cariño, respeto y admiración.

Al Mtro. Rafael Luna, por ser un excelente profesor y por todas sus enseñanzas dentro y fuera del salón de clases, por el tiempo que dedicó a revisar esta investigación que con tanto esmero realicé.

Al Dr. Rolando Díaz-Lovíng, mi más sincero agradecimiento y admiración no sólo por haber accedido a ser uno de mis sinodales, sino también por recibirme siempre con amabilidad y respeto, y sobre todo por ser uno de los mejores profesores e investigadores de la Facultad de Psicología.

A la Dra. Noemí Díaz, por ser una gran persona, por enseñarme a dar lo mejor de mí y apasionarme en el área clínica y también por dejar en mí momentos tan agradables y enriquecedores tanto de vida como profesionales.

Al Mtro. Javier Alatorre, por ser una gran persona y un gran profesor, gracias por su tiempo invertido en la revisión de mi tesis, le estaré siempre agradecida por esto y por haberme compartido su tiempo y conocimiento.

A todos mis profesores durante la carrera, que día a día dejaron en mí y un gran aprendizaje.

A Briam, por ser un gran colega, compañero y amigo, mil gracias por todo el apoyo que siempre me brindaste, tanto en mi vida personal como en mi vida profesional, te doy un agradecimiento especial por haberme apoyado durante el proceso de mi tesis, por todas y cada una de las asesorías brindadas, por tu paciencia y el valioso tiempo que me dedicaste para que esta investigación fuera de calidad.

A mis colegas, compañeras de cubículo y amigas Margarita Clau, Pao, Rosita, Consuelo e Irene, muchas gracias niñas por los momentos tan especiales que vivimos juntas con Tania y Briam, por los proyectos

realizados, el conocimiento compartido y las reuniones convividas, mi más sincero agradecimiento, en especial a ti Margarita por algunas asesorías brindadas y por el material bibliográfico prestado las quiero mucho.

A Lalito Servín, que fuiste una persona muy especial e importante en mi vida y durante la carrera, gracias por haberme enseñado que las cosas más sencillas de la vida, son las mejores.

A todos y cada uno de mi amigos y compañeros cercanos, Víctor, Ben, Edgarcito y Deivid, los quiero muchísimo, muchas gracias por su amistad y su apoyo brindado durante toda mi carrera.

A unos amigos especiales con quienes compartí tantos momentos padres y los primeros de la carrera, Brenda, Nelly, Salvador, Daniel, Yam y Aldo los quiero.

A todos y cada uno de las personas, amigas y amigos que participaron en este proyecto, sin su apoyo, no hubiera sido posible esta investigación.

RESUMEN

El tema de las relaciones de pareja, son y han sido consideradas de suma importancia, por lo cual se consideró estudiar dentro de esta investigación el impacto que tiene la identidad de género, la autoestima y el apego en el establecimiento y mantenimiento de la codependencia en el noviazgo. Para alcanzar los objetivos planteados se aplicó un cuestionario de manera no probabilística a 116 personas (58 mujeres y 58 hombres), que se encontraban en una relación de noviazgo, con un tiempo mínimo de 1 año. Las edades de los participantes oscilaron entre los 18 y 30 años. Para medir la identidad de género se utilizó el Inventario Multifactorial de Identidad de Género de Rocha (2004), que se compone de 5 escalas: patrones de socialización, estereotipos, roles de género, actitudes y rasgos expresivos e instrumentales. Para medir los estilos de apego adulto se utilizó el *Inventario de Experiencias en Relaciones Cercanas (IEREC)* de Brennan, Clark y Shaver, (1998), adaptado por Frías Cárdenas, Díaz-Loving y Reyes Lagunes (2008), en el cual se mencionan los cuatro tipos de apego: seguro, evitante, preocupado y miedoso. Para autoestima se midió través de la Escala Self-Esteem Rating Scale (SERS), se realizó una traducción y validación de esta escala, (Zacarías & Díaz-Loving, no publicado) y por último para medir la Codependencia se utilizó la *Escala de Codependencia*, instrumento realizado por Zarco (2005), el cual se conforma de distintos factores: altruismo, abnegación, dependencia y necesidad de complacer. Se observaron diferencias en la codependencia y la identidad de género, siendo los hombres quienes puntuaron en niveles más altos en codependencia y los estereotipos; mientras que las mujeres puntuaron con niveles más altos en los patrones de socialización, roles de género y rasgos expresivos negativos, solamente en las actitudes hacia el rol de género no se mostraron diferencias significativas.

Palabras clave: Identidad, género, autoestima, apego, codependencia.

ABSTRACT

The Topic of couple relationships is and has always been considered relevant, that's why there are some points that were important to study in this research such as gender identity, self-esteem and attachment in the settlement and maintenance of co-dependence in courtship. In order to reach the predefined goal, it was applied a questionnaire in a non-probabilistic way to 58 heterosexual mexicans couples, 116 persons (58 women and 58 men), these couples had been with at least 1 year of relationship, the age of the participants were between 18 and 30 years old. To measure the gender identity it was used the "Rocha's Multifactorial Identity gender Inventory (2004)" that contains 5 scales: socialization patterns, stereotypes, gender rolls, attitudes, expressive and instrumental features. To measure the adult attachment stiles it was used the: Close relations experience inventory of Brennan, Clark and Shaver (1998), adapted by Frías Cárdenas, Díaz-Loving y Reyes Lagunes (2008), here is mentioned the four kinds of attachment: confident, avoidant, concerned and fearful. Self-esteem was measured through the Self-Esteem Rating Scale (SERS), this one was translated and validated (Zacarias and Diaz-Loving, not published) and finally to measure Co-dependence it was used de "Co-dependence Scale" instrument made by Zarco (2005); altruism, abnegation, dependency and the need to please are the main factors of this scale. There were differences in co-dependency and gender identity, with men who scored highest levels in co-dependence and stereotypes, while women scored higher levels of socialization patterns, gender roles and negative expressive features; only in attitudes toward gender gender role differences were not significant.

Key words: Identity, gender, self-esteem, attachment, co-dependence.

INTRODUCCION

Dentro de la Psicología social, uno de los temas que mucho se ha estudiado, son las relaciones interpersonales, entre ellas las de pareja, este campo tiene mucho que abarcar, por lo que en el presente trabajo me he limitado a estudiar la pareja dentro del noviazgo y su relación con la codependencia y la autoestima que tienen ambos miembros de ésta, así como el tipo de apego que tienen entre sí y la identidad de género que desarrollaron.

Las formas y manifestaciones del apego, la atracción, la interacción cotidiana, la afiliación, varían de una persona a otra, y sin duda de una pareja a otra. Estas diferencias, surgen debido al proceso de socialización y aprendizaje a cerca de las formas aceptables y no aceptables de establecer vínculos afectivos, de acuerdo a las expectativas sociales y a lo que surge de la experiencia e historia personal.

Considero importante mencionar algunos antecedentes históricos acerca de la relación de pareja para entender sus rasgos más sobresalientes en las principales culturas antiguas, para poder analizar la influencia que tuvieron en nuestra cultura occidental.

De acuerdo con Rage (1996), en Grecia la atención se centraba en el hombre; sin embargo la mujer ocupaba un lugar alto en la civilización griega. Los griegos aceptaban la bisexualidad ya que tenían una concepción andrógina de la vida; aceptaban la castidad, el matrimonio griego era monogámico y se realizaba después de un corto noviazgo. En Roma tanto el noviazgo como el matrimonio era monógamo y se exigía fidelidad de parte de la mujer. El adulterio de la mujer era castigado severamente; en cambio el hombre tenía mucha más libertad que la mujer, ya que tanto el soltero como el casado podían ejercer vida sexual propia. En China, hasta antes de la Revolución China, la organización de la familia era monogámica, aunque se practicaba la poligamia, algunos chinos varones tenían al menos dos mujeres, las mujeres estaban muy devaluadas, los padres vendían a sus hijas al mejor postor. Después de esta revolución del siglo XX, se implantó la igualdad entre hombres y mujeres. Ahora se busca que ambos sexos sean productivos y se ha estipulado la edad de 30 años para casarse.

Ahora bien, las parejas, generalmente le dan gran importancia a sus relaciones interpersonales, pero el problema surge en cuanto a comprenderlas, ya que cada uno de los miembros de la pareja se enfoca desde su propio yo, de acuerdo con su propia historia

personal, sus propias emociones, percepciones, deseos, metas y suposiciones sobre sí mismo y la interacción entre ambos puede llegar a ser compleja, ya que al ser dos personas totalmente diferentes, sus mundos también lo son por lo que llega a ser difícil la relación de pareja. Por otro lado también puede llegar a ser satisfactoria y volverla frustrante, decepcionante y muy destructiva. Sin embargo muchas personas entablan una relación de pareja, más que por amor, algunas razones son por compañía, satisfacción de las necesidades psicológicas y desarrollo personal, para sentir apoyo y para evitar la soledad y el aislamiento. Alguna vez Fromm escribió que el amor maduro es nuestra única esperanza para mitigar el demoledor peso de nuestra soledad.

Entonces surge una gran duda aquí, ¿qué factores son las que conllevan a que se dé y se mantenga una relación de codependencia?, ya que ésta puede llegar a ser tanto destructiva como patológica. Debido a que la mayoría de los estudios realizados sobre el tema se han enfocado a las relaciones en el contexto del matrimonio, fue de interés en este trabajo conocer y evaluar en el noviazgo, cómo la identidad de género, el estilo de apego y la autoestima influyen en la codependencia afectiva. Ahora bien, dentro de cada capítulo, se encuentra literatura basada en diversos autores que nos ayudan a entender cada una de las variables de este estudio, una de ellas es la Codependencia (Capítulo 1) , de acuerdo con Zarco (2005), la codependencia es una condición cognoscitiva, afectiva y conductual del individuo que se manifiesta en el ámbito interpersonal y en donde la persona llega a un involucramiento obsesivo con los problemas de los demás, tratando de resolverlos por ellos e invirtiendo su energía en ello; pierde el control de su propia vida en todos los ámbitos buscando siempre el control sobre los demás, se deja a sí mismo de lado para anteponer a los demás y además tiene una necesidad continua y apremiante de ser aceptado, de permanecer y ser útil. Es posible que existan muchas parejas que vivan la codependencia dentro de su noviazgo y no ser conscientes de ello, sin embargo el hecho de ser hombres o mujeres tiene un impacto diferente en cómo se vive esa relación, por ello es importante la identidad de género y los rasgos de feminidad o masculinidad que adquiramos desde pequeños, ya que de esto dependerá el desempeño ya sea tradicional o no tradicional de los roles de género tanto en nuestro entorno sociocultural como con nuestra pareja y los estereotipos que interioricemos de cómo debe ser un hombre y un mujer (Capítulo 2). Todo esto lo logramos a través de la socialización, dicho proceso lo llevamos a cabo desde el momento en que nacemos y quienes nos van enseñando a lo largo de nuestra vida son los padres, con ellos

desarrollamos nuestro primer vínculo afectivo llamado Apego, el cual Bowlby (1998) lo define como cualquier forma de comportamiento de la obtención o retención de la proximidad de otro individuo diferenciado y preferido, que suele concebirse como más fuerte y /o sabio. Se cree que de acuerdo al estilo de apego (seguro, preocupado, evitante o miedoso) que se desarrolle desde la infancia hacia uno o ambos padres, es el estilo de apego que el individuo desarrolla con su pareja y de éste dependerá para que se pueda desarrollar o no una relación de codependencia (Capítulo 3). Si bien el apego es un factor que se desarrolla mediante la interacción con las figuras primarias (padres), también lo es la autoestima, ésta se adquiere a lo largo de nuestra existencia ya que no nacemos con ella, y podrá ser alta o baja en la medida en que nuestro entorno sea alentador o devastador, motivador o desmotivador y la autoestima que tengamos de nosotros mismos lo proyectaremos hacia los demás y éste podría ser un factor determinante para ser o no una persona codependiente (Capítulo 4). Y finalmente, se observa que en los siguientes capítulos, tanto en el método (Capítulo 5) como en los resultados (Capítulo 6) se presenta el desarrollo de la investigación realizada; así como también se muestra que la discusión (Capítulo 7) y conclusión (Capítulo 8) giran en torno a las implicaciones que tienen los aspectos individuales y culturales en la influencia para que se dé y se mantenga una relación de pareja codependiente en mayor o medida.

CAPITULO 1

CODEPENDENCIA



CODEPENDENCIA

1.1 Antecedentes

El término codependencia es relativamente nuevo en la literatura de psicología y áreas afines, ya que se empezó a usar como tal en la década de los 60's para referirse a aquellas personas (llámese pareja, padre/madre, hijo, hermano, amigo, etc.) cercanas a otra que sufría algún tipo de adicción química, ya fuera alcohol o drogas, y cuyas vidas se veían afectadas como producto de la cercanía de esta relación. Melody Beattie (2000) refiere que el codependiente era aquél que, en principio, se olvidaba de sí mismo y se dedicaba a “salvar” a alguien que, atrapado en algún tipo de sustancia química, era hostil y autoritario. Esto significa que los primeros codependientes descritos fueron aquellas personas que trataron de ayudar a otra que fuera muy cercana, afectada por alguna enfermedad considerada dentro del grupo de las dependencias químicas, específicamente alcoholismo o toxicomanías.

En los últimos años la definición de codependencia se ha empleado hasta incluir todas las personas que se convierten en víctimas en el proceso de rescatar a cualquier persona compulsiva, adicto, que las maltrata o que depende excesivamente de ellas, se puede presentar en relaciones de amistad, durante el noviazgo, en el matrimonio o con familiares en general (Forward, 1991; en Salazar, 2007); sin embargo dentro de este estudio me he limitado a estudiar la codependencia sólo en el noviazgo debido a la importancia y el gran peso que nuestra sociedad le da a la pareja.

1.2 Definición y diferencia entre Dependencia Emocional y Codependencia Emocional

Para poder entender la codependencia, primeramente hay que definirla y poderla diferenciar con algunos otros términos con lo que en ocasiones se llega a confundir, tal es el caso con la dependencia emocional, ambos términos se mencionan a continuación.

La dependencia emocional se define como un patrón crónico de demandas afectivas frustradas, que buscan desesperadamente satisfacerse mediante relaciones interpersonales estrechas. Esta búsqueda está destinada al fracaso, o, en el mejor de los casos, al logro de un equilibrio precario. Más abajo se detallan las características que posee este constructo en las relaciones de pareja por ser las más representativas, aunque gran parte de lo expuesto sobre éstas se puede extrapolar perfectamente a otras, con la diferencia de la significación que

tengan para el individuo. Por ejemplo, un dependiente emocional puede tener pautas similares de interacción con un amigo y con su pareja, pero la intensidad de sentimientos, pensamientos y comportamiento será diferente.

La codependencia emocional es un tema que al ser estudiado dentro del ámbito de las relaciones interpersonales en muchos casos ha sido conceptualmente comparada con la adicción amorosa. Sin embargo, en la adicción amorosa el punto de vista se focaliza en la relación interpersonal, es decir, en la existencia de una dependencia real hacia un objeto de adicción, que vendría siendo la pareja; y en el caso de la dependencia emocional, el individuo no necesariamente tiene que estar involucrado en una relación sentimental.

Depender emocionalmente de otra persona significa paralizarnos si esa persona no nos da su aprobación, el ser felices o desgraciados depende del humor o la conducta del otro, en cambio; ser codependientes significa que la felicidad del otro es más importante que la propia y que nosotros somos los que debemos hacernos cargo de ese otro individuo, en cambio en la dependencia emocional nosotros necesitamos que la otra persona se haga cargo de nosotros, que nos cuide y proteja, que nos de todo su amor y satisfaga nuestras necesidades.

La dependencia emocional, se puede definir como una necesidad compulsiva de la otra persona; la persona dependiente lo único que quiere es no perderla(o), ya que considera que es un tipo de adicción porque el dependiente, cuanto más vea en su pareja la fuente principal de su satisfacción a sus necesidades más necesitará de él/ella (Salazar, 2007).

El proceso de dependencia emocional empieza en el momento en que la persona siente no pertenecerse, pierde su identidad, relega sus decisiones y su autoestima suele estar baja. La persona dependiente no es libre, porque su horizonte vital se restringe y agota en relaciones de dependencia.

En la adicción al amor, uno espera que su pareja y su relación llene todas sus necesidades y demandas. En el caso de la codependencia, uno busca a un amante débil que pueda ser más controlable, y menos capaz de huir de la relación (Retana Franco, 2004).

Éstas son las características de las relaciones interpersonales, especialmente de pareja, tanto de los dependientes emocionales como de los codependientes: la personalidad de los codependientes, es frecuente en ellos la autoanulación para entregarse y cuidar a la persona con problemas. Ciertamente, un dependiente emocional puede realizar los mismos actos, pero

con una diferencia notable de fondo: lo hará únicamente para asegurar la preservación de la relación, y no por esa continua entrega y preocupación por el otro que caracteriza a los codependientes. Podríamos calificar a los codependientes como abnegados, siendo sus motivos altruistas aún con una desatención patológica hacia sus propias necesidades; por otro lado, el dependiente emocional está en el caso opuesto, centrado únicamente en sus gigantescas demandas emocionales hacia el otro. Cuidar y entregarse sería un fin para el codependiente, y sólo un medio para el dependiente emocional. En todo caso, al no tratarse de una diferencia lo suficientemente manifiesta, muchos dependientes emocionales emparejados con personas alcohólicas o toxicómanas habrán sido calificados como “codependientes”, motivo por el cual se hace mención de la diferencia entre ambos conceptos.

El dependiente es la pareja perfecta del codependiente, ya que necesita que se le cuide y se le controle, sin embargo, acumula mucho enojo contra la persona de la cual depende. En una relación codependiente, las necesidades de dos personas (la dependiente y la codependiente) se cumplen mediante formas disfuncionales (O'Brien & Gaborit, 1992; en Zarco, 2005).

Para Elías Ibargiengoytia y Moreno Salinas (1998; en Quiñónez, 2008), desde lo genético mencionan que la codependencia tiene su origen en una dinámica familiar de conflicto, donde la característica de los principales introyectos no promueven el desarrollo de los miembros sino por el contrario lo detienen. En una familia en donde los padres no promueven la individuación se genera fácilmente la dificultad para que una persona aprenda a distinguir donde termina él-ella y donde empieza la otra persona. Como el codependiente no ha podido diferenciarse de su objeto, en la edad adulta proyecta en éste su problemática emocional para tratar de controlarla, pero esto implica el control del objeto que vive como propio (incluyendo los sentimientos, errores, responsabilidades y necesidades). Para ello el objeto del codependiente debe estar enfermo, si no, no funciona. Por lo tanto, el codependiente, sufrirá por el otro, protegerá y luego se enojará, resentirá y deprimirá por él y con él. Pero al tratar de controlarlo experimenta su impotencia y se obsesiona, repite las mismas conductas no sólo abiertamente sino adoptando el papel de mártir para continuar sin verse a sí mismo. El codependiente establece relaciones con un objeto enfermo para poder proyectar su propia patología, al mantenerse cerca de una persona enferma continuamente

puede confirmar que el que presenta problemas es el otro. De esta manera asegura constantemente mantener la negación a cerca de lo propio (Quiñónez, 2008).

A través del tiempo, el concepto de codependencia se fue desarrollando y ampliando hasta abarcar una forma particular de vínculo afectivo entre una persona que renuncia a sí misma para involucrarse totalmente en la problemática de otra.

De acuerdo con algunos autores como Robert Subby (1984; en Rage, 1996), dice que la codependencia es una condición emocional, psicológica y conductual que se desarrolla como resultado de la exposición prolongada y la práctica de una serie de reglas opresivas, reglas que impiden la expresión abierta de los sentimientos, así como la discusión directa de los problemas personales e interpersonales. En el caso de Sharon Wegsneider-Cruise (1985; en Rage, 1996) dice que la codependencia es una condición específica caracterizada por preocupación y extrema dependencia (emocional, social y en ocasiones física) hacia una persona, puede ser tan patológica que afecta todas las otras relaciones; mientras que Whitfield (1994; en Rage, 1996), planteó que la codependencia es una adicción en si misma que surge de enfocarse en el ambiente externo del individuo, a un grado que éste llega a olvidarse tanto de sus emociones como de sus deseos.

Y en el 2000, Dorothy May define a la codependencia de la siguiente manera; "es un defecto en la realización de dos de los cometidos más importantes de la niñez: la autonomía y la intimidad". Tiene que ver con la falta de habilidades de solución de problemas, es depender profundamente de otras personas, es regirse por una serie de normas rígidas, tiene que ver con la necesidad de confirmación procedente de fuentes externas, tiene que ver con la negación de nosotros mismos para sentirnos más cerca de otras personas, es un intento de controlar basado en la propia fuerza de voluntad, es una confusión de identidades, es identificarse demasiado a fondo con otra persona, tiene que ver con la actitud infantil de dominio sobre el entorno, tiene que ver con un proceso de adicción en la sociedad entre las personas y dentro de una persona, es estar centrado en alguien o en algo fuera de nosotros mismos, tiene que ver con una separación y una vinculación defectuosa; es decir un defecto en la individuación.

Así pues, al codependiente, esto lleva a dejar que la conducta de otra persona le afecte y se obsesione con controlar la conducta de esa persona.

Por otra parte, Rage (1996) define a la codependencia como “el fundamento de toda adicción fundamental a todo, una desautorización personal que conduce finalmente a la alineación de todo lo que da sentido a la vida” (pp. 225-226).

Y por otro lado, algunos otros autores como Bodino (2001) y Castillo (2001) consideran a la codependencia como una adicción en sí misma, ya que presenta iguales características que otras adicciones: pérdida de control, imposibilidad de fijar límites, obsesión, persistencia en la conducta aún cuando sea dañina y negación de la realidad; sin embargo varía en su gravedad dependiendo de la estructura de la personalidad en la que se sustenta (Quiñonez, 2008).

Por último, más recientemente se hayan autores que señalan a la codependencia dentro de un aspecto con mayor desequilibrio en distintas áreas; por ejemplo para Gómez, Bolaños y Rivero (s/f; en Zarco, 2005) la codependencia es una involucración obsesiva de la pareja en los problemas del otro llegando a vivir por y para él y desequilibrando su propia vida a todos los niveles: personal, familiar, laboral y social. La persona codependiente pierde el control de su propia vida y sus propios límites, invierte toda su energía en el otro, y tiene gran necesidad de pertenecer y de ser útil.

En 2004, Retana Franco puntualiza que el codependiente se deja a sí mismo completamente de lado para anteponer siempre a su pareja.

En 2005, Zarco la define como una condición cognoscitiva, afectiva y conductual del individuo que se manifiesta en el ámbito interpersonal y en donde la persona llega a un involucramiento obsesivo con los problemas de los demás, tratando de resolverlos por ellos e invirtiendo su energía en ello; pierde el control de su propia vida en todos los ámbitos buscando siempre el control sobre los demás, se deja a sí mismo de lado para anteponer a los demás y además tiene una necesidad continua y apremiante de ser aceptado, de permanecer y ser útil.

Y en 2008, Dorantes considera que la codependencia significa cuando la felicidad o infelicidad de una persona depende de otra persona o circunstancia. Es no tener vida, la alegría se vuelve tristeza o enojo acumulado que se nota en todo momento.

Ahora bien, De acuerdo con Tom Wikstrom (s/f; en Zarco, 2005) existen diversos patrones de interacción en las relaciones interpersonales dentro de los cuales se encuentra la codependencia (ver figura 1):

Patrones de Interacción en la Relaciones Interpersonales

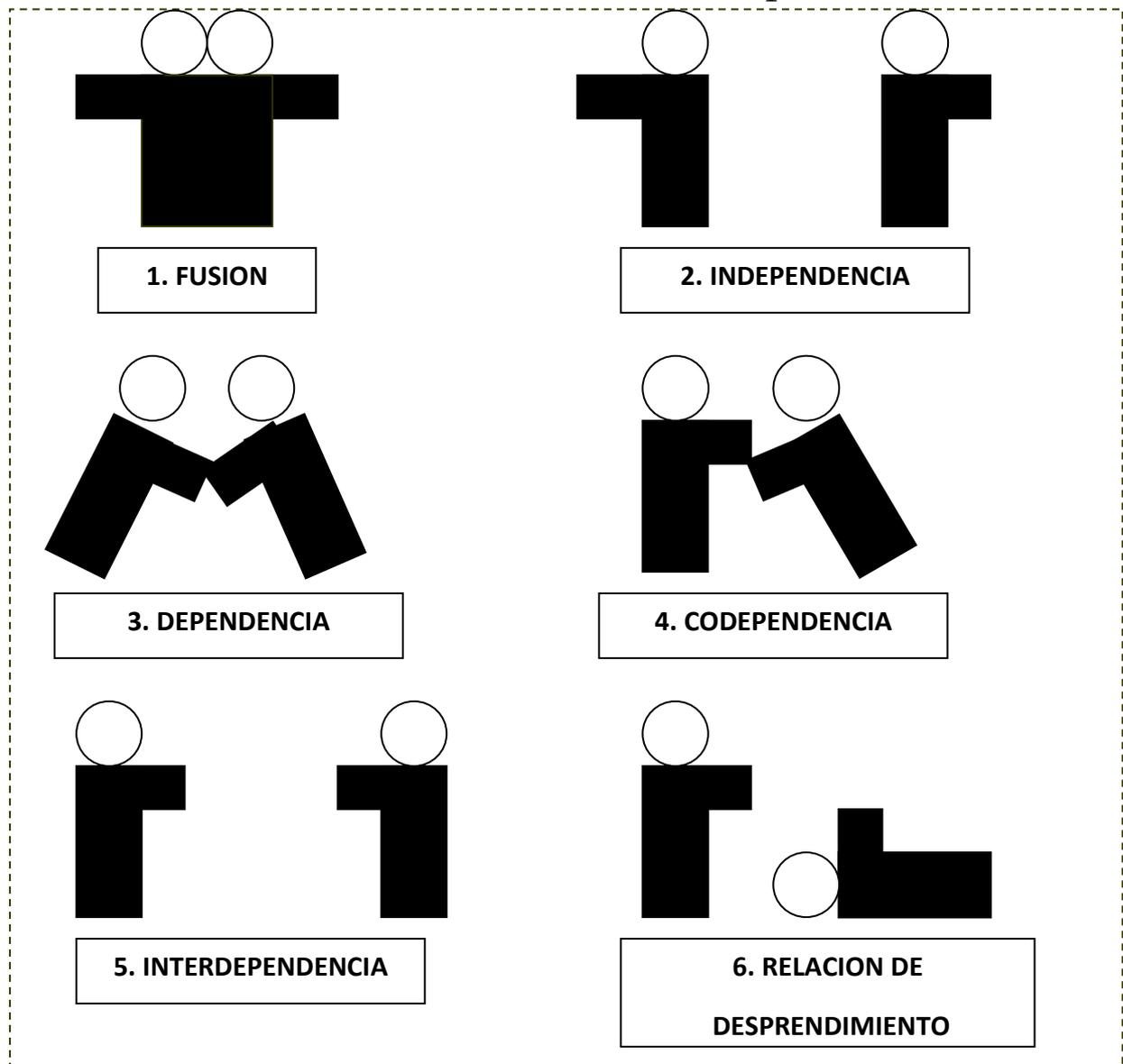


Figura. 1 fuente: Barnetche de Castillo, et al; p. 115 en Zarco Iturbe Violeta (2005).

1. FUSIÓN

Este imagen se refiere cuando dos personas que no se relacionan, sino que se funden, es decir, ninguna puede crecer y ver la vida con perspectiva, se estancan porque una depende de la otra en tal forma que no saben vivir por sí mismas.

2. INDEPENDENCIA

Las personas en esta relación se encuentran cada una por su lado de manera independiente, no hay interés en comunicarse y podría parecer que no existe relación alguna ya que existe demasiado espacio entre ellas, además sus intereses y metas son diferentes.

3. DEPENDENCIA

En este caso no existe espacio entre las personas dentro de la relación pero tampoco se encuentran fundidas en una sola; sin embargo hay dificultad para guardar el equilibrio y la estabilidad, así como la satisfacción en la relación.

4. CODEPENDENCIA

En esta relación una persona se hace cargo de la otra, puede llegar a ser dolorosa ya que la persona que se hace cargo del otro intenta controlar lo que hace la otra persona y aquella que depende del otro, le deja toda la responsabilidad.

5. INTERDEPENDENCIA

Esta relación se puede considerar como la ideal, ya que existe espacio en la unión, cada miembro de la pareja es libre sin permanecer separados del todo, cada uno aporta su riqueza a la relación y ambos maduran, crecen y se enriquecen mutuamente.

6. RELACIÓN DE DESPRENDIMIENTO

En esta relación una de las personas está sana y es libre de ser quien es y deja a la otra serlo a su vez. La primera se hace responsable de sí misma, y aunque da lo que puede, no toma sobre sí la responsabilidad de la otra persona.

1.3 Características de la Codependencia

La codependencia se remonta a la historia personal, formación de vínculos afectivos (apego), sus rasgos de personalidad (masculinidad-feminidad), la percepción de la propia relación en términos de involucramiento (cercanía-lejanía) y los patrones cognoscitivos y conductuales que utiliza en sus relaciones amorosas (estilos de amor).

De acuerdo a su experiencia profesional, Beattie (1998; en Quiñónez, 2008), menciona algunas de las características de la codependencia:

En el cuidado de los demás, los codependientes pueden:

- Creerse y sentirse responsables de otras personas, de los pensamientos, sentimientos, acciones, elecciones, deseos, necesidades, bienestar, falta de bienestar y destino final de otras personas.
- Sentir ansiedad, lástima y culpa, cuando otras personas tienen otro problema
- Sentirse obligados, casi forzados a ayudar a esa persona a resolver el problema. Por ejemplo: ofreciéndole consejos que no les han sido pedidos
- Sentirse molestos cuando su ayuda no resulta efectiva
- Hallarse diciendo que sí cuando quieren decir que no
- Tratar de complacer a otros en lugar de complacerse a sí mismos
- Sentirse más seguros al dar

En cuanto a autoestima se refiere, los codependientes tienden a:

- Proceder de familia con problemas, represora o disfuncional
- Culparse a sí mismos por todo
- Criticarse a sí mismos por todo, incluso por su aspecto, por su forma de pensar, de sentir, de actuar y de comportarse
- Rechazar los cumplidos y halagos
- Sentirse deprimidos si nos les hacen cumplidos ni halagos
- Temer al rechazo
- Sentirse víctimas
- Haber sido víctimas de abuso sexual, emocional o físico, de negligencia, abandono o alcoholismo
- Tener pánico a cometer errores
- Tener una gran cantidad de “yo debía”
- Sentir mucha culpabilidad
- Tener fuertes sentimientos de baja autoestima, de vergüenza y fracaso, por problemas de los demás.

En la represión, muchos codependientes:

- Sacan fuera de su consciencia sus pensamientos y sus sentimientos a causa del miedo y de la ausencia de la culpabilidad
- Tienen un aspecto rígido y controlado

En cuanto a la obsesión se refiere, los codependientes tienden a:

- Preocuparse por las cosas más tontas
- Pensar y hablar mucho a acerca de otras personas
- Centrar toda su energía en otras personas y en los problemas de éstas

En el control, muchos codependientes:

- Temen a que los demás sean como son y dejar que las cosas sucedan de un modo natural
- No ven, ni manejan cuando pierden el control
- Piensan que ellos saben mejor que nadie cómo deben de ser las cosas y cómo deberían de comportarse los demás
- Tratan de controlar a los sucesos y a las personas a través de su manipulación o de su dominio

En la negación, los codependientes tienden a:

- Ignorar sus problemas o pretender que nos los tienen
- Pretender que las circunstancias no son tan malas como lo son en realidad
- Mantenerse ocupados para no tener que pensar
- Ver cómo los problemas empeoran
- Creer en las mentiras

En el tema de la dependencia, muchos codependientes:

- No se sienten satisfechos, ni felices consigo mismos

- Se adhieren a cualquier persona o cosa que crean que les puede dar felicidad
- No sintieron amor o aprobación de sus padres
- Creen que los demás no pueden amarlos
- Buscan desesperadamente amor y aprobación
- Con frecuencia buscan el amor de gente que es incapaz de amar
- Sienten que más que querer a los demás, los necesitan
- Buscan que todos sus sentimientos de bienestar se deriven de sus relaciones con los demás
- No creen ser capaces de cuidar de sí mismos
- Toleran el abuso para seguir siendo amados
- Se sienten atrapados en sus relaciones

En cuanto a la comunicación, los codependientes con frecuencia:

- Culpan a los demás
- Suplican y aconsejan
- Tratan de decir lo que creen, intentando complacer a los demás
- Evitan hablar de sus problemas y de sus sentimientos

En tolerancia y confianza, los codependientes:

- Dejan que otros los lastimen
- No tienen confianza en si mismos
- No confían en los demás

La ira, muchos codependientes:

- Reprimen sentimientos de ira
- Se avergüenzan de haberse enojado

En relaciones sexuales, los codependientes:

- Tienen relaciones sexuales, aún cuando no lo desean
- Pierden interés en el sexo

Los codependientes en general tienden a:

- Auto sacrificarse por darle gusto a los demás
- Combinar conductas pasivas y agresivas

En fases avanzadas de codependencia, los codependientes pueden:

- Llegar a sentirse deprimidos
- Aislarse
- Pensar en el suicidio
- Volverse violentos
- Volverse adictos al alcohol o a las drogas

Ahora bien, de acuerdo con el Nacional Council on Codependence, las características de las personas codependientes son las siguientes (Zarco, 2005):

Relaciones interpersonales:

- Creen en el amor a primera vista
- La gente que es agradable con ellos les resulta aburrida
- Sienten miedo al abandono o rechazo
- Se sienten responsables de los sentimientos de los demás
- A menudo sienten una rabia exagerada
- Necesitan proteger a otros y sentirse necesitados
- Piensan que sus problemas se resolverían si consiguen que su pareja cambie
- No pueden sentirse bien consigo mismos si su relación de pareja no va bien

- Se sienten incompletos sin su pareja

Necesidad de Complacer:

- Comprometen sus propios valores e integridad para complacer a otros
- No saben decir "no" y si lo hacen se sienten culpables
- Gastan mucho tiempo en fingir que todo va bien
- Siempre anteponen las necesidades de los demás a las propias
- A menudo mantienen relaciones sexuales cuando en realidad no querían
- Piensan que hacer cosas para sí mismos es egoísta
- Hacen lo que su pareja o amigos quieren que hagan en vez de los que ellos quieren
- No expresan sus verdaderos sentimientos porque les preocupa la relación con los demás
- No le dicen a los demás cuando están enojados

Control:

- Tienen miedo a perder el control
- Tienen dificultad para expresar sus sentimientos
- Les cuesta trabajo reconocer sus errores
- Les cuesta trabajo pedir ayuda
- No se dejan conocer fácilmente
- Sienten resentimiento cuando los demás no siguen sus consejos o les permiten ayudarles

Baja autoestima:

- No se perciben como personas importantes ni sienten amor hacia sí mismos
- Sienten heridos fácilmente

- Se sienten incómodos ante el reconocimiento de los otros
- Se sienten vacíos y solos
- Su autoestima disminuye al no poder resolver los problemas de los demás
- Se juzgan a sí mismos con severidad
- Son autocríticos, nada de lo que hacen les satisface por completo
- Su deseo de hacer las cosas perfectas los lleva a postergar
- A menudo se comparan con otros

Barnetche de Castillo et al. (2000; en Zarco, 2005) mencionan que existen cinco diversas maneras a través de las cuales se manifiesta la codependencia en una pareja: Rescate, reacción, atadura, dependencia y control.

1) Rescate: una persona codependiente tiene la obsesión de estar constantemente rescatando a su pareja, ya sea de los problemas, de su tristeza, de sus inconformidades, de su enojo o de cualquier otro sentimiento o aspecto de su vida. El codependiente, al querer rescatar a su pareja, le está quitando su responsabilidad y le evita pensar, tomar decisiones, crecer y madurar. Prácticamente el rescatador es aquel que carga sobre sus hombros en forma obsesiva la responsabilidad de la vida del otro, se obsesiona y por lo mismo es incapaz de expresar sus verdaderos sentimientos.

El rescatador se siente indispensable y actúa como si la necesidad del otro estuviera siempre por encima de cualquiera de sus propias y legítimas necesidades ya que piensa que su pareja es incapaz de resolver su propio problema.

De acuerdo con Carmen R. Berry (s/f; Barnetche de Castillo et al., 2000; en Zarco, 2005) existen seis diferentes tipos de rescatadores:

El complaciente: este tipo de rescatador comienza con el deseo de ayudar y después toma en sus hombros la responsabilidad del otro. Se sienten responsables en forma obsesiva de la felicidad de su pareja y experimentan sentimientos de culpa y fracaso cuando no llenan las expectativas de ésta. Dicen que sí a todo aunque hacer lo que se les pide les moleste o les provoque problemas.

El dador: estos rescatadores son felices regalando todo. Movidos por su necesidad obsesiva de solucionar los problemas, dan incluso aunque no quieran y lo siguen haciendo por obligación y empiezan a sentir resentimiento por tener que desprenderse de algo que quieren.

El protector: este tipo de rescatadores son lo que se preocupan en exceso por el bienestar de los otros, en especial de sus parejas. Al tomar la responsabilidad de proteger al otro, se vuelven "ayudadores obsesivos" y asumen una carga excesiva para sí mismos.

El consejero: estos tienden a ayudar a sus parejas cuando viven una situación problemática, tienen un "radar" especial para detectar los problemas tanto de otras personas como de su pareja y sienten la fuerte necesidad de ayudarlos antes de que se les pida consejo. Corren el riesgo de sentirse deprimidos y abatidos por los problemas ajenos, olvidando los propios.

El salvador: estos rescatadores atraen a una pareja que por lo general está en crisis, dejan todo a un lado por ayudarla en ese momento. Son incapaces de planear su vida pues están siempre a disposición de los problemas de su pareja, por lo que se sienten indispensables en todo momento.

El maestro: estos tipos de rescatadores se caracterizan por trabajar con grupos necesitados. Les es indispensable estar con muchas personas; dependen de la aceptación y el aplauso de los demás, esto es tan importante para ellos que sacrifican sus necesidades y deseos para ayudar a los otros y cuando se trata de su pareja, más aún.

2) Reacción: la reacción es una actitud común de los codependientes, reaccionan en lugar de responder, no analizan la situación antes de involucrar sus pensamientos y emociones, se pierde la posibilidad de pensar, sentir y actuar en beneficio propio, ya que no hay control sobre las propias respuestas porque lo único que se busca es controlar a la pareja.

3) Atadura: otra de las manifestaciones de la codependencia es la de "estar atado", lo que significa no ser libre de vivir su propia vida, es vivir unido a una persona sintiéndose "esclavo" de la relación. Cuando dos personas están atadas parece si la vida de una dependiera de la otra, así como sus conductas y decisiones. Así, el codependiente tiene la necesidad de sentirse atado, lo que lo lleva a manifestar como posesión, control y manipulación, así como enojo, rechazo y desamor.

4) Dependencia: depender emocionalmente de otra persona significa paralizarnos si esa persona no nos da su aprobación, ser felices o desgraciados según el humor o la conducta del otro, ser codependientes significa que la felicidad del otro es más importante que la nuestra y que les permitimos tomar decisiones sobre nuestra vida que nos corresponderían a nosotros mismos.

5) Control: Otra manifestación de la codependencia es el control. El controlador casi siempre sabe cuáles son los puntos débiles de su pareja y los explota; gasta toda su energía buscando estrategias para estar siempre en una posición de supremacía, trata de lograr que la otra persona haga lo que él quiere, mostrando su desaprobación de alguna manera de controlar la situación. Tratar de controlar es exigir en lugar de pedir o convencer, es ponerse en una posición de superioridad; es hacer sentir al otro miedo o culpa, es atentar contra su integridad, es no respetar su libertad y no considerarlo capaz de resolver sus problemas y tomar sus propias decisiones. Existen muchas maneras de controlar:

- a) Con silencio
- b) Con las enfermedades
- c) Con la fuerza física
- d) Con la agresión verbal
- e) Con amenaza de muerte
- f) Con la seducción
- g) Con el dinero
- h) Con la indiferencia
- i) Con la sobreprotección
- j) Con los gestos y miradas
- k) Con las expectativas
- l) Con la crítica
- m) Con la manipulación

n) Con la represión

Si bien se ha mencionado ya, además del concepto y las características que conforman la codependencia, es importante también señalar algunas de las mediciones que se han realizado sobre ella:

En 1996, Roehling y Gaumond construyeron la escala de Codependence Questionnaire (CdQ) y los factores contenidos se encuentran (Zarco, 2005):

- Intimidad
- Control
- Responsabilidad
- Enganche

En 1998, Hughes-Hammer, Martsof y Zaller intentaron medir la codependencia a través de la escala de Codependency Assessment Tool y los factores que la conforman son los siguientes (Zarco, 2005):

- Concentración en el otro (other-focus)
- Baja Autoestima
- Negación del yo
- Problemas Médicos
- Problemas en la Familia de Origen

En 2002, Dear y Roberts se enfocaron en otra escala llamada Holyoake Codependency Index con factores que median (Zarco, 2005):

- Concentración externa (external-focus)
- Auto-sacrificio
- Reactividad

En México, sólo se había desarrollado un instrumento para la medición de la Codependencia, el Instrumento de Codependencia (ICOD) de Gayol y Lira (2002; en Zarco, 2005) basado en teorías que relacionan este constructo con el alcoholismo, fue realizado con mujeres que tenían parejas alcohólicas o físicamente violentas; sin embargo no proporcionaba una medida de codependencia dentro de la pareja en la población en general y de ambos sexos.

No conforme a esto, años más tarde se pudo encontrar la Escala de Adicción al Amor para Adultos de Retana Franco (2004) con factores relacionados consistentemente a la codependencia y reactivos que hacen alusión a la necesidad, sumisión y subordinación hacia la pareja, sin embargo no mide la Codependencia como tal.

Por lo cual, Violeta Zarco (2005), se dedicó a construir una escala que midiera la Codependencia en parejas mexicanas la cual se conforma de distintas dimensiones teóricas: aceptación, pertenencia y de complacer, gusto por sentirse necesitado, negación/represión, inversión de energía, altruismo y abnegación. Así como también se encuentra compuesta por 4 factores: altruismo, abnegación, dependencia y necesidad de complacer.

Debido a que no existen escalas que midan la Codependencia en pareja estandarizadas en México, la escala de Zarco fue utilizada para la realización de este estudio, debido a los factores por las que se encuentra conformada son útiles para fines de esta investigación.

1.4 Etapas en el Noviazgo

En México así como en otras partes del mundo, la sociedad pone demasiado énfasis a las relaciones de pareja durante el noviazgo, ya que éste es un periodo por el cual muchas parejas atraviesan, aunque no necesariamente este proceso conlleve forzosamente a fines matrimoniales, si es una etapa placentera, en donde ambos miembros, dentro de su relación de noviazgo adquieren un compromiso de permanecer juntos por un tiempo indeterminado, compartiendo sus emociones, alegrías, tristezas, metas, cambios, triunfos, derrotas, su tiempo pero sobre todo su amor. O simplemente se puede volver patológica, frustrante y destructiva si se mantiene una codependencia dentro de la relación.

Para poder comprender qué es el noviazgo y cuáles son las etapas que lo conforman, nos adentraremos al tema con algunas definiciones a cerca del mismo.

Primeramente, algo que Bood y Bob (1980; en Quiñónez, 2008) nos mencionan, es una parte esencial del noviazgo, la cual son las citas; éstas son definidas como la interacción que hay entre dos personas ya sean heterosexuales (sexo diferente) u homosexuales (mismo sexo), con el propósito de acompañarse una con la otra, sin tener necesariamente intención de casarse.

Ahora bien, de acuerdo con algunos autores como Jeffrey (1989; en Quiñónez, 2008) el noviazgo es una etapa esencial de la vida, ya que implica una elección del compañero que se espera sea para siempre; es decir, se hace la elección de una persona que al mismo tiempo nos elige a nosotros para el matrimonio, en el cual la relación se fortalecerá por mucho tiempo. En tanto López (2004; en Quiñónez, 2008) dice que un hombre y una mujer son novios cuando mantienen una relación amorosa con vistas a casarse.

Durante la época del noviazgo, mayormente en los primeros años, existe un intercambio gratificante entre los novios, ya que se proporcionan mutuamente mucha atención, se obsequian regalos, se comunican, se dan mucho amor y se hacen algunas promesas. Sin embargo, durante el mantenimiento de la relación también llegan a surgir algunos conflictos (Quiñónez, 2008).

Pero para adquirir mayor claridad qué pasa con una pareja dentro del noviazgo, Campbell (1991; en Quiñónez, 2008) describe las cinco etapas principales:

1.- Idilio: la pareja está inspirada por su visión de cómo se “supone que debería de ser” por la promesa de que esta persona tiene algo muy especial que uno ha estado buscando. Existe la ilusión de la unidad, fantasías de un futuro armonioso, una difusa e indiferenciada sensación del “nosotros”. Los miembros de la pareja niegan cualquier sentimiento de diferencia o separación creando diversas formas de dependencia en la relación, del estilo del “no puedo vivir sin ti”. A menudo esos sentimientos de “promesa” derivan de las visiones estereotipadas del (o de la) compañero (a) ideal. Generalmente esta etapa llega a su fin una vez que el camino se pone difícil y los componentes de la pareja ven que sus visiones y sueños no van a realizarse tan fácilmente como ellos habían supuesto.

2.- La lucha por el poder: esta etapa comienza cuando cada uno de los miembros de la pareja reconoce que el otro no es como creía que era. En lugar de una visión se experimenta una división: diferencias y dificultades dentro de la relación, ya que ésta mantenía una promesa,

pero se ha roto, por lo cual cada uno se siente desilusionado. De este modo, la lucha por el poder en algunos casos es un intento por conseguir que su compañero (a) sea del modo como se supuso que debería ser, es decir, el modo como él o ella prometió ser. A otros, la lucha por el poder les lleva (inconscientemente) a herir a su compañero (a), en venganza por la decepción que uno se ha llevado. El obstáculo que hay que superar en esta etapa es la ilusión del poder, es decir, la creencia de que las amenazas, la fuerza, la manipulación o la dominación con independencia de que sea sutil o no, pueden hacernos alcanzar lo que tanto deseamos. La etapa llega a su fin cuando uno reconoce cómo es y si la relación sobrevive a la lucha por el poder, se pasa a una etapa más pacífica y mayor adaptación.

3.- Estabilidad: esta etapa comienza con el perdón, los miembros de la pareja renuncian a su tenaz obstinación en hacer “que funcione” la relación y se permiten errar y fallar. Llegan a aceptarse el uno al otro como personas individuales y aprenden de sus conflictos en lugar de trastornarse por ellos. Logran poner algo más de atención en lo que está fuera de la relación y dentro de su propia psique, una vez reconocido que la relación de pareja, que es simplemente una parte de su vida, no va a satisfacer todas sus necesidades. Elaboran ahora un conjunto estable de reglas con quien negociar las diferencias y un conjunto estable de expectativas del poder de cada uno. El obstáculo que sea de superar en esta etapa es la ilusión de la paz, el apego a la estabilidad a costa de la novedad y el cambio. Cuando alcanzar la sensación de paz es difícil, no es fácil renunciar a ella. Y por ese motivo se hace un dios del recién encontrado consuelo, olvidando que el progreso entraña riesgo, dolor e incertidumbre.

4.- Compromiso: en esta la pareja se rinde verdaderamente a lo que es, y acepta la realidad y los fallos humanos de la relación. Abandonan la intención de remodelar al compañero (a) y tratan de ser agradables a toda costa. Aprenden a manejar la tensión y los conflictos inherentes al dilema de amar a la persona y detestar, no obstante, algo que ésta hace. Saben amarse sin necesidad de estar de acuerdo en todas y cada una de las ocasiones. Las parejas que continúan su evolución a lo largo de esta etapa llegan a comprender la interconexión existente entre todos los seres humanos en cualquier parte; interdependencia que es paralela a la experimentada por la pareja.

5.- Creación conjunta: en esta etapa, la pareja aplica al mundo que está más allá de su asociación todo lo que han aprendido en las cuatro etapas previas. Ahora son capaces de expresar el sentimiento de unidad humana que experimentan en su relación, y ofrecer a los

demás los frutos de su creación conjunta. Así, las parejas que están en esta etapa normalmente se ocupan de trabajos creativos compartidos como forma de hacer una contribución al mundo. Un fallo posible en esta etapa es la tendencia de algunas parejas a poner demasiada atención en su relación con “el mundo” dejando poca energía para el “cuidado y nutrición” de la propia relación de la pareja (Quiñónez, 2008).

Ahora bien cabe aclarar que estas etapas del noviazgo mencionadas, se tratan de un noviazgo "normal" por así decirlo, sin embargo no se sabe aún si las etapas por las que una pareja codependiente atraviesa son las mismas, lo que si es evidente, es que no importa el número de etapas por las que esta pareja pase, su relación se encontrará en cualquiera de sus etapas, de manera patológica y dolorosa sin ayuda psicológica.

1.5 Pareja en el noviazgo ¿qué es y cómo se desarrolla la codependencia en una relación de pareja dentro del noviazgo?

Existen muchas razones por las que las personas forman una pareja, puede ser por amor, compañía, comprensión, apoyo, etc., sin embargo Thibault (1998; en Alvarado, 2008) considera que la formación de pareja no responde a una sola necesidad, a una noción fija, sino que de acuerdo a cada época surgen diferentes motivaciones para formar una pareja ya sea por exigencias culturales o afinidades personales.

Valencia (2000; en Martínez, 2006) explica que en la actualidad el noviazgo comienza con la elección de pareja, la cual opera sobre las bases del deseo como estímulo, el cual va en dos sentidos; el deseo propio de tener una relación de pareja, más el deseo expuesto de “tener” a la otra persona.

Dado que el noviazgo es una etapa muy importante para una pareja, se han intentado plantear algunas definiciones, así como modelos teóricos para dar una aproximación más acertada de los procesos que se llevan a cabo en la interacción dentro de ésta.

Díaz-Loving (1999), afirma que la pareja es la institución social constituida con base en un sistema de normas y reglas de conductas, como parte del pensamiento común, colectiva, religiosa, filosófica de un pueblo que lo transmite de generación en generación a través del proceso de socialización.

Mientras que para Ferreira (1992; en Sánchez, 1995) el modelo romántico o cultural del amor, encontrarse en una relación de pareja, consiste en la auto-renuncia y sacrificio de la autonomía individual por el otro, a esto llama "tolerancia por amor".

Por su lado, Sánchez (1995) considera a la pareja como la entidad compuesta por dos personas unidas por un compromiso emocional (más que legal o religioso) cuyo propósito es construir una institución social (familia) basada en normas culturales específicas.

Y por otro lado, Berestein y Puget (1996; en Corominas, 2002), "definen como pareja a una estructura vincular con un alto grado de especificidad, con un nivel elevado de complejidad que tiene como fin la creación de una nueva familia" (p. 37).

Ahora, si bien es importante señalar algunas definiciones a cerca de lo que es una pareja, también se considera necesario hacer mención sobre lo que implica el que una pareja se mantenga junta. Álvarez-Gayou (1996; en Alvarado, 2008), refieren que es necesario que exista atracción física, atracción intelectual y atracción afectiva, y que además cada pareja debe ceder parte de su individualidad para ganar un sentido de pertenencia.

Por su parte, Martínez (2006), simplifica que la relación de pareja en la juventud representa un lazo interpersonal de conducta, afecto y emociones que se establecen, a partir de un compromiso y adquiere un significado tanto en la sociedad como en los miembros de la pareja.

Es muy sabido, que desde antes de nuestra época, han existido las parejas, y éstas se han formado a partir de diferentes razones, ya sea porque se consideraban complemento hombres y mujeres, por atracción física, por necesidad de reproducción, necesidad afectiva, por exigencias culturales, por convicción, por aprendizaje, etc., lo cierto es que al conformarse una pareja por dos individuos de mundos diferentes, comienzan a formarse un concepto como pareja, empiezan a escribir juntos una historia, sin hacer de lado sus propias historias individuales, sus creencias, valores y gustos y con ello resurge una nueva identidad al estar juntos.

De algún modo estas dos personas antes de conformar una pareja, primeramente se conocen en un lugar y tiempo determinado en donde surge la atracción física o psicológica, en ocasiones ambas, desde ahí puede darse de inicio una amistad o incluso las primeras citas de romance para después conformarse propiamente en una pareja. Sería lógico pensar que

cada miembro de esta nueva pareja a pesar de vivir sus problemas cotidianos sean individuos "saludables". Sin embargo con el paso del tiempo conforme la relación avanza y existe cada vez más confianza entre los novios, van surgiendo roces, inconformidades, reclamos, celos, control, etc. A pesar de esto, si se establecen reglas que les permitan llevar una relación de amor, de mutuo respeto, confianza, tolerancia, fidelidad, libertad, comunicación y compromiso, es posible poder mantener una relación cordial y satisfactoria, por el contrario al sobrepasar límites dentro de la relación se puede llegar a una convivencia frustrante y sumamente insatisfactoria, incluso encaminar a una relación patológica como lo es la codependencia. Una vez que se llega a dar ésta, a lo largo del tiempo, se torna muy difícil salir de una relación así, ya que los miembros de la pareja desde adentro no perciben este disfuncionamiento, se vuelve un círculo vicioso en el cual se encuentran atrapados.

Arbeláez (2006; en Martínez, 2006), menciona que millones de personas en el mundo son víctimas de relaciones amorosas inadecuadas. El miedo a la pérdida, al abandono, y a muchos otros aspectos hace que el amor inseguro lastime a las personas en cualquier momento.

Muñoz (2005; en Martínez, 2006) dice que la persona codependiente no puede vivir sin su pareja, se funde con ella hasta el punto de llegar a perder su propia identidad y vive para ella en vez de vivir su propia vida. Piensa que su sentir es un amor muy grande y que su amor no tiene fronteras, pero eso no es amor verdadero; sino dependencia y adicción.

May (2000) en su libro "Codependencia", menciona que la codependencia se manifiesta en las mujeres de forma distinta a como lo hace en los hombres. La autora nos dice también que en una relación codependiente no implicada por el alcohol, puede que la mujer haga más por el hombre para demostrarle que lo quiere, que él por ella, de modo que puede dar la impresión de que ella es más codependiente. Toda su atención se centra en él, en el bienestar y en los deseos de él, puede que ella sacrifique sus amistades y actividades por él, así mismo una mujer expresa abiertamente sus sentimientos y trata de favorecer la intimidad para evitar el abandono. Ahora bien, un hombre en la misma situación puede inconscientemente dar poder a una mujer de otra manera. Puede que él tenga miedo al rechazo y que no haga tanto por ella, ya sea emocionalmente o por su bienestar físico, más bien se preocupa en exceso por la opinión que ella tenga de él. Puesto que lo han condicionado para que no exteriorice sus emociones, puede que no exprese sus sentimientos hacia ella, es más puede que se vaya el

extremo opuesto y que niegue dichos sentimientos; al mismo tiempo puede que sea manifiestamente sensible a las críticas de ella y percibir una actitud crítica donde no la hay. Así, ella manifiesta abiertamente su dependencia y su focalización respecto de él y él oculta la suya, sin embargo ambos temen lo mismo llámese a abandono o rechazo, es decir, los dos son codependientes.

El temor más grande de los codependientes, es precisamente que lleguen a ser abandonados, tienen miedo de su propia dependencia, de perder por completo su identidad, en cada ocasión donde tienen que renunciar a sus valores, gustos, ideas y principios, para adoptar los de su pareja y de ésta manera mantenerla contenta. No reconocen sus propios sentimientos o los niegan para anteponer los de su pareja. En muchas ocasiones, los codependientes buscan relacionarse con personas problemáticas o patológicas como lo son los alcohólicos o drogadictos; ya que éstos necesitan de alguien que los cuide y vea por ellos; por lo que el codependiente no pierde la oportunidad para “salvarlos”, ya que para ellos no es suficiente ser amados; sino que además desean sentirse necesitados. Cabe mencionar también que estas personas se encuentran siempre a la expectativa de su pareja, ya que ante el éxito o fracaso de ésta, el codependiente se siente responsable, se siente bien o feliz si su pareja lo está, intenta hacer todo lo que está a su alcance para poderla complacer autosacrificando sus propias expectativas y deseos, y son, en gran parte las razones por las cuales, los miembros de la pareja mantienen una relación de codependencia.

Desde la perspectiva de género, la forma en que mujeres y hombres conciben el amor determina la manera en cómo nos relacionamos con nuestra pareja, la cual dentro de la cultura en que vivimos, muchas veces dicho concepto es confundido, ya que al hablar de una relación de pareja nos imaginamos ciertas conductas estereotipadas que debemos seguir para poder tener la relación perfecta. Algunas de esas conductas son procurar a nuestra pareja a toda costa, cuidarla, respetarla, consentirla, darle mucho cariño, hacerla "feliz", es decir, dejar todo por ella; sin embargo hay una línea que puede separar una relación "común y corriente" de una patológica. Y la manera en que conformamos nuestra propia identidad de género, podría presentarse como un factor importante para determinar el tipo de noviazgo que tendremos con nuestra pareja.

Ciertamente, dentro de la identidad de género, hombres y mujeres poseen una personalidad distinta ya sea con rasgos femeninos (expresivos), masculinos (instrumentales)

o andróginos (expresivos e instrumentales) que en parte surgen de las diferencias natas determinadas biológicamente, pero también, y tal vez con mayor influencia, del proceso de aprendizaje y socialización en el que se encuentran inmersos dentro de su cultura. De esta manera mujeres y hombres, aún cuando nacen con características biológicas inherentes a su sexo, son educados con base en las expectativas y creencias que giran alrededor de las funciones o roles que deben desempeñar dentro de la sociedad (Rocha, 2000).

En gran parte, la manera en cómo se puede presentar y mantener una relación de codependencia, de acuerdo con Nolen-Hoeksema et al. (1991; en Rocha, 2004), se debe al contexto en que los hombres han sido socializados para ser más racionales y concretos centrándose en una tarea, en tanto que las mujeres han sido socializadas para la parte afectiva, por tanto podría esto abrirnos caminos hacia diversas hipótesis sobre quienes tienden más a la codependencia, si hombres o mujeres dado este proceso de socialización.

Con el propósito de clarificar cómo es que las personas pueden desarrollar y mantener dicha relación de codependencia en el noviazgo, en el siguiente capítulo se hablará a cerca de la vinculación que ésta tiene con la identidad de género de hombres y mujeres, así como de cada uno de los componentes que la integran.

CAPITULO 2

IDENTIDAD DE GÉNERO



IDENTIDAD DE GÉNERO

A lo largo de la historia dentro de las culturas se ha hecho énfasis en las características que diferencian a hombres y mujeres, tanto en las biológicas como en las morfológicas sin descartar la estructura cerebral de cada uno hasta variables psicológicas como los valores, normas, rasgos de personalidad y formas de comportamiento diferentes en estos dos grupos de seres humanos (Díaz-Loving, Rocha & Rivera, 2007).

Al nacer un niño o niña, se derivan una serie de expectativas sobre cómo se van a desarrollar, las expectativas rigen el comportamiento consistente hacia un sexo o a otro, el cual, a su vez, modifica la definición del sexo biológico, hasta que se amolda a las características asignadas por la cultura. Al paso del tiempo el sexo biológico se convierte en un ente social denominado género, una construcción social de un hombre y una mujer en términos de papeles sociales, y una elaboración psicológica de lo que es masculino y femenino. Estas diferenciaciones son centrales en la creación de expectativas, normas, interpersonales y conductas prototípicas que rigen la forma diferente en que hombres y mujeres viven todo lo concerniente a las relaciones íntimas (Díaz-Loving & Sánchez, 2002).

El término género como tal conlleva una base psicológica, social y cultural con respecto a la feminidad/masculinidad (Shibley, 1987; Bleichmar, 1991; en Bosques, 2003). El género se determina a través de una serie de características fisiológicas y de comportamiento que desde pequeños se nos van atribuyendo por el hecho de ser hombre o mujer; es decir, por los papeles, los estereotipos, las actitudes, las funciones cognoscitivas, el temperamento, el comportamiento social, la ocupación, los gestos, los hábitos, la personalidad (Cardaci, 1990, Jackson et al., 1994; Lamas, 2002; en Bosques, 2003) y todo aquello que nos pueda diferenciar de un sexo a otro. En este sentido, cada cultura define, establece, da forma y sentido a un conjunto de ideas, creencias y valoraciones sobre el significado que tiene el ser hombre y el ser mujer, delimitando los comportamientos, las características e incluso los pensamientos y emociones que son adecuados para cada ser humano, con base a esta red de estereotipos o ideas consensuadas. A través de sus premisas, cada cultura entreteje las creencias relacionadas con el papel que hombres y que mujeres juegan en la sociedad (Díaz- Guerrero, 1972; en Bosques, 2003).

Desde muy temprano, los niños y niñas inmersos en un proceso continuo de socialización, van a desarrollar pensamientos, creencias y expectativas diferenciales sobre los comportamientos apropiados para mujeres y hombres, construyendo, con base en ellos, su propia identidad de género que actuará como guía en sus acciones futuras. Así, la identidad genérica queda establecida en el curso de los primeros tres años de vida (Thompson, 1975; en Díaz-Loving & Rivera, 2002).

De esta manera, desde pequeños, hombres y mujeres aprendemos a través tanto de nuestros padres como de nuestra sociedad cómo comportarnos, qué rasgos de personalidad adquirir, qué estereotipos tomar como referencia, qué roles desempeñar y qué actitudes tomar hacia éstos mediante todos los patrones de socialización dados en cada cultura.

Incluso en las sociedades exitosamente industrializadas, que ya no requieren de una división sexual de papeles y características masculinas y femeninas, se ejercen presiones sobre los niños hacia el logro y a valerse por sí mismos, mientras que se presiona a las niñas para que sean obedientes y desarrollen los talentos necesarios para la crianza. Por su parte, Bakan (1966; en Díaz-Loving, Rivera & Sánchez, 2001) distingue lo que se pronuncia más en el hombre como lo es la diligencia, la autoafirmación y la autoprotección; mientras que la comunión, se relaciona fuertemente a las mujeres y refleja un sentido de abnegación que se manifiesta en características tales como preocupación por otros y la necesidad de ser uno con los demás. Sin embargo dicho autor, también señala que aunque la diligencia prevalece más en hombres y la comunión en mujeres, dichas características pueden coexistir en algún grado en ambos individuos y que de esta manera, los dos sexos (géneros) presentan la capacidad biológica para desarrollar dichas conductas. Por tanto queda a los procesos diferenciales de socialización y a la construcción de papeles, la conformación de características de personalidad diferentes para hombres y mujeres.

Ahora bien, partiendo de que los estereotipos de género están ligados a la masculinidad y la feminidad, al menos en la cultura mexicana se encuentra que la visión del hombre está ligada al prototipo del rol instrumental, que se traduce en las actividades productivas, encaminadas a la manutención y provisión de la familia, caracterizándose por ser autónomo, orientado al logro, fuerte, exitoso y proveedor, en tanto la visión de la mujer se vincula a las actividades afectivas encaminadas al cuidado de los hijos, del hogar y de la pareja, así como a la posesión de características tales como la sumisión, la abnegación y la

dependencia (Rocha, 2000). Por otro lado, diversas investigaciones han demostrado reiteradamente que los rasgos instrumentales (masculinos) y expresivos (femeninos), asignados tradicionalmente a hombres y mujeres, en realidad se derivan de procesos de socialización y endoculturación que en la actualidad y en algunas culturas ha hecho que estos rasgos se presenten intensiva e indistintamente en ambos sexos (Díaz-Loving et al., 2001).

Entonces si hombres y mujeres poseen características biológicas diferentes, se les ha socializado de maneras distintas dependiendo de su cultura, pero ambos tienen las mismas capacidades para desarrollar tanto conductas instrumentales como expresivas, surge la duda en saber de qué manera los procesos de socialización pueden impactar tanto para mujeres como para hombres en la adquisición de su identidad de género y ésta a su vez, ser un factor de riesgo para desarrollar y mantener una codependencia en sus relaciones interpersonales como lo es la pareja.

Díaz-Loving y Sánchez (2002) mencionan que es a través de los procesos de socialización (reforzamiento y castigo de las conductas esperadas), endoculturación (la presencia de modelos que realizan las conductas "adecuadas") y aculturación (presiones de culturas opcionales hacia nuevas conductas esperadas), la sociedad, la cultura, el grupo y la familia enseñan a las nuevas generaciones cuáles son las premisas y expectativas de cómo es que se llevan a cabo las relaciones humanas en general, y las relaciones de pareja, de amor y de afecto, en lo particular. Y son precisamente en las premisas socioculturales de la familia donde se desarrollan los rasgos, valores, creencias, actitudes hacia el rol de género y capacidades que los individuos utilizan en sus relaciones interpersonales.

Por tanto, dado que este proceso de socialización por el cual hombres y mujeres atraviesan desde la infancia hasta la adultez, pareciera ser que es un factor que al impactar de manera directa en las relaciones de pareja, pudiera dar cabida al proceso de codependencia dentro de éstas. Probablemente parecería más factible que las mujeres sean más propensas a desarrollar codependencia en su noviazgo dado la manera en que se les educa, conduciéndolas hacia el lado expresivo, adjudicándoles características como dice Rocha (2000) de sumisión, abnegación, dependencia y maternales, y como lo menciona Bakan (1966; en Díaz-Loving et al., 2001) de cuidado y protección a otros las cuales son conductas propias de la codependencia; mientras que a los hombres se les conduce más hacia el lado instrumental, es decir son educados orientados al logro, como proveedores, siendo más

asertivos y racionales. Sin embargo, a pesar de que esto se observe mucho en la cultura mexicana, dado a las transformaciones (culturales, sociales, económicas y políticas) que se han venido dando desde hace algún tiempo, los estereotipos, los rasgos femeninos-masculinos, los roles de género y las actitudes hacia estos roles de género, también se han modificado, en donde las mujeres poco a poco han ido ganando terreno, conduciéndolas hacia el empoderándose en diversos contextos, lo que ha conllevado a que se encuentren en una posición más alejada de la sumisión y la abnegación tanto en sus relaciones sociales como de pareja. Por otro lado, los hombres, a pesar de su estatus de poder económico, social y de pareja en muchas ocasiones, debido al empoderamiento progresivo de las mujeres, la jerarquía de los hombres, aunque no ha sido devaluada del todo, si ha ido disminuyendo en determinadas situaciones en donde las mujeres al poder estudiar la misma carrera o profesión que los hombres, pueden ocupar puestos de trabajo de un rango igual o superior al del género masculino e incluso ser ellas mejor asalariadas que ellos. Desde esta perspectiva, pudiera parecer que debido a la modernización de nuestra actual sociedad y de las transformaciones simbólicas que la masculinidad ha tenido a partir de la emergencia de nuevas identidades femeninas, de mujeres con poder, se puede observar cómo se debate entre las prácticas del pasado y las nueva prácticas que sugieren la emergencia de un tiempo socialmente nuevo (Montesinos, 2004) dentro de las relaciones de pareja, no sólo en el ámbito marital sino también en el noviazgo.

2.1 Definiciones: Género e Identidad de Género

Bustos (2003; en Mena, 2006) define al género como la dimensión construida socioculturalmente, que toma como referente las diferencias sexuales biológicas y asigna arbitrariamente a cuerpos de mujeres y hombres una serie de características, atributos y rasgos de personalidad, de lo que significa ser hombre o mujer dentro de una sociedad. Esto conlleva a relaciones sociales de poder diferentes entre mujeres y hombres, en donde la subordinación de las mujeres y la dominación de los hombres es el eje principal de la lógica de género.

Bustos (1994; en Mena; 2006) menciona que género se puede definir como un término cultural que alude a la clasificación social entre femenino y masculino, en tanto que la palabra sexo se refiere a las diferencias biológicas entre hombre y mujeres: las visibles de los órganos genitales externos y las internas relativas a la procreación.

Si bien podría quedar claro que el género se determina por todas aquellas características tanto físicas, cognoscitivas y de comportamiento que la sociedad nos atribuye a hombres y mujeres para distinguirlos unos de otros. En sentido práctico, y comprendido bajo un proceso socio-cultural de construcción diferencial sobre los sexos, el género como objeto de estudio, se hace manifiesto en los roles diferenciales que hombres y mujeres juegan dentro de cada sociedad, en las actividades diferenciales que se desprenden de dichos roles, en las características y valores que hombres y mujeres desarrollan alrededor en sí mismos (as), finalmente en la autopercepción que las personas desarrollan a partir de esta diferenciación, es decir, la identidad (Rocha, 2004).

Para Martínez (1990; en Montijo, 2000), la identidad es una autodefinición de las personas ante otras personas, ante la sociedad, la realidad y los valores. Es de naturaleza psicosocial y contiene elementos cognitivos. La persona se observa y se juzga a sí misma a la luz de cómo percibe que le juzgan los y las demás; se compara con los demás individuos y se contrasta con algunos criterios de valor que para la persona son significativos.

Montijo (2000) menciona que cualquier identidad está fundada y relacionamente, constituida con referencia a un exterior que define las propias fronteras del interior del sujeto.

La identidad que cada persona construye de sí misma se encuentra marcada tanto por aspectos de sexo biológico (sexo cromosómico, hormonas y genitales), que llevan al desarrollo de una identidad sexual biológica, como por aspectos sociales (creencias, valores, estereotipos, roles e identidades de género) que son tempranamente internalizados y que llevan, a lo largo de la vida, a la construcción (deconstrucción y reconstrucción) de una identidad sexual genérica (como hombre o mujer en una sociedad dada), y ambos constituyen la identidad sexual (Raguz, 1991,1995).

Benería y Ronan (1987; Bustos, 1998; en Navarro, 2009), refieren que es mediante el proceso de socialización como surge nuestra identidad de género, es decir, nuestra identificación con las creencias, sentimientos, rasgos de personalidad y actitudes asignadas de manera diferencial entre hombres y mujeres.

Las teorías del desarrollo cognitivo enfatizan los procesos psicológicos y las influencias socioculturales que intervienen en la construcción de la identidad de género de las cuales, las primeras aportaciones las realizó el psicólogo genético-evolutivo Kohlberg (1966;

en Martínez Benlloch & Bonilla, 2000), mientras que posteriormente las cuestionó Gilligan (1982; en Martínez Benlloch & Bonilla, 2000).

Por su parte, Pick y Givaudan (1998; en Montijo, 2000), decían que la identidad de género es la conciencia de que pertenecemos a uno u otro sexo: ya sea hombre o mujer y que es a partir de la identidad de género que los infantes estructuran su experiencia vital, su forma de pensar, de sentir, sus actitudes y su forma de relacionarse con los demás. Con esta conciencia que los pequeños van desarrollando su identidad de género a lo largo de su vida, comprenden de qué manera se expresan los hombres y de qué manera lo hacen las mujeres, qué es lo que se espera de cada uno de ellos en cuanto a su ocupación se refiere, su papel en la educación de los hijos y también al ejercicio de la sexualidad junto con la relación que tienen con su pareja.

Otros autores como Lamas (1996; en Montijo, 2000) mencionan que la identidad de género se construye mediante los procesos simbólicos que en una cultura dan forma al género. Para poner un ejemplo, este autor menciona que dicha identidad se manifiesta en el rechazo de un niño a que lo vistan con un vestido cuando es mal visto por la sociedad en la que se encuentra. Esta identidad es histórica y socialmente construida de acuerdo con lo que la cultura considera femenino o masculino.

Mientras tanto, Ashmore (1990; en Martínez Benlloch & Bonilla, 2000) define a la identidad de género como la serie estructurada de identidades personales tipificadas por el género que surge cuando el sujeto toma la construcción social del género y los hechos biológicos sobre el sexo y los incorpora a su concepto del yo general.

En el caso de Stoller (1996; en Martínez Benlloch & Bonilla, 2000), éste define la identidad de género a partir del momento en que el niño o la niña adquiere la convicción de ser uno de ellos. Básicamente son dos nociones las que sustentan la identidad de género como propuesta teórica de Stoller, en los años sesenta: la feminidad primaria y el núcleo de la identidad de género.

La identidad de género es el resultado de un proceso evolutivo por el que se interiorizan las expectativas y normas sociales relativas al dimorfismo sexual, y hace referencia al sentido psicológico del individuo de ser varón o mujer con los comportamientos sociales y psicológicos que la sociedad designa como masculinos o femeninos. En este

proceso, que se adquiere en la primera infancia y tiene un valor de adaptación social, la influencia tanto de los modelos materno y paterno como de los roles sociales de los adultos próximos, es tan importante, de tal forma que el aprendizaje de los roles de género interacciona con las conductas estereotipadas, pues niñas y niños, por medio de la observación, acumulan información de los comportamientos que se dan en las relaciones entre los miembros de su familia (Barberá et al., 1983; en Martínez Benlloch & Bonilla, 2000).

Matud, Rodríguez, Marrero y Carballeira (2002) mencionan que la identidad de género es un proceso social completo y dinámico.

Doise (1996; en Matud et al., 2002) por su parte, dice que se consideran algunos puntos fundamentales en la constitución de la identidad sexual. Primeramente se plantea que la identidad femenina y masculina son una estructura cognitiva regulada por el meta-sistema social prescriptivo de la diferencia entre los sexos. De forma general se encuentran los mismos esquemas cognitivos en los sujetos del mismo sexo, puesto que esta estructura es orientada por el código de conducta que el meta-sistema social regulador asigna a cada sexo. De forma particular, la identidad de género se configura en estructuras específicas en función del grado de identificación del sujeto con las normas reguladoras del meta-sistema social.

Ahora bien, dado que los niños y las niñas, desde muy temprano se ven inmersos en un proceso continuo de socialización, van a desarrollar pensamientos, creencias y expectativas diferenciales sobre el comportamiento apropiado tanto para mujeres como para hombres, construyendo con base en éste, su propia identidad de género, que actuará como guía en sus acciones futuras. El género incluye las formas o normas de comportamiento socialmente aceptadas para mujeres y hombres, es decir, el lazo de unión entre el individuo y la organización social en la que se desarrolla. Esto denomina el rol genérico y alude al conjunto de expectativas sociales que señalan el "deber ser" a los individuos.

De acuerdo con Montesinos (2004), la identidad se va adquiriendo mediante la interacción con los padres y su medio familiar, el infante puede ir aprendiendo las diferencias entre hombres y mujeres e ir identificando si es niño o niña, de esta manera adquiere su propia identidad de género.

Fernández (1996), señala que a lo largo de la vida, de acuerdo con el sexo de cada persona, es como incorporan actitudes, normas y valores específicos inscritos al género. Es entonces desde los primeros días de vida hasta los dos años cuando surge la asignación de género, por lo cual el infante empieza a cambiar su forma de comportarse y se condiciona a la asignación de roles que la sociedad le establece. De los 3 años de edad hacia los 7 años, se da el proceso de identificación, preferencia y adopción de conductas, creencia y actitudes tanto sexuales como de género. Ahora bien entre los 7 y los 11 años se consolida la constancia sexual, mientras que de los 11 a los 20 años se da una redefinición sexual y de género debido a los cambios hormonales y corporales, además también se da un ajuste en los papeles de género atribuidos por la sociedad. Entre los 20 y 50 años se ponen en práctica los papeles sexuales y de género, dando como resultado la satisfacción e insatisfacción en las relaciones sexuales, familiares, de pareja y sociales de género. Por último, de los 50 años en adelante, se vuelve a dar un reajuste en los cambios hormonales, corporales, familiares y sociales.

De acuerdo con Stoller (1996; en Martínez Benlloch & Bonilla, 2000) y sus estudios realizados, lo que determina la identidad y el comportamiento del género no es el sexo biológico, sino el hecho de haber vivido desde el nacimiento las experiencias, actitudes y costumbres atribuidos a cierto género, terminó por concluir que la asignación y adquisición de una identidad de género se construye a través de los procesos simbólicos que en una cultura dan forma al género.

Ambos sexos van construyendo sus identidades de género y por consiguiente sus rasgos de personalidad incluso antes del nacimiento. La diferencia biológica entre hombres y mujeres determinada por el aparato reproductor y los caracteres sexuales secundarios, no determina "biológicamente" las actividades que ambos deban desempeñar, ésta asignación de conductas es una determinación sociocultural. Las mujeres no nacen con características especiales que las hagan mejores para las tareas del hogar, para cuidar a los hijos, para ser más obedientes o para llorar más fácilmente, de la misma forma, en que los hombres no nacen con habilidades necesarias para ser líderes, para ocupar altos cargos, para ser duros o para esconder las emociones y los sentimientos. Sin embargo, dichas diferencias o características particulares de hombres y mujeres son productos del intercambio social entre éstos; de la interacción en la que continuamente se desenvuelven y que además se encuentra expuesta a los continuos cambios socioculturales, de tal forma que la personalidad de los individuos sigue un proceso continuo de modificación (Rocha, 2000).

De esta forma, ser hombre o ser mujer, tiene algo de natural, empero, más bien es resultado de todo un proceso psicológico, social y cultural a través del cual cada individuo se asume como perteneciente a un género, en función de lo que cada cultura establece. Es decir, a través de un proceso de socialización permanente, cada persona incorpora el contenido de las normas, reglas, expectativas y cosmovisiones que existen alrededor de su sexo. En este sentido, cada cultura define, establece, da forma y sentido a un conjunto de ideas, creencias y valoraciones sobre el significado que tiene el ser hombre y el ser mujer, delimitando los comportamientos, las características e incluso los pensamientos y emociones que son adecuados para cada ser humano, con base a esta red de ideas consensuadas. A través de sus premisas, cada cultura entreteje las creencias relacionadas con el papel que hombres y que mujeres juegan en la sociedad (Díaz- Guerrero, 1972; en Díaz-Loving & Rocha, 2005), dando lugar a los estereotipos de género.

2.2 Estereotipos y Codependencia

Los niños y las niñas, van adquiriendo los estereotipos sociales genéricos conforme va construyendo su noción del mundo y de sí mismos (Raguz, 1995); es decir, que van interiorizando aquellas características típicas o representaciones físicas y psicológicas que son atribuidas a hombres y mujeres respecto a su sexo biológico. Lara (2006) nos dice desde que nacemos en la sociedad a la que pertenezcamos, ya existen un sin fin de conductas y comportamientos prescritos que se consideran idóneos para cada sexo y esto influye para que cada persona asuma un determinado papel sexual: un estereotipo masculino o femenino.

Lips (2001; en Matud et al., 2002), señala que los estereotipos sexuales son creencias, socialmente compartidas, de que pueden atribuirse ciertas cualidades a los individuos basándose en su pertenencia a la mitad hombre o mitad mujer de la raza humana.

Por otro lado, Bustos (2003; en Mena, 2006), define a los estereotipos como el conjunto de creencias, pensamientos o representaciones acerca de lo que significa ser hombre o mujer, el cual abarca esferas tales como la apariencia física, los rasgos psicológicos, las relaciones sociales y las formas de pensar.

Los estereotipos pueden definirse como una imagen mental simplificada acerca de las personas, en función de la dicotomía sexual que comprende el conjunto de creencias populares sobre las características físicas, las actividades y roles que diferencian a hombres y

mujeres. Se relacionan con este conjunto de expectativas en torno a la conducta típica de un hombre y de una mujer (Rocha, 2000).

Autores como Ramírez, Uribe & Gutiérrez (1995; en Lara, 2006) refieren al estereotipo como una construcción compuesta por creencias, mitos y prejuicios que señala los modos de comportamiento esperados de un sector de la sociedad, frente al resto de la misma.

Mientras que para Pastor y Martínez-Benlloch (1991; en Díaz-Loving & Rocha, 2005) los estereotipos parecen inamovibles y delimitan el conjunto de creencias y prescripciones sobre el significado que tiene ser hombre y ser mujer en una cultura determinada. Es decir, se configuran a partir del significado que es otorgado ante la diferenciación sexual en los seres humanos.

Santrock (2002) dice que "los estereotipos de género son categorías generales que reflejan impresiones y creencias sobre cuáles conductas son apropiadas para los hombres y cuáles para las mujeres" (p. 156).

Por su parte, Viedma (2003; en Díaz-Loving, 1999) menciona que los estereotipos de género para los hombres son que éstos deben tener: estabilidad emocional, autocontrol, ser agresivos, tendencia al dominio, cualidades, aptitudes intelectuales, conductas de riesgo, que sean objetivos y que se desenvuelvan en el espacio público y profesional. Mientras que los estereotipos para las mujeres según la misma autora son: inestabilidad emocional, falta de control, pasividad, ternura, sumisión, dependencia, afectividad muy marcada, irracionalidad, frivolidad, temor, debilidad, incoherencia, subjetividad y desenvolvimiento único en el espacio doméstico y familiar.

Muchas investigaciones sobre estereotipos de género han insistido en las diferencias percibidas entre mujeres y hombres (Ashmore & Del Boca, 1981; en Díaz-Loving, 1999) estos autores consideran que los estereotipos se adquieren a lo largo del proceso de socialización. Por esta razón, Díaz-Loving (1999) muestra que dentro de algunos modelos teóricos, se encuentran diferentes orientaciones en cuanto a la adquisición de los estereotipos de género:

a) La orientación sociocultural, ésta presenta una perspectiva que considera mediante el proceso de socialización se van adquiriendo los estereotipos de género y que estos tienen

una gran influencia en la percepción que todos desarrollamos sobre nosotros mismos y sobre los demás.

b) La orientación psicológica, evalúa el desarrollo social de los estereotipos a partir de las reacciones y respuestas de las personas, relacionando los pensamientos estereotipados con aspectos de la personalidad.

c) La orientación Socialización-Personalidad, explica la adquisición de rasgos de personalidad y actitudes estereotipadas de género con base en las presiones sociales que una determinada generación ejerce sobre el conocimiento del contenido, es decir, sobre los pensamientos y creencias sobre mujeres y hombres. Dentro de esta orientación los contenidos se han estructurado desde dimensiones bipolares de personalidad hasta categorías de atributos asociados con uno u otro género. El primero se refiere a los estereotipos y el segundo a las actitudes.

d) La Perspectiva de la Cognición e interacción social, se enfoca en las funciones cognoscitiva, social y psicológica de los estereotipos de género. La primera hace referencia a cómo el conocimiento social se representa internamente, mientras que el segundo responde a cómo se adquieren las representaciones internas de cuándo y por qué cambian.

De acuerdo con Ridgeway (2001; en Matud et al., 2002), la mayor parte del sistema de género se encuentra entrelazado en la jerarquía social y en el liderazgo porque los estereotipos de género contienen creencias respecto al estatus que asocian un mayor mérito y competencia al hombre que a la mujer.

Algunos autores como Aguilar (1992), Bustos (1998), Garduño (2002) y Peña (2002), entre otros, han encontrado que en México, así como en el resto del mundo, tanto en hombres como en mujeres, aún persisten estereotipos y roles de género, haciéndose manifiesto los valores tradicionales, en donde por lo regular a las mujeres se les educa para dirigir el hogar y a los hombres para ser autosuficientes y no expresar ni mostrar sus sentimientos, ya que con frecuencia se ha hecho hincapié en estereotipar a los géneros de nuestra cultura, en donde sobresale la supremacía del padre y el autosacrificio de la madre, de ahí que niños y niñas toman el ejemplo de sus progenitores en donde posteriormente eligen con cuál de ellos se identifican más (Matud et al., 2002).

Díaz-Loving (1999), menciona que la presencia en la forma de tratar las expectativas conductuales que se tienen por parte de los padres, familiares y educadores hacia la manera de interacción con los niños, así como los papeles tradicionales asignados en los medios formales e informales de comunicación masiva, el hecho de que los procesos de socialización y aculturación en los patrones de género se produzcan de manera cotidiana y automática en diferentes tipos de contextos sociales y culturales, ha conducido a la creencia popular de que las diferencias encontradas en mujeres y hombres son "naturales", es decir, genéticamente determinadas.

Sin embargo, "existen una serie de estereotipos, e incluso prejuicios, con relación a qué tipo de conductas deben desarrollar los jóvenes y las jóvenes, y los padres que tienen actitudes tradicionales que van a marcar más las diferencias en función del sexo. De modo que a los chicos los van a animar para ser independientes y asertivos, mientras que a las chicas las van a socializar para ser expresivas y condescendientes" (Crouter et al. 1995; en Matud et al., 2002).

A continuación, se presentan los estereotipos de género más comunes y socialmente aceptados en los contextos tradicionales (Lara, 2006) (ver figura 1.1):

Características estereotipadas de la personalidad por género

Figura 1.1 ESTEREOTIPOS COMUNES DE GÉNERO

CARÁCTERISTICAS FEMENINAS CONSIDERADAS SOCIALMENTE ACEPTADAS	CARÁCTERISTICAS MASCULINAS CONSIDERADAS SOCIALMENTE ACEPTADAS
<p>Débiles Dependientes Incompetentes Menos importantes Emocionales Ejecutoras Amas de casa Elementos de apoyo Frágiles Volubles Tímidas Apaciguadoras Cautelosas Flexibles</p>	<p>Poderosos Independientes Competentes Más importantes Lógicos Elementos de decisión Proveedores Líderes Protectores Consecuentes Valientes Agresivos Aventureros Concentrados</p>

Cálidas	Autodependientes
Pasivas	Activos
Seguidoras	Dirigentes
Espectadoras	Realizadores
Modestas	Ambiciosos
Subjetivas	Objetivos
Calladas	Expresivos
Maternales	Jefes
Delicadas	Afirmativos
Excitables	Fuertes
Pacientes	Estoicos
Alegres	Impetuosos
Cuidadoras	Decididos
Cooperativas	Realizadores
Abnegadas	Competitivos
Coquetas	

Fuente: "Visión Solidaria A. C." (2002; en Lara, 2006).

Dentro de nuestra cultura mexicana, se tiene el estereotipo del padre como el dueño y señor tanto de su casa como de su familia, con características de macho en donde muestra su masculinidad diferenciándose de la mujer sentimental y afectiva por su frialdad, ya que ella ama y él conquista, ya que el desapego emocional es parte de la "superioridad" del macho sobre la mujer. Dado esto, tanto el hombre como la mujer creen firmemente en la superioridad del hombre en muchos aspectos. Por lo tanto, la superioridad del hombre, le proporciona libertad sexual, en donde a diferencia de una mujer, un hombre necesita de varias parejas sexuales (Stycos, 1958; en Giraldo, 1972).

"Existen una serie de estereotipos, e incluso prejuicios, con relación a qué tipo de conductas deben desarrollar los jóvenes y las jóvenes, y los padres que tienen actitudes tradicionales van a marcar más las diferencias en función del sexo. De modo que a los chicos los van a animar para ser independientes y asertivos, mientras que a las chicas las van a socializar para ser expresivas y condescendientes" (Crouter et al., 1995; en Matud et al., 2002).

"Respecto al contenido de los estereotipos de género, generalmente se ha considerado a las mujeres como sumisas y dependientes, más emocionales y centradas en los sentimientos y en las relaciones. Otros atributos han sido comunión, sociabilidad y nutricia. Por el contrario, a los hombres se les atribuye cualidades como autonomía, confianza en sí mismos, asertividad, instrumentalidad y agencia, es decir, están orientados hacia metas y centrados en

el éxito y logro individual. Por ello se les considera como más racionales y centrados en los problemas" (Matud et al., 2002). Esto ha llevado a las mujeres en una posición de desventaja comparada a la de los hombres, tanto en sus relaciones sociales como de pareja, sin embargo los cambios socio-económico-culturales ha conducido a las mujeres a lograr un mayor empoderamiento en donde han llevado a plantear nuevos estereotipos un poco más alejados de los tradicionales, en donde se puede imaginar a mujeres emprendedoras, trabajadoras, responsables, inteligentes, decididas, independientes y exitosas. Lo cierto es que hasta nuestra actualidad, a pesar de estos grandes esfuerzos todavía se logra observar que debido al gran peso que desafortunadamente los estereotipos todavía tienen en nuestra sociedad, el hombre sigue abarcando mayor estatus y poder en diferentes ámbitos, aún cuando muchas mujeres se han superado y logrado una mayor jerarquía en la sociedad, de cualquier manera el sexo masculino sigue dominando mayor terreno y lo podemos corroborar en diversas profesiones así como en algunas religiones, la política, etc., ya que hasta la fecha no se ha visto por lo menos en nuestro país, a una mujer como presidente o una jefa de gobernación, una sacerdote o una ingeniera liderando un proyecto importante de construcción. Acertando un poco a lo anterior, Heilman (2001; en Matud et al., 2002) afirman que el ser competente no proporciona a la mujer ninguna seguridad de que llegará a los mismos niveles organizacionales que un hombre con competencias similares. Sin embargo ¿qué pasa dentro de las relaciones de pareja? dado que Lara (2006), nos dice que los estereotipos no sólo llegan a dar al interior de la familia, sino también dentro de las relaciones de noviazgo.

Si es verdad que las mujeres no han rebasado del todo una cultura patriarcal y a penas se han acercado un poco más hacia la equidad dentro de las relaciones sociales, entonces, ¿de qué manera es que los estereotipos de género influyen para que se desarrolle una codependencia dentro de las relaciones de pareja en el noviazgo? Probablemente por parte de las mujeres, al creer desde pequeñas, que deben ser dulces, cariñosas, serviciales, enfocarse en las necesidades de otros, incluyendo a sus hermanos varones y a su padre, que deben querer ayudar y cumplir con los deseos de los demás reprimiendo los propios, incluso creer que los hombres son más inteligentes y superiores que las mujeres, que ellos no pueden mostrar sus debilidades y sentimientos, esto encamine a que las mujeres desarrollen y mantengan una relación de codependencia en su noviazgo, aunque los cambios por los que los hombres han atravesado y siguen haciéndolo, deja la posibilidad de que ellos no se queden alejados de caer en la codependencia en sus relaciones de pareja. Dada estas

posibilidades, en donde ambos, hombres y mujeres pueden ser actores y actrices de la codependencia, pueden actuar los papeles o roles que dicha patología posee.

2.3 Roles de género en la pareja (instrumentales / expresivos) y codependencia

De acuerdo a la historia que se tiene tanto en México como en otros países, los hombres y las mujeres somos marcados desde pequeños y socializados de maneras distintas, ya que nos asignan roles sexuales, por una parte a las mujeres se les impone características femeninas, basadas en la realización de tareas domésticas, la reproducción, el hogar y el cuidado de los hijos, tales actividades han sido de valor secundario, a comparación de las que se les han atribuido a los hombres tales como características masculinas y actividades fuera del ámbito hogareño.

Dentro de las instancias que socializan al individuo se encuentran: la familia, la escuela, la religión y los medios masivos de comunicación entre otras; las que contribuyen en el modo de conformar, transmitir, mantener y perpetuar valores, creencias y actitudes que determinan el modo de pensar y actuar de la gente conformando así los roles de género (Mena, 2006).

Fieldman (1982; en Rocha, 2004) define a los roles sexuales o de género, como expectativas o normas culturalmente definidas que describen un patrón de actitudes y conductas apropiadas e inapropiadas para los hombres y las mujeres.

De acuerdo a Gough (1998; en Rocha, 2004) un rol puede ser definido como un conjunto de expectativas y comportamientos asociados a una posición social específica, en la misma forma que un papel teatral exige una cierta actuación. Otro autor como Money (1955; en Rocha, 2004) refiere el papel de género o rol de género como el conjunto de conductas atribuidas a los varones y a las mujeres.

Por otro lado, Hegelson (2002; en Matud et al., 2002) dice que los roles de género se refieren a las normas y expectativas derivadas de ser mujer u hombre; ya que se espera que los hombres sean fuertes, no lloren, sean independientes y competitivos, y que las mujeres sean cariñosas, expresivas emocionalmente, corteses y que auxilien a los demás; es decir, se espera que las mujeres sean femeninas y los hombres masculinos.

Los roles de género también se pueden definir como un amplio repertorio comportamental y de valores que, desde la deseabilidad social, para cada cultura y momento histórico, delimitan el contenido de la masculinidad y la feminidad, siendo adquiridos a través de los mecanismos de control que pone en juego el proceso de socialización (Pastor & Martínez Benlloch, 1991; en Martínez Benlloch & Bonilla, 2000).

Santrock (2002) menciona que los roles de género son las expectativas sociales que prescriben cómo deben pensar, actuar y sentir los seres femeninos y masculinos.

Los estereotipos definen roles, es decir, los distintos papeles que deben desempeñar hombres y mujeres, roles tradicionalmente definidos como el rol masculino, productivo (remunerado), instrumental (mediador entre familia y sociedad) y rol femenino, reproductivo, expresivo. Los roles de género llevan a atribuir una identidad masculina, es decir, masculinidad a los hombres y una identidad femenina, feminidad a las mujeres (Raguz, 1995).

Dentro de la literatura, existen tres principales usos para los roles de género, con ello se puede saber las significaciones que tienen en diferentes contextos, por ejemplo (Rocha, 2004):

- a) Antropología: dentro de este campo, los roles de género se refieren a las expectativas normativas que los miembros de una cultura determinada posee alrededor de la posición que un hombre o una mujer ocupa en la sociedad.
- b) Sociología: en ésta, la relación que se refiere al proceso de jugar un papel, enfatiza la socialización y se localiza en diadas o grupos grandes con una estructura diversa.
- c) Psicología: aquí, los roles de género son las características que distinguen a hombres y a mujeres entre sí y que los diferencian en conducta, personalidad, habilidades, preferencias y gustos.

Ahora bien, Hegelson (2002; en Matud et al., 2002) sugiere que el rol de género está conformado por conductas y actitudes relacionadas con los estereotipos alrededor de lo masculino y lo femenino. Por lo tanto, se ligan a las expectativas y normas que los miembros de cada cultura sostienen sobre el lugar que ocupan los sexos. Por su parte, Parsons y Bales (1955; en Rocha, 2000) identificaron que los roles instrumentales se asocian con lo

masculino en tanto queda vinculado al área laboral y productiva, y los roles expresivos se asocian a lo femenino y se plasma un perfil de pasividad y fragilidad, un rol centrado en la atención de necesidades emocionales.

Raguz (1995), también menciona que el rol tradicional femenino se asocia con un rol de cuidado, maternal, que básicamente se liga al rol reproductivo, un rol nutriente y expresivo. Por feminidad las sociedades tradicionalmente entienden que la mujer debe ser tierna, amar a los niños, ser sensitiva a necesidades de otros, comprensiva y compasiva, cálida, flexible, sumisa, leal, suave y demás atributos y conductas de cuidado asociados con una maternidad extendida más allá de lo familiar al servicio social. Por otro lado, tradicionalmente, la masculinidad se ha asociado con el rol productivo, de proveedor económico, y el rol instrumental, de mediador entre la familia y la sociedad, gira en torno al dominio y el control, control de sí mismo (seguridad, autonomía, buena autoestima, asertividad, capacidad de decidir, de defender una posición, capaz de arriesgarse), y/o control de otros (agresividad destructiva, liderazgo, fuerza, competitividad y valentía). Basow (1992; en Raguz, 1995) agrega que la masculinidad se asocia con instrumentalidad, competencia (habilidad) y actividad; mientras que la feminidad se asocia con calidad y expresividad.

De la misma manera, Ochoa y Vázquez (1992; en Raguz, 1995) refieren que el rol de la mujer, a lo largo de la historia, se le ha relacionado con atributos como la expresividad, la intuición, la moral de cuidado, así como con una postura de delicadeza, debilidad, dependencia, inseguridad, incapacidad aprendida, docilidad y sumisión. En cambio, los roles del hombre han variado más a través del tiempo y de las culturas teniendo diversos atributos para éste como iniciativa sexual, agresividad, confianza personal, éxito, y no ser femenino.

De acuerdo con Murrieta Sánchez (2004), en el rol femenino tradicional se prescriben rasgos como la dependencia, la afiliación, la expresividad emocional, la falta de asertividad y la subordinación de las propias necesidades a los otros.

Abrams (1989; en Raguz, 1995) cree que los varones suelen ser más independientes económicamente y que dependen menos de las relaciones interpersonales. Además, el rol masculino tradicional, rol instrumental, de proveedor, supone competitividad, dominio, independencia, y no colaboración o sensibilidad a las necesidades de otros; por tanto esto puede dar pauta a pensar que pueden encontrarse alejados de la codependencia en sus noviazgos, aunque esto no da una completa certeza de ello.

Pero, desde años atrás los roles tradicionales tanto de hombres como de mujeres han sufrido ciertas transformaciones lo que ha llevado a que éstos se enfrenten a nuevas condiciones de vida y con ello realicen actividades que no van de acuerdo a los estereotipos tradicionales; todo esto debido a diversos cambios políticos, económicos, socioculturales e ideológicos. Lara (2006) refiere que cada vez más, podemos ver a las mujeres desempeñando actividades que antes eran "solo" de hombres (ej. trabajar fuera del hogar), mientras que a estos últimos los observamos realizando otras tareas que se le asignaban a las mujeres (ej. cocinar).

Ser mujer u hombres va más allá de los roles socialmente asignados, y esta nueva perspectiva permite a todos y a todas expresarse más íntegramente dentro de los cambios sociales que se viven (entre ellos, que ambos padres trabajen fuera de casa), pero actualmente se da la necesidad de re-definir y flexibilizar el rol masculino y femenino para que de esta manera, se puedan ir transformando los estereotipos (Lara, 2006) dentro de nuestra sociedad, y se puedan establecer mejores relaciones interpersonales, incluyendo por supuesto las relaciones de pareja.

En la actualidad, ahora se observa que los y las chavos/as son más libres para tomar decisiones en sus relaciones de pareja, sin embargo tantas transformaciones ponen en duda tanto a hombres como a mujeres cómo deben actuar, que roles de género les corresponde ejercer en su noviazgo.

Algunos autores como Díaz-Loving y Sánchez (2002) hacen referencia que en nuestros días se ha empezado a observar algunos cambios en los roles sexuales en donde la mujer se comienza a masculinizar y el hombre se feminiza, es decir; ambos están recuperando las capacidades humanas que culturalmente habían sido negadas.

La vida social se encuentra organizada sobre acuerdos sociales en la distribución de actividades y funciones, genera conjuntos de roles adjudicados a ambos sexos, por tanto, desde esta perspectiva, el origen de los roles de género es la división del trabajo. Esta teoría considera que los roles de género son importantes en lo que respecta al carácter determinante de los estereotipos del género, ya que constituyen una fuente de expectativas acerca de las características femeninas y masculinas (Eagly & Steffen, 1984; Eagly, 1984; Eagly, 1987; en Díaz-Loving, 1999).

Ahora bien, en cuanto a la división de roles de género entre lo femenino y masculino, cabe destacar la importancia de los juegos y juguetes que se proporcionan a cada hijo en dependencia de su sexo, la mayoría de las veces, a los niños se les dan juguetes militares (carros de batalla, aviones con cohetes, soldados, etc.), los carros, súper héroes, muñecos de acción y aventuras, de competencia, o juegos de "luchitas", mientras que a las niñas se les orienta más hacia las muñecas o las barbies, las cuales incluyen en su variedad la que necesita ser alimentada, cambiada de pañal, la que llora o está enferma y se le tiene que cuidar. También en los juguetes llamados "para niñas" se encuentran los electrodomésticos, y dentro de ellos se pueden figurar los juegos de la comidita, la casita, la mamá, la enfermera, etc. (Lara, 2006). Esto da pie y encamina, precisamente que al ser aprendidos este tipo de roles desde la infancia, se queden plasmados ahí hasta la adultez, pasando de ser un simple juego a convertirse verdaderamente en un rol de género que es tomado de manera seria en las relaciones de pareja dentro del noviazgo, dado que no todas las parejas que se encuentran en esta etapa viven juntos y adquieren los roles tradicionales dentro de un hogar, de cualquier manera si ejercen su propio rol de género en el noviazgo de maneras propias de esta etapa, en donde las mujeres no jueguen a la muñeca o la alimentan, pero si apapachen a su pareja cuando se sienten enfermos o cansados, el que ahora ya no jueguen a la casita, sino que acepten que sus novio tomen las decisiones importantes y el control sobre la relación y por ende pueda llevarlas a una relación de codependencia, en donde ellas se dejen de lado, por complacer y ayudar a sus parejas, reprimiendo sus propios sentimientos y deseos por miedo a perder a sus novios, ya que desde niñas aprendieron que su madre no podía llevar al mando un hogar sin su esposo y que de igual manera ellas crean que no pueden manejar sus relaciones de pareja sin tener contentos y satisfechos a sus novios. Por otro lado los hombres aunque durante largos años de su niñez, aprendieron culturalmente roles "propios de niños", es decir, a jugar con los carros, los muñecos de acción y los cohetes, también se les enseñó el tener el control sobre las situaciones y a ser cuidadores y protectores de sus hermanas, especialmente si eran más pequeñas que ellos, lo cual de la misma manera, aunque en menor grado, podría también llevarlos en la adultez, hacia una relación de codependencia dentro de su noviazgo, en donde busquen a toda costa en resolverle los problemas a sus novias, el querer ayudarlas, cuidarlas y complacerlas aún teniendo que sacrificar sus propias necesidades, por el simple hecho de proveerlas, aunque no en la parte económica, si en la parte emocional.

Algunas investigaciones (Díaz-Loving & Rocha, 2005), nos dicen que es innegable que el ámbito familiar y hogareño, parecen un espacio crucial para la definición de los roles y características que mujeres y hombres desempeñan y poseen. Además dentro de ésta misma investigación se encontró con la idea de que entre más preparado (a) se encuentra un hombre y una mujer, es más probable que reflexionen sobre el hecho de que ambos pueden realizar su vida laboral y que dentro del ámbito familiar, pueden poseer conductas, características y responsabilidades compartidas.

De acuerdo con Lara (1993; en Bosques, 2003), uno de los factores íntimamente involucrados con la mujer y que se han cuestionado ampliamente a partir del movimiento de liberación femenina, son los referidos a la conceptualización tradicional del papel o rol que ella juega, y sobre todo en la distinción sobre los papeles de género, ya que los procesos de modernización e industrialización de la sociedad han permitido que se logre un cambio dentro de estos patrones que por años ha sido establecidos.

Dada esta situación en la que hombres y mujeres enfrenten hoy una nueva condición de vida, en donde desempeñan una serie de actividades que hasta hace algunos años eran consideradas inapropiadas para su sexo, pero ahora tras las transformaciones sociales y culturales, así como las necesidades económicas e individuales de los sujetos, son necesarias llevarlas a cabo, es posible que vivan cambios no solo en la interacción interpersonal sino también en la percepción que tienen de sí mismos y de los otros, en sus valores e intereses, en su propia personalidad (Rocha, 2000).

Actualmente, como sugiere Hegelson (2002; en Rocha, 2004) el rol de género está conformado por conductas y actitudes relacionadas con los estereotipos alrededor de lo masculino y lo femenino. Por tanto, se ligan a las expectativas y normas que los miembros de cada cultura sostiene sobre el lugar que ocupan los sexos. Se espera que las mujeres sean cariñosas, tiernas, que cuiden a otros, es decir, que sean femeninas así como se espera que los hombres sean masculinos, en tanto sean fuertes, no llores, sean independientes, etc. Sin embargo, el establecimiento de los roles de género tradicionales parece presentar modificaciones pues en las actividades realizadas por hombres y mujeres, pueden ser compartidas y se ha alejado de los parámetros tradicionales, empero, siguen existiendo expectativas alrededor del rol que cada ser juega en la sociedad. Por tanto, el contexto sociocultural parece influir en el rol que juegan hombres y mujeres (Rocha, 2004). De

cualquier manera, aún se deja en duda si los roles de género tradicionales son persistentes o están modificándose hoy en día, no sólo dentro de la sociedad o en las relaciones maritales, sino también dentro de las relaciones de pareja en el noviazgo, es decir, que dado los cambios que empiezan a ser visibles, cabría la posibilidad que ahora, las mujeres además de seguir siendo afectuosas con sus parejas, también sean partícipes en la toma de decisiones y establecimiento de las reglas de sus noviazgos, que se consideren la parte racional y fuerte de su relación, mientras que por su parte los hombres, además de tomar decisiones dentro de su relación de pareja, también sean sensibles a las necesidades emocionales de su pareja, les den consejos y apapachen a sus novias cuando lo necesiten.

Por otro lado, lo anteriormente dicho, deja entrever la relación existente entre estos roles de género con un posible desarrollo de la codependencia, en donde hombres y mujeres se encuentran expuestos a dicha patología, y en su afán de mantener una equidad en su manera de relacionarse con su pareja, puedan llegar a ser conducidos a un extremo de conductas propias de la codependencia como lo es la abnegación (auto-sacrificio y negación del yo), el altruismo (concentración en la otra persona), la dependencia (responsabilidad hacia la pareja) y la necesidad de complacer (sensación de ayudar y darle gusto a la pareja) de manera obsesiva y recurrente.

Algunos autores como Hands y Dear (1994; en Zarco, 2005), plantean que existen claras similitudes entre varias características de la codependencia y algunas conductas del rol femenino socialmente sancionadas. Las mujeres, más que los hombres, son "entrenadas" a través de las normas sociales para cubrir las necesidades de otros y para enfocar sus energías en su capacidad de "cuidadoras"; características que son concebidas como definidoras de la codependencia. De esta manera, los rasgos de feminidad negativa (chillón, quejumbroso, llorón) han sido fuertemente asociados con la codependencia mientras que la masculinidad positiva (competente, independiente, arriesgado, etc.) se ha relacionado inversamente con esta característica (Zarco, 2005).

2.4 Actitudes y Codependencia

McGuire (1985; en Rocha, 2004) refiere a las actitudes como los juicios de carácter evaluativo, ya sea positivo, negativo o neutral sobre las personas o circunstancias

De acuerdo con Matud et al., (2002) las actitudes hacia el rol de género se refieren a las creencias de cómo deberían comportarse mujeres y hombres dentro de una sociedad determinada.

Rocha (2004) menciona que en el contexto de la identidad de género, las actitudes parecen cruciales en el proceso de confirmar la pertenencia a un género, dando congruencia a la evaluación y autopercepción que se hace alrededor del yo como sujeto relacionado con un grupo (hombres o mujeres).

En el campo del género, de acuerdo con Hegelson (2002; en Rocha, 2004) y Lips (2001; en Rocha, 2004) las actitudes parecen aludir también a la creencia de cómo deberían comportarse mujeres y hombres, y aclaran que existen distintos componentes de esta actitud. En su elemento efectivo, encontramos la presencia de lo que se denomina sexismo y que se refiere al prejuicio que existe hacia las personas del otro sexo; en su componente cognitivo se hace referencia al estereotipo de género, vinculado a las creencias relacionadas con las características biológicas y psicológicas de hombres y de mujeres, aspecto que ha sido referido previamente, y por último, en su dimensión conductual, hace referencia de los individuos en función de sus sexo. De cierta manera, el rol de género y las actividades involucradas en este, se encuentran altamente vinculadas a la aceptación de ciertas creencias que diferencian a los géneros y que hacen evidente a la convivencia el trato diferencial y la discriminación. En este sentido, como Lips (2001; en Rocha, 2004) refiere, esta discriminación no necesariamente tiene que ser hostil, sino que puede reflejarse incluso en la idealización que cada individuo hace sobre el género opuesto, es decir, idealizar a la mujer como ama de casa, sumisa, abnegada, etc; y al hombres como proveedor, responsable, fuerte, etc.

De esta manera, la conducta de mujeres y hombres puede estar influida por cómo las personas han interiorizado las actitudes de su cultura acerca de los roles de género (Matud et al., 2002).

Piotti (1980; en Lara, 2006), dice al respecto, que niños y niñas con frecuencia son orientados en sus actitudes, comportamientos, costumbres y juegos de forma diferenciada y de acuerdo a los estereotipos que la sociedad le fija a cada sexo. Sugiriendo también, la interacción de género a través de comportamientos afectivos y organizativos (Lara, 2006).

Puesto que en cada cultura existe un significado particular vinculado al hecho ser hombre o ser mujer que matiza la identidad de las personas, repercutirá en la transformación individual de la identidad, de las características personales, de las creencias y sin duda de las actitudes hacia los roles de género.

2.5 Patrones de Socialización y Codependencia

2.5.1 Definición y antecedentes teóricos de la Socialización

Para comprender la importancia de la sociedad humana en cuanto a la influencia socializante de la conducta, hay que hacer referencia primeramente a la cultura, puesto que ésta es el rasgo más significativo de una sociedad. La cultura como tal, se compone de los patrones aprendidos y organizados de conducta característicos de una sociedad particular, por lo cual, la ideología y los valores de una sociedad determinan directamente los patrones preferidos de socialización. La cuestión de la cultura y su influencia en la conducta ha sido de importancia fundamental desde los años de 1920, cuando los antropólogos comenzaron a estudiar sistemáticamente las sociedades primitivas y observaron que la conducta humana mantiene grandes variaciones bajo diferentes condiciones sociales., sin embargo los estudios de socialización se limitan generalmente a demostrar que las prácticas de cuidado de los niños tienen impacto en el desarrollo de la personalidad. Según Linton (1936; en Mann, 1981), la cultura es la suma total de los patrones de conducta, actitudes y valores compartidos por los miembros de una sociedad dada.

De acuerdo con Lambert y Lambert (1964), mencionan que nuestras personalidades se van formando y desarrollando, en parte, por medio de los contactos sociales con otras personas, y justamente los padres son, por lo general, los primero vínculos afectivos y ejercen, como refiere Mann (1981), la más poderosa influencia socializadora.

Lo cierto es que, muchos factores externos son influencias en menor o mayor grado para moldear nuestra personalidad, así como la adquisición de nuestros valores, creencias, comportamientos, actitudes, etc. Es por esto que podemos entender la socialización como el proceso mediante el cual los individuos pertenecientes a una sociedad o cultura aprenden e interiorizan un repertorio de normas, valores y formas de percibir la realidad, que los dotan de las capacidades necesarias para desempeñarse satisfactoriamente en la interacción social; y aún más allá de ésta, puesto que las habilidades intelectuales y emocionales se adquieren a través de actividades interactivas, por lo que es posible que un individuo puede llegar a ser

como las personas que lo rodean. Aunque esto no se debe generalizar, un niño tiene mayores probabilidades que un adolescente o adulto, de ser influenciado por aquellos con los que convive frecuentemente, y esto ocurre ya que el niño, está en pleno desarrollo de su personalidad, por lo cual necesita de factores externos para poder ir internalizando algunos patrones de conducta a través de la observación y mediante la imitación.

El objetivo de la socialización, es llevar al individuo a conformarse de buena voluntad a los usos de la sociedad y de los grupos a los que pertenece (Mann, 1981) y por ello, mediante el proceso de socialización, se debe tomar consciencia de la estructura social en la que un individuo nace. Aunque el término de socialización se usa generalmente en relación con el desarrollo del niño, se trata de un proceso general y es aplicable a los adultos. Por lo general se distingue la socialización primaria, en la cual el infante adquiere las primeras capacidades intelectuales y sociales, y que juega un papel más crucial en la constitución de su identidad de los procesos de socialización secundaria, donde actúan instituciones como la escuela.

El sentirse perteneciente a una sociedad determinada, significa en gran parte exponerse a sus valores culturales e implica un cierto grado de conformidad con la conducta de sus miembros y la necesidad íntima de contactos sociales satisfactorios con otras personas, ya que finalmente desde pequeños nos han enseñado a convivir y adaptarnos dentro de la sociedad en la que hemos crecido. Muchas referencias a la socialización hacen alusión, primeramente a factores sociales que han intervenido en el desarrollo infantil, puesto que un(a) niña(a) aprende a convertirse en miembro aceptado de un grupo. En el proceso de socialización algo que es característico es el impacto de las normas de grupo sobre las características individuales.

De acuerdo con Lott (1990; en Martínez Benlloch & Bonilla, 2000) la socialización describe la manera como aprendemos a comportarnos en la forma que nuestra cultura espera que lo hagamos, y las diferencias de poder reclaman una socialización diferencial.

Por otro lado, Kamisky (2001; en Mena, 2006) refiere a la socialización como "todas y cada una de las instancia a través de las cuales un sujeto humano integra e incorpora las consignas y determinaciones de la estructura social en la que interactúa.

Por tanto, la socialización resulta ser un proceso determinante en la conformación de la identidad de las personas. Dicha socialización hace referencia a la adopción e internalización, por parte del individuo, de valores, creencia y modos de percibir el mundo compartido por un grupo. Estrictamente hablando, la socialización ocurre siempre que un individuo se ha de ajustar a los estándares de un grupo nuevo (Mena, 2006).

Estos estándares los aprendemos principalmente de nuestra familia, ya que es este núcleo familiar el primer socializador encargado de transmitir dicha información a través de sus enseñanzas y ejemplo, aprendemos así el tipo de ropa, peinado, comportamientos, valores, etc.; adecuados para cada sexo. Posteriormente a través de la socialización secundaria transmitida fuera de la casa, por los amigos, la escuela, el trabajo, los medios de comunicación, la pareja, etc.; reafirmamos dichos conocimientos (Navarro, 2009). A partir de aquí, el niño internalizará las normas del comportamiento social; al respecto, se espera que la familia propicie y asegure un clima de seguridad emocional; por lo tanto, si se entiende a la familia como un subsistema de la sociedad, se espera que actúe como filtro de las actitudes, las normas e ideas del grupo social al que se pertenece. En tal sentido, la familia aporta elementos de construcción a los individuos en tres áreas:

- Primeras relaciones interpersonales e intercambios comunicacionales
- Seguridad emocional
- Comportamientos sociales (afecto, desarrollo emocional)
- Aprendizajes básicos
- Sistema de control de comportamiento (disciplina, normas, reglas, valores y ética)

Desde la perspectiva particular de las ciencias sociales, la caracterología de los géneros se fundamenta primordialmente en los procesos de aculturación y socialización que moldean la predisposición biológica de ambos géneros. De acuerdo a esta postura, los procesos antes mencionados determinan la adquisición de patrones de conducta sexualmente tipificados; es decir, primero se aprende a distinguir e identificar dichos patrones, después se generalizan dichas experiencias y expectativas, para finalmente internalizar las normas y producir la práctica de la conducta esperada. El proceso incluye un condicionamiento directo o indirecto de estímulos y modelos que provocan en los géneros distintas estructuras normativas, personales, actitudinales, etc., que a su vez desembocan en respuestas emocionales y conductuales particulares (Rojas, 2006).

2.5.2 Patrones de Socialización

Los patrones de socialización son una serie de pasos que mantienen una continuidad, en donde a hombres y mujeres, como miembros de una sociedad se les enseña lo que necesitan saber para mantener una vida social y poderse identificar ya sea de un sexo u otro, para que de esta manera actúen de acuerdo a las demandas específicas de una cultura, con la cual van a interactuar y en donde ambos adquirirán las habilidades necesarias, las características, las conductas, las normas y los valores adecuados para poderse insertar en la vida social de su cultura (Díaz-Loving & Rocha, 2005).

Las comparaciones transculturales de los valores dominantes en las diferentes culturas y las influencias subsecuentes a estos valores, esclarecen enormemente la importancia de la cultura, la variabilidad de la conducta humana y el concepto de normalidad en la conducta.

Puesto que el estudio de la cultura, al mismo tiempo que constituye la base para la comprensión de los factores subyacentes al desarrollo de los diferentes grupos de individuos, nos revela el común denominador de la conducta humana. Aún las motivaciones aprendidas, tales como el temor, el mantenimiento de la autoestima, la necesidad de afiliación y de aprobación social, aunque se expresan de diferente forma, son comunes en todas las sociedades.

Y es precisamente la sociedad quien determina las actitudes del individuo, sus valores, sus hábitos, los patrones de cooperación y de conflicto y el modo por el cual la persona va a relacionarse con los demás, incluso con su pareja en la etapa adulta.

Desde pequeños, los individuos adquieren aquellos patrones de socialización de la cultura en la que se encuentren inmersos. A los niños se les empieza a diferenciar notablemente de las niñas, se les enseña a identificarse con su propio sexo biológico, además de adherirles un social, es decir las conductas propias para cada género. En el caso de los hombres se les genera la idea de que ellos tienen que ser más rudos, agresivos, deben ganar a toda costa, buscar riesgos y no respetar reglas ya que estas características son masculinas y "propias" de los hombres. Por otro lado, a las niñas, se les sobreprotege, les es permitido llorar, temer ante el fracaso, dado que se les considera menos capaces para resolver problemas, esto se les ha atribuido debido a que se relaciona con fuerza física, donde se ve a los hombres como fuertes y a la mujeres como débiles y vulnerables (Jiménez, 2009).

Debido a que los procesos de socialización de patrones de género se han producido de manera cotidiana y automática en distintos contextos socioculturales, se ha tomado la creencia popular que las diferencias que existen entre hombre y mujeres son naturales, es decir que son genéticamente determinadas. Sin embargo, de acuerdo con Díaz-Loving et al. (2007) gran parte de las diferencias a las que se hace alusión cuando se asume que las mujeres son del planeta Venus y los hombres del planeta Marte, devienen de una serie de construcciones socioculturales emanadas de procesos de socialización y endoculturación, que bosquejan una imagen particular para cada sexo, estableciendo y promoviendo comportamientos, actividades, preferencias, gustos o deseos diferentes.

Fue a partir de los años sesenta y setenta, cuando se empezaron a cuestionar la definición de lo que implicaba la femineidad así como los roles tradicionalmente asociados a ella. Desde entonces, se ha tratado de explicar por qué y cómo las mujeres aprenden a expresar su femineidad de diferentes maneras de acuerdo al entorno social, económico, político y cultural. Las investigadoras feministas, dentro de la historia, la antropología y las ciencias, plantean que aquellos atributos supuestamente "naturales" de la mujer no tienen nada de natural: las mujeres no son inherentemente pasivas, ni sumisas, ni hogareñas, ni irracionales, tampoco maternales. Las pensadoras feministas han argumentado que la biología no basta para explicar los roles tradicionales de la mujer, y que más allá de la anatomía, se encuentra guiada de una serie de valores y conductas que se desarrollan históricamente y de acuerdo a cada cultura (Castañeda, 2002).

En las últimas décadas del siglo XX surgieron los llamados "estudios de género", subsecuentemente a esto surgieron "estudios de la masculinidad" que se han dedicado a examinar la identidad masculina. Estos estudios fueron complementados con un enfoque histórico y social, en donde la teoría del aprendizaje formó parte introduciendo el concepto de los roles aprendidos, según el cual los niños aprenden a ser hombres y conductas machistas "propias" de los hombres, de acuerdo a su entorno familiar y social. La antropología contribuyó a una visión más completa sobre el tema con ejemplos recogidos de otras sociedades donde los hombres no son agresivos, ni competitivos, ni dominantes frente a las mujeres. Muchos estudios de género han demostrado que no existe un solo tipo de masculinidad y que ésta no responde a un factor biológico, sino a una construcción social. Al igual que las conductas y actitudes machistas, Así como los rasgos considerados "típicamente" masculinos o femeninos no son universales ni forman parte de la herencia

innata de las personas. Es cierto que los seres humanos poseemos características genéticamente programadas, pero el género y las construcciones sociales que de él se derivan no lo son (Castañeda, 2002).

Otros estudios (Pearson et al. 1993; en Díaz-Loving & Sánchez, 2002) revelan que en cuanto al contacto físico y la demostración de sentimientos, las mujeres disminuyen las distancias, es decir que tienen un mayor contacto físico y una hipótesis que se postuló fue que hombres y mujeres pasan por un proceso de socialización diferente, por lo que se les enseña también a comportarse de diferente manera. Desde el punto de vista de los estereotipos, se espera que las mujeres sean más sensibles y más afectuosas hacia los demás, esto debido a que las niñas se les refuerza el contacto físico con los demás, mientras que a los niños se les alienta a que no sean tan apegados con las personas (Díaz-Loving & Sánchez, 2002).

Es por esto que para entender una relación de codependencia, primeramente debemos aprender a entender el modo en que los individuos son moldeados por la sociedad en que nacieron y en la que crecen y la cultura en la que se desarrollan y por medio de la cual adquieren aprendizajes específicos así como los límites que en ella se encuentran.

La cultura realmente, juega un papel muy importante para el desarrollo de la codependencia, ya que de acuerdo con Díaz Guerrero (1989; en Zarco, 2005), el altruismo y la abnegación son características esenciales del comportamiento de la cultura mexicana y conductas propias de la codependencia. Los mexicanos, por término medio, han crecido con una tendencia a la abnegación, a la negación del yo y de sus necesidades a favor de los demás y de la sociedad (Zarco, 2005).

2.6 Rasgos de Masculinidad-Feminidad (Instrumentalidad - Expresividad) y Codependencia

De acuerdo con Díaz-Loving et al. (2007), la masculinidad y feminidad son conceptos referentes a los atributos o rasgos de personalidad adscritos a hombres y mujeres y que al centrarse sólo en el componente psicológico, la masculinidad y la feminidad se entienden como aquellas características que son consistentes en los individuos y que se vinculan al comportamiento similar a través de diferentes escenarios.

La masculinidad y la feminidad son vistas como dimensiones unipolares diferentes (Bem, 1974; Spence, Helmreich & Stapp, 1974). Desde esta perspectiva, la masculinidad y la

feminidad, representan estilos interpersonales o conjunto de características que no son excluyentes entre sí; es decir, una persona puede poseer características o conductas tanto masculinas como femeninas (Rocha, 2004).

Las dimensiones psicológicas de la masculinidad y la feminidad se refieren a aquellos atributos socialmente deseables y estereotípicos que diferencian a hombres y mujeres y que por tanto definen la esencia de la personalidad masculina y femenina (Rocha, 2000).

Spence (1993; en Rocha, 2004) refiere a la masculinidad y a la feminidad como ropaje de la identidad, pensando en que las personas que se definan como hombre o como mujer incorporarán una serie de características que obedecen a estas dimensiones y que ayudan la confirmación de que se pertenece a uno u otro género.

En su teoría Spence y Helmerich (1978; en Raguz, 1995) visualizaron que la masculinidad y la feminidad eran independientes del sexo biológico y justo ellos mismos propusieron reemplazar el término de identidad sexual por identidad de género, y después, reemplazar masculinidad y feminidad, por instrumentalidad y expresividad.

Matud et al. (2002) mencionan que la masculinidad y la feminidad se refieren a las diferencias en rasgos, conductas e intereses que la sociedad ha asignado a cada uno de los roles de género.

Por su lado, Castañeda (2002) refiere que, lo que significa ser hombre, lo que significa ser mujer, la masculinidad y la feminidad, constituyen el género, y dado que sexo y género no siempre coinciden completamente, puede haber mujeres con rasgos considerados "masculinos" y hombres con rasgos considerados "femeninos", sin que por ello dejen de ser mujeres y hombres.

De acuerdo con Rocha (2000), al situar las dimensiones de masculinidad y feminidad como rasgos de personalidad que los individuos pueden poseer en cierto grado, parecería lógico suponer que estos, tras establecerse, resultan inamovibles; sin embargo, algunos autores señalan que en realidad los continuos cambios y transformaciones que se presentan en la distintas sociedades conllevan a un cambio en el significado funcional de estos. De esta forma, si las funciones desempeñadas por cada uno de los sexos en una sociedad determinada llegan a ser poco adaptativas o bien entran en conflicto con el sistema de valores de la

sociedad, es de esperarse que se presenten ciertas variaciones tras las presiones sociales, en un intento por mantener la funcionalidad y el equilibrio.

"La diferencia fundamental, es que como rasgo de personalidad, cada individuo tiene su propio perfil y por lo tanto asignarle el ser más o menos masculino o femenino es una simplificación que bordea en lo correcto. En cambio, esa misma generalización es una premisa que se toman las socioculturas ya que las normas sociales viven de la generalización. Por tanto, aunque diversos estudios sobre la masculinidad y la feminidad dan claridad en cuanto a sus orígenes y contenidos, hay una serie de interrogantes que han surgido a partir de la presencia de rasgos específicos coincidentes con lo que tradicionalmente se ha conocido como feminidad y como masculinidad en cada sociocultura particular" (Díaz-Loving et al., 2007, p. 13).

Lewin (1984; en Díaz-Loving et al., 2007) propone que la masculinidad y la feminidad deben ser consideradas como aspectos relevantes del autoconcepto o la autoimagen de las personas, dando lugar a la posibilidad de concebir la variabilidad individual vinculada al contenido específico de género en el autoconcepto de las personas. Es decir, que la masculinidad y la feminidad con respecto a la autopercepción, estarán vinculados a los significados que culturalmente se asocian a los géneros (Díaz-Loving et al., 2007).

En la conceptualización social es frecuente encontrar dos partes, la masculina y la femenina, que implican dos ámbitos desiguales y segregados. Pruebas de esta visión asimétrica de lo masculino y femenino se encuentran a diario en el modo en como los distintos medios de comunicación y de socialización se refiere a lo que es propio y específico del hombre y la mujer. Diversos análisis sobre la presencia de estereotipos sexuales en la publicidad ponen de relieve la elevada proporción en que a las mujeres se les adjudica el desempeño de un papel dependiente, decorativo y casi nunca en una posición de autoridad; mientras que los hombres son representados como independientes, activos y en puestos de mando" (Barbera Heredia, 1991; en Díaz-Loving, 1999; Sebastián, 1988).

Esto se puede deber a que, tradicionalmente se había asumido que la masculinidad es el ideal del desarrollo del niño y la feminidad, de la niña. Dicha idea se encuentra basada en la existencia de diferencias sexuales innatas e inmutables, la crianza y educación formal e informal y la socialización de las niñas y los niños desde su nacimiento, era diferente en base a su sexo biológico (Raguz, 1995).

La descripción surgida de los patrones conductuales especificados para cada género llevó a que los individuos femeninos se les percibieran como más cálidos, expresivos e interesados por los problemas personales y de los demás, mientras que, a los individuos masculinos se les describía como más asertivo, racional y orientado hacia la actividad instrumental. Lo anterior creó una polémica respecto a la falta de simetría en la deseabilidad social de los roles instrumentales masculinos y los expresivos femeninos (Bakan, 1996; Parsons, 1958; en Díaz-Loving, 1999).

De acuerdo con Díaz-Loving et al. (2007), la masculinidad se encuentra asociada a los hombres, se reviste de una visión que destaca la acción, la fortaleza, la soberanía, la independencia, el egoísmo y la imposición, en tanto la feminidad recoge el lado asociado a las emociones, el cuidado, la ternura, la pasividad y la sumisión.

En distintas sociedades durante mucho tiempo ha existido una visión tradicional sobre el hombre y la mujer, y la división que existe entre las funciones instrumental (masculinidad) y expresiva (feminidad) parte de una fuerte creencia de que hombres y mujeres poseen cualidades personales opuestas. De esta forma, en las sociedades se forman visiones estereotipadas de lo que debe ser un hombre y lo que debe ser una mujer. Algunas investigaciones muestran características que diferencian a las mujeres de los hombres, en donde ellos se hayan siendo agresivos, activos, competitivos, independientes, ambiciosos, aventureros, dominantes, con confianza en sí mismos, nada fáciles de influir, poco emocionales, resistente ante las crisis, con gusto por las matemáticas y las ciencias, habilidosos en los negocios, con facilidad en la toma de decisiones y como líderes; mientras que las mujeres se hayan con costumbres elegantes, con gran necesidad de complacer, con tacto al tratar a los demás, conocen los sentimientos de los demás, expresan con facilidad los sentimientos de ternura, son muy amables, sumisas y fáciles de influir, y disfrutan mucho con la literatura y el arte. En el rol femenino tradicional se prescriben rasgos como la dependencia, la filiación, la expresividad emocional, la falta de asertividad y la subordinación de las propias necesidades a los de los demás (Murrieta Sánchez, 2004), características que describen a la codependencia.

Las principales diferencias encontradas a lo largo de investigaciones sobre características masculinas y femeninas, han indicado que las mujeres se perciben como más expresivas y los hombres como más instrumentales, y esto puede dar inicio a que a la mujer

se le atribuyan características de ternura, abnegación, sumisión, bondad y al hombre características de inteligencia, funcionalidad y fuerza (Díaz-Loving & Sánchez, 2002).

2.6.1 Dimensiones de masculinidad (instrumentalidad) y feminidad (expresividad) positiva / negativa

Las dimensiones psicológicas de la masculinidad y la feminidad se refieren a aquellos atributos socialmente deseables y estereotipados que diferencian a hombres y mujeres y por tanto definen la esencia de la personalidad masculina y la personalidad femenina. En un principio la masculinidad y la feminidad se consideraban como puntos opuestos en un continuo, sin embargo actualmente son consideradas dimensiones ortogonales (Robinson & Shaver, 1991; en Rocha, 2004); lo cual significa que aunque son principios separados pueden coexistir en cierto grado tanto en hombres como en mujeres.

Una de las definiciones teóricas generalizadas de estas dimensiones y que se han tomado como base para la operacionalización de la masculinidad-feminidad es que estos son rasgos de personalidad duraderos. Sin embargo, dentro de la misma literatura se menciona que cada instrumento que ha sido desarrollado para la evaluación de estos constructos parten de definiciones conceptuales diferentes (Zarco, 2005).

Los rasgos de masculinidad-feminidad (instrumentalidad-expresividad) son cualidades psicológicas propia de hombres y /o mujeres que denota características psicológicas de su propio sexo o del sexo contrario teniendo como filtro al grupo cultural. Independientemente de su sexo biológico las personas pueden poseer distintos grados de cualquiera de estos cuatro rasgos de personalidad:

- Instrumentalidad positiva: rasgos instrumentales socialmente aceptables. Hombres y mujeres altos o bajos en instrumentalidad positiva, en donde algunos podrían caracterizarse por ser más o menos cooperativos, otros orientados al logro y otros más o menos egocéntricos.
- Instrumentalidad: negativa: rasgos instrumentales con menor aceptación social. Hombres y mujeres altos o bajos en instrumentalidad negativa, en donde las personas podrían puntuar como más o menos machistas o autoritarias o bien como rebeldes sociales.

- Expresividad positiva: rasgos expresivos socialmente aceptables. Hombres y mujeres altos o bajos en expresividad positiva, en donde las personas pueden calificarse como muy expresivos-afiliativos o bien románticas y soñadoras o todo lo contrario.
- Expresividad negativa: rasgos expresivos con menor aceptación social. Hombres y mujeres altos o bajos en rasgos de la expresividad negativos tales como ser muy chillones e inestables, o bien muy lábil emocionalmente o finalmente muy dependientes del entorno social.
- Androginia positiva: rasgos tanto expresivos como negativos deseables individualmente y socialmente. Hombres y mujeres altos en rasgos expresivos e instrumentales positivos (Rocha, 2004).

En cuanto a la masculinidad o instrumentalidad se refiere, Raguz (1995) tiene diferentes definiciones:

- 1) Masculinidad Social, la cual gira en torno a lo agresivo, dominante, al liderazgo, a controlar personas y situaciones.
- 2) Masculinidad Interna, la cual se refiere a un buen autoconcepto y alta autoestima, sentirse seguro de sí, confiado en sí mismo (sí mismas), ser asertivo (autoafirmativo), capaz de tomar decisiones, poseer habilidades de liderazgo, ser activo e independiente.
- 3) La tercera definición hace referencia a la ambición, característica que es considerada negativa ya que los demás coinciden con el ideal del ser humano.

La masculinidad (instrumentalidad) posee un elemento clave que es el poder, ser hombre significa tener y ejercer poder. El poder asociado a la masculinidad exige poseer algunas características, tales como ganar, ordenar, lograr objetivos y ser duro. La masculinidad se ha transformado, ya que implica suprimir emociones, sentimientos y negar necesidades. El varón llega a temer que si experimenta y demuestra sentimientos de ternura y afecto puede transformarse nuevamente en un niño dependiente. Se siente obligado a creer que la mujer le pertenece y que la relación de pareja con ella debe ser más de poder que de afecto (Vieira, 1986; en Hardy & Jiménez, 2001).

Montijo (2000) también menciona que, aunque existen diferentes tipos de masculinidad, socialmente conocemos un estándar de "ser hombre". Este estándar comprende

una serie de características como el poder, la autoridad, la fuerza, la protección, la violencia, la compulsión sexual y el control en la manifestación de los sentimientos, entre otras.

Es innegable observar que existen diferencias entre hombres y mujeres, sin embargo ambos pueden poseer características tanto instrumentales como expresivas. Sin embargo éstas pueden ser positivas o negativas. Por su parte, Bem (1974) fue quien introdujo el término Androginia, rasgo que hace referencia a la personalidad que posee ambas características: masculina y femenina; instrumental y expresiva.

La posibilidad de que existan hombres y mujeres altas en rasgos masculinos y femeninos denominados andróginos, a quienes se les considera sensibles y decididos a la vez, características que permiten a los individuos que las poseen una mayor capacidad de maniobra y flexibilidad en el comportamiento; hombres y mujeres altas en rasgos masculinos y bajos en características femeninas, en los cuales predominan las características tradicionalmente asignadas al estereotipo masculino, hombres y mujeres que muestran rasgos típicos femeninos y bajos rasgos masculinos llamados femeninos, y por último, hombres y mujeres que muestran pocas características de personalidad asignadas socialmente a ambos géneros, a este grupo los autores lo llamaron indiferenciado; es decir, que no tienen características ni masculinas ni femeninas, no tienen ningún recurso de personalidad en estos términos (Díaz-Loving & Sánchez, 2002).

Por lo general, las personas andróginas, tienden a quedar fuera de los roles de género con la pareja, ya que poseen una gama amplia de comportamientos más adaptativos tanto masculinos como femeninos, tales como el ser afectuoso con su pareja, darle consejos a su pareja cuando tiene problemas, establecen reglas dentro de la relación, se mantienen estables y fuertes ante las dificultades, etc. De acuerdo con Raguz (1995), el modelo "Andrógino" de una persona ya sea hombre o mujer, es de aquella capaz de ser tierna, comprensiva, cálida, sensitiva, y hasta sumisa si es necesario. También sería capaz de ser dominante, agresiva, asertiva, independiente, controlar sus emociones, liderar, tomar decisiones teniendo seguridad y confianza en sí, además de poseer una buena autoestima y buen autoconcepto.

En Estados Unidos parece haber una mayor aceptación de la androginia y de las similitudes entre el comportamiento de hombres y mujeres, pero en muchos otros países los

roles continúan siendo específicos del género (Santrock, 2002). Algunos de los atributos que se les adscribe a la mujeres en un grado andrógino como son los rasgos instrumentales deseables vinculados a una responsabilidad social y expresivos positivos que muestran su empatía y comunión social, sólo se encuentran en algunos escritos de desarrollo personal de humanistas como Maslow (1954) y Rogers (1961), o en la visión de Adler (1957), de un desarrollo de la personalidad óptimo (Díaz-Loving et al., 2001).

La insistente lucha por favorecer un trato equitativo entre los géneros y una mejor calidad de vida para ambos, exige que las personas desarrollen potencialmente una alta capacidad afectiva, empática, expresiva y comprensiva, lejos del chantaje, la vulnerabilidad y la manipulación, así como también exige el desarrollo de una alta capacidad práctica, objetiva, orientada al logro, segura y firme, alejada del patrón dominante, agresivo o machista que ha revestido la identidad de los hombres y que rigurosamente parece ser hoy un camino en el que han incursionado las mujeres al jalar de la instrumentalidad lo positivo y lo negativo (Rocha, 2004; Díaz-Loving et al., 2007).

Reiterando, la presencia de una personalidad combinada entre rasgos positivos instrumentales y expresivos positivos, resulta el punto intermedio ideal, en el cual las parejas pueden desarrollarse mejor y tener una interacción más sana y constructiva, alejándose de la codependencia. Las personas con rasgos instrumentales y expresivos positivos, serán más capaces de resolver favorablemente sus problemas en sus relaciones interpersonales. Las personas con características socialmente indeseables, mostrarán mayor vulnerabilidad cuando éstas sean expresivas negativas, y mayor número de conductas destructivas cuando estas sean instrumentales negativas. Resumiendo esto se puede señalar que la combinación de rasgos instrumentales y expresivos negativos (andrógino-negativos) causará la mayor cantidad de desajuste individual, social y de pareja.

Cuando se asume que la androginia es un factor positivo en la salud mental, se hace referencia a la androginia positiva. Así tanto la instrumentalidad como la expresividad positivas, son rasgos valiosos que, al estar combinados favorecen que las personas sean más felices y que como sugieren Hegelson y Fritz (1999; en Díaz-Loving et al., 2007) tengan un mejor ajuste psicológico y emocional (Díaz-Loving et al., 2007) y probablemente una relación de pareja más saludable y alejada de la codependencia.

De acuerdo con Pleck (1983; en Santrock, 2002), la trascendencia del papel o rol de género, el punto de vista que establece es que, la competencia de los individuos debe conceptualizarse en términos de ellos como personas y no en términos de su masculinidad, feminidad o androginia.

Cada grupo o sociedad establece el tipo de comportamientos y características que son deseables y aceptables en cada persona, particularmente en función de su género. A continuación se mostrarán las diferentes dimensiones de los rasgos instrumentales positivas/negativas y expresivos positivos/negativos deseables e indeseables en hombres y mujeres (Díaz-Loving et al., 2007):

Tabla 1.2 Dimensión instrumental positiva

INSTRUMENTALIDAD POSITIVA		
<i>Instrumentalidad Cooperativa</i>	<i>Instrumentalidad Orientación al logro</i>	<i>Instrumentalidad Egocéntrica</i>
Cumplido	Determinado	Arriesgado
Responsable	Competente	Atrevido
Ordenado	Tenaz	Valiente
Organizado	Cabal	Arrojado
Cumplidor	Insistente	Oportunista
Seguro	Cautó	
Trabajador	Ambicioso	

Área Instrumental Positiva

Instrumentalidad positiva: hombres y mujeres altos o bajos en instrumentalidad positiva, en donde algunos podrían caracterizarse por ser más o menos cooperativos, otros orientados al logro y otros más o menos egocéntricos de acuerdo con los tres factores que conforman esta dimensión.

- *Instrumentalidad Cooperativa*: hace referencia a una personalidad precavida, trabajadora, formal, activa, ordenada, cumplida, responsable, "chambeadora", organizada, etc. Responde a atributos de producción y manipulación del medio, aunado a una responsabilidad social que enfatiza el bien común.
- *Instrumentalidad Orientada al logro*: hace referencia a rasgos tales como ser autosuficiente, persistente, competitivo, íntegro, constante, ambicioso y competente, que son características que enfatizan la competencia personal encaminada al desarrollo y progreso individual.

- *Instrumentalidad Egocéntrica*: se destaca el ser atrevido, arriesgado, arrojado y valiente, características que responden a un patrón orientado al desarrollo y progreso personal en el que sobresale la individualidad encaminada a la satisfacción personal más que a la grupal.

Tabla 1.2.1 Dimensión instrumental negativa

INSTRUMENTALIDAD NEGATIVA		
<i>Instrumentalidad-machismo</i>	<i>Instrumentalidad-autoritario</i>	<i>Instrumentalidad rebelde social</i>
Violento Rudo Agresivo Tosco Patán Problemático	Mandón Orgullosa Dominante Vengativo Terco Manipulador	Descortés Desagradecido Desatento Irreflexivo

Área Instrumental Negativa

Instrumentalidad negativa: hombres y mujeres altos o bajos en instrumentalidad negativa, en donde las personas podrían puntuar como más o menos machistas o autoritarias o bien rebeldes sociales.

- *Instrumental-Machismo*: factor que engloba características tales como ser aprovechado, tosco, agresivo, avorazado, violento o patán; atributos que corresponden a un patrón en donde predomina la agresividad, el abuso, la rudeza y la corrupción.
- *Instrumental-Autoritario-Manipulador*: caracterizado por adjetivos indeseables como ser orgulloso, manipulador, vengativo y terco; correspondiendo a un patrón que favorece el control y dominio sobre los otros sin escatimar en medios para llegar a obtener lo que se quiere.
- *Instrumental-Rebelde Social*: engloba la descortesía, el desinterés y la falta de flexibilidad como características de la persona que no presentan interés en la calidad de sus relaciones interpersonales.

Tabla 1.2.2 Dimensión expresiva positiva

EXPRESIVIDAD POSITIVA	
Expresividad expresivo-afiliativo	Expresividad romántico idealista
Amoroso Cariñoso Tierno Dulce Fiel Comprensivo	Soñador Emocional Sentimental Curioso Idealista

Área Expresiva Positiva

Expresividad positiva: hombres y mujeres altos o bajos en expresividad positiva, en donde las personas pueden calificarse como muy expresivo-afiliativas o bien románticas y soñadoras o todo lo contrario.

- *Expresividad Afiliativo-Afectiva:* predominan rasgos tales como ser amoroso, cariñoso, dulce, tierno, fiel, cálido; rasgos que son socialmente deseables y valorados tradicionalmente en la mujeres, aunque son aceptables en los hombres. Su presencia favorece el intercambio e interacción social y están encaminados al cuidado y bienestar común.
- *Expresividad-Romántico-Soñadora:* predominan rasgos como ser romántico, soñador, emocional, sensible; en donde se observa la caracterización del "romántico empedernido" que sueña e idealiza los afectos.

Tabla 1.2.3 Dimensión expresiva negativa

EXPRESIVIDAD NEGATIVA		
Expresividad emotivo-negativo	Expresividad vulnerabilidad emocional	Expresividad control reactivo-negativo
Burlón Mentiroso Metiche Chismoso Latoso Quejumbroso	Chillón Miedoso Maternal Preocupón Infantil	Conformista Indeciso Sumiso Penoso Débil Ingenuo

Fuente: "La instrumentalidad y la expresión desde una perspectiva psico-socio-cultural" (Díaz-Loving et al., 2007).

Área Expresiva Negativa

Expresividad negativa: hombres y mujeres altos o bajos en rasgos de la expresividad negativa, tales como ser muy chillones e inestables, o bien muy lábil emocionalmente o finalmente muy dependientes del entorno social.

- *Expresividad Emotivo-Negativo-Egocéntrica*: donde destacan características tales como ser inestable, mentiroso, quejumbroso, burlón, metiche; las cuales son típicamente asociadas al estereotipo femenino en su visión negativa, aunque es común encontrarlas en hombres.
- *Expresividad Vulnerable-Emocional*: conformada por características tales como ser celoso, preocupón, infantil, miedoso, llorón; las cuales también hacen alusión al estereotipo femenino que refleja la parte desagradable de la mujer, el ser chillonas, débiles, penosas, miedosas y preocuponas.
- *Expresividad Control-Externo-Pasivo-Negativa*: factor que es particularmente representativo del estereotipo de la mujer mexicana, caracterizada por la abnegación, dependencia, sumisión, conformidad e indecisión, entre otras.

Cabe mencionar que, indistintamente, hombres y mujeres pueden poseer características instrumentales y expresivas a la vez (Díaz-Loving et al., 2007) tanto positivas como negativas.

Lara (2006) menciona que es básico comprender que toda persona tiene características masculinas y femeninas y por tanto, los hombres han de poder expresar sus afectos y sensibilidad, mostrar ternura, ocuparse de la crianza de los hijos (as) mientras que las mujeres, podrían ser más independientes y enérgicas. Sin embargo, actualmente, los patrones tradicionales ya están sufriendo modificaciones diversas ante la inmersión de las mujeres en el ámbito laboral y académico, lo cual ha permitido la adquisición y desarrollo de características tradicionalmente bosquejadas como "masculinas" (Díaz-Loving et al., 2007). Posiblemente, dado este cambio, podrían verse las mujeres como menos dependientes de los hombres, inclusive más estresadas ante las demandas del medio y ser más insensibles ante las necesidades de otros, o simplemente empiezan a adquirir más características instrumentales por el cambio sociocultural que se está dando hoy en día, en tanto que los hombres podría verseles como más cariñosos, más quejumbrosos, más miedosos y dependientes con su pareja.

Los hombres no escapan de los estereotipos, ya que existe una imagen de "lo masculino" que ha sido transmitida de generación en generación y suele ser sostenida por las mismas mujeres. El hombre bajo la exigencia de mostrarse fuerte, seguro de sí mismo, competitivo, etc., suele vivir con prohibiciones al igual que las mujeres, sólo que en ocasiones tales prohibiciones, son poco valoradas ya que es él quien tiene el poder y por consiguiente, no tiene permiso de llorar, expresar sus sentimientos, mostrarse débil, temeroso o inseguro, etc. (Corsi, 1995; en Lara, 2006). Es probable que sea esta una de tantas razones por las cuales influya en los hombres la manera de comportarse con sus parejas, en donde ellos puedan ser competentes, responsables, competentes, respetuosos, sin embargo no se expresen tan dulces, cariñosos, tiernos, miedosos e inseguros, por otro lado esto no deja de lado el hecho de que en la actualidad muchas mujeres a pesar de ser alentadas hacia el lado de la expresividad, también muestren más constantemente rasgos instrumentales, es decir que ellas también se comporten arriesgadas, responsables, dominantes y ambiciosas.

Tradicionalmente el hombre sufre una restricción de sus sentimientos, es decir, habla de forma casi nula de los mismos, haciendo creer con frecuencia, que no existen y es que muchas de las veces éstos están "prohibidos". En ocasiones pueden ser obligados a realizar lo necesario para "mantener la imagen" y mostrar su masculinidad ante los demás, ya sea por la familia, amigos o incluso con la pareja. Es posible asegurar que en el seno familiar, los niños a diferencia de las niñas, son menos mimados y acariciados por sus progenitores, en especial por el padre y éste suele mostrar su afecto a "su manera", es decir, jugando de forma violenta con ellos o "enseñándolos a que se defiendan". En cambio el padre juega y muestra su afecto a la niña de manera más suave por medio de caricias y tratos "para mujercitas". Los castigos, pueden diferenciarse entre un sexo y otro, generalmente, los niños son castigados físicamente y las niñas sueñen ser reprendidas sólo verbalmente (Lara, 2006), aunque también llegan a ser golpeadas, no sólo por el padre, sino también por la madre. Esto nos da una clara idea de cómo desde pequeños, los padres de familia aprenden a masculinizarnos o feminizarnos de maneras distintas a hombres y mujeres, por esta razón, pueden ser estos factores para determinar la manera en cómo nos vamos a relacionar con otros, en especial con nuestra pareja, ya que al aprender conductas estereotipas de mamá y papá, es la manera en que las personas irán adquiriendo sus propios rasgos de personalidad ya sean instrumentales o expresivos, y ser éstos a su vez, desencadenantes de la codependencia.

Las diferencias estereotipadas entre hombre y mujeres se ven reflejadas en los resultados de las investigaciones de Bakan (1966; en Díaz-Loving, Díaz Guerrero, Helmreich & Spence, et al., 1981; en Zarco, 2005), quien encontró diligencia en la personalidad de los hombres que se caracteriza por la autoafirmación y la autoprotección, mientras que en las mujeres encontró comunión relacionada con la abnegación, la preocupación por los otros y la necesidad de ser uno con los demás.

2.7 Estudios Previos

Algunos trabajos más sobresalientes como el realizado por Bem (1974) diseñó el primer instrumento que evaluaba estas dimensiones como medidas independientes (Bem Sex Role Inventory); con su trabajo apoyó la idea de que las personas pueden ser más o menos masculinas y femeninas, en tanto que otras son andróginas, ya que poseen niveles balanceados de ambas características.

Maccoby y Jacklin (1974; en Matud et al., 2002), en un trabajo encontraron que los hombres eran más asertivos en el sentido de mayor dominancia, más agresividad y menos ansiedad que en mujeres, pero no encontraron diferencias de género en autoestima. Otro trabajo relevante en el cual encontramos cosas interesantes es el de Feingold (1994; en Matud et al., 2002), en el que presenta los resultados de revisión de cuatro meta-análisis de las diferencias de género en la personalidad, realizado a partir de los trabajos publicados entre 1958 y 1992 y de los datos de las normas de varios inventarios de personalidad obtenidos a partir de 1940. Encontró que los hombres eran más asertivos y tenían una autoestima ligeramente más alta que las mujeres, aunque éstas puntuaban más alto en extraversión, ansiedad y confianza y no se encontraron diferencias significativas en el género en otras variables como ansiedad social, impulsividad, actividad, locus de control y orden (Matud et al., 2002).

A través del estudio de los rasgos de personalidad realizado en psicología, Parsons y Bales (1955; Díaz-Loving et al., 1981; en Zarco, 2005) encontraron que existen patrones de algunos rasgos más comunes en un sexo o en otro, además identificaron diferencias consistentes en las características de personalidad entre hombres y mujeres: un rol instrumental y orientado a metas que queda vinculado al área laboral y productiva y que se asigna a los hombres y en la mayor parte de las sociedades, y un rol expresivo que se asignan

a las mujeres, orientado a las relaciones interpersonales y que delinea un perfil de pasividad y fragilidad, centrado en la atención de las necesidades emocionales de los otros.

En una investigación Díaz-Loving (1999) encontró que mientras en los hombres el amor ideal incluye entre muchos otros atributos, tranquilidad y un mayor número de relaciones sexuales, para las mujeres implica un mayor gusto por conocer y una mayor vulnerabilidad emocional, evidente en el dolor que mostrarían si perdieran a su pareja. Por otra parte, las mujeres perciben la hostilidad como una característica opuesta al afecto-dependencia, mientras que los hombres consideran a la hostilidad como relacionada al aburrimiento. Esto nos puede dar una idea aproximada en donde las mujeres parecen mostrar características relacionadas a la codependencia, mientras que los hombres parecen alejarse de ella, mostrando una mayor restricción emocional.

En un estudio que realizaron Díaz-Loving et al. (2001), con el objetivo de identificar los atributos instrumentales y expresivos que describen a hombres y mujeres mexicanas, se les aplicó un instrumento en donde indicaran qué tan típico e ideal era que hombres y mujeres poseyeran dichos rasgos, dentro de los resultados obtenidos se mostró un listado de características expresivas e instrumentales típicas e ideales que fueron reportadas como socialmente deseables e indeseables tanto para hombres como para mujeres. Otros aspectos encontrados dentro de este estudio, se perciben indicios de la emancipación y empoderamiento de la mujer al indicar, que ellas son típicamente más trabajadoras, responsables y ordenadas, atributos instrumentales deseables en los que el pasado los hombres puntuaban más alto. En lo referente a estas características instrumentales que son consideradas como socialmente deseables para ambos sexos, interesantemente siguen siendo típicas en hombres al denotarse como más capaces, competitivos y arriesgados. Las características instrumentales normativas para las mujeres mexicanas siguen prevaleciendo con una perspectiva comunal femenina, sin embargo ahora también se le atribuyen atributos como se responsables, cumplidas y respetuosas. Mientras que en los hombres prevalecen atributos instrumentales de tipo individualistas tales como ser tenaces, autosuficientes y ambiciosos. Dentro de los rasgos expresivos positivos, hombres y mujeres parecieron mantener características afectivas como el ser amables, tierno y fieles, sólo que los hombres puntuaron de manera más baja. Por otro lado en los rasgos expresivos negativos, los hombres mostraron incursionarse en este campo más que las mujeres, en donde se evidencian en su tendencia a mostrarse inmaduros, latosos, mentirosos y burlones, dichas características son

descritas de una persona egocéntrica, lo cual de acuerdo con Díaz Guerrero (1994; en Díaz-Loving et al., 2001), coincide con el lugar preponderante y de poder que se le atribuye al hombre en la cultura mexicana tradicional. En el caso de las mujeres, los rasgos expresivos negativos se centran en características que denotan debilidad y vulnerabilidad, tales como ser abnegadas, sumisas, miedosas, preocupadas, lloronas y quejumbrosas, las cuales son estigmas de la construcción social de la mujer como un ser dependiente, poco capaz de defenderse y de resolver sus problemas, necesitando de alguien que la salve y le ayude. Cabe mencionar, que estos atributos en expresividad negativa encontradas en mujeres por Díaz-Loving et al. (2001) son contrarios a las características manifestadas en una persona codependiente, ya que ésta última sin duda es una persona sumisa y altruista, sin embargo este tipo de individuos son los que intentan resolverle los problemas a otros, salvarlos y rescatarlos de sus dificultades.

Dentro de un estudio realizado por Cowan y Warren (1994; en Zarco) en donde concluyen que la codependencia es una “falta de conformidad” hacia la definición cultural del hombre sano, y basándose en la crítica feminista que plantea que la codependencia es una "excesiva conformidad hacia la definición cultural estereotípica de la mujer" encontraron que, efectivamente, diversos aspectos de la codependencia se relacionan con el rol de género; tomando en cuenta los resultados de dicho estudio, Dear y Roberts (2002; en Zarco, 2005) realizaron una investigación a cerca de la codependencia y la masculinidad-feminidad, en donde indican dentro de sus resultados que la tendencia del codependiente a buscar aprobación en los otros está relacionada con la identificación del sujeto con los aspectos negativos de la feminidad (p.e. timidez, dependencia) y una no-identificación con los aspectos de la masculinidad (p.e. cuidado de los otros) y un rechazo de los aspectos negativos de la masculinidad (p.e. egoísta, orgullo) (Zarco, 2005). Estas investigaciones realizadas por dichos científicos sociales, muestran como cada uno de los sexos (géneros) percibe en forma diferencial muchos de los procesos que se presentan de manera individual y a lo largo de una relación de pareja. Empero, para poder entender mejor a las personas y sus relaciones de pareja, una vez considerada la literatura sobre las diferencias de género, se debe iniciar por realizar más investigaciones que hagan visible el impacto que los rasgos de personalidad de las personas tienen en el desarrollo y mantenimiento de la codependencia existente en el noviazgo.

El análisis de diversas teorías dentro de este capítulo, pone en relieve la importancia de las normas sociales y los procesos de socialización y aculturación en el establecimiento del género y la forma en que se manifiesta la codependencia en las relaciones de pareja. Cada aportación deja ver como el proceso de socialización interioriza en el individuo una serie de características que definen a lo masculino y a lo femenino y los conducen de manera distinta a llevar su noviazgo a niveles más sanos o patológicos. Sin embargo las diferentes formas en que las parejas se relacionan también están vinculadas a los estilos de apego que desarrollan las personas desde la infancia, ya que, de acuerdo a la literatura el tipo de apego que los niños adquieren con sus cuidadores primarios, es el tipo de apego que adquieren posteriormente con la pareja, lo cual al mismo tiempo puede mostrar una mirada de la influencia que esto pueda tener para desencadenar una relación de codependencia dentro de los noviazgos.

CAPITULO 3

ESTILOS DE APEGO



Estilos de Apego

3.1 Antecedentes y teorías del apego

Más que cualquier otra especie, para los seres humanos, las características sociales, básicas y determinantes para su supervivencia, son el afecto, el cuidado, el cariño, la interdependencia, la compañía y el apego hacia a otros.

De acuerdo con Campbell (1977; Wilson, 1974; en Díaz-Loving & Sánchez, 2002), el primer legado otorgado por los antepasados fue el establecimiento del vínculo emocional que une a las madres con sus infantes. En el caso específico de los primates mamíferos que más se asemejan genéticamente a nuestra especie, éstos muestran patrones de interacción madre-infante y de apego muy similares a los humanos (Díaz-Loving & Sánchez, 2002).

Harlow (1969; en Trejo, 2005) por su parte nos muestra que alimentar y proporcionar la presencia de objetos que resuelvan las necesidades físicas de pequeños monos no es realmente suficiente para desarrollar sentimientos y conductas de apego, ni adultos competentes. Mientras que en el caso de los seres humanos, existe una amplia evidencia sobre los sustanciales aumentos en conflictos y patologías emocionales y sociales presentes ante la falta de interacción cercana y frecuente con la madre y/u otros humanos afectuosos en la etapa de desarrollo temprano (Morris, 1977; en Trejo, 2005).

Por lo tanto, dada esta evidencia, se puede mostrar claramente la importancia que tiene y juega el apego desde nuestros primeros años de vida, ya que éste puede ser un factor de mucha relevancia para el establecimiento de futuras relaciones cercanas en la etapa adulta, como lo es la relación de pareja.

Los recientes intentos de entender las relaciones cercanas adultas desde el punto de vista del apego están fuertemente influenciados por el trabajo inicial de Bowlby sobre el apego y la pérdida (Trejo, 2005). Más adelante se mencionará justamente la teoría de Bowlby y de algunos otros autores, sin embargo es importante adentrarnos primeramente al término de apego para entender qué es y cómo se desarrolla a lo largo de nuestra vida.

Mary Ainsworth (s/f; en Bowlby, 1980), una de las más jóvenes colegas más relevantes de Bowlby, define el apego como aquel lazo afectivo que una persona o animal forma entre

él y una figura específica (figura de apego); dicho lazo tiende a mantenerlos juntos en el espacio y perdura en el tiempo, así mismo define a la conducta de apego como aquella conducta que promueve la proximidad y el contacto.

En 1981, England define al apego como un proceso de maduración a través del cual el cuidador principal durante la infancia adquiere la calidad de un objeto de amor (Rojas, 2006).

Autores como Rojas (2006), define al apego como una relación especial que un niño establece con un número reducido de personas, un lazo afectivo que les impulsa a buscar la proximidad y el contacto con ellas a lo largo del tiempo. Es una tendencia innata, conducta heredada por nuestra especie por su valor adaptativo y de supervivencia, pero muy fundamentalmente el de sentirse seguro y hallar un refugio en el que puede confortarse en situaciones de ansiedad, tristeza, soledad o temor.

Sin embargo, anteriormente el concepto de apego fue introducido en el contexto clínico por autores más o menos vinculados al psicoanálisis (Bender & Yarnell, 1941, Bowlby, 1940; Spitz, 1945; en Polaino, 2004). Haciendo frente a esto, posteriormente, Bowlby reformuló el concepto de apego dentro de una teoría menos determinista y con un respaldo teórico con datos empíricos. De esta manera Bowlby define la conducta de apego como cualquier forma de conducta que tiene como resultado el que una persona obtenga o retenga la proximidad de otro individuo diferenciado y preferido, que suele concebirse como más fuerte y/o sabio. Así mismo también es un lazo afectivo que un individuo forma entre él y una figura específica (figura de apego), un lazo que tiende a mantenerlos juntos en el espacio y que perdura en el tiempo (Trejo, 2005). También define al apego como un sistema de control, es decir, un mecanismo que adapta la conducta a la consecución de fines determinados por las necesidades del momento. Así, el deseo del niño de proximidad o contacto con la figura de apego no es constante, sino que depende de factores tanto endógenos como exógenos (p. ej., miedo del niño, o situaciones potencialmente peligrosas). Este autor dio a conocer sus observaciones sobre las reacciones emocionales de los niños cuando son separados de sus madres.

Cabe mencionar que los estudios de Bowlby (1969, 1980, 1982, 1988) se realizaron fundamentalmente en la relación que existía entre madre e hijo, ya que consideró que el vínculo que había entre padre e hijo se hacía cada vez más robusto en cuanto el infante comienza a valerse por sí mismo. Es por esto que se dice que el vínculo de la madre con su

hijo es el más importante durante los primeros años de vida, ya que ella es la que lo mantiene dentro de ella por 9 meses, lo provee de alimento, lo viste, lo baña, le da amor y convive la mayor parte del tiempo con ella. Bowlby asumió que aunque el sistema de apego es más frecuentemente activado durante la infancia, éste continúa funcionando a lo largo de la vida como indicador para las necesidades de aproximación y apoyo en adultos, así como en sus próximas reacciones emocionales ante la pérdida de sus figuras de apego (Mikulinger & Goodman, 2006).

Referente a lo anteriormente dicho, algunos autores como Parke y Tinsley (1988; Paris & Hall, 1995; en Rojas, 2006), mencionan que el apego de un padre hacia un bebé puede ser tan profundo como el de la madre, los padres pueden ser educadores y cuidadores competentes; sin embargo, las interacciones diarias con el bebé difieren notablemente de las que este tiene con la madre. Debido a que las madres suelen ser las responsables de la mayor parte del cuidado del bebé, éstas generalmente les toman para cuidarlos, mientras que los padres les toman generalmente para jugar independientemente del sexo de su hijo. Sin embargo, los padres cargan más a los niños que a las niñas, se ríen más con ellos y son más proclives a bañarles, alimentarlos y cambiarles el pañal. Una vez que han cumplido el primer año, los padres pasan más tiempo con ellos.

Es importante tanto en los primates como en los humanos, que durante el primer año de vida, la madre se encargue del infante de manera amorosa y le proporcione el cariño y los cuidados necesarios para que pueda convertirse en un adulto psicológica, social y físicamente saludable y a su vez pueda aprender las formas adecuadas de relacionarse emocionalmente y socialmente en el establecimiento de una pareja.

Los estilos de apego se desarrollan tempranamente y se mantienen por lo general durante toda la vida (Bartholomew, 1997; en Rojas, 2006), permitiendo la formación de un modelo interno que integra por un lado creencias acerca de sí mismo y de los demás, por el otro lado, una serie de juicios que influyen en la formación y el mantenimiento de las dinámicas relacionales durante toda la vida del individuo (Bradley & Cafferty, 2001; en Rojas, 2006).

Bowlby (1969,1982) y Ainswoth (1972; en Alonso-Arbiol, Shaver & Yarnoz, 2002) propusieron la teoría del apego como una explicación de las diferencias individuales en la

personalidad en el desarrollo y arraigo de la psicopatología en las relaciones cercanas importantes de una persona.

De acuerdo con la teoría del apego, cada persona procesa un sistema de comportamiento innato de apego que se activa en momentos de estrés, fatiga o perjuicio. Y la calidad del apego de una persona, dependen de sus experiencia anteriores con sus figuras de apego (Alonso-Arbiol et al., 2002).

Una serie de teorías han sugerido para estudiar el efecto de las características individuales (personalidad, valores, patrones de atribución, capacidades, actitudes, etcétera), sobre la formación y evolución de las relaciones de pareja. Por ejemplo, la teoría psicosexual del amor de Freud (1959), la teoría del apego y el amor de Shaver, Hazan y Bradshaw (1988; en Díaz-Loving & Sánchez, 2002), la teoría del amor romántico de Dion y Dion (1988; en Díaz-Loving & Sánchez, 2002) y la visión humanista del amor de Maslow (1954; en Díaz-Loving & Sánchez, 2002). En conjunto, son teorías que enfatizan la niñez, y a experiencias de la vida temprana como moldeadores del desarrollo de la personalidad, que a su vez contribuye a la forma en que los individuos experimentan sus relaciones amorosas (Díaz-Loving & Sánchez, 2002); dándonos una idea más clara de cómo es que se pueden dar las relaciones de codependencia.

3.2 Apego infantil

El concepto de apego infantil se inició hace más de un siglo para designar la especial relación que se da entre el niño y su madre durante los primeros años de la vida infantil. Freud, (1938; en Polaino, 2004) describió esa relación como única, sin comparaciones, establecida inalterablemente para toda la vida, como el primer y más fuerte objeto de amor y como prototipo de todas las relaciones posteriores. Sin embargo este era un determinismo sin fundamento, ya que no había evidencia empírica alguna.

La teorías sobre el apego postulan que existen diferentes formas de relacionarse entre los niños y sus cuidadores, las cuales darán pauta para que el desarrollo de un estilo particular de apego que los individuos utilizarán durante su vida (Murrieta Sánchez, 2004).

Dada la evidencia sobre los sustanciales aumentos en conflictos y patología emocionales y sociales presentes ante la falta de interacción cercana y frecuente con la madre y / u otros seres humanos afectuosos en la etapa de desarrollo temprano como se mencionó

anteriormente por Morris, cabe decir que mediante un buen establecimiento de los primeros vínculos desde la infancia, permitirá un sano desarrollo para el lazo afectivo que se forme posteriormente en las relaciones de pareja.

Bolwby (1973; en Trejo, 2005) definió al apego como cualquier forma de comportamiento que resulta en la obtención o retención de la proximidad (cercanía) del individuo con otra persona, usualmente concebida como más fuerte o mejor. El apego se describe como una necesidad básica del ser humano mediante la cual produce un vínculo afectivo con otros. Esto se da a partir de una relación primaria con el cuidador (generalmente la madre), la cual marca el inicio de su vida afectiva interpersonal.

Bowlby sostiene que el sistema de apego desempeña un papel fundamental a lo largo del ciclo vital y que la conducta de apego es propia de los seres humanos “desde que nacen hasta que mueren”. De acuerdo con esta opinión, Morris (1982; en Trejo, 2005) argumenta que, debido a la primacía y profundidad de la relación temprana de apego entre niño y curador, es probable que este vínculo sirva como prototipo para las posteriores relaciones de intimidad. También señala la gran relación que existen entre el apego ansioso y la mala elección de parejas sentimentales y el matrimonio disfuncional.

El dolor, la angustia y la tristeza acompañan a las experiencias de separación y pérdida de la figura de apego. Al respecto, la ansiedad ante la separación es una prueba patente de que el niño ha establecido los vínculos y es a partir de este momento cuando se modificará la relación del niño con el mundo externo (Rojas, 2006).

Los cambios que ocurren en la interacción entre el niño y la figura de apego puede determinar la aparición del conflicto en el vínculo. Este puede surgir cuando al niño se le comienza a exigir un comportamiento más adecuado a lo que se considera socialmente es deseable, instándole a adquirir mayor autonomía e independencia, cuando al mismo tiempo no tiene con la figura de apego una relación íntima, cálida y continua, en la que los dos encuentren alegría y satisfacción (Cano de Escoriza, 2001; en Mansilla, 2001). El niño siente que si se preocupa y le presta servicio a la figura de apego es correspondido y si no se preocupa y no le sirve puede ser abandonado o rechazado.

Cabe mencionar de acuerdo con Bowlby (1969, 1998), el estilo de apego infantil refleja la interacción entre la personalidad del niño, la familia y el entorno social más amplio, por

tanto no resulta extraño que exista una influencia conjunta entre las variables propias del cuidador y el temperamento infantil. Bowlby, desarrolló tres estilos de apego infantil:

- Inseguro- evitativo: conductas de distanciamiento y evitación al cuidador
- Seguro: exploración segura, disgusto ante la separación y repuesta positiva frente al cuidador
- Ansioso- ambivalente: conductas de protesta, ansiedad de separación y enfado. Ambivalencia frente al cuidador

Los llamados “primeros vínculos” que se establecen en los primeros días del nacimiento entre el infante y su cuidador primario pueden ser fuertes determinantes en el establecimiento de posteriores relaciones como son los vínculos de amor en la vida adulta (Ojeda, 1998). De acuerdo con esto en la Teoría de Bowlby, se menciona que precisamente los niños internalizan sus primeras experiencias con sus cuidadores, de tal manera que el apego temprano es la base de los elementos que caracterizan los estilos de apego que se distinguen en las relaciones interpersonales de la vida adulta, por lo que todos los individuos poseen distintos estilos de apego y de esta manera manifiestan historias de apego distintas, así como también diferentes relaciones y rasgos de personalidad (Trejo, 2005).

3.3 Apego adulto

Maslow (1955; en Ojeda, 1998) ve al apego como una forma deficiente e inmadura de amor, es decir; una forma de amor dependiente para con el otro. Harlow (1958; en Ojeda, 1998) se refiere a él como una necesidad por identificar amor, mientras que Tzeng (1992; en Ojeda, 1998) lo define como un proceso que implica dinámicas emocionales y funciones biológicas que conducen al amor romántico.

Las relaciones personales son indiscutiblemente el resultado de las historias de vida y de las experiencias que los individuos han tenido desde su infancia, y que dan pauta a su personalidad y a las relaciones que establece en la adultez (Fenney, Soller & Roberts, 2002; en Díaz Loving & Sánchez, 2002). Inclusive los apegos adultos tienen dinámicas similares a los apegos desarrollados entre un infante y un adulto.

En la adultez, la pareja se convierte en la figura de apego más importante, tanto que la proximidad que se mantiene entre los individuos es una fuente crucial de apoyo, comodidad

y confianza (Fraley & Davis, 1997; Hazan & Zeifman, 1999; en Mikulinger & Goodman, 2006).

Desde los trabajos pioneros de Hazan y Shaver (1987; en Feeney & Noller, 1990) y Shaver y Hazan (1988; en Feeney & Noller, 1990) la teoría del apego se ha utilizado para analizar las relaciones afectivas en la vida adulta. Los resultados obtenidos por estos autores, corroborados por un gran cuerpo de investigación posterior (Simpson, Rholes & Nelligan, 1992; en Feeney & Noller, 1990) permiten, en primer lugar, proponer que la teoría del apego es una perspectiva excelente para abordar las relaciones afectivas en la etapa adulta, y, en segundo lugar, apoyan la idea de Bowlby (1969) sobre el papel de la vinculación temprana en las experiencias afectivas posteriores. Otra de las cosas que asegura dicho autor, es que los estilos de apego son relativamente estables, y la continuidad del éste se debe principalmente a la persistencia de los modelos mentales del sí mismo y a otros componentes específicos de la personalidad. Tales modelos logran mantenerse relativamente estables, justamente porque se desarrollan y actúan en un contexto familiar también relativamente estable. Sin embargo, esos patrones de apego pueden sufrir modificaciones en función de acontecimientos que logren alterar la conducta de cualquiera de los individuos que formen parte de la relación de apego.

"Dentro del marco de la vida adulta, el apego se le ha visto como: una forma de identificar amor (Harlow, 1958); cualquier forma de conducta que tiene como resultado la conservación de la proximidad (Bowlby, 1973); un componente básico y complementario del amor (Rubín, 1974); un proceso de desarrollo que conlleva al amor romántico (Hazan & Shaver, 1987; Bartholomew & Horowitz, 1991; Tzeng, 1992) y como un vínculo fundamental en las relaciones humanas" (Martínez, 1994; en Díaz-Loving, 1999, p. 156).

3.4 Estilos de apego

Los estudios empíricos en esta área han intentado determinar, entre otras cosas, cómo los estilos de apego perduran en diferentes etapas de la vida, cómo surgen de la búsqueda de protección y cuidados y, más adelante, durante la adolescencia y la vida adulta, son moldeados por nuevos lazos, generalmente de naturaleza heterosexual. Es así, que para la relación de pareja la manera o el estilo en que la pareja inicia, desarrolla y mantiene una relación romántica se hace importante. De tal modo, la teoría del apego de John Bowlby se

fundamenta en las conductas de apego infantiles, pero resurge y florece en la esfera de las relaciones adultas (Kirkpatrick y Hazan, 1994; en Díaz- Loving, 1999).

Dentro de su teoría, Bowlby refirió, estos tres estilos de apego:

a) *Estilo Seguro*: permite el desarrollo estable de la relación ya que incorpora altos niveles de confianza, independencia, compromiso y satisfacción; por lo cual las personas con este tipo de apego se encuentran libres de miedo y ansiedad hacia su objeto de amor (pareja) y la relación que establecen con ésta.

b) *Estilo Inseguro*: se manifiesta a través de conductas de protesta, enojo y mucha angustia ante la separación del objeto de amor (pareja).

c) *Estilo de Evitación*: conforma conductas de evitación y angustia hacia el objeto de amor (pareja), los individuos que tienen este estilo de apego reaccionan con defensividad y rechazo hacia éste como una forma de protección de sí mismos.

De acuerdo a estos estilos que Bowlby propuso, Shaver et al. (1988; en Díaz-Loving & Rivera, 2002) conceptualizaron tres tipos de apego adulto.

1) Un apego seguro, desarrollado a través de la certeza de que hay acceso al objeto de apego, lo cual deriva en sentirse libre de miedo y ansiedad, aún cuando el objeto de apego no se encuentre presente, ya que se confía en que si se necesitara, sería posible acceder a él.

2) Un apego ansioso-ambivalente, caracterizado por una ansiedad crónica relativa al objeto de apego, en este estilo, las personas tienen confianza en el acceso y respuesta del objeto de apego, puesto que éste es inconsistente.

3) Finalmente, un apego de evitación que se hace presente como una reacción defensiva ante el factible rechazo por el objeto de apego primero, y para protegerse a sí misma, a su vez rechazan o evitan cualquier tipo de cercanía.

Ahora bien, más tarde con base en estos cuatro estilos propuestos Bartholomew y Horowitz (1991), diseñaron un instrumento que consistió en cuatro viñetas que responden de trabajos presentados:

1. *Seguro*: se caracteriza por la valoración de amistades íntimas, la capacidad de mantener relaciones cercanas sin pérdida de la autonomía y la coherencia en el pensamiento para discutir aspectos vinculados a la relación.
2. *Rechazante*: es caracterizado por una subestimación de la importancia de las relaciones cercanas, emocionalmente restringido, hay énfasis en la independencia y auto-confianza y una falta de claridad y credibilidad al abordar el tópico de las relaciones.
3. *Preocupado*: es caracterizado por un sobre-involucramiento en las relaciones que establece, una dependencia con la aceptación de las personas para lograr sentirse bien, tendencia a idealizar a otra gente, incoherencia y exagerada emocionalidad al hablar de la relación.
4. *Miedoso*: caracterizado por una evitación de las relaciones cercanas debido al miedo o rechazo, sentido de inseguridad personal y desconfianza de los otros (Bartholomew, 1990; en Sánchez, 2004).

Más tarde, en otras investigaciones, Bartholomew y Horowitz (1991) propusieron otro estilo que es el alejamiento, el cual se caracteriza por disminución de intimidad e independencia en las relaciones interpersonales. Además en México, "Martínez (1994) agrega un estilo desorganizado/indeciso/afligido/controlado, caracterizado por conductas de desorganización y desorientación ante la pérdida de confianza y de descuido aunado a ciertos sentimientos de culpa" (Díaz-Loving, 1999, p. 157).

Las formas de relación o apego introyectadas en un individuo hacia otras personas puede tomar diversas direcciones, desde la seguridad y la tranquilidad hasta la ansiedad crónica, ya sea que tenga miedo o rechazo a la intimidad.

Por lo general, un niño establece una relación especial con un número reducido de personas, un lazo afectivo que les impulsa a buscar la proximidad y el contacto con ellas a lo largo del tiempo. Es una tendencia innata, conducta heredada por nuestra especie ya que tiene un valor adaptativo y de supervivencia, pero muy fundamentalmente el de sentirse seguro y hallar un refugio en el que pueda confortarse en situaciones de ansiedad, tristeza, soledad o temor.

Los niños nacen programados para vincularse, y viceversa los adultos están biológicamente programados para responder a las señales del bebé. Sin embargo, esta predisposición biológica no es suficiente, por ello será preciso una larga experiencia de interacción y el desarrollo de capacidades cognitivas y afectivas para que el niño pueda reconocer y diferenciar a las figuras de apego.

Por esta razón, de acuerdo con Yela (2000) es importante el amor, ya que cumple con funciones psicológicas básicas y socioculturales como compartir, afiliación, estabilidad, seguridad, protección, intimidad, entrega, compañía, apoyo emocional, atención, placer sexual, prestigio y reconocimiento social, así como también autoestima y disminución de inquietudes psicológicas como la soledad, la ansiedad y el miedo de no sentirse diferente a la mayoría de la sociedad. Dicho autor, señala con la misma importancia, que la falta de amor maternal durante el periodo de la infancia, se encuentra asociada a problemas psicopatológicos en la etapa adulta tales como histeria, autismo, inseguridad, temor al rechazo e intensa necesidad de aprobación; así como también podría haber la presencia de un déficit psicológico manifestándolo el individuo con una actitud de hostilidad ante el mundo y ante los demás personas que le rodean.

Sin embargo, el amor de madre dependerá en mucho del estilo de apego que haya desarrollado a través de su existencia, lo cual repercutirá de igual manera en la seguridad que le transmita a su hijo al momento de nacer y durante los años posteriores, pero con especial énfasis en los primeros meses de vida que son cruciales para el establecimiento del apego (Rojas, 2006).

3.5 Apego y Codependencia

Cuando el niño llega a percibir el desinterés o desapego de la madre o figura de apego, busca su apoyo y compañía sometiéndose, halagándola y satisfaciéndola por todos sus medios. El niño permanece atento a sus señales que le informan sobre los gustos de la madre y evita cualquier agresión. Lo que genera que el niño sienta una particular debilidad centrada en la necesidad de protección que le hace buscar la compañía de la madre o figura de apoyo.

La vinculación defectuosa puede generar lo que ha venido en denominarse la "absorción emocional" que tiene lugar cuando al niño no se le permite separarse de la madre en el momento oportuno. Si una madre o figura sustituta es sobreprotectora y no acaba de

distanciarse y de aflojar los lazos para permitir que el niño se convierta en una persona independiente, entonces el niño no se vinculará adecuadamente (May, 1994; en Mansilla, 2001). De tal forma que cuando ese niño crezca y se convierta en un adulto, el desarrollo de sus vínculos afectivos, en especial uno tan cercano como lo es la pareja se verá afectado, ya que cuando era niño aprendió a vincularse de manera patológica con su cuidador (a) primario (a), corre el riesgo de vincularse de la misma forma con su pareja, desarrollando así una codependencia, incluso desde la primera etapa de relación que es el noviazgo.

De manera que la codependencia puede forjarse a partir de las necesidades no satisfechas en el ser humano durante su infancia, las cuales han impedido una maduración conveniente para poder adaptarse a situaciones de relaciones interpersonales; ya que cuando las necesidades físicas y emocionales del niño no llegan a satisfacerse de manera adecuada, su self o yo verdadero, auténtico va construyendo las etapas evolutivas con el apoyo de un yo subordinado que desarrolla roles que le permiten superar las experiencias problemáticas de la infancia, y que para sobrevivir lo conducen a aprender a estar al servicio de los demás, descuidándose a sí mismo.

Es probable que por esta razón, los codependientes insistan en repetir las mismas conductas ineficaces que utilizaron cuando eran niños para sentirse aceptados, queridos o importantes y mediante esas conductas, buscan aliviar el dolor y la pena por sentirse abandonados. Sin embargo, paradójicamente las conductas codependientes perpetúan esos sentimientos. Este vínculo defectuoso que establece el codependiente está colocado en la preocupación por lo que el otro piensa, en el miedo a la pérdida de la relación, sintiendo y vivenciando la culpa y siempre tratando de reparar. El codependiente percibe un mundo interrelacional peligroso, entre la necesidad de proteger y el temor a ser abandonado, anticipando la excesiva separación y sobre todo la pérdida de amor.

Para un mejor entendimiento entre la relación existente entre los estilos de apego y la codependencia, Parker, Tupling & Brown, (1982; en Mansilla, 2001) propusieron una combinación de las dimensiones de afecto y control, con las cuales establecieron cuatro tipos de vínculos equivalentes a los de Bowlby en 1989. El vínculo I (equilibrio de afecto y protección) equivale al vínculo óptimo o apego normal de Bowlby. El vínculo II (afecto constrictivo) equivale al vínculo dependiente. El vínculo III (afecto deficitario o ausente) equivale al desapego o ausencia vincular. Y el vínculo IV (control sin afecto) equivale al

vínculo ansioso. Entre los codependientes pueden encontrarse los vínculos II, III y IV, aunque quizás el más frecuente sea el vínculo IV (vinculación de poco afecto y sobreprotección excesiva hacia el otro).

Por lo tanto, los cambios que ocurren en la interacción entre el niño y la figura de apego puede determinar la aparición del conflicto del vínculo. Este puede surgir cuando al niño se le comienza a exigir un comportamiento más adecuado a lo que se considera socialmente es deseable, instándole a adquirir mayor autonomía e independencia, cuando al mismo tiempo no tiene con la figura de apego una relación íntima, cálida y continua, en la que los dos encuentren alegría y satisfacción (Cano de Escoriza, 2001; en Mansilla, 2001). El niño siente que si se preocupa y le presta servicio a la figura de apego es correspondido, y si no se preocupa y no le sirve, puede ser abandonado o rechazado.

A pesar de la fragilidad del término codependencia se podría hipotetizar un modelo conceptual y comprensivo. Para la presencia de la codependencia se precisan unos factores predisponentes, precipitantes y de mantenimiento. El factor predisponente sería el fallo en el vínculo madre-hijo que no ha posibilitado que a través de la relación con la madre el niño haya podido desarrollar su yo (self), su propia subjetividad (Laford, 1991; en Mansilla, 2001), por lo que su subjetividad tendrá que surgir por medio de otra persona. Esta vulnerabilidad facilita el impacto de los factores precipitantes, que pueden ser identificados como procesos de separación, pérdida de figuras significativas, sea de forma real (muertes, separaciones, divorcios, abandonos de hogar) o simbólica. Así como la ruptura brusca de la homeostasis familiar por un problema crónico que provoca una situación estresante (adicción o enfermedad grave de un familiar). Y también la presencia de nuevas demandas en el entorno que se presentan de forma aguda o con escaso tiempo de elaboración y adaptación, pidiendo respuestas concretas en espacios cortos de tiempo. Los factores de mantenimiento actúan sobre los factores precipitantes para que su acción haga que perdure la codependencia. Estos factores mantenedores son distorsiones cognitivas, tanto en la creencia de que su razonamiento es el que contiene mayor nivel de certeza como en la negación de sus necesidades básicas o en la confianza en una solución casi mágica de la adicción o enfermedad del otro. La acción de estos factores precipitantes sobre la vulnerabilidad previa genera los síntomas que identifican a la codependencia. De manera que el término codependencia hace referencia a que la dependencia es cosa de dos: un sumiso (dependiente manifiesto) y un controlador (dependiente larvado) que se necesitan mutuamente para la

supervivencia emocional. Una caricatura adulta de la simbiosis original madre-hijo (May, 1994; en Mansilla, 2001).

3.6 Estudios Previos

Existen algunos estudios a cerca de la teoría del apego, entre ellos se encuentra el de Harlow et al. (1965, 1969; en Díaz-Loving & Sánchez, 2002) en la universidad de Wisconsin, dicha teoría ejemplifica claramente el hecho de que simplemente alimentar y proporcionar conductas y objetos que resuelvan las necesidades físicas del infante, no son suficientes para producir sentimientos de apego tanto en adultos competentes como en pequeños monos verdes. En sus estudios, la meta original era la de aislar pequeños monos de sus madres y de otros miembros de su especie para determinar precisamente cómo es que se desarrollaban, independientemente de lo que pudieran aprender de su madre y de otros miembros de su especie. Harlow et al. (1965, 1969; en Díaz-Loving & Sánchez, 2002) mostraron que cuando se separa a los infantes de sus madres, estos lloran instantánea y desesperadamente, evidenciando todos los síntomas asociados comúnmente con el síndrome de ansiedad ante la separación. El grupo de Harlow encontró que podían tranquilizar al mono aislado, al darle una tela suave de la cual se pudiera asir, en la misma forma en que normalmente lo hacía con la madre cuando ella regresaba a la jaula experimental (Díaz-Loving & Sánchez, 2002).

Bowlby (1969,1982), en su tiempo, de acuerdo a la teoría que formuló, realizó una serie de estudios, en donde observaba sistemáticamente la conducta de infantes y pequeños niños cuando los separaba de su cuidador primario, que por lo general es la madre, por diferentes periodos de tiempo. Dentro de las investigaciones que llevó a cabo, Bowlby observó que tanto en sus estudios con primates como con los niños, al ser separados de su madre, también pasan por una serie de reacciones emocionales, dentro de la cuales el niño, primero pasa por una etapa de protesta, busca constantemente a la madre y llora, además rechaza el afecto de parte de otros en ese momento, luego viene la segunda etapa de desamparo, en donde el niño pasa por una profunda tristeza evidente, y la tercera es el desapego, ésta es una reacción de defensa y evitante, el niño evita a la madre si ésta regresa. Dentro de los estudios sobre este constructo, destaca la aportación de la propensión de los seres humanos a crear vínculos afectivos fuertes con otras personas. De acuerdo a esta teoría, los niños internalizan las experiencias con sus cuidadores, de tal forma que el apego

temprano se vuelven en una forma prototipo para las relaciones posteriores fuera de la familia, como lo son las de pareja.

En una investigación, Levy y Davis (1998; en Díaz Loving & Sánchez, 2002) indican que un estilo de apego seguro predice formas positivas y constructivas de resolver el conflicto mientras el estilo ansioso y el evitante predicen formas negativas, más ansiedad y afectividad negativa.

Por su parte, Feeney y Noller (1990, 2000) mencionan que en parejas heterosexuales, el apego seguro está asociado con mayor confianza, amor, satisfacción y compromiso; así mismo experimentan más emociones positivas y menos negativas en sus relaciones en comparación con los individuos inseguros. Así mismo Levy y Davis (1988; en Feeney & Noller, 1990) han reportado en sus investigaciones para los cuatro tipos de apego (seguro, evitante y ansioso-ambivalente), que el apego seguro tiende a estar asociado con características de relaciones positivas, el apego evitante correlacionó con menos satisfacción e intimidad en la relaciones de pareja y el apego ansioso-ambivalente¹ estuvo relacionado de manera negativa con características positivas en relaciones pareja.

En el análisis realizado de un estudio, se evaluó el efecto de la presencia de los estilos de apego en hombres y mujeres sobre las conductas que aparecen a lo largo de su relación. En particular, las conductas positivas se refieren a conductas de apoyo y ayuda a la pareja, demostración de afecto a través de besos, caricias y abrazos (físico-afiliativas), presencia y convivencia y cercanía e intimidad; mientras que las conductas negativas en las que aparecieron diferencias significativas, aluden a comportamientos de agresión física y verbal como golpear, insultar o gritar, así como conductas de rechazo y exclusión, tales como mantener alejado, reprimir o simplemente no poner atención a las comunicaciones de la pareja. En general, dentro de lo encontrado, se notó que los estilos de apego rechazante y miedoso producen niveles moderados de conductas positivas y negativas, el estilo seguro incrementa las positivas y disminuye las negativas, mientras que el estilo de apego preocupado dispara incrementos en conductas positivas, sobre todo en los hombres (Díaz-Loving & Sánchez; 2002). Adicionalmente cabe mencionar que los individuos con estilo de

¹ El apego ansioso- ambivalente, es llamado así dentro de algunas Investigaciones, dentro de la investigación presente se le llamó a este tipo de apego, miedoso.

apego rechazante no muestran mucha diferencia en conductas positivas con el resto de los grupos, sin embargo privilegian conductas que aseguran la distancia de su pareja y el mantenimiento de su autonomía dentro de la relación; es decir que estos individuos prefieren mantener distancia en el contacto con sus parejas. De manera contraria, las personas con apegos inseguros (preocupados y miedosos) buscan a toda costa la cercanía con sus parejas, mostrando altos índices de conductas positivas, pero al mismo tiempo su vulnerabilidad e inseguridad emocional suelen ser propensos a conductas instrumentales negativas, cuando sienten que están en peligro de perder a sus parejas. El patrón, indica un efecto de sexo, con los hombres inclinándose a las conductas positivas y las mujeres a las negativas. Las personas seguras muestran que tienen un gusto particular por las relaciones humanas que saben que si sus parejas las dejaran lo sentirían, pero prefieren eso a continuar en una situación que consideran insoportable; esto podría indicar que estos individuos tenderían menos mantener una relación de codependencia. Por su parte los rechazantes, no creen que el amor se sufra y si no están a gusto, este les da la perfecta excusa para dejar la relación. Ahora bien, vivir en la constante angustia de que la pareja se va, o de que no somos dignos de la atención otorgada por el ser amado, lleva a los individuos de apego miedoso y preocupado a permanecer y aferrarse a una relación, por más conflicto que tengan o desamor y conductas negativas perciban se su objeto de amor; estas personas creen que el amor se sufre, es decir se mantienen motivados para seguir su lucha por permanecer dentro de su relación de pareja. Debido a esto, se podría decir que los individuos inseguros (miedosos y preocupados) (Díaz-Loving & Sánchez, 2002), parecerían más propensos a mantener una relación de codependencia.

En otro estudio realizado por Díaz-Loving y Sánchez (2002), se llevó a cabo el proceso de traducir-retraducir las viñetas de apego elaboradas por Bartholomew et al. (1991; en Díaz-Loving & Sánchez (2002). Dichas viñetas se aplicaron a hombres y mujeres con estudios de preparatoria o profesional y que vivían en pareja en la ciudad de México, pidiéndoles que identificaran el estilo de apego que mejor los describiera. Dentro de los resultados relevantes que se encontraron en la interacción que se dieron entre el sexo y los estilos seguros y los miedosos-preocupados, señalan que los hombres son seguros o evitantes, mientras que las mujeres tienden a ser preocupadas, miedosas o rechazantes. Díaz-Loving y Sánchez, mencionan que si se sumaran los preocupados y los miedosos, se obtendrían a los tradicionales seguros de Bowlby, y con ello podría decirse que los hombres parecieran estar

en su rollo, o que piensan que todo está bien en general; mientras que las mujeres, o se muestran independientes o muestran vulnerabilidad emocional. De esta manera, los autores refieren que estos resultados concuerdan, por una parte con los patrones de socialización tradicional de hombres protectores y machos y mujeres dependientes y abnegadas, mientras que por otro lado las mujeres que tienen mayor escolaridad, mantienen una ambivalencia, dado que en sus casa fueron entrenadas para entregarse a las necesidades de otros y ahora al jugar los nuevos papeles de mujeres independientes, las conduce a la culpa, lo cual afecta no sólo sus relaciones de pareja, sino también su autoestima.

En ese sentido, la autoestima se coloca como otro factor crítico en la comprensión de la forma en la cual se vinculan las personas, pues según Feeney y Noller (1990), al realizar una investigación en la que conjugaron estas dos variables, se dieron cuenta de que los estilos de apego seguros se vinculan con la presencia de autoestima alta, en tanto los estilos ambivalente y ansioso se relacionan a la baja autoestima. Dichos hallazgos también fueron reportados por Borbeau et al. (1998; en Rojas, 2006). De manera que las personas aprendemos a vincularnos no sólo a partir de lo que se siente por la otra persona, sino también por lo que sentimos por nosotros mismos. Nuestra autoestima personal se coloca como una variable mediadora en el proceso de establecer una relación saludable de pareja.

CAPITULO 4

AUTOESTIMA



AUTOESTIMA

4.1 Antecedentes de la Autoestima

Parte de los mejores trabajos de los psicólogos sobre la autoestima, han tenido lugar en el ámbito de las relaciones entre padres e hijos; y un ejemplo de un estudio sobre la autoestima fue el Stanley Coopersmith *The antecedents of self-esteem* (1981; en Branden, 1999). El objetivo de Coopersmith era identificar las conductas de los padres encontradas con más frecuencia cuando los niños crecían manifestando una autoestima sana. Coopersmith no halló correlaciones significativas con factores como la riqueza familiar, la educación, la zona geográfica, la clase social, la profesión del padre o el hecho de que la madre estuviera siempre en casa. Lo que halló era la importancia de la calidad de la relación entre el hijo y los adultos importantes en su vida. En concreto encontró cinco condiciones asociadas a una alta estima en los niños (Branden, 1999):

- 1.- El niño experimenta una completa aceptación de los pensamientos, sentimientos y el valor de su propia persona.
- 2.- El niño funciona en un contexto de límites definidos e impuestos con claridad que son justos, no opresores y negociables. No se le da una "libertad" ilimitada. Por lo tanto, el niño experimenta una sensación de seguridad; tiene una base clara para evaluar su comportamiento. Además, por lo general los límites suponen normas elevadas, así como la confianza en que el niño será capaz de cumplirlas. Por consiguiente el niño las cumple normalmente.
- 3.- El niño experimenta respeto hacia su dignidad como ser humano. Los padres no utilizan la violencia, la humillación o el ridículo para controlar y manipular. Los padres se toman en serio las necesidades y deseos del niño, tanto si pueden satisfacerlos o no. Impera la autoridad, pero no el autoritarismo, ya que los padres acceden a negociar las reglas familiares, respetando los límites. Los padres realmente se interesan por su hijo, por la vida social y académica que lleva, y la mayor parte del tiempo están dispuestos a hablar y arreglar los problemas en caso que se den.
- 4.- Los padres tienen normas y expectativas elevadas, pero siempre la transmiten de forma positiva y respetuosa, por lo cual alientan al niño que sea lo mejor que puede ser.

5.- Los mismos padres tienden a tener una autoestima alta, por lo cual son ejemplos a seguir para el niño. Sin embargo Branden (1999) concluye que en la investigación de Coopersmith se observa que la conducta de los padres por sí sola no determina el curso del desarrollo psicológico del niño.

Es muy importante que desde el nacimiento la autoestima y el autoconcepto se vayan desarrollando en condiciones favorables, ya que a medida que va creciendo el individuo, éstos pueden aumentar o disminuir; por ello, es primordial la relación que tiene el individuo con sus padres, toda vez que son la fuente principal de afecto y seguridad, y en la medida que el ser humano sienta que todas las personas emiten juicios de valor sobre sí mismas, la gran mayoría de ellas constantemente están haciendo una evaluación, por lo tanto, una vez que el individuo se sienta querido, protegido y aceptado, elevará su autoconcepto y autoestima; es decir, se considera que existe una estrecha relación entre el afecto y la seguridad con el nivel de autoestima y autoconcepto (Beristain, 2000).

Posse y Melgoza (2001; en García, 2009) mencionan que en la infancia, la autoestima es una estructura bien organizada de la propia imagen, la cual es edificada por el niño partiendo de la percepción de sus capacidades y limitaciones. Esto le permite formar un retrato consciente de sí mismo, con el cual identifica su autenticidad, con base en lo que se espera de sí y de su capacidad.

En el infante, el sentimiento tanto de su autoestima como de su eficacia se regula mediante el éxito o fracaso de su esfuerzo, porque carece del conocimiento de las cosas restantes que pueden afectar la respuesta ambiental. Conforme va creciendo, va autoejerciendo ciertas actitudes y su autoestima la va desarrollando mediante su experiencia de vida, es así como se va a ir sintiendo merecedor de lo que recibe.

Si una persona crece con una buena autoestima, puede ir desarrollando cierta destreza para desenvolverse en la sociedad, pero cabe mencionar que no se nace con autoestima, ya sea baja o alta, ésta se aprende a lo largo de nuestra existencia y por lo general se empieza desde los primeros años de vida.

Sin autoestima las personas dudan de sí mismas, ceden frente a las presiones de los demás, se sienten inútiles o inferiores, en cambio cuando una persona tiene autoestima, se siente segura de sí misma, está más dispuesta a tomar riesgos y a ser responsable de sus

actos, puede enfrentar los cambios y desafíos de la vida y tiene la flexibilidad necesaria para enfrentarse al rechazo, la decepción, el fracaso y la derrota (Espeland, Kaufman & Raphael, 2005; en Zacarías, 2009). Esto último, son precisamente los factores que a una persona codependiente le hace falta enfrentar, ya que siempre temerá al rechazo o la derrota, por lo tanto se sentirá dispuesta a autosacrificarse para obtener todo lo que desea y alejar aquello que la frustra.

Es por lo cual que el tener una alta autoestima, se considere muy importante, ya que ésta nos ayuda a sentirnos orgullosos de nosotros mismos y de lo que somos capaces de hacer; también nos proporciona valor para experimentar situaciones nuevas y poder creer en nosotros; así como también nos sirve para respetarnos y respetar a otros, esto mismo genera que otras personas también nos valoren y nos respeten como personas, sin que exista un control de por medio.

4.2 Definición

El concepto de autoestima tiene una larga historia y un breve pasado, ambos inscritos en el ámbito casi exclusivo de la psicología. El término *autoestima* es la traducción del término *self-esteem*, que inicialmente se introdujo en el ámbito de la psicología social y de la personalidad (González & Tourón, 1992; en Polaino, 2004).

Para poder entender la autoestima, es probable que debamos empezar por la descomposición de dicha palabra en dos términos; en primer lugar, auto significa, tú mismo; y en segundo lugar se encuentra la palabra estima, la cual expresa que alguien o algo son importantes o que se da valor a esa persona o cosa. Así pues uniendo ambas palabras será más fácil entender qué es la autoestima. Ésta se refiere a cuánto te valoras a ti mismo y lo importante que te consideras., hace referencia a cómo te ves a ti mismo y cómo te sientes con respecto a tus metas alcanzadas.

Cattell (1965; en Díaz-Loving & Sánchez, 2002) define a la autoestima como la predisposición adquirida a responder hacia sí mismo dinámicamente, el sentido hacia el mantenimiento del yo se guía por estándares de conducta satisfactorios a la comunidad y al superyó, es además necesariamente instrumental a la satisfacción de la mayoría de los intereses del ser en la vida., además dicho concepto lo consideró como el sentimiento maestro al resto de las estructuras de la personalidad y como una predisposición dinámica y adquirida a responder y valorarse a sí mismo.

Hoorocks (1984; en Branden, 2007) menciona que la autoestima surge en gran medida de la interacción entre la personalidad del individuo y sus experiencias sociales, ya que éstas pueden determinar los autovalores del individuo y además influyen sobre la autoestima.

Otros autores definen la autoestima de diversas maneras; en el caso de William James (s/f; en Trejo, 2005) padre de la psicología, la autoestima es un autosentimiento que depende por completo de lo que cada persona se proponga a ser y hacer; y que además está determinada por la relación de nuestras realidades con nuestras propias potencialidades.

Para Maslow (1958; en Trejo, 2005), la autoestima es la base y el centro del desarrollo humano, es el respeto a uno mismo; es el conocimiento, la concientización y práctica de todo el potencial de cada individuo. Es así que menciona “solo se podrá respetar a los demás, cuando se respeta a uno mismo; solo podemos dar cuando hemos dado a nosotros mismos; solo podemos amar cuando nos amemos a nosotros mismos” (Trejo, 2005).

Cattell (1965; en Díaz-Loving & Sánchez, 2002) define a la autoestima como el sentimiento maestro al resto de las estructuras de la personalidad y como una predisposición dinámica y adquirida a responder y valorarse a sí mismo.

Según Posse y Melgoza (2001; en García, 2009), la autoestima es una estructura organizada y consciente, compuesta por percepciones, valores e ideales, los cuales son formulados por el individuo de manera provisional acerca de su percepción de la realidad, y no necesariamente de la realidad en sí.

De acuerdo con Allport (1986; Ramos, 2004; en Zacarías, 2009), la autoestima consiste en un engrimiento ruidoso; dice que es un silencio respetuoso de cada quien por sus propios valores; es uno de los principales factores que deciden el éxito o fracaso de la realización de una persona como ser humano.

Por su lado, Branden (1999), define de manera formal a la autoestima como la disposición a considerarse competente para hacer frente a los desafíos básicos de la vida y sentirse merecedor de la felicidad. Nuevamente Branden (2007), redefine a la autoestima como una fuerza poderosa dentro de cada uno de nosotros. Es la experiencia de ser aptos para la vida y para las necesidades de ésta; más específicamente consiste en:

1. Confianza en nuestra capacidad de pensar y de afrontar los desafíos básicos de la vida.
2. Confianza en nuestro derecho a ser felices, el derecho a afirmar nuestras necesidades y a gozar de los frutos de nuestros esfuerzos.

Mientras que Piña (2007) define a la autoestima como la confianza y el respeto por sí mismo, reflejando el juicio implícito de la habilidad que tenemos para enfrentar los desafíos de la vida y asumir el derecho de ser feliz. Además menciona que la autoestima, normalmente está vinculada con la motivación y/o con la autoregulación.

Bednar, Wells y Peterson (s/f; Branden, 2007).en ofrecen otra definición en su libro *Self-Esteem: Paradoxes and Innovations in Clinical Theory and Practice*: definen la autoestima como un sentido subjetivo de auto aprobación realista. Refleja cómo el individuo se ve y valora a sí mismo en los niveles fundamentales de la experiencia psicológica; entonces la autoestima es fundamentalmente un sentido perdurable y afectivo del valor personal basado en una autopercepción exacta.

Cabe mencionar que la autoestima, además de estar compuesta por el valor que la persona tiene por sí misma, también implica la capacidad de sentirse hábil e importante para los demás, involucra el grado de respeto y amor que el mismo sujeto se tiene.

En resumen, la autoestima es un juicio personal de dignidad, que se expresa en las actitudes del individuo hacia sí mismo (Branden, 2007).

Ahora bien, William James distingue tres tipos de autoestima:

1. *La material*: como la vanidad personal, modestia, orgullo por la riqueza, temor a la pobreza, etc.
2. *La social*: como orgullo social y familiar, afectación, humildad, vergüenza, etc.
3. *La espiritual*: como el sentido de la superioridad moral o mental, pureza, sentido de inferioridad o de culpa, etc.

Kimble (2002; en Zacarías, 2009) hace referencia de la autoestima como un concepto que consta de dos elementos: una parte activa que muestra un estilo particular de reaccionar

frente a los estímulos externos; mientras que el segundo elemento es una parte evaluativa o reflexiva que juzga y evalúa como somos.

Por otro lado, "Wells y Marwell (1976; en Mruk, 1999) desarrollaron una clasificación de las definiciones de la autoestima basándose en dos dimensiones: los procesos de evaluación y afecto. La autoevaluación implica normalmente más mecanismos, descripciones causales; mientras que el auto-afecto tiende a elicitar conceptualizaciones más humanistas. Los autores concluyen que existen cuatro formas básicas de definir la autoestima. La más básica es el enfoque actitudinal, en éste caso las definiciones se basan en la idea de que el self puede ser tratado como un objeto de atención, como cualquier otra cosa o posibilidad. El segundo tipo de definición desarrollado por los científicos sociales también comprende la autoestima en términos de actitud, pero de un modo más sofisticado, la cual es definida como la relación entre diferentes muestras de actitudes. La tercera forma de definir la autoestima se centra en las respuestas psicológicas que la persona sostiene de su self" (Mruk, 1999, p. 19).

Smelser (1989; en Branden, 1999) presenta tres componentes a considerar en la definición de la autoestima: El primero es el cognitivo, la autoestima implica caracterizar algunas partes del self en términos descriptivos como poder y seguridad, también implica cuestionarse el tipo de persona que es uno mismo. El segundo componente es el afectivo, ya sea de valencia o un grado de naturaleza positiva o negativa o una autoestima alta o baja. Por último está el tercer componente que es el evaluador, el cual se refiere a la atribución de un valor en base a algún modelo ideal (Branden, 1999).

Por otra parte Branden (1999) menciona que la autoestima tiene dos componentes relacionados entre sí: uno es *la eficacia personal* que alude a la sensación de confianza frente a los desafíos de la vida. El otro componente es *el respeto a uno mismo*, es decir, es la sensación de considerarse merecedor de la felicidad. Para entender mejor estos dos componentes se describirán más detalladamente a continuación:

La eficacia personal significa confianza en el funcionamiento de mi mente, en mi capacidad para pensar y entender, para aprender, elegir y tomar decisiones; confianza en mi capacidad para entender los hechos de la realidad que entran en el ámbito de mis intereses y necesidades; en creer en mí y en la confianza en mí mismo.

Ahora bien, *el respeto a uno mismo* significa el reafirmante en mi valía personal; es una actitud positiva hacia el derecho de vivir y de ser feliz; el confort al reafirmar de forma apropiada mis pensamientos, mis deseos y mis necesidades; el sentimiento de que la alegría y la satisfacción son derechos innatos naturales.

La eficacia personal y el respeto a uno mismo son un pilar doble de una autoestima saludable, si falta uno de ellos, la autoestima se deteriora. Por tanto, la experiencia de la eficacia personal genera un sentimiento de control sobre la vida de uno mismo que lo asociamos con un bienestar psicológico, el sentimiento de estar en el centro vital de la propia existencia frente a ser un espectador pasivo y víctima de los acontecimientos.

Mientras que la experiencia del respeto a sí mismo hace posible una benévola sensación no neurótica de comunicación con otras personas, es una asociación de independencia y de respeto mutuo que contrasta, por un lado, con el alejamiento alienante de la especie humana y por el otro, con la inconsciente fusión en una tribu (Branden, 2007, pp. 45-46).

Gran parte del entendimiento de los vínculos que enlazan a los miembros de una relación interpersonal adulta empieza en la capacidad de experimentar y expresar toda una gama de emociones, de sentir la libertad de dar y recibir afectos y cuidados, de pedir y/o recibir apoyo emocional en situaciones de estrés y de la capacidad de establecer y mantener relaciones afectivas, profundas y duraderas, emociones y habilidades sociales, tan vitales para el ser humano; cuyo desarrollo y fomento se origina desde la primera infancia y culminan con el establecimiento de que se cree es el verdadero amor (Ojeda, 2003).

En síntesis, Piña (2007) nos dice que la autoestima surge de la discrepancia entre el self percibido, o autoconcepto (una visión objetiva de sí mismo y el self ideal: lo que la persona valora o le gustaría ser).

4.3 Desarrollo de la autoestima

La autoestima se desarrolla a partir de la interacción con el medio ambiente, cuando el individuo nace, no tiene pasado no experiencia de comportamiento y carece de una escaña de comparación para valorarse a sí mismo (Piña, 2007).

Polaino (2004), considera que la génesis y el desarrollo inicial de la autoestima personal resultan en cierto modo deudores del apego infantil, tema que se tratará en el capítulo siguiente.

Según Coopersmith (1976; en Cruz, 2006) los infantes van formando una imagen de sí mismos, esto basado en la manera en que han sido tratados por las personas más cercanas a ellos como sus padres, sus hermanos, sus amigos, maestros, compañeros y vecinos. Además el desarrollo de una alta o adecuada autoestima tiene que ver con cuatro factores relevantes:

- 1.- El respeto, aceptación y consideración que recibimos de las personas significativas en nuestra vida.
- 2.- Nuestra historia de éxitos y la posición que mantenemos en el mundo. Los éxitos traen reconocimiento y, por tanto, están relacionados con nuestra posición en la sociedad, lo cual influye en la autoestima.
- 3.- Obtener autoestima únicamente en las áreas que personalmente son significativas; así las experiencias son interpretadas y modificadas de acuerdo con los valores y aspiraciones individuales.
- 4.- Control y defensa, que son capacidades individuales para definir consecuencias e implicaciones negativas, de tal manera que disminuyan su valor. En este sentido, el individuo puede minimizar, distorsionar o suprimir las acciones degradantes provenientes de los que le rodean, igual que las fallas o fracasos de sí mismos (Cruz, 2006).

Por otra parte, Purkey (1970; en Oñate, 1989; en Zacarías, 2009) expone seis factores fundamentales para el desarrollo de la autoestima:

- 1.- *Competencia*: se ha demostrado que las expectativas personales elevadas y un alto grado de competencia por parte de los padres y educadores produce efectos positivos sobre el niño.
- 2.- *Libertad*: se debe proporcionar ambientes de suficiente libertad de elección lo que conlleva a la toma de decisiones significativas para sí mismo.
- 3.- *Respeto*: al niño se le debe considerar como alguien importante, valioso, capaz de rendir en las tareas personales.
- 4.- *Afecto*: un desarrollo emocional pertinente permite al individuo rendir más y desarrollar sentimientos de dignidad personal.

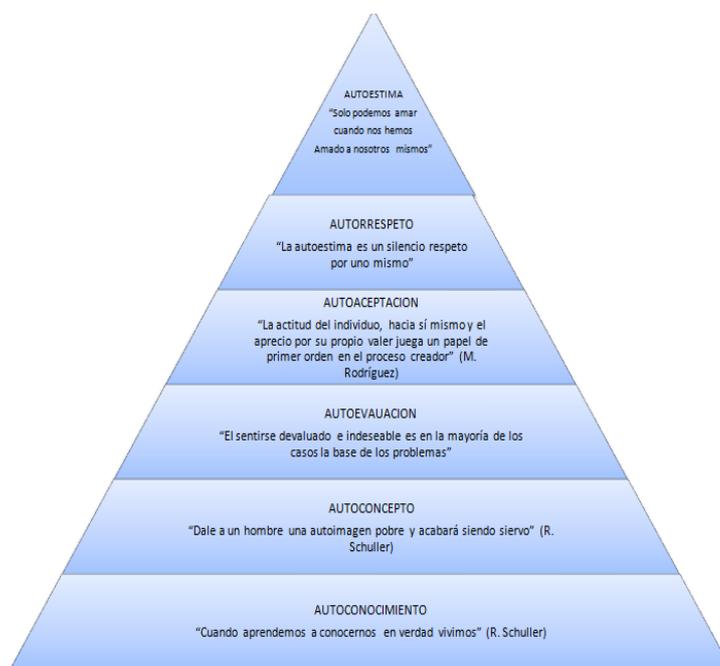
5.- *Control*: las orientaciones personales y académicas definidas producen una mejor imagen.

6.- *Éxito*: se debe proporcionar un ambiente de éxito más que de fracaso. Los continuos fracasos reducen las experiencias y no favorecen el aprendizaje ni el desarrollo.

Piña (2007) también menciona que además de los factores determinantes en la infancia existen otros que también tienen que ver con la forma en que la persona desarrolla su autoestima:

- a) *Ejecutar tareas importantes para sí mismo*
- b) *Lograr estándares morales y éticos*
- c) *Tener un alto grado de influencia en las decisiones sobre su propia vida.*

Para poder conocer y desarrollar nuestra autoestima, es necesario revisar los siguientes pasos (Piña, 2007):



Según Branden (1999) desarrollar una buena autoestima cuando ya se es adulto, depende de:

1.- Nuestra racionalidad, honestidad e integridad, que sin procesos volitivos, operaciones de la mente de las cuales somos responsables.

2.- La política de vivir conscientemente (lo cual incluye racionalidad, honestidad e integridad).

3.- El autoaceptarse es un rechazo a negar o desestimar cualquier aspecto de sí mismo: nuestros pensamientos, emociones, recuerdos, atributos físicos, subpersonalidades o acciones.

4.- Proteger la autoestima, es decir, saber evaluar nuestra conducta de manera apropiada, esto incluye: a) tener la certeza de que los parámetros con los cuales juzgamos son verdaderamente nuestros, no meramente los valores de los demás, con los cuales nos sentimos obligados aparentar que estamos de acuerdo; b) Efectuar auto-evaluaciones con una actitud de honestidad.

5.- Se debe aprender a no disculpar nunca nuestras virtudes, ni reprocharnos con ellas, ni tratar de desestimarlas. Se debe tener el coraje de reconocer nuestros puntos fuertes y nuestros aciertos.

6.- Reconocer las múltiples fases de nuestra personalidad y admitirlas, para poder sentirnos enteros, no divididos, sino integrados.

7.- Vivir y no pasivamente activamente, asumir la responsabilidad de nuestras elecciones, sentimientos, acciones y bienestar, para así, hacernos responsables de nuestra propia existencia.

8.- Vivir auténticamente con autoconfianza y autor respeto. En esto consiste el coraje de ser quienes somos, preservando la coherencia entre nuestro “sí mismo” interior y el “sí mismo” que presentamos al mundo. En sentido literal, significa vivir auto afirmativamente, aspecto que manifestamos al mundo a través de nuestros pensamientos, valoraciones y sentimientos.

9.- Apoyar la autoestima de los otros para apoyar la nuestra.

10.- Comprender que la autoestima implica y presupone el supremo valor de una vida individual.

De acuerdo con Maslow (1958; en Trejo, 2005), el individuo que se autorrealiza es menos dependiente y más autónomo y autodirigido, sus motivaciones son de desarrollos, llenas de gratificación y excitación como es la realización de anhelos y ambiciones, de ser cada vez un mejor ser humano, se encuentra dispuesto a dar y tiene especial preferencia por

la intimidad y reflexión, en contraste con las motivaciones deficitarias, que son las que sólo pueden ser satisfechas por los demás, que implica una considerable dependencia del exterior, sus satisfacciones provienen de fuentes que cubren sus necesidades, deseos y caprichos. Se encuentra sensible a la aprobación o crítica, afecto y buena voluntad de los demás, teme al medio, ya que siempre existe la posibilidad de que éste le falle o defraude. Este tipo de dependencia ansiosa, engendra hostilidad.

4.4 Autoestima y familia

La familia es el escenario natural donde el individuo adquiere y mantiene la autoestima, y es ahí donde ésta puede aumentar o disminuir, dependiendo la valoración que se le dé a la persona en este contexto familiar.

Gran parte de nuestro autoconocimiento se adquiere a través de la interacción con las relaciones interpersonales dentro de nuestro contexto familiar. Por tanto la familia, es el mejor ámbito para desarrollar tanto nuestro autoconcepto como nuestra autoestima.

En función de cómo sea la estructura, la dinámica, el funcionamiento y el clima familiar, así serán también el autoconcepto y la autoestima de cada una de las personas que conviven con esa familia. Por ello se puede decir que la familia constituye de alguna manera el contexto en el cual se recibe, se acepta, se dona y otorga tanto el autoconocimiento como la autoestima.

Por tanto, la familia nuclear es el mejor contexto dentro del cual es posible prever las necesidades específicas de cada uno de sus miembros. La familia, además, representa un espacio vital para el desarrollo socioafectivo y de identificación de los niños. En este espacio se crean los primeros vínculos de afecto que condicionarán, en mayor o menor intensidad, el estilo de las relaciones que el niño vaya estableciendo en años posteriores. De estas primeras experiencias afectivas es que dependerá, en cierta medida, su desarrollo integral posterior (Rojas, 2006).

Dado que el primer vínculo que se da en la vida, es con la madre, el infante poco a poco va internalizando las distintas conductas y actitudes que la madre tiene hacia él, ya sea que le gratifique o le frustre sus necesidades. Mediante el proceso de internalización de los acontecimientos de la vida y su interacción social con su familia o grupo de personas significativas para él, es como puede ir adquiriendo influencia en su autoestima.

Un niño puede experimentar el equilibrio adecuado entre protección y libertad o bien a) la sobreprotección que le infantiliza o bien b) la subproyección que exige al niño recursos que no puede tener aún. Estas experiencias, así como otras que experimentamos, contribuyen al tipo de identidad y autoestima que se forma con el tiempo (Branden, 1999).

La meta adecuada de la crianza de los padres consiste en preparar a un hijo para que sobreviva de forma independiente en la edad adulta. El bebé comienza en una situación de total dependencia. Si su crianza tiene éxito, el o la joven pasará de esa dependencia a ser seres humanos que se respetan a sí mismos y son responsables de sí mismos, capaces de responder a los retos de la vida de forma competente y entusiasta.

Si se entiende a la familia como un subsistema de la sociedad, se espera que actúe como filtro de las actitudes, las normas e ideas del grupo social al que se pertenece. En tal sentido, la familia aporta elementos de construcción a los individuos en tres áreas (Rojas, 2006):

- Primeras relaciones interpersonales e intercambios comunicacionales
- Seguridad emocional
- Comportamientos sociales (afecto, desarrollo emocional)
- Aprendizajes básicos
- Sistema de control de comportamiento (disciplina, normas, reglas, valores y ética)

Asimismo, las relaciones familiares tempranas proporcionan la preparación para la comprensión y participación de los niños en las relaciones familiares y extra familiares posteriores. Ayudan a desarrollar la confianza en sí mismo, la sensación de autoeficacia y valía (Trianes, 2002; en Rojas, 2006).

La familia toma una importancia fundamental en el contexto social del individuo, para el desarrollo y mantenimiento de un nivel de autoestima (Piña, 2007); el cual será crucial dentro de la relación de pareja del individuo.

Dentro de esta investigación es importante analizar la autoestima como un factor que desencadena una relación patológica como lo es la codependencia, ya que debido a la falta de amor propio, las personas tienden a soportar los malos tratos, el autosacrificio de necesidades

propias, por satisfacer las de sus parejas y además pueden llegar a acostumbrarse a esa manera de vida.

4.5 Autoestima, pareja y codependencia

El modo como nos sentimos con respecto a nosotros mismos afecta la manera de relacionarnos con los demás; en especial con la pareja y el grado de autoestima que tengamos podría determinar tanto nuestro propio valor como el tipo de noviazgo que tengamos ya sea saludable o patológica.

La autoestima se asocia a la relación de pareja que pone totalmente a prueba al individuo, ya que en la relación se ve proyectada la historia del individuo, sus problemas, la responsabilidad que tiene para enfrentarlos, su habilidad para identificar sus sentimientos y comunicarlos, su capacidad para adaptarse, escuchar y negociar, entre otros aspectos (Aguilar, 1994; en Cruz, 2006). Sin duda, lo que es un individuo, si tiene baja o alta autoestima, así como su propia historia repercute en su relación de pareja (Cruz, 2006).

Algunos psicólogos consideran que los individuos que se autoaceptan y no son defensivos, deberían ser más capaces de vivir relaciones satisfactorias que aquellos con autoestima baja y alto grado de defensividad (Díaz- Loving & Sánchez, 2002), por otro lado se cree que las personas con baja autoestima tienen una necesidad especial de involucrarse en relaciones de pareja y a sentirlas como más recompensantes que las personas con alta autoestima.

Para que una persona pueda relacionarse de manera saludable con su pareja, es importante que cuente con un nivel de autoestima que le permita tener la capacidad de decidir cómo va a ser su interacción, identificar sus necesidades y las de su pareja y vea como satisfacerlas, sin que ello implique el descuido y auto sacrificio de su propia vida y que además mantenga una buena y abierta comunicación con su pareja, así como buscar la oportunidad de resolver favorablemente las dificultades que se le presenten al interactuar con el otro (es decir, la pareja).

De esta manera, la satisfacción o insatisfacción de un individuo en sus relaciones interpersonales dependerá de su capacidad de tener una relación positiva consigo mismo. Por tanto, se puede afirmar que la autoestima es una parte fundamental para que el individuo

alcance la plenitud y la autorrealización tanto consigo mismo como en su relación con otros, en especial, en su relación de pareja (Rodríguez, 1998; en Cruz, 2006).

Cuando la pareja de una persona codependiente mantiene un comportamiento auto-destructivo, éste intentará salvarlo y controlarlo en cada oportunidad que tenga, y si no lo logra, se sentirá inútil y su autoestima disminuirá. Y por lo general, cuando la gente se siente orgullosa de la persona codependiente, ésta se pone feliz y su autoestima incrementa.

4.6 Autoestima alta

La clave más importante, posiblemente del éxito y la responsabilidad en la vida de todo ser humano, es poseer una alta autoestima. Ya que al desarrollar y mantener una autoestima alta podemos amar, respetar y valorar tanto a nosotros mismos, como a los demás, de esta manera podemos tener relaciones interpersonales más enriquecedoras y saludables. Con una alta autoestima también podremos alcanzar la plenitud, la autorrealización, productividad, mantener la capacidad de afrontamiento ante los desafíos de la vida, comprender y superar más sencillamente los problemas (Piña, 2007).

La autoestima alta implica que el individuo se respeta y se estima sin considerarse peor que los otros y sin creerse perfecto, por el contrario reconoce sus limitaciones y espera mejorar. Por tanto, la alta autoestima es un prerrequisito para confiar en el propio organismo como para que este sea el foco de su autoevaluación y la guía de su vida, para que esto se dé, es indispensable tener consciencia y conocimiento de sí mismo, en tanto el individuo comprende sus necesidades básicas y de crecimiento (Trejo, 2005).

Se ha visto que las personas que se estiman mucho parecen ser más independientes, auto-dirigidas y más autónomas que las personas que mantienen una baja autoestima. Los individuos con autoestima alta, defienden sus derechos y opiniones ante la presión social, están dispuestos a darse su lugar y no dejarse de abusos e injusticias.

De acuerdo a varias investigaciones, los factores determinantes para desarrollar una alta autoestima son (Piña, 2007):

- Aceptación del niño y niña con sus cualidades y defectos
- Respeto hacia el niño y niña y sus respectivos intereses

- Límites muy claros y consistentes en la familia
- Apoyo en sus decisiones para que llegue a seguir sus metas
- Comunicación y relación con la familia y seres cercanos.

Coopersmith (1976; en Cruz, 2006) advierte que las personas con alta autoestima se criaron bajo condiciones de aceptación, definición clara de las reglas y respeto; son personas afectivas, equilibradas y competentes, capaces de acciones creativas e independientes. En estas personas el nivel de ansiedad parece ser bajo y su habilidad para tratar con la angustia es mayor que el de las otras personas, son socialmente hábiles y capaces de tratar con situaciones y demandas externas de manera directa, sus relaciones sociales son generalmente buenas y pueden ocupar posiciones de influencia y autoridad (Cruz, 2006).

Algunas pruebas sugieren que la autoestima realmente alta puede provocar algunas dificultades en las relaciones interpersonales, en especial hacia las necesidades o limitaciones de las otras personas

4.7 Autoestima baja

Mientras tanto, Coopersmith (1976; en Cruz, 2006) nos indica que en el caso de tener una baja autoestima implican otros aspectos como sentirse inapropiado para la vida, no sólo acerca de un tema o conocimiento, sino como persona, inadecuado en la propia existencia y para responder a los desafíos y alegrías de la vida con un sentimiento fundamental de incapacidad y desmerecimiento. También nos menciona que los individuos con baja autoestima son criados bajo condiciones de rechazo, inseguridad y falta de respeto, llegando a creer que son incompetentes y sin recursos, además, se sienten aislados, sin amor, incapaces de expresarse y demasiado débiles para afrontar y sobrellevar sus deficiencias.

Por otro lado, Hatfield (s/f. Dion et al., 1988; en Díaz-Loving & Sánchez, 2002) propone que las personas que tienen baja autoestima poseen una especial necesidad de afecto y que debido a ello, tales individuos encuentran a la experiencia de amor romántico como más recompensante que las personas con alta autoestima, aunque al mismo tiempo pueden mostrar una dependencia desmedida.

Así pues, las personas con baja autoestima, piensan que no valen nada, por lo que permiten ser engañadas, menospreciadas por los demás, así como también tienden a engañar

y despreciar a los otros. Como defensa se ocultan detrás de un muro de desconfianza y se hunden en la soledad y el aislamiento. Cuando sufren derrotas se sienten desesperadas y no tienen confianza, ni un buen concepto de sí mismas (Trejo, 2005).

Aunque los sujetos con un nivel medio de autoestima; en algunas situaciones de la vida se comunican con cierto temor e inseguridad, aceptan pasivamente las críticas, expresan sus sentimientos una vez que son motivados, están conformes consigo mismos pero no en su totalidad.

Ahora bien, los individuos con baja autoestima, también presentan sentimientos de aislamiento, se sienten poco atractivos e incapaces de expresarse o defenderse, temen disgustar a los demás tratando de pasar inadvertidos, permaneciendo aislados, siendo pasivos al preferir escuchar que participar y son muy sensibles a las críticas (Piña, 2007).

Por lo general, las personas con baja autoestima mantienen una condición de afecto negativo, falta de merecimiento, sentimientos de inferioridad, soledad e inseguridad.

Cabe mencionar que la baja autoestima lleva finalmente a la denigración y/o autodestrucción, insertándonos en relaciones patológicas y dañinas como lo es la codependencia.

De acuerdo con algunos autores (Beattie, 2000; Bensch, 1997; Britt, Springer & Schlenker, 1998) la baja autoestima ha sido relacionada significativamente con los altos niveles de codependencia, e incluso encontrada como predictor de ésta (Hollabaugh, 1996; en Zarco, 2005). Por lo tanto, una persona con baja autoestima, intenta amar, pero no tiene los cimientos de una seguridad interna, en su lugar está el temor interior de que sólo se encuentra destinado al dolor. De esta manera se elegirá a alguien que inevitablemente la rechazará o abandonará. O bien se elegirá a alguien con quien la felicidad pudiera ser posible, saboteará su propia relación para solicitar muestras de una seguridad excesiva, manifestando un sentido posesivo irracional, considerando una catástrofe las fricciones pequeñas, buscando el control a través de la subordinación y la dominación; encontrando maneras de rechazar a su pareja antes de ser rechazado (Zacarías, 2009).

4.8 Autoestima y Género

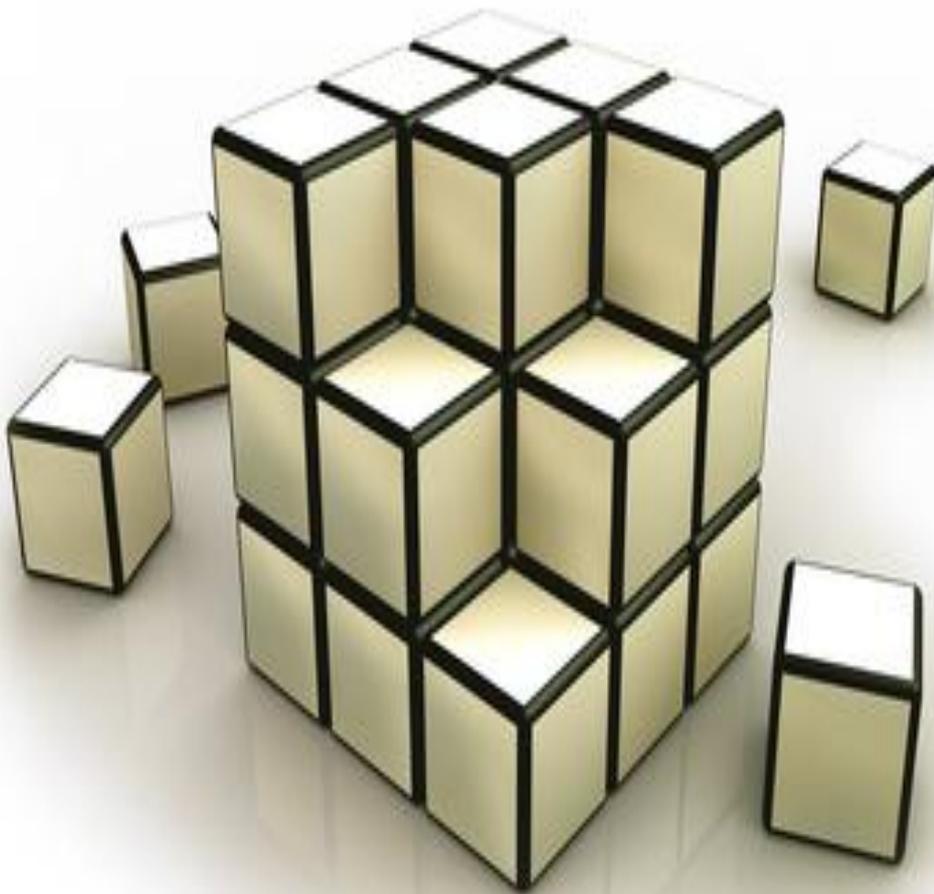
Está consensuado que el género es capaz de influir en cierto grado sobre la autoestima. En términos de la estructura en general, las mujeres de nuestra sociedad parecen inclinarse hacia el componente de merecimiento de la autoestima (ser valoradas en términos de aceptación o rechazo) y los hombres tienden a inclinarse hacia la dimensión de competencia (éxito o fracaso). Hay multitud de excepciones en cualquiera de las direcciones, y aún está sin determinar si ésta es una función de la naturaleza (biología) o de la crianza (cultura y aprendizaje), aunque en este punto la evidencia sugiere que las fuerzas sociales son fundamentalmente responsables de estas diferencias (Piña, 2007).

Al pretender que las mujeres se mantienen más sumisas y con una autoestima baja, se estaría estereotipando el rol que desempeñan éstas, al menos hoy en día, ya que se ha mostrado que los hombres también llegan a mostrar niveles bajos de autoestima dentro de sus relaciones interpersonales, en especial dentro de su noviazgo.

Por lo tanto, sería interesante plantear de acuerdo a la literatura, al encontrarnos que las personas con alta autoestima tienden a ser más independientes, más autónomas, se respetan así mismas y mantienen relaciones interpersonales más enriquecedoras y saludables, entonces en los individuos codependientes podría haber la posibilidad de que posean una baja autoestima ya que por el contrario, estas personas mantienen una forma de ser bastante distante a lo que una alta autoestima plantea; sin embargo habría que encaminarnos hacia algo más profundo y sustancial que pueda confirmar si en verdad las personas que mantienen una relación de codependencia en su noviazgo tienen una baja autoestima o no, y esto es precisamente uno de los fines que se pretende encontrar dentro de esta investigación.

CAPITULO 5

MÉTODO



MÉTODO

5.1 Justificación

El estudio de las relaciones de pareja, hoy en día siguen siendo de gran relevancia e impacto social, dado que en la sociedad en la que todos se encuentran inmersos, hombres y mujeres, la manera en que las parejas interactúan puede ser de manera saludable o enfermiza. Ya que actualmente, las relaciones patológicas y de violencia se encuentran en aumento; se considera de gran relevancia social el estudio de este tipo de relaciones, como lo es la codependencia; es por esta razón que en el presente trabajo se pretende explorar la manera en que la identidad de género, la autoestima y el apego impactan para que exista una relación de codependencia en el noviazgo. De esta manera, es importante la perspectiva de género, ya que se puede ampliar la mirada con que estudiamos los diferentes fenómenos dentro de las relaciones de pareja. Es de gran relevancia hacer hincapié en la distinción entre género y sexo, ya que aquí dentro de las expectativas esperadas en esta investigación es desde una construcción social y no biológica. Así pues cabe resaltar la importancia que esta investigación puede aportar, dado que no sólo se encuentra literatura recabada; sino que el estudio aquí realizado puede ayudar a promover relaciones más saludable alejadas de la codependencia, al autoconocimiento y sobre todo a concientizar a los jóvenes de hoy en día y futuras generaciones la manera en que viven sus relaciones desde su identidad ya sea como hombres o como mujeres.

5.2 Pregunta de investigación

¿Cómo se relaciona la identidad de género, la autoestima y el estilo de apego y de qué manera estas variables impactan para que exista y se mantenga una relación de codependencia en el noviazgo?

5.3 Objetivo General

- Conocer y evaluar cómo se relacionan, la identidad de género, la autoestima y el estilo de apego y cómo impactan estas variables para que exista y se mantenga una relación de codependencia en el noviazgo.

5.3.1 Objetivos Específicos

- Conocer las diferencias en función del sexo en el grado de codependencia, estilos de apego adulto, la autoestima y la identidad de género
- Evaluar la relación que existe entre la codependencia y los estilos de apego, la autoestima y la identidad de género.
- Conocer de que manera la codependencia, los estilos de apego, la autoestima y la identidad de género se vinculan con la codependencia en una relación de noviazgo.

5.4 Hipótesis

H1: Existen diferencias en la codependencia de hombres y mujeres

H2: Existen diferencias en los estilos de apego adulto de hombres y mujeres

H3: Existen diferencias en la autoestima de hombres y mujeres

H4: Existen diferencias en la identidad de género de hombres y mujeres

H5: Hay relación entre la codependencia y los estilos de apego adulto

H6: Hay relación entre la codependencia y la autoestima

H7: Hay relación entre la codependencia y la identidad de género

H8: Existen una relación entre la identidad de género y los estilos de apego

H9: Existen una relación entre la identidad de género y la autoestima

H10: Existen una relación entre los estilos de apego y la autoestima

5.5 Variables:

A. Clasificación: sexo

B. Dependiente : Codependencia

C. Independientes: Identidad de Género, Estilos de Apego Adulto y Autoestima

5.5.1 Definición de Variables

Definición Conceptual

- **Dependiente**

Codependencia: es una condición cognoscitiva afectiva y conductual del individuo que se manifiesta en el ámbito interpersonal y en donde la persona llega a un involucramiento obsesivo con los problemas de los demás, tratando de resolverlos por ellos e invirtiendo toda

su energía en ello; pierde el control de su propia vida en todos los ámbitos buscando siempre el control sobre los demás, se deja de lado para anteponer a los demás; y además tiene una necesidad continua apremiante de ser aceptado, de pertenecer y ser útil (Zarco, 2005).

Definición Operacional

Codependencia: la codependencia será medida a través de la Escala de Codependencia de Violeta Zarco (2005) que evalúa el grado de dependencia mutua entre hombres y mujeres en una relación.

Definición Conceptual

- **Independientes**

Identidad de Género (roles, rasgos de m-f, actitudes, estereotipos y patrones de socialización): es la igualdad a sí mismo, a la unidad y a la persistencia de la propia individualidad como varón, como mujer o ambivalente (Money & Ehrhardt, 1972; en Rocha, 2004). La identidad de género se divide en 5 factores:

I. *Roles de género:* son las diferencias sociales o expectativas normativas de cómo deben comportarse hombres y mujeres y que funcionan como mecanismos cognoscitivos y perceptivos a través de los cuales la diferencia sexual, se convierte en una diferencia social (Fernández, 199; en Rocha, 2004).

II. *Rasgos de masculinidad-feminidad (instrumentalidad-expresividad):* cualidad psicológica propia de hombres y /o mujeres que denota características psicológicas de su propio sexo o del sexo contrario teniendo como filtro al grupo cultural. Independientemente de su sexo biológico las personas pueden poseer distintos grados de cualquiera de estos cuatro rasgos de personalidad:

III. *Actitudes hacia el rol de género:* son un conjunto de características de personalidad, actitudes, creencias y conductas que la sociedad especifica como apropiadas para hombres y mujeres, es decir, definidas en función del sexo biológico y las expectativas normativas dentro de la cultura en cuanto al mundo de lo masculino (instrumentalidad) y lo femenino (la expresividad) (Spence, 1980, Díaz-Guerrero, Spence & Helmreich, 1982; Meler, 1998 & Corona, 1998; en Rocha, 2004).

IV. Estereotipos: pueden definirse como una imagen mental simplificada, acerca de las personas, en función de la dicotomía sexual que comprende el conjunto de creencias populares sobre las características físicas, las actividades y roles que diferencian a hombres y mujeres. Se relacionan con este conjunto de expectativas en torno a la conducta típica de un hombre y de una mujer (Rocha, 2000).

V. Patrones de Socialización: Los patrones de socialización son una serie de pasos que mantienen una continuidad, en donde a hombres y mujeres, como miembros de una sociedad se les enseña lo que necesitan saber para mantener una vida social y poderse identificar ya sea de un sexo u otro, para que de esta manera actúen de acuerdo a las demandas específicas de una cultura, con la cual van a interactuar. En ella ambos, adquirirán las habilidades necesarias, las características, las conductas, las normas y los valores adecuados para poderse insertar en la vida social de su cultura.

Definición Operacional

Identidad de Género (roles, rasgos de masculinidad-feminidad, actitudes, estereotipos y patrones de socialización): para medir la identidad de género se utilizó el Inventario Multifactorial de Identidad de Género (Rocha, 2004), se compone de 4 escalas: estereotipos, roles de género, actitudes y feminidad-masculinidad.

Definición Conceptual

Estilos de Apego Adulto:

Apego adulto: Maslow (1955) ve al apego como una forma deficiente e inmadura de amor, es decir; una forma de amor dependiente para con el otro. Harlow (1958) se refiere a él como una necesidad por identificar amor, mientras que Tzeng (1992) lo define como un proceso que implica dinámicas emocionales y funciones biológicas que conducen al amor romántico (Ojeda, 1998; en Zarco, 2005).

Definición Operacional

Estilos de Apego Adulto: se midieron a través del el Inventario de Experiencias en Relaciones Cercanas de Brennan, Clark y Shaver (1998), adaptación en México por Frías Cárdenas, Díaz-Loving y Reyes Lagunes (2008).

Definición Conceptual

Autoestima: Es la actitud favorable o desfavorable que el individuo tiene hacia si mismo, es decir, un grupo de cogniciones y sentimientos (Coopersmith, 1967; en Cruz, 2006).

Definición Operacional

Autoestima: la autoestima se midió a través de la Escala Self-Esteem Rating Scale (SERS). Se realizó una traducción y validación de esta escala, (Zacarías & Díaz-Loving, no publicado).

5.6 Instrumentos:

- **Identidad de Género:** se utilizó el Inventario Multifactorial de Identidad de Género (Díaz-Loving, Rocha & Rivera, 2004), el cual se compone de 5 escalas: patrones de socialización, estereotipos, roles de género, actitudes y rasgos de feminidad-masculinidad. La escala tiene una consistencia interna global con una alfa de Cronbach de .9293, cada área positiva y negativa y de instrumentalidad y expresividad tienen alfas superiores a .95
- **Estilos de apego:** para medir el apego, se utilizó el Inventario de Experiencias en Relaciones Cercanas de Brennan, Clark y Shaver (1998), con la adaptación en México de Frías Cárdenas, Díaz-Loving y Reyes Lagunes (2008), con un alfa de de Cronbach de 0.80. en el cual se mencionan los cuatro tipos de apego:

Seguro: fácil intimación con los demás, despreocupación al abandono y comodidad con la dependencia hacia otros y de otros hacia la persona.

Preocupado (ansioso²): interés por relacionarse con los demás, preocupación al no haber relaciones cercanas y de ser valorado.

Evitante: es caracterizado por la subestimación de la importancia de las relaciones cercanas, emocionalmente restringidas, hay independencia y autoconfianza.

² Dentro de la presente investigación se utilizó el nombre de apego preocupado, en otros estudios es también llamado apego ansioso.

Miedoso (rechazante³): se caracteriza por la evitación de las relaciones cercanas debido al miedo o al rechazo, sienten inseguridad personal y desconfianza de otros.

- **Autoestima:** Se utilizó la escala Self-Esteem Rating Scale (SERS) de Díaz-Loving et al. 2002, los reactivos contienen áreas que miden aspectos tanto positivos como negativos de la autoevaluación incluyendo la autoestima global, la competencia social, la habilidad para resolver problemas, habilidad intelectual, autocompetencia y el valor relativo hacia otras personas. La escala tiene una consistencia interna con un alfa de Crobach de .97 y se divide en 3 factores:

Factor 1: Autoestima Positiva y competencia social: de manera general hace referencia a una autoestima alta o positiva, donde el individuo considera que es una persona agradable, competente, buena, atractiva, no aburrida y se siente bien consigo mismo. También se percibe competente en situaciones sociales, siente tranquilidad al conocer gente nueva y seguridad en su habilidad para tratar con otras personas, cree que es agradable para los demás, interesante y valorado por éstos, creer que posee un buen sentido del humor, además piensa que da una buena impresión a otros. Muestra auto-competencia pues confía en que puede hacer bien cualquier cosa que haga y seguridad en su habilidad para aprender cosas nuevas (12 reactivos, $\alpha = .93$).

Factor 2: Autoestima negativa e incompetencia social: de manera general este factor refiere una autoestima baja o negativa, donde el individuo se siente avergonzado de sí mismo, inferior a otros, desearía ser alguien más y se enoja consigo por su forma de ser. También se percibe incompetente frente a situación sociales, se siente nervioso cuando está con extraños, le avergüenza que sus ideas sean escuchadas, teme parecer tonto ante los demás, desearía desaparecer cuando se encuentra alrededor de otras personas y no se siente seguro de poder empezar nuevas relaciones. No cree poseer habilidades para resolver las cosas de manera adecuadas ni confiar en su habilidad para hacerle frente a las situaciones difíciles. Además percibe una baja auto-competencia pues cree que es probable que falle en las cosas que hace (7 reactivos, $\alpha = .84$).

Factor 3: Autoestima negativa y alta valoración: de manera general este factor refiere al igual que el anterior a una autoestima negativas, sin embargo, en este factor la autoestima negativa

³ Dentro de la presente investigación se utilizó el nombre de apego miedoso, en otros estudios es también llamado apego rechazante.

se centra en que le individuo no se gusta a sí mismo y se siente feo. También percibe cierta incompetencia social pues no se considera agradable para los demás y siente que si se le conoce bien podría no agrandar a otros. Además en este factor la persona le da un alto valor a las habilidades e inteligencia de los demás y las coloca por encima de las propias, pues cree que los otros hacen las cosas mucho mejor que él, los cree más listos, confía más en lo que los demás hacen que en lo que él realiza y cree que si pudiera parecerse a los demás se sentiría mejor consigo mismo, una baja autoestima-autocompetencia, pues siente que arruina todas las cosas (5 reactivos, $\alpha = .83$).

➤ **Escala de Codependencia:** para evaluar la Codependencia en parejas, se utilizó el instrumento realizado por Violeta Zarco (2005), el cual se conforma de distintas dimensiones teóricas las cuales son: aceptación, pertenencia y de complacer, gusto por sentirse necesitado, negación/represión, inversión de energía, altruismo y abnegación. La escala, tiene una consistencia interna con un alfa de Cronbach de 0.9620 y se encuentra compuesta por 4 factores:

1. Altruismo: se mantiene una preocupación constante y obsesiva por resolver los problemas de la pareja y evalúa que tanto se ayuda mutuamente la pareja (16 reactivos, compartiendo 1 con dependencia, $\alpha = 0.93$).

2. Abnegación: refleja una búsqueda por cumplir con las necesidades y deseos de la pareja, represión de la expresión de los sentimientos, deseos y necesidades, miedo a perder a la pareja. (15 reactivos, $\alpha = 0.927$).

3. Dependencia: refleja la percepción por parte del individuo de que la pareja, sus pensamientos, sentimientos y acciones, dependen de él o ella, piensa que la pareja no puede vivir sin él o ella, sin su ayuda; que lo necesita para cuidarle y resolver sus problemas (9 reactivos compartiendo 1 con altruismo, $\alpha = 0.872$).

4. Necesidad de Complacer: implica la sensación de querer ayudar a la pareja y a los otros, anteponiendo sus necesidades; no obstante esta ayuda no es desinteresada sino que busca como pago el amor y la aprobación del otro. Sin embargo, este factor no refleja un aspecto negativo, ya que, a diferencia de los otros factores, el individuo reporta un gusto por ayudar al otro (5 reactivos, $\alpha = 0.68$).

5.7 Diseño de Investigación:

Se realizó un diseño de campo, correlacional, transversal y explicativo.

5.8 Muestra:

La presente investigación se realizó con una muestra no probabilístico y estuvo comprendida de 58 parejas mexicanas heterosexuales, es decir 116 personas (58 mujeres y 58 hombres), que se encontraban en una relación de noviazgo, con un tiempo mínimo de 1 año. Las edades de los participantes oscilaron entre los 18 y 30 años.

5.9 Procedimiento:

Se acudió a los diferentes escenarios de estudio y de trabajo de cada una de las parejas para la aplicación de estas escalas, se les explicó de manera breve los objetivos de la investigación y se les pidió su participación, dejándoles ver claramente que todos los datos serían tratados de forma anónima y confidencial. A todas aquellas parejas que aceptaron colaborar, se les proporcionó el instrumento y una pluma para contestarlo. Cabe mencionar que las condiciones de aplicación fueron dentro de un espacio adecuado, iluminado y sin distracciones. Dado que se trabajó con ambos miembros de la pareja, para evitar cualquier sesgo o inducción de las respuestas, se les aplicó el cuestionario cuando ambos se encontraban juntos, sólo que se les situó de manera separada al contestarlo para que ninguno de ellos pudiera ver la respuesta de su pareja.

CAPITULO 6

RESULTADOS



RESULTADOS

6.1 Diferencias en el grado de codependencia, estilos de apego adulto, autoestima e identidad de género en función del sexo.

Los datos se sometieron a un análisis estadístico en el programa SPSS, primero se corrió una prueba t student para muestras independientes con el fin de conocer si existían diferencias entre hombres y mujeres en los factores de codependencia, estilos de apego adulto (seguro, evitante, miedoso y preocupado) autoestima e identidad de género (patrones de socialización, roles de género, actitudes hacia el rol de género, estereotipos y rasgos de personalidad).

Tabla 1. Comparación de medias entre hombres y mujeres respecto a la codependencia, estilos de apego adulto, autoestima e identidad de género

	Factores	Reactivos	Sexo	N	Media	Desviación estándar	t	p
CODEPENDENCIA	Necesidad de Complacer	Me gusta ayudar a mi pareja	M H	58 58	3.6276 3.6621	.57 .55	-.331	.742
	Codependencia altruista	Prefiero resolver los problemas de mi pareja antes que los míos	M H	58 58	1.9461 2.2769	.62 .56	-2.993	.003
	Codependencia abnegación	Tengo mucho miedo de perder a mi pareja si no hago lo que me pide	M H	58 58	1.7115 1.9552	.59 .54	-2.296	.023
	Codependencia dependencia	Los sentimientos de mi pareja dependen de mí	M H	58 58	1.9461 2.0172	.61 .62	-.617	.538
ESTILOS DE APEGO ADULTO	Apego seguro	Me siento a gusto compartiendo mis pensamientos y sentimientos más profundos	M H	57 57	4.8596 4.6316	1.71 .98	.872	.385
	Apego evitante	Cuando la gente trata de acercarse a mí, yo me alejo	M H	58 58	2.6092 2.7184	1.26 1.30	-.457	.649
	Apego miedoso	Me preocupa que me rechacen o me dejen	M H	58 58	2.4172 2.3207	.96 .84	.574	.567
	Apego preocupado	Me preocupa que los demás no estén tan pendientes de mí como yo de ellos	M H	58 58	2.8161 2.6580	1.13 .95	.812	.418

Continuación de Tabla 1. Comparación de medias entre hombres y mujeres respecto a la codependencia, estilos de apego adulto, autoestima e identidad de género

AUTOESTIMA	Autoestima positiva	Me siento bien conmigo mismo (a)	M H	58 58	4.8049 4.8942	.71 .67	-.692	.490
	Autoestima negativa e incompetencia social	Me siento inferior que otras personas	M H	58 58	3.0172 2.9631	.56 .55	.522	.603
	Autoestima negativa y alta valoración de otros	Me siento feo	M H	58 58	2.3138 2.1443	.74 .65	1.307	.194
PATRONES DE SOCIALIZACIÓN	Androginia	La importancia que le doy a las relaciones afectivas	M H	58 57	4.1437 3.8567	.52 .54	2.867	.005
	Feminidad negativa	Percibirme como una persona vulnerable	M H	58 58	2.2040 1.6281	.58 .55	5.486	.000
	Machismo	El deseo de dominar a otras personas	M H	58 57	2.2537 3.0226	.67 .77	-5.683	.000
ROLES	Roles instrumentales de género en la pareja	Yo soy quien toma el control sobre la relación	M H	58 58	2.7138 2.7707	.53 .74	-.473	.638
	Roles expresivos de género en la pareja	Soy afectuoso con mi pareja	M H	58 58	4.4241 4.1690	.65 .66	2.087	.039
ACTITUDES	Actitudes hacia el Rol de género	Que los hombres y las mujeres tengan las mismas responsabilidades	M H	58 58	4.3103 4.1401	.50 .50	1.809	.074
ESTEREOTIPOS DE GÉNERO	Estereotipos	Un hombre es más inteligente que una mujer	M H	58 58	1.9940 2.3483	.51 .65	-3.245	.002
RASGOS DE PERSONALIDAD	Rasgos instrumentales positivos de pareja	Responsable, cumplido, seguro, comprensivo	M H	58 58	3.1907 3.2457	.46 .32	-.735	.464
	Rasgos instrumentales negativos de pareja	Mandón, manipulador, preocupón, patán, agresivo	M H	58 58	3.1325 3.1724	.46 .38	-.502	.617
	Rasgos expresivos positivos de pareja	Cariñoso, amoroso, tierno, dulce	M H	58 58	3.1835 3.0517	.43 .39	1.718	.089
	Rasgos expresivos negativos de pareja	Llorón, miedoso, quejumbroso, chillón	M H	58 58	3.1917 2.8032	.83 .47	3.087	.003

M: MUJERES
H: HOMBRES

Se puede observar que en la codependencia, se encuentran diferencias significativas en los factores de altruismo y abnegación, puntuando más alto los hombres que las mujeres en ambos casos, es decir, que los hombres tienden más a querer resolver los problemas a sus parejas y reprimen sus propios sentimientos y pensamientos por miedo a perder a sus novias. Por otro lado llama la atención el factor de necesidad de complacer, ya que, aunque no se

observan diferencias significativas, hombres y mujeres puntúan por arriba de la media teórica, lo que sugiere que en el contexto de la relación ambos buscan complacer y ayudar a su pareja.

Dentro de los estilos de apego adulto, no se reportan diferencias significativas en ningún factor, sin embargo de manera general y como dato interesante se puede señalar que hombres y mujeres puntúan más alto en el estilo de apego seguro comparado con el resto de los estilos de apego, lo cual podría indicar que ambos sexos tienden a sentirse a gusto compartiendo sus sentimientos y pensamientos con sus parejas.

Para la variable de autoestima, no se observan diferencias estadísticamente significativas en ninguno de sus factores, empero vale la pena acentuar que hombres y mujeres se hallan con valores de autoestima positiva por encima de la media teórica; es decir que tienden a considerarse personas agradables, competentes y atractivas.

Dentro de los patrones de socialización se pueden observar diferencias significativas en todos los factores, puntuando más alto las mujeres que los hombres en feminidad negativa y androginia es decir, que en general ambos siguen definiéndose en mayor proporción como personas vulnerables por una parte y por la otra, el tener capacidad de cooperar con otros; en tanto los hombres puntuaron más alto en el factor de machismo, lo cual indica que éstos, parecen definirse más por el deseo de dominar a otras personas y buscar ganar a toda costa.

Para los roles de género, se encontraron diferencias significativas solamente en los roles expresivos en hombres y mujeres; lo que se refiere a que se muestran afectuosos con sus parejas, parecen ser sensibles a las necesidades emocionales de éstas y además buscan satisfacer sus gustos, de tal manera que aunque ambos sexos se encuentran por arriba de la media teórica, siguen siendo las mujeres quienes desempeñan con mayor frecuencia este tipo de actividades.

En cuanto a las actitudes hacia el rol de género, no se encuentran diferencias significativas, empero tanto hombres como mujeres puntúan por arriba de la media teórica; es decir que parecen mostrar una tendencia hacia la equidad de género, de manera que les agrada que ambos tengan las mismas responsabilidades y realicen las mismas tareas.

En lo que compete a los estereotipos de género, se evidenció que los hombres poseen una visión más estereotipada que las mujeres, ya que parecen estar más de acuerdo con

premisas tales como el que un hombre sea más inteligente, agresivo y superior que una mujer o que las mujeres tienen habilidades innatas para hacer el quehacer doméstico.

Dentro de los rasgos de personalidad, solo existen diferencias significativas en el factor expresivo negativo, donde las mujeres poseen este rasgo más que los hombres, esto refiere a que se muestran llorones, quejumbrosos y miedosos. Y aunque no hay diferencias significativas en los demás factores, ambos sexos se encuentran alrededor de la media teórica en rasgos instrumentales positivos y negativos, también en los rasgos expresivos positivos; es decir, que tienden a ser responsables, ordenados y trabajadores por un lado y dominantes, manipuladores y mentirosos por el otro, sin embargo no dejan de mostrar la tendencia a ser cariñosos, sensibles y tiernos.

6.2 Relación entre la codependencia, la identidad de género, los estilos de apego y la autoestima

- Para conocer si existe relación entre los diferentes factores de cada una de las variables que se trabajaron en esta investigación, se empleó una correlación de Pearson entre todos los factores de codependencia, identidad de género, estilos de apego y autoestima tanto en mujeres como en hombres de manera independiente. A continuación se presentan los resultados en el siguiente orden:

1. Correlaciones entre Codependencia, Estilos de Apego Adulto, Autoestima e Identidad de Género
2. Correlaciones entre Codependencia y Estilos de Apego adulto
3. Correlaciones entre Codependencia y Autoestima
4. Correlaciones entre Codependencia e Identidad de Género
5. Correlaciones entre Identidad de Género y Estilos de Apego
6. Correlaciones entre Identidad de género y Autoestima
7. Correlaciones entre Estilos de Apego y Autoestima
8. Correlaciones entre Codependencia y edad, escolaridad y tiempo en la relación

Tabla 2. Correlaciones entre codependencia y estilos de apego adulto, autoestima e identidad de género en hombres y mujeres

		Reactivos	Codependencia altruista	Codependencia abnegación	Codependencia dependencia	Codependencia Necesidad de Complacer
ESTILOS DE APEGO ADULTO	Apego seguro	Me siento a gusto compartiendo mis pensamientos y sentimientos más profundos	● / □ - .036 / .153	● / □ - .101 / -.038	● / □ .038 / -.127	● / □ .118 / .305**
	Apego evitante	Cuando la gente trata de acercarse a mí, yo me alejo	.376** / .165	.365** / .319*	.313* / .247	.162 / -.097
	Apego miedoso	Me preocupa que me rechacen o me dejen	.364** / .405**	.404** / .368**	.492** / .257	-.178 / .173
	Apego preocupado	Me preocupa que los demás no estén tan pendientes de mí como yo de ellos	.292* / .443**	.282* / .333*	.532** / .471**	.019 / .257
AUTOESTIMA	Autoestima positiva	Me siento bien conmigo mismo (a)	-.328* / -.163	-.366** / -.055	-.350** / .029	.014 / -.034
	Autoestima negativa e incompetencia social	Me siento inferior que otras personas	.155 / .256	.237 / .149	.177 / .153	-.122 / .100
	Autoestima negativa y alta valoración de otros	Me siento feo	.186 / .106	.319* / .116	.255 / .149	-.094 / .066
PATRONES DE SOCIALIZACIÓN	Androginia	La importancia que le doy a las relaciones afectivas	-.059 / .106	-.043 / -.092	-.054 / -.122	.146 / .027
	Feminidad negativa	Permitir que otros dirijan mi vida	.187 / .192	.304* / .324*	.348** / .128	-.180 / -.030
	Machismo	El deseo de dominar a otras personas	.226 / .077	.234 / -.123	.109 / .130	.224 / -.137
ROLES DE GÉNERO	Roles instrumentales de género en la pareja	Yo soy quien toma el control sobre la relación	.004 / .310*	.137 / .452**	.132 / .468**	-.121 / .092
	Roles expresivos de género en la pareja	Soy afectuoso con mi pareja	.187 / .366**	-.162 / .176	-.026 / .189	.358** / .448**
ACTITUDES HACIA EL ROL DE GÉNERO	Actitudes hacia el Rol de género	Que los hombres y las mujeres tengan las mismas responsabilidades	-.231 / -.012	-.342** / -.029	-.070 / -.238	-.107 / .260*
ESTEREOTIPOS DE GÉNERO	Estereotipos	Un hombre es más inteligente que una mujer	.277* / .226	.262* / .196	.242 / .346**	.309* / .013
RASGOS DE PERSONALIDAD	Rasgos instrumentales positivos de pareja	Responsable, cumplido, seguro, comprensivo	.292* / .236	.082 / .004	.141 / .133	.210 / .016
	Rasgos instrumentales negativos de pareja	Mandón, manipulador, preocupón, patán, agresivo	.132 / .011	.117 / .010	-.040 / .097	.121 / -.184
	Rasgos expresivos positivos de pareja	Cariñoso, amoroso, tierno, dulce	.186 / .146	.108 / .164	.009 / .240	.217 / -.001
	Rasgos expresivos negativos de pareja	Llorón, miedoso, quejumbroso, chillón	.102 / .363**	.159 / .271*	.122 / .190	-.021 / .258

**Correlación significativa al .01

*Correlación significativa al .05

● MUJERES
□ HOMBRES

Tabla 3. Correlaciones entre la codependencia y los estilos de apego adulto en hombres y mujeres

		Sexo	Codependencia altruista	Codependencia abnegación	Codependencia dependencia	Codependencia Necesidad de Complacer
ESTILOS DE APEGO ADULTO	Apego seguro	M / H	- .036 / .153	- .101 / - .038	.038 / - .127	.118 / .305**
	Apego evitante	M / H	.376** / .165	.365** / .319*	.313* / .247	.162 / - .097
	Apego miedoso	M / H	.364** / .405**	.404** / .368**	.492** / .257	- .178 / .173
	Apego preocupado	M / H	.292* / .443**	.282* / .333*	.532** / .471**	.019 / .257

**Correlación significativamente al .01

*Correlación significativamente al .05

M: MUJERES

H: HOMBRES

De manera general se puede observar que las correlaciones significativas que aparecen son positivas. En los hombres se encontró una correlación entre el factor de codependencia necesidad de complacer y el apego seguro, lo que nos indica que los hombres codependientes suelen experimentar una necesidad de compartir sus pensamientos y sentimientos con su pareja y además sienten una fuerte necesidad de ayudarla y complacerla.

Dentro del factor codependencia altruista se encontraron correlaciones en hombres y mujeres con los apegos miedoso y preocupado y sólo en mujeres con el apego evitante. Esto indica que mujeres y hombres que tienen mayor codependencia hacia su pareja suelen preocuparse de manera constante y obsesiva por resolverle los problemas a su pareja, en sus estilos de apego muestran tener interés por relacionarse con su pareja y de ser valorados, sin embargo evitan la cercanía por miedo a ser rechazados, sienten inseguridad personal y desconfianza de otros; y sólo las mujeres se muestran restringidas emocionalmente.

Ahora bien, dentro del factor codependencia abnegación se encontraron correlaciones con los apegos preocupado, miedoso y evitante en hombres y mujeres, es decir que, cuando tienden a reprimir sus sentimientos, deseos y necesidades por miedo a perder a su pareja, en los apegos evitante y miedoso, las mujeres al puntuar más alto que los hombres, parecen evitar más la cercanía por miedo al rechazo, sienten inseguridad personal y desconfianza de otros, por lo cual se ven restringidos emocionalmente. Mientras que en el apego preocupado los hombres parecen mostrar mayor preocupación que las mujeres, por relacionarse con su pareja y ser valorados.

También se observaron correlaciones entre el factor codependencia dependencia y el apego preocupado, siendo las mujeres las que puntúan más alto indica que, al percibir que sus parejas dependen de ellas, mantienen un interés por su relación y se preocupan por ser valoradas más que los hombres. Mientras que en los apegos evitante y miedoso sólo las mujeres correlacionaron de manera positiva, lo cual señala que además, tienden a evitar cercanía con su pareja por miedo a perderla, sienten inseguridad personal y desconfianza de otros por lo cual se muestran emocionalmente restringidas.

Tabla 4. Correlaciones entre codependencia y autoestima en hombres y mujeres

		Sexo	Codependencia altruista	Codependencia abnegación	Codependencia dependencia	Codependencia Necesidad de Complacer
AUTOESTIMA	Autoestima positiva y competencia social	M / H	. -328* / -.163	. -366** / -.055	. -350** / .029	.014 / -.034
	Autoestima negativa e incompetencia social	M / H	.155 / .156	.237 / .149	.177 / .153	- .122 / .100
	Autoestima negativa y alta valoración de otros	M / H	.186 / .106	. 319* / .116	.255 / .149	- .094 / .066

**Correlación significativa al .01

*Correlación significativa al .05

M: MUJERES

H: HOMBRES

Mayormente se observan correlaciones significativamente negativas sólo en mujeres dentro de los factores codependencia altruista, abnegación y dependencia con autoestima positiva; esto señala que mientras menor sea la autoestima positiva de las mujeres, es decir, al sentirse menos atractivas, agradables e interesantes y al mismo tiempo perciben que su pareja depende de ellas, se preocupan de manera constante y obsesiva por resolverles sus problemas y buscan cumplir los deseos y necesidades de su pareja por miedo a perderla. Por otro lado, se encontró una correlación de manera positiva entre el factor codependencia abnegación y autoestima negativa y alta valoración; es decir que las mujeres, al mismo tiempo, lejos de tener una autoestima positiva, mantienen una autoestima negativa, ya que al no gustarse a sí mismas, sentirse feas y creer que otras personas son más inteligentes que ellas, buscan cumplir con las necesidades y deseos de su pareja, reprimiendo sus propios sentimientos, deseos y necesidades por miedo a perderla. Empero, llama la atención que dentro del factor necesidad de complacer (codependencia), aún sin haber una relación significativa, las mujeres muestran tendencia hacia una autoestima positiva mientras que los hombres parecen hacerlo hacia una autoestima negativa.

Tabla 5. Correlaciones entre codependencia e identidad de género en hombres y mujeres

		Sexo	Codependencia altruista	Codependencia abnegación	Codependencia dependencia	Codependencia Necesidad de Complacer
PATRONES DE SOCIALIZACIÓN	Androginia	M / H	-.059 / .033	-.043 / -.092	-.054 / -.122	.146 / .027
	Feminidad Negativa	M / H	.187 / .192	.304* / .324*	.348** / .128	-.180 / -.030
	Machismo	M / H	.226 / .077	.234 / .123	.109 / .130	.224 / -.137
ROLES	Roles instrumentales de género en la pareja	M / H	.004 / .310*	.137 / .452*	.132 / .468**	-.121 / .092
	Roles expresivos de género en la pareja	M / H	.187 / .366**	-.162 / .176	-.026 / .189	.358** / .448**
ACTITUDES HACIA EL ROL DE GÉNERO	Actitudes hacia el rol de género	M / H	-.231 / -.012	-.342** / -.029	-.070 / -.238	-.107 / .260*
ESTEREOTIPOS	Esteriotipos	M / H	.277* / .226	.262* / .196	.242 / .346**	.309* / .013
RASGOS DE PERSONALIDAD	Rasgos instrumentales positivos de pareja	M / H	.292* / .236	.082 / .004	.141 / .133	.210 / .016
	Rasgos instrumentales negativos de pareja	M / H	.132 / .011	.117 / .010	-.040 / .097	.121 / -.184
	Rasgos expresivos positivos de pareja	M / H	.186 / .146	.108 / .164	.009 / .240	.217 / -.001
	Rasgos expresivos negativos de pareja	M / H	.102 / .363**	.159 / .271*	.122 / .190	-.021 / .258

**Correlación significativa al .01

*Correlación significativa al .05

M: MUJERES

H: HOMBRES

6.2.1 Correlaciones entre codependencia e identidad de género

6.2.2 Correlación entre codependencia y patrones de Socialización

Se encontró una correlación positiva en hombres y mujeres entre el factor codependencia abnegación y feminidad negativa, en donde indica ambos sexos, buscan cumplir las necesidades y deseos de su pareja, reprimiendo los propios por miedo a perderla y además se perciben como personas vulnerables y limitadas por su sexo más.

Por otro lado, dentro de la correlación entre el factor codependencia dependencia y feminidad negativa, se hizo evidente que cuando las mujeres tienen la percepción de que sus novios dependen de ellas, coinciden con que sigan incorporando rasgos de vulnerabilidad e inferioridad como aspectos que las definen. Y aunque las diferencias no fueron estadísticamente significativas, estas mismas mujeres que perciben a sus parejas dependientes, se adjudican rasgos machistas.

6.2.3 Correlación entre codependencia y roles de género

De manera general se observan correlaciones significativamente positivas, en tanto que sólo en los hombres se encuentran correlaciones entre los factores codependencia altruismo y roles expresivos e instrumentales; esto refiere que, cuando se muestran afectuosos con su pareja por un lado, por el otro toman el control sobre la relación, preocupándose de manera constante y obsesiva por resolverle los problemas a su pareja.

Se puede observar una correlación entre el factor codependencia abnegación y roles instrumentales, donde los hombres buscan cumplir con las necesidades y deseos de su pareja, reprimiendo sus propios sentimientos y necesidades por miedo a perderla y por el otro lado toman las decisiones más importantes en la relación, se consideran la parte fuerte de la relación y toman el control sobre ésta.

Entre el factor codependencia dependencia y roles instrumentales, se halla una correlación de manera significativa sólo en hombres, lo cual nos muestra que cuando los hombres perciben que sus novias dependen de ellos, se consideran la parte fuerte de la relación, entonces toman el control sobre ella, controlan lo que su pareja hace y además les cuesta trabajo externar sus emociones.

Ahora bien, por otra parte, se observa una correlación tanto en hombres como en mujeres entre el factor codependencia necesidad de complacer y roles expresivos, aquí se encontró que los hombres parecen querer ayudar a su pareja anteponiendo las necesidades de ésta, en cuanto a su roles, tienden a ser afectuosos con sus novias, suelen ceder a lo que ellas les piden y las apapachan cuando lo necesitan más de lo que lo hacen las mujeres con sus novios.

6.2.4 Correlación entre codependencia y actitudes hacia el rol de género

Sólo en las mujeres se encontró una correlación significativamente negativa con el factor codependencia abnegación, lo cual nos indica que cuando cumplen con las necesidades y deseos de sus parejas, reprimen sus propios sentimientos y necesidades por miedo a perderlas, en sus actitudes tienden a gustarles menos las mujeres autosuficientes, participativas en la toma de decisiones o que hombres y mujeres tengan las mismas responsabilidades.

En los hombres se encontró una correlación significativamente positiva con el factor codependencia necesidad de complacer, es decir que a los hombres al mismo tiempo que parece gustarles ayudar a sus novias, en sus actitudes les gusta que éstas tengan la misma libertad que ellos, que el hombre externe sus emociones igual que la mujer, que la mujer participe en la toma de decisiones y que ambos desempeñen las mismas tareas.

6.2.5 Correlación entre codependencia y estereotipos de género

De manera general se muestran correlaciones significativas y positivas en todos los factores. Dentro de los factores de codependencia altruista, abnegación y necesidad de complacer, sólo las mujeres se muestran estereotipadas, es decir que parecen creer que un hombre es superior a la mujer, que las mujeres poseen mayor fortaleza emocionalmente y que además poseen por naturaleza más capacidad para cuidar a los demás y al mismo tiempo se preocupan cortantemente por resolverle los problemas a sus parejas, buscan cumplir sus deseos y necesidades antes que los propios por miedo a perderlas y además les gusta ayudarlas.

En el factor codependencia dependencia, se muestra que sólo los hombres parecen mantener un fuerte estereotipamiento significativo, es decir que llegan a creer que los hombres son superiores a las mujeres y que éstas no pueden desempeñar las mismas actividades que los hombres cuando perciben que sus novias dependen de ellos.

6.2.6 Correlación entre codependencia y rasgos de masculinidad (instrumentalidad) y feminidad (expresividad)

Se muestran dos correlaciones significativamente positivas entre los factores codependencia altruista y rasgos instrumentales positivos en mujeres; esto indica que cuando se preocupan de manera obsesiva en resolverle los problemas a sus parejas, en sus rasgos suelen mostrarse responsables, cumplidas y comprensivas. Mientras que los hombres, al correlacionar con los rasgos expresivos negativos, suelen ser más llorones, quejumbrosos y miedosos.

Dentro del factor codependencia abnegación se muestra una correlación significativamente positiva con los rasgos expresivos negativos sólo en hombres, de esta manera cuando buscan cumplir con las necesidades y deseos de sus novias, reprimiendo sus

propios sentimientos por miedo a perder a su pareja al mismo tiempo se muestran llorones, quejumbrosos y miedosos.

Tabla 6. Correlaciones entre identidad de género y estilo de apego adulto en hombres y mujeres

		Sexo	Apego seguro	Apego evitante	Apego preocupado	Apego miedoso
PATRONES DE SOCIALIZACIÓN	Androginia	M / H	.158 / .019	- .037 / -.129	.145 / -.133	.039 / .000
	Feminidad Negativa	M / H	.081 / -.185	.200 / .301*	.248 / .029	.389** / .264*
	Machismo	M / H	- .226 / .000	.076 / .070	.139 / .172	.119 / .167
ROLES DE GÉNERO	Roles instrumentales de género en la pareja	M / H	.048 / -.083	.125 / .276*	.110 / .139	.133 / .096
	Roles expresivos de género en la pareja	M / H	.138 / .253	- .056 / -.216	.110 / .098	-.091 / .189
ACTITUDES HACIA EL ROL DE GÉNERO	Actitudes hacia el rol de género	M / H	.140 / .265*	-.298* / -.141	-.143 / .099	-.257 / .060
ESTEREOTIPOS	Estereotipos	M / H	-.160 / -.176	.467** / .097	.214 / .295*	.295* / .273*
RASGOS DE PERSONALIDAD	Rasgos instrumentales positivos de pareja	M / H	-.070 / -.014	.082 / -.035	.070 / .031	.000 / .077
	Rasgos instrumentales negativos de pareja	M / H	-.059 / -.072	.000 / .216	-.003 / .014	-.062 / .002
	Rasgos expresivos positivos de pareja	M / H	.075 / .009	.134 / .073	-.038 / -.073	-.048 / -.020
	Rasgos expresivos negativos de pareja	M / H	.120 / .068	.263* / .138	-.027 / .081	.090 / .164

**Correlación significativa al .01

*Correlación significativa al .05

M: MUJERES
H: HOMBRES

6.3 Correlaciones entre identidad de género y estilos de apego adulto en hombres y mujeres

6.3.1 Correlaciones entre patrones de socialización y estilos de apego adulto

Se observa que los factores feminidad negativa y apego evitante correlacionaron de manera significativa y positiva sólo en hombres, es decir que al percibirse como personas vulnerables, sentirse inferiores al sexo opuesto y temer ante el fracaso en su estilo de apego se muestran emocionalmente restringidos, subestimando su relación de pareja.

En la segunda correlación significativamente positiva entre los factores feminidad negativa y apego miedoso, se encontró que las mujeres más que los hombres tienden a sentirse inferiores y vulnerables, mientras que en su estilo de apego tienden a evitar las relaciones cercanas por miedo a ser rechazados, sentir inseguridad personal y desconfianza de otros.

6.3.2 Correlaciones entre roles de género y estilos de apego adulto

Se observó solamente una correlación significativamente positiva en hombres entre los factores roles instrumentales y apego evitante, esto nos indica que los hombres cuando suelen controlar su relación de pareja, establecer las reglas dentro de ésta y se consideran la parte racional de la relación tienden hacia un apego en donde subestiman las relaciones cercanas, por lo que se muestran restringidos emocionalmente.

6.3.3 Correlaciones entre actitudes hacia el rol de género y estilos de apego adulto

Se puede observar que existe una correlación significativa y positiva entre los factores actitudes hacia el rol de género y apego seguro sólo en hombres, lo cual se traduce que cuando presentan este estilo de apego se sienten a gusto compartiendo sus sentimientos y pensamientos profundos con sus parejas por lo cual suelen tener una actitud favorable hacia el rol de género, dado que muestran gustarles que el hombre colabore con el quehacer del hogar, que la mujer participe en la toma de decisiones y que ambos tengan las mismas responsabilidades.

Por otro lado se presenta una correlación estadísticamente significativa de manera negativa en mujeres, entre el factor apego evitante y el factor actitud hacia el rol de género, es decir que cuando ellas se muestran emocionalmente distantes y restringidas suelen tener una actitud menos favorable hacia la equidad en los roles de género, dado que no les gusta mucho que la mujer tenga la misma libertad que un hombre o que las mujeres tengan las mismas responsabilidades que los hombres.

6.3.4 Correlaciones entre estereotipos y estilos de apego adulto

En la correlación entre estereotipos y estilos de apego adulto, se halla una significancia positiva en mujeres, es decir que cuando suelen creer que un hombre es más inteligente y mejor que una mujer, que ésta tiene habilidades innatas para el quehacer doméstico y que un hombre es infiel por naturaleza, en su estilo de apego se muestran emocionalmente restringidas.

Por otra parte se halla una correlación significativamente positiva en hombres en el apego preocupado, lo cual nos dice que al mismo tiempo que suelen tener interés por relacionarse y acercarse con su pareja, parecen estar de acuerdo dentro de los estereotipos de género en que los hombres son mejores y superiores que las mujeres.

Dentro de la correlación entre estereotipos y apego miedoso se encontró una significancia positiva, en donde las mujeres más que los hombres suelen evitar las relaciones cercanas por miedo a ser rechazadas, sienten inseguridad personal y desconfianza de otros, y respectivamente en los estereotipos tienden a creer que los hombres son más agresivos que las mujeres, que los hombres son infieles por naturaleza y que las mujeres no pueden desempeñar las mismas actividades que los hombres.

6.3.5 Correlaciones entre Rasgos de masculinidad (instrumentalidad) y feminidad (expresividad) y Estilos de Apego Adulto

De manera general se observa que sólo existe una correlación significativamente positiva en mujeres entre los factores apego evitante y rasgos expresivos negativos, es decir que las mujeres reportan ser emocionalmente restringidas con sus parejas cuando suelen ser chillonas y quejumbrosas.

Tabla 7. Correlaciones entre identidad de género y autoestima en hombres y mujeres

		Sexo	Autoestima positiva y competencia social	Autoestima negativa e incompetencia social	Autoestima negativa y alta valoración de otros
PATRONES DE SOCIALIZACIÓN	Androginia	M / H	.075 / .329*	.117 / .205	- .057 / - .185
	Feminidad Negativa	M / H	- .160 / - .010	.334* / .444**	.307* / .310*
	Machismo	M / H	.149 / .325*	- .123 / .274*	- .189 / .138
ROLES DE GÉNERO	Roles instrumentales de género en la pareja	M / H	.004 / .222	.523** / .343**	.164 / .442**
	Roles expresivos de género en la pareja	M / H	.245 / .035	-.023 / .085	- .168 / .066
ACTITUDES HACIA EL ROL DE GÉNERO	Actitudes hacia el rol de género	M / H	.334* / .338**	-.006 / .119	- .117 / .049
ESTEREOTIPOS	Estereotipos	M / H	- .305* / - .085	.272* / .075	.292* / .006
RASGOS DE PERSONALIDAD	Rasgos instrumentales positivos de pareja	M / H	- .333 / .160	.035 / .226	.051 / .176
	Rasgos instrumentales negativos de pareja	M / H	.272* / .263*	.252 / .168	- .070 / .240
	Rasgos expresivos positivos de pareja	M / H	.040 / .166	.136 / .237	.046 / .034
	Rasgos expresivos negativos de pareja	M / H	- .164 / - .054	.260* / .281*	.266* / .093

**Correlación significativamente al .01

*Correlación significativamente al .05

M: MUJERES
H: HOMBRES

6.4 Correlaciones entre identidad de género y autoestima en hombres y mujeres

6.4.1 Correlaciones entre patrones de socialización y autoestima

En el factor de autoestima positiva se muestran correlaciones significativamente positivas con los factores de androginia y machismo sólo en hombres, es decir, que cuando muestran una autoestima en donde suelen sentirse personas atractivas, competentes e interesantes parecen identificarse con su sexo biológico, creen tener capacidad para resolver problemas y le dan importancia a las relaciones afectivas, sin embargo también parecen mostrar deseos de dominar a otras personas y de imponerse a los demás sin respetar reglas.

En los factores feminidad negativa y autoestima negativa e incompetencia social se muestra una correlación significativa y positiva tanto en hombres como en mujeres, sin embargo los hombres más que las mujeres tienden a percibirse como personas vulnerables, autolimitadas e inferiores al sexo opuesto y sienten temor al fracaso, respecto a su autoestima se sienten avergonzados de sí mismos y no creen poseer habilidades para hacerle frente a situaciones difíciles; mientras que en los factores machismo y autoestima negativa e incompetencia social sólo los hombres, entre más suelen sentirse inferiores al sexo opuesto, tienden a presentar conductas machistas como buscar ganar a toda costa y dominar a otros.

Hombres y mujeres presentaron una correlación significativamente positiva en los factores feminidad negativa y autoestima negativa y alta valoración de otros, en donde los hombres más que las mujeres tienden a sentirse inferiores al sexo opuesto, temor al fracaso y en su autoestima suelen verse feos y a creer que otros hacen mejor las cosas que ellos.

6.4.2 Correlaciones entre roles de género y autoestima

Se puede observar una correlación significativa y positiva en los roles instrumentales y el factor de feminidad negativa e incompetencia social (autoestima) en hombres y mujeres, en donde éstas, más que los hombres son las que parecen decidir a donde salir con su pareja, controlar y establecer las reglas en la relación mientras que mantienen una autoestima en donde llegan a sentirse inferiores a otros e incompetentes frente a situaciones sociales.

Dentro de los roles expresivos y la autoestima negativa y alta valoración, se encuentra una correlación significativamente positiva sólo en hombres, esto indica que en sus roles de pareja, suelen ser afectuosos con sus novias, a ceder a lo que ellas quieren y a considerarse la parte emocional de la relación, en su autoestima se adhieren características como el sentirse

inferiores e incompetentes sociales, feos y además tienden a creer que otros pueden hacer las cosas mejor que ellos.

6.4.3 Correlaciones entre Actitudes hacia el rol de género Autoestima

Los resultados parecen mostrar una correlación significativamente positiva en hombres y mujeres entre los factores de autoestima positiva y actitudes hacia el rol de género, puntuando ligeramente más alto los hombres que las mujeres, esto señala que cuando se consideran personas agradables, competentes, atractivas y piensan que dan una buena impresión a los demás, muestran actitudes favorables hacia la equidad del rol de género como gustarles las mujeres autosuficiente, hombres que externalizan sus emociones igual que una mujer y que ambos desempeñen las mismas tareas.

6.4.4 Correlaciones entre estereotipos y autoestima

Se encontró una correlación estadísticamente significativa y negativa con el factor de autoestima positiva y competencia social en mujeres, lo que quiere decir, cuando tienden a creer que un hombre es más inteligente que una mujer, que ellas no pueden desempeñar las mismas actividades que los hombres, que una mujer tiene habilidades innatas para el quehacer doméstico o que el hombre es superior a la mujer, parecen estar más alejadas de sentirse atractivas, competentes y e interesantes.

Reiterando la información anterior, podemos observar que de igual manera se encuentran correlaciones significativas sólo en mujeres, esta vez de manera positiva en los factores de autoestima negativa e incompetencia social y autoestima negativa y alta valoración, es decir que entre más estereotipadas se encuentran las mujeres, creyendo en la superioridad de los hombres e inferioridad de las mujeres, tienden a presentar una baja autoestima, sintiéndose feas, incompetentes, inferiores a otros y creyendo que otros son más inteligentes.

6.4.5 Correlaciones entre Rasgos de masculinidad (instrumentalidad) y feminidad (expresividad) y Autoestima

En cuanto a los rasgos de personalidad, de manera general se observan correlaciones significativamente positivas en hombres y mujeres. El factor de autoestima positiva se relaciona con rasgos instrumentales negativos, en donde las mujeres tienden a considerarse más agradables, competentes y atractivas cuando presentan rasgos como el ser mandonas, dominantes, ambiciosas y desatentas. Ahora bien, el factor de autoestima negativa e

incompetencia social se relaciona con rasgos expresivos negativos, es decir, que los hombres más que las mujeres cuando mantienen una tendencia hacia una autoestima baja, es decir que se avergüenzan de sí mismos, desearían ser alguien más y no creen poseer habilidades para hacer frente a situaciones difíciles, presentan rasgos como ser chillones, quejumbrosos y miedosos.

Tabla 8. Correlaciones entre estilo de apego adulto y autoestima en hombres y mujeres

		Sexo	Apego seguro	Apego evitante	Apego preocupado	Apego miedoso
AUTOESTIMA	Autoestima positiva	M / H	- .010 / .072	. -330* / .045	- .243 / .021	. -346** / - .142
	Autoestima negativa e incompetencia social	M / H	.251 / .062	.328* / .183	.317* / .171	.338** / .348**
	Autoestima negativa y alta valoración de otros	M / H	.214 / .008	.416** / .127	.375** / .052	.488** / .058

**Correlación significativamente al .01

*Correlación significativamente al .05

M: MUJERES

H: HOMBRES

Como se puede observar, se encuentra una correlación significativamente negativa entre los factores apego evitante y autoestima positiva sólo en mujeres, es decir, que cuando suelen mostrarse emocionalmente restringidas al mismo tiempo tienden a alejarse de sentirse personas atractivas, competentes y agradables. Otra correlación que se observa es entre los factores apego evitante y autoestima negativa e incompetencia social junto con autoestima negativa y alta valoración, lo cual indica que al evitar la cercanía emocional con su pareja, parecen mostrarse avergonzadas de sí mismas, desearían ser alguien más y temer parecer tontas ante los demás, además se siente feas, no se consideran agradables para los demás y creen que otras personas son más inteligentes que ellas.

Se observan una relación de manera positiva entre los factores apego preocupado y los dos factores de autoestima negativa sólo en mujeres, lo cual señala que suelen tener interés y preocupación por las relaciones cercanas, sin embargo en su autoestima tienden a sentirse poco atractivas, les gustaría ser alguien más, creen que otros hacer mejor las cosas y no creen poderle hacer frente a situaciones difíciles.

También, se hallan correlaciones significativas entre apego miedoso y el factor de autoestima negativa (alta valoración) de manera positiva, esto es las mujeres al tener un apego en donde tienden a evitar relaciones cercanas debido al miedo al rechazo, inseguridad personal y desconfianza en otros, en su autoestima llegan a sentirse feas, incompetentes y que

tienen poca capacidad para relacionarse con otras personas. Mientras que en la correlación negativa con el factor de autoestima positiva, las mujeres además de mostrar una autoestima negativa, parecen alejadas se sentirse atractivas y agradables para los demás.

Así mismo existe una relación entre el apego miedoso y el factor autoestima negativa e incompetencia social, hombres y mujeres lo hicieron de manera positiva, lo que indica que ambos temen la cercanía por miedo al rechazo, a su inseguridad personal y desconfianza de otros por lo cual en su autoestima tienden a sentirse inferiores a otros, se sienten nerviosos cuando están con extraños, temen parecer tontos ante los demás y se le dificulta enfrentarse a situaciones difíciles.

CAPITULO 7

DISCUSION



DISCUSION

6.5 Diferencias en el grado de codependencia, estilos de apego adulto, autoestima e identidad de género en función del sexo.

6.5.1 Diferencias en codependencia de hombres y mujeres

Se encontraron diferencias en codependencia dentro de los factores altruismo y abnegación, puntuando más alto los hombres que las mujeres; por lo tanto se acepta la Hipótesis 1 la cual comprueba que existen diferencias en la codependencia; es decir que ambos sexos prefieren resolver los problemas de sus parejas antes que los propios y temen perder a su pareja si no hacen lo que les piden. Acorde a estos resultados, Zarco (2005) en una investigación que realizó, dentro de sus resultados encontró que los hombres mostraron puntajes más altos que las mujeres en codependencia, ya que, aunque dentro de nuestra cultura a la mujer se le adjudica el papel de cuidadora y se le enseña a anteponer las necesidades de los demás al propio, a los hombres se les socializa para ser ellos los protectores tanto de su pareja como de su familia, por lo tanto, puede ser esta la razón por la cual ellos se pareciera que tienden a la codependencia, es decir que, muestren una preocupación constante por los problemas del otro (altruismo) y se sacrifiquen y antepongan los deseos de su pareja a los propios para complacerla con tal de no perderla (abnegación). Ahora bien, dando sentido a lo encontrado, Díaz-Guerrero (1989,1993) hace referencia a que entre las características esenciales del comportamiento de los hombres y mujeres mexicanos, se encuentra la abnegación y el altruismo, en donde existe una tendencia a la negación de sí mismos para favorecer las necesidades de los demás. Por otro lado, contrario a lo encontrado en los resultados en este estudio, algunos autores como May (2000) y Nolen-Hoeksema et al. (1991; en Rocha, 2004), señalan que la codependencia se manifiesta de forma distinta en las mujeres y en los hombres, dado que en una relación codependiente no implicada por el alcohol, es más probable que la mujer demuestre más el amor que le tiene a su pareja de lo que un hombre lo podría hacer por la suya; de modo que puede ella, puede dar la impresión de que es más codependiente, ya que toda su atención se centra en él, en el bienestar y en los deseos de él, puede que ella sacrifique sus amistades y actividades por él, así mismo una mujer expresa abiertamente sus sentimientos y trata de favorecer la intimidad para evitar el abandono; mientras que el hombre se preocupa más que por el bienestar de su pareja, se preocupa en exceso por la opinión que ella tenga de él, dado esto, dichos autores sugieren que la razón por la que una mujer es más propensa a la codependencia, se debe al contexto en

que los hombres han sido socializados para ser más racionales y concretos centrándose en una tarea, en tanto que las mujeres han sido socializadas para la parte afectiva.

6.5.2 Diferencias en los estilos de apego de hombres y mujeres

No se reportan diferencias en ningún factor dentro de los estilos de apego adulto, lo cual rechaza la Hipótesis 2, ya que se menciona que existirían diferencias en esta variable; es decir; concuerda con lo planteado por Bartholomew y Horowitz (1991; en Zarco, 2005) quienes, en general, han encontrado diferencias poco contundentes en los estilos de apego entre hombres y mujeres; sin embargo, aún sin presentarse diferencias estadísticamente significativas, de manera interesante cabe señalar que hombres y mujeres puntúan alrededor de la media teórica en el estilo de apego seguro comparado con el resto de los estilos de apego, lo cual podría indicar que ambos sexos tienden a sentirse a gusto compartiendo sus sentimientos y pensamientos con sus parejas, esto concuerda sólo con las mujeres a lo encontrado en un estudio realizado por Zarco (2005), en donde encontró que las mujeres poseer más un estilo de apego seguro, lo cual tiene sentido de acuerdo con Murrieta Sánchez (2004) donde dice que las mujeres tienen tacto al tratar a los demás, les gusta conocer los sentimientos de los demás y se les facilita expresar con facilidad los sentimientos de ternura con las demás personas. Sin dejar de lado a los hombres, al ser ellos también quienes parecen mostrarse abiertos ante la expresión de sus emociones y pensamientos con su pareja, da una perspectiva diferente de los hombres de hoy en día, es decir que parece que están mostrando cambios en su identidad y dado esto puede dar pauta a evidenciar la manera en la que viven sus relaciones de pareja.

6.5.3 Diferencias en la autoestima de hombres y mujeres

No se encontraron diferencias en ninguno de los factores de autoestima reportada en hombres y mujeres, por lo que se rechaza la Hipótesis 3 que señala que existirían diferencias en la autoestima de ambos sexos, de la misma manera que Maccoby y Jacklin (1974), en uno de sus trabajos, encontraron que los hombres eran más asertivos en el sentido de mayor dominancia, más agresividad y menos ansiedad que en mujeres, sin embargo no encontraron diferencias de género en autoestima. En una investigación más reciente, Zacarías (2009), tampoco encontró diferencias significativas en la autoestima de hombres y mujeres; esto es probable que coincida debido a que su población también estaba conformada mayormente por universitarios, por lo que desde esta mirada, se podría pensar que dada la transición por la que están teniendo hombres y mujeres y el rango de edad y su ciclo de vida los cuales se

encuentran, su mirada hacia mismos es mucho más favorable que la de cualquier otro; es decir que a partir del empoderamiento que llegan a tener los jóvenes actualmente dado la mayor posibilidad a un acceso de estudios superiores, están adquiriendo más conocimientos y preparación y sea para ellos una herramienta para tener una buena imagen de sí mismos. Por otra parte es posible que se requieran de otras formas de evaluar la autoestima, aunado a esto también cabe mencionar que dentro de esta población en general, aunque no se reportaron diferencias estadísticamente significativas, en hombres y mujeres se detectaron niveles altos en su autoestima y coincidentes con niveles bajos de codependencia.

6.6 Diferencias en la identidad de género de hombres y mujeres

6.6.1 Diferencias en los patrones de socialización

Se encontraron diferencias en los patrones de socialización, dentro de los factores de androginia y feminidad negativa, en donde las mujeres puntuaron más alto que los hombres, mientras que en el factor de machismo, los hombres salieron más altos que las mujeres, con lo cual se acepta la Hipótesis 4, que afirma que existirían diferencias en la identidad de género. Esto indica que las mujeres más que los hombres poseen tanto características femeninas como masculinas, les dan importancia a las relaciones afectivas y poseen capacidad para cooperar con otros; de acuerdo con Díaz-Loving & Sánchez, 2002, a los individuos andróginos se les considera sensibles y decididos a la vez, dichas características les permiten a los individuos que las poseen, una mayor capacidad de maniobra y flexibilidad en el comportamiento. Por ejemplo, en Estados Unidos ahora existe una mayor aceptación de la androginia y de las similitudes entre el comportamiento de hombres y mujeres (Santrock, 2002), cabría la posibilidad así pues, de que en México la androginia esté siendo más expresada en la actualidad; sin embargo de igual manera, las mujeres más que los hombres, parecen percibirse como personas vulnerables, sienten temor al fracaso y se sienten inferiores al sexo opuesto; debido a que los procesos de socialización de patrones de género se han producido de manera cotidiana y automática en distintos contextos socioculturales, se ha tomado la creencia popular que las diferencias que existen entre hombre y mujeres son naturales, es decir que son genéticamente determinadas, sin embargo, de acuerdo con Díaz-Loving et al. (2007) gran parte de las diferencias a las que se hace alusión cuando se asume que las mujeres son del planeta Venus y los hombres del planeta Marte, devienen de una serie de construcciones socioculturales emanadas de procesos de socialización y endoculturación, que bosquejan una imagen particular para cada sexo, estableciendo y

promoviendo comportamientos, actividades, preferencias, gustos o deseos diferentes, de manera que, la sociedad llega a asociar a las mujeres físicamente y emocionalmente como más débiles y a los hombres como más fuertes, aunque actualmente parece que la percepción que tienen de ellos mismos no la asocian del todo con su cuerpo, sino con su potencial psicológico y conductual. Por su parte sólo los hombres parecen mostrar conductas propias del machismo como buscar ganar a toda costa, dominar a otras personas y buscar riesgos. Hombres y mujeres parecen mostrar características tanto femeninas como masculinas, sin embargo ninguno deja de lado los atributos que se les han inferido socioculturalmente durante mucho tiempo, aunque las mujeres se muestran vulnerables, se puede observar que los hombres también lo hacen, aunque eso no deja de lado sus conductas machistas, estas características contrarias en ellos, concuerdan con lo que Giraldo (1972) señala, esto es que “el machismo es una característica cultural hispana y particularmente mexicana; es decir que es un rasgo cultural que tiene el propósito de satisfacer una necesidad psicológica resultante del complejo de inferioridad de cada individuo del sexo masculino. Este complejo es a su vez, el resultado de prácticas culturales que se aprenden desde la infancia. La institución cultural del machismo crea los modos de satisfacer el complejo de inferioridad buscando sentimientos de superioridad y de transmitirse de generación en generación”. Esto mantiene un sentido lógico, dado los resultados encontrados en esta investigación, lo cual podría decirse que dado que los hombres aunque en menor medida que las mujeres, ellos se perciben vulnerables e inferiores al sexo opuesto y la manera en que pueden disimularlo o incluso ocultarlo, sea mediante su conducta machista.

6.6.2 Diferencias en los Roles de género

Se encontraron diferencias solamente en los roles expresivos por lo que se acepta la Hipótesis 4, esto indica que hombres y mujeres suelen mostrarse afectuosos con su pareja, sin embargo se observa que las mujeres tienden a serlo más que los hombres, apoyando estas diferencias, Hegelson (2002; en Matud et al., 2002) menciona que dentro de los roles de género, se espera que las mujeres sean cariñosas, expresivas emocionalmente corteses y que auxilien a los demás; es decir, se espera que las mujeres sean femeninas. Otros autores como Raguz (1995), Ochoa y Vázquez (1992; en Raguz, 1995) y Murrieta Sánchez (2004) apoyan la idea de que el rol tradicional femenino se asocia con un rol de cuidado, maternal, que básicamente se liga al rol reproductivo, un rol nutriente y expresivo, también se le ha relacionado con atributos como la expresividad, la intuición, así como con una postura de delicadeza, debilidad, dependencia, inseguridad, incapacidad aprendida, docilidad y

sumisión. Estos autores hacen alusión a que la feminidad tradicionalmente, se entienden que la mujer debe ser tierna, amar a los niños, ser sensitiva a necesidades de otros, comprensiva y compasiva, cálida, flexible, sumisa, leal y suave. Por otro lado, en general refieren que tradicionalmente, la masculinidad es asociada con el rol productivo, de proveedor económico, y el rol instrumental, de mediador entre la familia y la sociedad, gira en torno al dominio y el control, control de sí mismo (seguridad, autonomía, buena autoestima, asertividad, capacidad de decidir, de defender una posición, capaz de arriesgarse), y/o control de otros (agresividad destructiva, liderazgo, fuerza, competitividad y valentía). Ahora bien, dado que dentro de la literatura es reforzada la idea tradicional que hombres y mujeres ejercen dentro de nuestra cultura, puede respaldar las diferencias encontradas en este estudio; sin embargo, se observa que no sólo las mujeres se muestran expresivas, sino que los hombres también lo hacen y cabe la posibilidad de que se muestren afectuosos con sus parejas, puede deberse de acuerdo con Horowitz y Kaufman (1989 en Hardy & Jiménez, 2001) a los cambios que se han venido dando a partir de la teoría de la liberación masculina la cual hace referencia a que los hombres tratan de escaparse de los comportamientos típicos de la masculinidad, tales como la opresión, la agresión y la dominación de la mujer.

6.6.3 Diferencias en las actitudes hacia el rol de género

En cuanto a las actitudes hacia el rol de género, no se encontraron diferencias, sin embargo hombres y mujeres puntúan por arriba de la media teórica.; esto muestra un cambio significativo al menos en los hombres, puesto que hace algunas décadas atrás no existía una preocupación por la equidad de género. Referente a esto, Rocha (2000) en una investigación realizada con adolescentes, se encontró que los hombres poseen actitudes que apoyan la idea que de que la mujer trabaje y desempeñe las mismas actividades que el hombre, la autora lo explica desde una perspectiva en donde los hombres piensan que un cambio en donde se les ayude a las responsabilidades que tanto ellos como las mujeres pueden realizar, ya que los chicos pueden reconocer que las chicas tienen habilidades y capacidades para hacer muchas cosas que ellos hacen, y además les parece agradable que la mujer se supere, por tanto, dada esta visión menos tradicionalista tanto de hombres como de mujeres, cabe mencionar que sin duda, la mentalidad es más abierta al cambio hoy en día.

6.6.4 Diferencias en los estereotipos de género

Se observan diferencias, dentro de los estereotipos de género, en donde los hombres presentan en promedio un estereotipamiento más alto que las mujeres, lo cual indica que

parecen creer que los hombres son más inteligentes, agresivos, superiores a la mujer, que una madre es más cariñosa que un padre y que las mujeres poseen habilidades para el quehacer doméstico. Por lo tanto, dado que muchas investigaciones sobre estereotipos de género han insistido en las diferencias percibidas entre mujeres y hombres (Ashmore & Del Boca, 1981; en Díaz-Loving, 1999), dentro de estos resultados, las diferencias encontradas concuerdan de acuerdo con Viedma (2003; en Díaz-Loving, 1999), quien refiere que los estereotipos de género para los hombres deben ser que éstos, posean estabilidad emocional, autocontrol, ser agresivos, tendencia al dominio, cualidades, aptitudes intelectuales, conductas de riesgo, que sean objetivos y que se desenvuelvan en el espacio público y profesional; mientras que los estereotipos para las mujeres según la misma autora son: inestabilidad emocional, falta de control, pasividad, ternura, sumisión, dependencia, afectividad muy marcada, irracionalidad, frivolidad, temor, debilidad, incoherencia, subjetividad y desenvolvimiento único en el espacio doméstico y familiar.

6.6.5 Diferencias en los rasgos de masculinidad (instrumentalidad) y feminidad (expresividad)

Dentro de los rasgos de género, se encontraron diferencias significativas en el factor expresivo negativo, donde las mujeres muestran poseer más este rasgo; es decir que las mujeres más que los hombres tienden a ser quejumbrosas, chillonas, preocupadas, miedosas y sumisas; lo cual indica que las mujeres continúan mostrando las características que tradicionalmente se le han asignado por muchos años, mientras que los hombres a pesar de mostrar en menor medida estos rasgos, parecen poseer más estas características que desde hace años les habían negado expresarlas. Apoyando esto, en un estudio que realizó Zarco (2005), dentro de sus resultados encontró que las mujeres obtuvieron un alto puntaje en rasgos expresivos negativos, en donde muestran poseer atributos como ser lloronas, celosas, infantiles, miedosas, abnegadas, sumisas y dependientes, los cuales aluden a la construcción social de la mujer en la cultura mexicana, en la cual se le ve como un ser débil, dependiente e incapaz de defenderse. Lo anterior, concuerda, dado las principales diferencias encontradas a lo largo de investigaciones de Díaz-Loving y Sánchez, (2002) sobre características masculinas y femeninas, las cuales han indicado que las mujeres se perciben como más expresivas, y esto puede dar inicio a que se le atribuyan características de ternura, abnegación, sumisión, bondad, mientras que a los hombres se les asocia con la acción, la fortaleza, la soberanía, independencia, el egoísmo y la imposición. Ahora bien, cabe mencionar que los hombres hace algunos años se mostraban más con atributos instrumentales tales como ser cumplidos, responsables, seguros, competentes, ambiciosos y atrevidos, sin

embargo se puede observar que si bien, esto no ha cambiado, ahora empiezan a mostrar esta combinación de rasgos por lo cual también parecen mostrarse expresivos aún se manera negativa.

Ahora bien, a pesar de no haber diferencias en los demás factores, tanto hombres como mujeres se encuentran dentro de la media teórica en rasgos instrumentales positivos y negativos, y en los rasgos expresivos positivos, lo que quiere decir, que ambos sexos, muestran una tendencia a mostrarse responsables, capaces, cumplidos, responsables, determinados por un lado y por el otro una tendencia a ser dominantes, agresivos, manipuladores, ambiciosos, vengativos; sin embargo en ocasiones también podrían llegar a mostrarse dulces, cariñosos y tiernos. Si bien, hoy en día las mujeres ahora demuestran rasgos instrumentales, en el pasado esto era menos frecuente; esto podría explicarse dada las transformaciones sociales, políticas y económicas a las que hombres y mujeres se enfrentan hoy en día, donde es más frecuente la competitividad en el ámbito laboral en la que ambos, se encuentran cada vez más inmersos. Al mismo tiempo, pareciera que las mujeres aunque siguen conservando atributos como ser amorosas, cariñosas, fieles, comprensivas y emocionales, han disminuido dado que anteriormente sobresalían más en dichos rasgos; mientras que en los hombres ocurría lo contrario, ahora, pareciera que ambos hacen evidentes poseer estos rasgos, tal vez sea posible que han permanecido ahí desde años atrás sin embargo el peso cultural podría haber sido una barrera para demostrarlos, al menos por parte de los hombres; ya que congruente a estas diferencias, por su parte, Lara (2006) menciona que es básico comprender que toda persona tiene características masculinas y femeninas y por tanto, los hombres han de poder expresar sus afectos y sensibilidad, mostrar ternura, ocuparse de la crianza de los hijos (as) mientras que las mujeres, podrían ser más independientes y enérgicas. Por otro lado, dado que, los rasgos de personalidad, a pesar de ser más o menos estables, actualmente parecen estar atravesando por algunos cambios evolutivos ante la inmersión de las mujeres en el ámbito laboral y académico, que han permitido la manifestación de características tradicionalmente bosquejadas como "masculinas" (Díaz-Loving et al., 2007). Mientras que la idea de que los hombres, además de poseer características masculinas también pueden tener las femeninas y de que las mujeres pueden poseer rasgos femeninos, sin dejar de lado la manifestación de sus rasgos masculinos; de acuerdo con algunos autores (Bem, 1974; Spence, Helmreich & Stapp, 1974) la masculinidad (instrumentalidad) y la feminidad (expresividad), representan estilos

interpersonales o conjunto de características que no son excluyentes entre sí; por lo tanto, una persona puede poseer características o conductas tanto masculinas (instrumentales) como femeninas (expresivas).

6.7 Relación entre la Codependencia, la identidad de género, los estilos de apego y la autoestima

6.7.1 Relación entre la codependencia y los estilos de apego adulto en hombres y mujeres

Se encontraron algunas relaciones entre los factores de codependencia y los estilos de apego adulto, por lo tanto la Hipótesis 5 se acepta, dado que afirma que habrá relación entre estas variables. Se puede observar que los hombres con un apego seguro, presentan codependencia en cuanto a la necesidad de complacer; es decir que, cuando se sienten a gusto compartiendo sus pensamientos y sentimientos con su pareja, tienden a mantener una fuerte necesidad de ayudarla, complacerla y satisfacer sus necesidades. Esto puede ser explicado por algunas investigaciones, como la de Levy y Davis (1998; en Díaz Loving & Sánchez, 2002) en donde indican que un estilo de apego seguro predice formas positivas y constructivas de resolver el conflicto. Así mismo dichos autores (1988; en Feeney & Noller, 1990) han reportado en sus investigaciones, que el apego seguro tiende a estar asociado con características de relaciones positivas en la pareja. Por su parte, Feeney y Noller (1990; Feeney et al., 2000) mencionan que en parejas heterosexuales, el apego seguro está asociado con mayor confianza, amor, satisfacción y compromiso; así mismo experimentan más emociones positivas y menos negativas en sus relaciones en comparación con los individuos inseguros. Por ejemplo, en un estudio realizado por Díaz-Loving y Sánchez (2002) se evaluó el efecto de la presencia de los estilos de apego en hombres y mujeres sobre las conductas que aparecen a lo largo de su relación. Dentro de lo encontrado, el estilo seguro muestra un incremento en las conductas positivas (apoyo y ayuda a la pareja, demostración de afecto a través de besos, caricias y abrazos, presencia, convivencia y cercanía e intimidad) y disminuye las negativas (comportamientos de agresión física y verbal como golpear, insultar o gritar, así como conductas de rechazo y exclusión, tales como mantener alejado, reprimir o simplemente no poner atención a las comunicaciones de la pareja). Por tanto, las personas seguras muestran que tienen un gusto particular por las relaciones humanas, saben que si sus parejas las dejaran lo sentirían, pero prefieren eso a continuar en una situación que consideran insoportable; por lo cual esto podría indicar que los individuos con un estilo de apego seguro tenderían menos a mantener una relación de codependencia.

También se encontró relación entre el factor codependencia altruista en hombres y mujeres con los apegos miedoso y preocupado y sólo en mujeres con el apego evitante. Esto indica que cuando mujeres y hombres tienden a preocuparse de manera constante y obsesiva por resolverle los problemas a su pareja, en sus estilos de apego muestran un interés por relacionarse con su pareja y por ser valorados, sin embargo evitan la cercanía por miedo a ser rechazados, sienten inseguridad personal y desconfianza de otros; y sólo las mujeres se muestran además restringidas emocionalmente. Esto concuerda de acuerdo con la investigación realizada por Levy y Davis (1998; en Díaz Loving & Sánchez, 2002). Sin embargo, ahora haciendo referencia a estos estilos de apego ansioso (miedoso) y evitante que predicen formas negativas de relacionarse con la pareja, existe más ansiedad y afectividad negativa. Así mismo, Levy y Davis (1988; en Feeney & Noller, 1990) también han reportado en sus investigaciones que el estilo de apego evitante correlacionó con menos satisfacción e intimidad en la relaciones de pareja y el apego ansioso-ambivalente (preocupado) estuvo relacionado de manera negativa con características positivas en relaciones pareja, es decir que se encontraba alejado de estas características. Aunado a estas investigaciones, en un estudio realizado por Díaz-Loving y Sánchez (2002), se evaluó el efecto de la presencia de los estilos de apego en hombres y mujeres sobre las conductas que aparecen a lo largo de su relación. En el análisis realizado, se encontró que, los estilos de apego rechazante y miedoso producen niveles moderados de conductas positivas (besos, abrazos, cercanía, intimidad) y negativas (golpear, insultar, rechazo, alejarse), el estilo de apego preocupado dispara incrementos en conductas positivas, sobre todo en los hombres. Adicionalmente cabe mencionar que los individuos con estilo de apego rechazante aseguran la distancia de su pareja y el mantenimiento de su autonomía dentro de la relación; es decir que estos individuos prefieren mantener distancia en el contacto con sus parejas, lo cual parece que este estilo de apego mantiene una distancia lejana de la codependencia; ya que este comportamiento no es propio de ésta. De manera contraria, en las personas con estilos de apegos inseguros (preocupados y miedosos) buscan a toda costa la cercanía con sus parejas, muestran altos índices de conductas positivas, pero al mismo tiempo su vulnerabilidad e inseguridad emocional suelen ser propensos a conductas instrumentales negativas (agresivo, mandón, manipulador, descortés, dominante), cuando sienten que están en peligro de perder a sus parejas. Los rechazantes, no creen que el amor se sufra y si no están a gusto, este les da la perfecta excusa para dejar la relación. Ahora bien, vivir en la constante angustia de que la pareja se va, o de que no somos dignos de la atención otorgada por el ser amado, lleva a los

individuos de apego miedoso y preocupado a permanecer y aferrarse a una relación, por más conflicto que tengan o desamor y conductas negativas que perciban de su objeto de amor; estas personas creen que el amor se sufre, es decir se mantienen motivados para seguir su lucha por permanecer dentro de su relación de pareja. Debido a esto, se podría decir que los individuos inseguros (miedosos y preocupados) (Díaz-Loving & Sánchez, 2002) parecen ser más propensos a mantener una relación de codependencia, ya que este comportamiento es la descripción propiamente de las personas codependientes.

También se encontró relación dentro del factor codependencia abnegación con los apegos evitante, miedoso y preocupado tanto en hombres como en mujeres, sin embargo en los apegos evitante y miedoso las mujeres parecen puntuar más alto que los hombres, mientras que en el apego preocupado los hombres están por arriba de las mujeres, esto nos dice que tanto las mujeres como los hombres reprimen sus sentimientos, deseos y necesidades por miedo a perder a su pareja, de igual manera ambos en sus estilos de apego mantienen un interés por relacionarse con su pareja y les preocupa ser valorados, sin embargo evitan la cercanía por miedo al rechazo, sienten inseguridad personal y desconfianza de otros, por lo cual se muestran restringidos emocionalmente. Es importante hacer referencia, en cuanto a que las mujeres parecen evitar intimar con sus pareja, demostrarles afecto, dado la inseguridad que parecen tener y el temor de que sus novios las alejen o las abandonen, y aunque los hombres no dejan esto a un lado, pareciera que ellos a pesar del miedo a ser abandonados o rechazados, se interesan más por estar acercarse de alguna manera, más a sus novias.

También, se observó relación entre el factor codependencia dependencia y el apego preocupado en hombres y mujeres, siendo ellas las que puntúan más alto y sólo hubo relación en los apegos evitante y miedoso en las mujeres. Lo cual nos señala que cuando hombres y mujeres perciben que sus parejas dependen de ellos, las mujeres mantienen un interés por su relación y se preocupan por ser valoradas más que los hombres. Y sólo las mujeres al mismo tiempo tienden a evitar cercanía con su pareja por miedo a perderla, sienten inseguridad personal y desconfianza de otros por lo cual se muestran emocionalmente restringidas. Estas dos últimas correlaciones son explicadas de la misma manera que se explicó anteriormente en donde se muestra que todos los factores de codependencia se encuentran altamente relacionados con los estilos de apego miedoso, preocupado y evitante.

6.7.2 Relación entre la codependencia y autoestima en hombres y mujeres

Se encontraron algunas relaciones entre los factores de codependencia y la autoestima con lo que se aceptó la Hipótesis 6 que afirma que habrá relación entre estos dos constructos. Se encontró una relación de manera negativa entre los factores de codependencia altruista, abnegación y dependencia con autoestima positiva sólo en mujeres, lo que indica que al percibir que sus novios dependen de ellas, éstas se preocupan constante y obsesivamente por resolver los problemas de su pareja, buscar cumplir las necesidades y deseos de sus novios por miedo a perderlos, reprimiendo así sus sentimientos y pensamientos por lo cual en su autoestima, muestran alejarse de sentirse agradables, atractivas, valoradas o creer que pueden dar una buena impresión a los demás; esto es congruente, dado que al sentirse así, sea explicable la constante represión de sus propias necesidades en su afán de mantener una relación codependiente por miedo a ser abandonadas y ser de ésta la única manera de compensar su auto-minusvalía afectiva.

Por otro lado, se encontró una relación positiva entre el factor codependencia abnegación con autoestima negativa y alta valoración en las mujeres, esto es que lejos de tener una autoestima positiva, mantienen una autoestima negativa, es decir que al no gustarse a sí mismas, sentirse feas y creer que otras personas son más inteligentes que ellas, buscan cumplir con las necesidades y deseos de su pareja, reprimiendo sus propios sentimientos, deseos y necesidades por miedo a perderla. Apoyando este resultado, Díaz-Loving y Sánchez (2002), mencionan que se cree que las personas con baja autoestima tienen una necesidad especial de involucrarse en relaciones de pareja y a sentirlas como más recompensantes que las personas con alta autoestima. Dado esto, es probable que el hecho de que las mujeres con baja autoestima sientan gratificación de estar con su pareja aún reprimiendo sus propias necesidades para complacerla, sea para no quedarse solas.

Congruente a lo anterior, Coopersmith (1976; en Cruz, 2006) menciona que los individuos con baja autoestima son criados bajo condiciones de rechazo, inseguridad y falta de respeto, llegando a creer que son incompetentes y sin recursos, además, se sienten aislados, sin amor, incapaces de expresarse y demasiado débiles para afrontar y sobrellevar sus deficiencias.

Por lo general, las personas con baja autoestima mantienen una condición de afecto negativo, falta de merecimiento, sentimientos de inferioridad, soledad e inseguridad, lo cual los lleva finalmente a la denigración y/o autodestrucción, insertándonos en relaciones

patológicas y dañinas como lo es la codependencia; de acuerdo con algunos autores (Beattie, 2000; Bensch, 1997; Springer, Britt & Schlenker, 1998) la baja autoestima ha sido relacionada significativamente con los altos niveles de codependencia, e incluso encontrada como predictor de ésta (Hollabaugh, 1996; en Zarco, 2005).

Finalmente, llama la atención que en el factor de necesidad de complacer (codependencia), las mujeres muestran tener una autoestima positiva mientras que los hombres muestran tener una autoestima negativa, aunque estas diferencias no se mostraron de manera significativa, se puede mostrar que cuando las mujeres mantienen una sensación de querer ayudar a su pareja y a las demás personas, anteponiendo sus necesidades; sin embargo esta ayuda no es desinteresada sino que busca como pago el amor y la aprobación del otro. Dado que este factor no refleja un aspecto negativo a diferencia de los otros factores, estas personas reportan un gusto por ayudar y complacer a sus parejas mientras que en su autoestima se consideran agradables, competentes, atractivas y confían en que puede hacer bien cualquier cosa que hagan. Esto puede ser explicado desde una perspectiva cultural que diferencia a los hombres de las mujeres, siendo estas últimas las que aprenden desde pequeñas a ejercer un papel de cuidadoras manteniendo de esta manera un gusto por ayudar a otros y además son reforzadas por dicho papel, lo cual puede manifestarse en una autoestima positiva creyendo que son competentes y agradables para los demás.

Por otro lado los hombres parecerían mostrar que cuando ayudan a sus novias o a otras personas, de manera contraria a las mujeres, ellos se sienten inferiores a otros, desearían desaparecer cuando se encuentran alrededor de otras personas, se sienten feos, también perciben cierta incompetencia social pues no se consideran agradables para los demás y confían más en lo que los demás hacen que en lo que ellos realizan. Ahora bien, en el caso de los hombres parece contrario, a lo que se muestra en las mujeres, esto puede verse desde un ángulo en donde parecería que la parte estereotipada de los hombres se ve amenazada, es decir que los hombres más bien, parecen colocarse en una posición vulnerable cuando ayudan a otras personas o incluso a su propia pareja y dado en el sistema social en que se encuentran, la presión que pudieran sentir sea fuerte, dado que de los hombres se espera que sean fuertes y alejados del servicio a la comunidad, dado eso cabe la posibilidad que la autoestima de estos hombres se observe mermada.

6.8 Relación entre la codependencia e identidad de género en hombres y mujeres

Se encontraron algunas relaciones entre los factores de codependencia y la identidad de género con lo que se aceptó la Hipótesis 7. De manera general se encontraron algunas correlaciones significativas en diversos factores tanto de la identidad de género como de la codependencia.

6.8.1 Relación entre la codependencia y los patrones de socialización

Se encontró una relación entre el factor codependencia abnegación y feminidad negativa, en hombres y mujeres; sin embargo los hombres son lo que buscan más cumplir las necesidades y deseos de su pareja, reprimen sus propios sentimientos por el miedo que tienen de perderla y además se perciben como personas vulnerables y limitadas por su sexo. Contrario a los hombres y acorde a las mujeres, Giraldo (1972) menciona que dentro de la cultura mexicana y de las características del machismo, “la relación de un hombre con una mujer es la de dueño y protector acompañado de una superioridad no sentimental y alejada; es decir que un macho muestra masculinidad diferenciándose de la mujer sentimental y afectiva por su frialdad. Ella ama, pero él conquista. El desapego emocional es parte de la superioridad del macho sobre la mujer. De esta manera Stycos (1958; en Giraldo, 1972) dice que tanto el hombre como la mujer creen firmemente en la superioridad del hombre en muchos aspectos”. Ahora bien, llama la atención que por una parte los hombres son educados para ser protectores y proveedores, en este sentido es congruente que quieran cumplir con las necesidades y deseos de sus parejas y que de alguna manera lo hagan para no perderlas ya que las necesitan, sin embargo el hecho de sentirse vulnerables y limitados por su sexo, es una parte que empieza a cambiar en los hombres, probablemente sea por las transformaciones sociales, económica y políticas, en donde la mujer ha ido ganando terreno, y superándose incluso hasta llegar a ejercer las mismas actividades que los hombres; sin embargo aún siguen persistiendo mujeres tradicionales que cargan con el peso cultural y características adjudicadas que les han sido heredadas por años.

Por otro lado, dentro de la correlación entre el factor dependencia (codependencia) y feminidad negativa, se hizo evidente que cuando las mujeres tienen la percepción de que sus novios dependen de ellas, coinciden con que sigan incorporando rasgos de vulnerabilidad e inferioridad como aspectos que las definen. Y aunque las diferencias no fueron

estadísticamente significativas, estas mismas mujeres que perciben a sus parejas dependientes, se adjudican rasgos machistas. Cabe mencionar que dentro de la sociedad en la que las mujeres se encuentran inmersas, siguen persistiendo rasgos que las mantienen posicionadas en un punto de desventaja y donde se muestran atrapadas con obstáculos que no las dejan salir tan fácilmente de ahí. De acuerdo con los resultados se hace evidente entonces una posición híbrida en el contexto de la pareja, bajo la cual aún cuando conservan rasgos tradicionales y negativos desde la feminidad como ser pasivas y sumisas, también reportan algunos otros rasgos que apelan hacia una instrumentalidad, aunque esta también es negativa en algunos casos y lleva implícito el que sean dominantes y mandonas (Barberá, 1998).

6.8.2 Relación entre en la codependencia y los roles de género

Aquí se encontraron relaciones entre los factores codependencia altruismo y roles expresivo e instrumental sólo en hombres, por lo que al parecer éstos suelen mostrarse afectuosos con su pareja por un lado y por el otro toman el control sobre la relación, preocupándose de manera constante y obsesiva por resolverle los problemas a su pareja. Aunado a lo anterior, Vieira (1986; en Hardy & Jiménez, 2001) menciona que la masculinidad posee un elemento clave que es el poder, es decir que ser hombre significa tener y ejercer poder, el cual es asociado a la masculinidad dado que exige poseer algunas características, tales como ganar, ordenar, lograr objetivos y ser duro y esta masculinidad se ha transformado, ya que implica suprimir emociones, sentimientos y negar necesidades, porque si un hombre llega a experimentar y demostrar sentimientos de ternura y afecto puede transformarse nuevamente en un niño dependiente, además se siente obligado a creer que la mujer le pertenece y que la relación de pareja con ella debe ser más de poder que de afecto. Respecto a esto, algunos autores como Díaz-Loving et al. (2007) hacen referencia a que en nuestros días se está produciendo una profunda transformación en la definición cultural de los roles sexuales y por tanto, se puede observar que la mujer se empieza a masculinizar y el hombre se feminiza, es decir; ambos están recuperando las capacidades humanas que culturalmente habían sido negadas, en este caso, los hombre parecen mostrarse cariñosos con sus novias, sin dejar de lado, por supuesto su parte masculina (instrumental), de dominio y protección.

Del mismo modo, se puede observar una relación entre el factor abnegación (codependencia) y roles instrumentales, en donde los hombres buscan cumplir con las necesidades y deseos de su pareja, reprimiendo sus propios sentimientos y necesidades por

miedo a perderla y por el otro lado son ellos quienes toman las decisiones más importantes en la relación, se consideran la parte fuerte de la relación y toman el control sobre ésta. Esto podría argumentarse en un sentido en donde estas características de mostrarse expresivos con sus novias, es propio de lo que demanda la misma relación; sin embargo eso no resta el que mantengan su rol instrumental que culturalmente se les ha asignado, mientras que es posible que estos hombres dentro de su relación de pareja se den la libertad de mostrarse más afectuosos, dado que actualmente esto es mejor visto en la sociedad, dado que comienzan a ser más visibles las transformaciones socio-culturales (Raguz, 1995; Parsons & Bales (1955; en Rocha, 2000; Lara, 1993; en Bosques, 2003).

Entre el factor dependencia (codependencia) y roles instrumentales, se halla una relación sólo en los hombres, lo cual nos muestra que cuando perciben que sus novias dependen de ellos, se consideran la parte fuerte de la relación, entonces toman el control sobre ésta, controlan lo que su pareja hace y les cuesta trabajar sus emociones. En gran parte, la manera en cómo se puede presentar y mantener una relación de codependencia, Nolen-Hoeksema et al. (1991; en Rocha, 2004), sugiere que se debe al contexto en que los hombres han sido socializados para ser más racionales y concretos centrándose en una tarea, en tanto que las mujeres han sido socializadas para la parte afectiva, dado esto, los hombres parecen también seguir cumpliendo con el rol que tradicionalmente se les ha enseñado; es decir el de ser más fuertes, protectores, controladores y dominantes, incluyendo la represión de sus sentimientos; esto concuerda con lo que May (2000) en su libro "Codependencia" menciona, en donde al hombre lo han condicionado para que no exteriorice sus emociones, inclusive puede que no exprese sus sentimientos hacia la mujer, y se vaya al extremo opuesto y que niegue dichos sentimientos.

Ahora bien, por otra parte, se observa una relación, esta vez, tanto en hombres como en mujeres entre el factor necesidad de complacer (codependencia) y roles expresivos, por lo cual encontramos que los hombres quieren ayudar a su pareja anteponiendo las necesidades de ésta y al mismo tiempo son afectuosos con ellas, suelen ceder a lo que sus novias les piden y apapachan a su pareja cuando lo necesita más de lo que lo hacen las mujeres con sus novios. Lo cierto respecto a esto, es que las personas codependientes no pierden la oportunidad para salvar a su pareja, ya que para ellos no es suficiente ser amados; sino que además desean sentirse necesitados. Cabe mencionar también que estas personas se encuentran siempre a la expectativa de su pareja, ya que ante el éxito o fracaso de ésta, el

codependiente se siente responsable, se siente bien o feliz si su pareja lo está, intenta hacer todo lo que está a su alcance para poderla complacer autosacrificando sus propias expectativas y deseos. Son estas, en gran parte algunas de las razones por las que posiblemente, los miembros de la pareja mantienen una relación de codependencia.

Desde la perspectiva de género, la forma en que mujeres y hombres conciben el amor determina la manera en cómo se relacionan con su pareja, la cual dentro de la cultura en que vivimos, muchas veces dicho concepto es confundido, ya que al hablar de una relación de pareja nos imaginamos ciertas conductas estereotipadas que debemos seguir para poder tener la relación perfecta. Algunas de esas conductas son procurar a nuestra pareja a toda costa, cuidarla, respetarla, consentirla, darle mucho cariño, hacerla "feliz", es decir, dejar todo por ella; sin embargo estas conductas pueden conducir a las personas a la codependencia.

6.8.3 Relación entre en la codependencia y las actitudes hacia el rol de género

En las mujeres se encontró una relación de manera negativa con el factor codependencia abnegación y las actitudes hacia el rol de género, lo cual nos indica que cuando cumplen con las necesidades y deseos de sus parejas, reprimiendo sus propios sentimientos y necesidades por miedo a perderlas, tienden a gustarles menos que las mujeres sean autosuficientes, participativas en la toma de decisiones o que hombres y mujeres tengan las mismas responsabilidades. Esto nos habla de mujeres tradicionales, las cuales adquieren el rol culturalmente atribuido, en donde se llegan a considerar como cuidadoras de su pareja, sacrificadas por el bienestar de otros por miedo a perder a sus novios, por lo tanto pareciera que tienden a mantenerse en un papel pasivo. Esto se explica con lo que Raguz (1995), menciona que el rol tradicional femenino se asocia con un rol de cuidado, maternal, el cual se liga al rol reproductivo, un rol nutriente y expresivo. Por feminidad las sociedades tradicionalmente entienden que la mujer debe ser tierna, amar a los niños, ser sensitiva a necesidades de otros, comprensiva y compasiva, cálida, flexible, sumisa, leal, suave y demás atributos y conductas de cuidado asociados con una maternidad extendida más allá de lo familiar al servicio social.

De la misma manera, Ochoa y Vázquez (1992; en Raguz, 1995) refieren que el rol de la mujer, a lo largo de la historia, se le ha relacionado con atributos como la expresividad, la intuición, la moral de cuidado, así como con una postura de delicadeza, debilidad, dependencia, inseguridad, incapacidad aprendida, docilidad y sumisión.

De acuerdo con Murrieta Sánchez (2004), en el rol femenino tradicional se prescriben rasgos como la dependencia, la afiliación, la expresividad emocional, la falta de asertividad y la subordinación de las propias necesidades a los otros. Esta puede dar explicación por lo cual estas mujeres tienden a inclinarse a estas actitudes tradicionales dado el gran peso sociocultural en que aún persiste en México.

En los hombres se encontró una relación con el factor codependencia necesidad de complacer, es decir que, al mismo tiempo que les gusta ayudar a sus novias, también les gusta que tengan la misma libertad que ellos, que el hombre externe sus emociones igual que la mujer, que la mujer participe en la toma de decisiones y que ambos desempeñen las mismas tareas. Contrario a esto, Abrams (1989; en Raguz, 1995) cree que el que los varones suelen ser más independientes económicamente y que dependen menos de las relaciones interpersonales. Además, el rol masculino tradicional, rol instrumental, de proveedor, supone tener una actitud hacia la competitividad, dominio, independencia, y no colaboración o sensibilidad a las necesidades de otros; por tanto esto puede dar pauta a pensar que pueden encontrarse alejados de la codependencia en sus noviazgos, aunque esto no da una completa certeza de ello. Sin embargo, ser mujer u hombre va más allá de los roles socialmente asignados, y esta nueva perspectiva permite a todos y a todas expresarse más íntegramente dentro de los cambios sociales que se viven (entre ellos, que ambos padres trabajen fuera de casa), pero actualmente se da la necesidad de re-definir y flexibilizar el rol masculino y femenino para que de esta manera, se puedan ir transformando los estereotipos (Lara, 2006) dentro de nuestra sociedad, y se puedan establecer mejores relaciones interpersonales, incluyendo por supuesto las relaciones de pareja.

6.8.4 Relación entre en la codependencia y los estereotipos de género

De manera general se encontraron relaciones con tres factores de codependencia (altruista, abnegación y necesidad de complacer) y los estereotipos de género, sólo en las mujeres. Esto señala que cuando las mujeres se encuentran más estereotipadas, es decir, creen que un hombre es superior a la mujer, que las mujeres poseen mayor fortaleza emocionalmente y que además poseen por naturaleza más capacidad para cuidar a los demás, les gusta ayudar a sus novios, también se preocupan cortantemente por resolverles sus problemas, buscan cumplir sus deseos y necesidades antes que los propios por miedo a perderlos. De acuerdo a lo observado algunos autores como Aguilar (1992), Bustos (1998), Garduño (2002) y Peña (2002), entre otros, han encontrado que en México, tanto en hombre

como en mujeres, aún persisten estereotipos y roles de género tradicionales (Matud et al., 2002).

Crouter et al. (1995; en Matud et al., 2002) menciona que existen una serie de estereotipos y prejuicios, con relación a qué tipo de conductas deben desarrollar los jóvenes y las jóvenes, y los padres que tienen actitudes tradicionales que van a marcar más las diferencias en función del sexo, por lo cual a los chicos se les va a animar para ser independientes y asertivos, mientras que a las chicas las van a socializar para ser expresivas y condescendientes.

Matud et al. (2002) mencionan que dentro del contenido de los estereotipos de género, generalmente se ha considerado a las mujeres como sumisas y dependientes, más emocionales y centradas en los sentimientos y en las relaciones. De esta manera cabría la posibilidad de que los estereotipos de género influyan para que se desarrolle una codependencia dentro de las relaciones de pareja en el noviazgo por parte de las mujeres, al creer desde pequeñas, que deben ser dulces, cariñosas, serviciales, enfocarse en las necesidades de otros, incluyendo a sus hermanos varones y a su padre, que deben querer ayudar y cumplir con los deseos de los demás reprimiendo los propios, incluso creer que los hombres son más inteligentes y superiores que las mujeres.

El factor codependencia se relacionó con los estereotipos sólo en los hombres, lo cual indica que cuando ellos perciben que sus novias dependen de ellos, estos mantienen un fuerte estereotipamiento, es decir, creen que un hombre es superior a la mujer y que las mujeres no pueden desempeñar las mismas actividades que los hombres. Dentro de nuestra cultura mexicana, se tiene el estereotipo del padre como el dueño y señor tanto de su casa como de su familia, con características de macho en donde muestra su masculinidad diferenciándose de la mujer sentimental y afectiva por su frialdad, ya que ella ama y él conquista, ya que el desapego emocional es parte de la "superioridad" del macho sobre la mujer. Dado esto, tanto el hombre como la mujer creen firmemente en la superioridad del hombre en muchos aspectos (Stycos, 1958; en Giraldo, 1972). Congruente a esto, Díaz-Loving, (1999) menciona que los estereotipos de género para los hombres son que éstos deben tener: estabilidad emocional, autocontrol, ser agresivos, tendencia al dominio, cualidades, aptitudes intelectuales, conductas de riesgo, que sean objetivos y que se desenvuelvan en el espacio público y profesional, por lo tanto da sentido en cuanto a que los

hombres al percibirse como indispensables para sus parejas, estos se puedan dar el lujo de creerse mejores y más competentes que las mujeres.

6.8.5 Relación entre en la codependencia y los rasgos de masculinidad (instrumentalidad) y feminidad (expresividad)

Se muestran dos relaciones entre los factores codependencia altruista y rasgos instrumentales positivos sólo en mujeres y rasgos expresivos negativos sólo en hombres. Esto indica que mientras hombres y mujeres se preocupan de manera obsesiva en resolverle los problemas a sus parejas, sólo las mujeres suelen ser más responsables, cumplidas y comprensivas. Mientras que en los rasgos expresivos negativos, los hombres se muestran siendo ellos llorones, mentirosos, quejumbrosos y miedosos. Congruente a estas relaciones, en un estudio que realizaron Díaz-Loving et al. (2001), con el objetivo de identificar los atributos instrumentales y expresivos que describen a hombres y mujeres mexicanas, se les aplicó un instrumento en donde indicaran qué tan típico e ideal era que hombres y mujeres poseyeran dichos rasgos, dentro de los resultados obtenidos se perciben indicios de la emancipación y empoderamiento de la mujer al indicar, que ellas son típicamente más trabajadoras, responsables y ordenadas, atributos instrumentales deseables en el pasado en los hombres. Por otro lado en los rasgos expresivos negativos, los hombres mostraron incursionarse en este campo más que las mujeres, en donde se evidencian en su tendencia a mostrarse inmaduros, quejumbrosos, latosos, mentirosos y burlones.

Dentro del factor codependencia abnegación se muestra una relación con los rasgos expresivos negativos en los hombres, por tanto parece que cuando buscan cumplir las necesidades y deseos de sus novias, reprimiendo sus propios sentimientos por miedo a perder a su pareja, tienden a mostrarse llorones, quejumbrosos y miedosos, para explicar esto, se puede referir una investigación que realizaron Dear y Roberts (2002; en Zarco, 2005) acerca de la Codependencia y la Masculinidad-Feminidad, tomando en cuenta los resultados de Cowan y Warren (1994; en Zarco, 2005) quienes concluyen que la codependencia es una "falta de conformidad" hacia la definición cultural del hombre sano", y basándose en la crítica feminista que plantea que la codependencia es una "excesiva conformidad hacia la definición cultural estereotípica de la mujer" encontraron que, efectivamente, diversos aspectos de la codependencia se relacionan con los rasgos y roles de género. Sin embargo aquí se puede observar que los hombres parecen mostrar una codependencia con rasgos más

negativos, lo cual rompe con el estigma tradicional en donde marcan a las mujeres como más codependientes.

6.9 Relación entre la identidad de género y los estilos de apego adulto en hombres y mujeres

Se encontraron algunas relaciones entre los factores de la identidad de género y los estilos de apego adulto, por lo cual se aceptó la Hipótesis 8 que afirma que habrá relación entre dichas variables.

6.9.1 Relación entre los patrones de socialización y los estilos de apego adulto

Se observa que los factores feminidad negativa y apego evitante relacionaron sólo en hombres, es decir que parecen percibirse como personas vulnerables, se sienten inferiores al sexo opuesto y temen ante el fracaso por lo que en su apego se muestran emocionalmente restringidos, subestimando su relación de pareja, esto puede deberse a como una forma de protección, en caso de que los lastimen o sean rechazados. Congruente a lo encontrado, en un estudio realizado por Díaz-Loving y Sánchez (2002), señalan que los hombres tienden a un estilo de apego seguro o evitante. Por su parte, Levy y Davis (1998; en Díaz Loving & Sánchez, 2002) en una investigación que realizaron, indican que un estilo de apego evitante predice formas negativas de relacionarse, emociones como la ansiedad y afectividad negativa, por lo tanto esto mantiene sentido en estos resultados, en tanto que los hombres cuando llegan a sentirse vulnerables, esto les provoque ansiedad y miedo a ser rechazados por sus parejas, por lo cual parecen evitar involucrarse sentimentalmente.

También se muestra una relación en los factores feminidad negativa y apego miedoso, en donde se proyecta que las mujeres más que los hombres tienden a sentirse inferiores y vulnerables, además evitan las relaciones cercanas por miedo a ser rechazados, sienten inseguridad personal y desconfianza de otros. Se puede observar que aunque las mujeres siguen mostrándose como tradicionalmente se les ha educado, dejándoles la idea desde pequeñas que son vulnerables y que un hombre es el que las “debe” proteger, al parecer les queda la idea de esta inferioridad ante el sexo opuesto, lo cual puede dar la pauta para que sientan miedo de ser lastimadas, las menosprecien, o las engañen. Sin embargo los hombres no se quedan atrás, dado que ellos también parecen conducirse de la misma manera aunque sea en menor medida; cabe mencionar que esto muestra un gran cambio en nuestra sociedad, en

donde ambos género, pueden ser víctimas del miedo y la inseguridad a ser heridos y puede esto, ser una perfecta explicación por la cual cada vez más hombres y mujeres se comprometen menos en sus relaciones de pareja.

6.9.2 Relación entre los roles de género y los estilos de apego adulto

Se observó una relación entre los roles instrumentales y apego evitante solamente en hombres, esto nos indica que entre más suelen controlar su relación de pareja, a establecer las reglas dentro de ésta y se consideran la parte racional de la relación mantienen un apego en donde subestiman las relaciones cercanas, por lo que se muestran restringidos emocionalmente. En este sentido, Abrams (1989; en Raguz, 1995) cree que los varones suelen ser más independientes económicamente y que dependen menos de las relaciones interpersonales, que el rol masculino tradicional es decir el rol instrumental, es de proveedor, supone competitividad, dominio, independencia, y no colaboración o sensibilidad a las necesidades de otro. Congruente a lo encontrado, por su parte como se mencionó anteriormente, Levy y Davis (1998; en Díaz Loving & Sánchez, 2002) en su investigación, indican que un estilo de apego evitante predice formas negativas de relacionarse.

6.9.3 Relación entre las actitudes hacia el de género y los estilos de apego adulto

Se puede observar que existe una relación positiva entre las actitudes hacia el rol de género y el estilo de apego seguro sólo en hombres, es decir que les gusta que el hombre colabore con el quehacer del hogar, que la mujer participe en la toma de decisiones y que ambos tengan las mismas responsabilidades, mientras que en su estilo de apego mantienen la capacidad de tener relaciones cercanas sin perder de su autonomía.

Por otro lado, se presenta una relación negativa entre el apego evitante y el factor actitud hacia el rol de género sólo en mujeres, es decir que cuando ellas se muestran emocionalmente distantes y restringidas suelen tener una actitud menos favorable hacia la equidad en los roles de género ya que no les agrada que las mujeres y los hombres realicen las mismas actividades o que compartan las mismas responsabilidades dentro de su relación.

De acuerdo a la primera correlación, se puede mostrar que los hombres al mostrar tener la capacidad para intimar con su pareja sin perder su autonomía y que además muestren una actitud favorable hacia la equidad de género, habla de un gran cambio en los hombres; mientras que en las mujeres al ser emocionalmente restringidas, éstas tienden hacia una

actitud desfavorable a la equidad en los roles de género. Estos resultados son congruentes, con un estudio en donde Díaz-Loving y Sánchez (2002) encontraron que los hombres en su estilo de apego se muestran seguros o evitantes, mientras que las mujeres tienden a ser preocupadas, miedosas o rechazantes. Mientras que en otras investigaciones (Díaz Loving & Sánchez, 2002; Feeney & Noller, 1990; Levy & Davis, 1998) refieren que el estilo de apego seguro predice formas positivas y constructivas de resolver el conflicto y que en parejas heterosexuales, el apego seguro está asociado con mayor confianza, amor, satisfacción y compromiso; así mismo experimentan más emociones positivas y menos negativas, así mismo, mantienen una relación más equitativa; mientras que el estilo evitante predice afectividad negativa, incluso actitudes negativas, las cuales pueden incluirse el desagrado por que los hombres y las mujeres realicen las mismas tareas, este apego ha correlacionado con una menor satisfacción e intimidad en la relaciones de pareja.

6.9.4 Relación entre los estereotipos y los estilos de apego adulto

Entre los estereotipos y el estilo de apego evitante, se halla una relación de manera positiva en las mujeres, es decir que cuando suelen creer que un hombre es más inteligente y superior a una mujer, que ésta tiene habilidades innatas para el quehacer doméstico y que un hombre es infiel por naturaleza, se muestran emocionalmente restringidas. De acuerdo con esto, Stycos, (1958; en Giraldo, 1972) refiere que tanto el hombre como la mujer creen firmemente en la superioridad del hombre en muchos aspectos. Otros autores como Aguilar (1992), Bustos (1998), Garduño (2002) y Peña (2002), entre otros, han encontrado que en México, tanto en hombre como en mujeres, aún persisten estereotipos y roles de género, haciéndose manifiesto los valores tradicionales, en donde por lo regular a las mujeres se les educa para dirigir el hogar y a los hombres para ser autosuficientes y no expresar ni mostrar sus sentimientos (Matud et al., 2000). Sin embargo a pesar de que en estos resultados, se muestran un estereotipamiento tradicional por parte de las mujeres, en sus estilos de apego se muestran alejadas de mostrar interés por la intimidad y la afectuosidad como culturalmente se le ha inculcado a la mujer. Es probable que el peso de nuestra cultura siga persistiendo en los estereotipos, sin embargo los estilos de apego, pueden estar más relacionados en cuanto a la relación que se tuvo desde la infancia con los cuidadores primarios (Bowlby, 1969).

Por otra parte se halla una relación entre el apego preocupado y los estereotipos en los hombres, lo cual indica que, aunque suelen tener interés por relacionarse y acercarse con su pareja, parecen estar de acuerdo en que los hombres son superiores a las mujeres. Parece

tomar sentido la relación existente entre estos factores dado que Bartholomew, (1990; en Sánchez, 2004), menciona que el apego preocupado se caracteriza por un sobre-involucramiento, en este caso con la pareja, de igual manera hay una tendencia a idealizar a otras personas pero también existe incoherencia; es decir que así como pueden idealizar también existe una ambivalencia, por lo cual siguen persistiendo en la creencia de que ellos son superiores a sus novias. Desde este ángulo, esta forma de estereotipamiento también puede deberse dado que al sentirse en una posición de vulnerabilidad, los hombres hagan un intento por mantenerse firmes en las creencias de lo que la sociedad espera de ellos.

Ahora bien, de manera positiva, se encontró en hombres y mujeres, una relación entre apego miedoso y estereotipos, siendo las mujeres quienes suelen evitar más las relaciones cercanas por miedo a ser rechazadas, sienten inseguridad personal y desconfían de otros, incluyendo de sus parejas, al mismo tiempo creen que los hombres son más agresivos que las mujeres y que los hombres son infieles por naturaleza. Dichos resultados, concuerdas con algunos estudios (Feeney & Noller, 1990; Feeney et al., 2000) en donde mencionan que los individuos con estilos de apego inseguros como el miedoso, se encuentran asociados a una menor confianza y compromiso con su pareja, así mismo experimentan más emociones negativas (ej. agresión, conductas de rechazo). Otro estudio (Díaz-Loving & Sánchez, 2002) en el mismo sentido, se encontró que los estilos de apego rechazante y miedoso producen niveles moderados de conductas positivas (ej. cercanía e intimidad) y negativas (conductas de rechazo o mantenerse alejado del otro), lo cual indica que las personas con apegos inseguros (preocupados y miedosos) buscan a toda costa la cercanía con sus parejas, mostrando altos índices de conductas positivas, pero al mismo tiempo su vulnerabilidad e inseguridad emocional suelen ser propensos a conductas negativas, cuando sienten que están en peligro de perder a sus parejas.

6.9.5 Relación entre los rasgos de masculinidad (instrumentalidad) y feminidad (expresividad) y los estilos de apego adulto

De manera general se encontró una relación entre el apego evitante y los rasgos expresivos negativos sólo en mujeres; es decir que reportan ser emocionalmente restringidas con sus parejas, al mismo tiempo que suelen mostrarse chillonas, quejumbrosas y miedosas. Congruente a lo encontrado, cabe mencionar que los individuos con estilo de apego rechazante, privilegian conductas que aseguran la distancia de su pareja y el mantenimiento de su autonomía dentro de la relación; es decir que estos individuos prefieren mantener

distancia en el contacto con sus parejas (Díaz-Loving & Sánchez, 2002). En el caso de las mujeres, Díaz-Loving et al. (2001) encontraron que los rasgos expresivos negativos se centran en características que denotan debilidad y vulnerabilidad, tales como ser abnegadas, sumisas, miedosas, preocupadas, lloronas y quejumbrosas.

7.0 Relación entre la identidad de género y la autoestima en hombres y mujeres

Se encontraron algunas relaciones entre los factores de la identidad de género y la autoestima por lo que se aceptó la Hipótesis 9 que afirma que habrá relación entre la identidad de género y la autoestima.

7.1 Relación entre los patrones de socialización y la autoestima

En el factor de autoestima positiva se muestra una relación con los factores androginia y machismo sólo en hombres, lo que quiere decir que cuando se consideran personas atractivas, agradables, competentes e interesantes, al mismo tiempo se sienten identificados con su sexo biológico, creen tener capacidad para resolver problemas y le dan importancia a las relaciones afectivas, sin embargo también se definen en cuanto a sus rasgos como machistas al relacionarse con su pareja (ej. dominarla, imponerse a ella, buscar ganar a toda costa). Para poder explicar esta relación, Piña (2007) señala que las personas con una autoestima alta o positiva se valoran tanto a ellos mismos, como a los demás, de esta manera se puede tener relaciones interpersonales más enriquecedoras y saludables. Con una alta autoestima también se puede mantener la capacidad de afrontamiento ante los desafíos de la vida, comprender y superar más sencillamente los problemas. Sin embargo también defienden sus derechos y opiniones ante la presión social, están dispuestos a darse su lugar y no dejarse de abusos e injusticias, Coopersmith (1976; en Cruz, 2006) menciona que además pueden ocupar posiciones de influencia y autoridad y algunas pruebas sugieren que la autoestima realmente alta puede provocar algunas dificultades en las relaciones interpersonales, en especial hacia las necesidades o limitaciones de las otras personas. Esto explicaría la parte machista, es decir que aunque estos hombres pueden darle importancia a su relación de pareja, su autoestima positiva aunado a sus patrones de socialización con una carga cultural en donde se espera de ellos la parte instrumental de control y dominio, parecen mantenerla ahí presente.

En los factores feminidad negativa y autoestima negativa e incompetencia social se muestra una relación tanto en hombres como en mujeres, sin embargo se observó que los

hombres puntuaron de manera más alta que las mujeres, lo que indica que al percibirse como personas vulnerables, autolimitadas e inferiores al sexo opuesto y además sienten temor al fracaso, en su autoestima se sienten avergonzados de sí mismos y no creen poseer habilidades para hacerle frente a situaciones difíciles; congruente a lo encontrado, Coopersmith (1976; en Cruz, 2006) nos indica que tener una baja autoestima implica sentirse inapropiado para la vida, no sólo acerca de un tema o conocimiento, sino como persona, inadecuado en la propia existencia y mantienen un sentimiento fundamental de incapacidad y desmerecimiento para responder a los desafíos y alegrías de la vida; es decir que los hombres más que las mujeres muestran posicionarse en un lugar de vulnerabilidad y desventajas en sus relaciones de pareja, por lo cual su autoestima parece implicarse en niveles de deterioro y de subordinación.

Mientras que en los factores machismo y autoestima negativa e incompetencia social sólo los hombres mostraron una correlación significativamente positiva, es decir los hombres además de sentirse inferiores al sexo opuesto y se perciben incompetentes frente a situaciones sociales, al mismo tiempo parecen definirse como personas machistas en donde tienden a buscar ganar a toda costa y dominar a otros. Una explicación a esto podría verse señalado por Giraldo (1972) en donde precisamente refiere que el machismo, dado que es una característica particularmente mexicana; es un rasgo cultural que tiene el propósito de satisfacer una necesidad psicológica resultante del complejo de inferioridad de cada individuo del sexo masculino, de modo que para compensar dicho complejo de inferioridad busca sentimientos de superioridad (conducta machista).

Se encontró que los hombres puntuaron más arriba que las mujeres, en la relación entre los factores feminidad negativa y autoestima negativa y alta valoración de otros, en donde los hombres parecen sentirse más inferiores al sexo opuesto y sienten más temor al fracaso; respecto a su autoestima se sienten feos y además creen que otros hacen mejor las cosas que ellos. Esto puede ser explicado por algunos autores como Díaz-Loving et al. (2007) los cuales mencionan que en nuestros días se está produciendo una profunda transformación en, tanto que se puede observar que el hombre se empieza a feminizar, atribuyéndose a si mismo rasgos que anteriormente, de manera cultural de le atribuían a la mujer como ser inferior, vulnerable y temer ante el fracaso. Sin embargo dada las transformaciones sociales, culturales, políticas y económicas, para los hombre puede representar una especie de

amenaza en su autoestima y manera de definirse, el que las mujeres cada vez más se encuentran inmersas en el ámbito educativo, social y laboral.

7.1.1 Relación entre los roles de género y la autoestima

Se puede observar una correlación significativa y positiva en los roles instrumentales y autoestima negativa e incompetencia social en hombres y mujeres, siendo las mujeres más que los hombres las que deciden a donde salir con su pareja, las que controlan y establecen las reglas en la relación mientras que en su autoestima tienden a sentirse inferiores a otros e incompetentes frente a situaciones sociales. Estos resultados pueden ser explicados, de acuerdo con Lara (1993; en Bosques, 2003), quien refiere que a partir del movimiento de liberación femenina, el papel o rol tradicional que jugaba la mujer se ha ido modificando, ya que los procesos de modernización e industrialización de las sociedad le han permitido que logre un cambio dentro de estos patrones que por años ha sido establecidos (ej. rol pasivo, de dependencia y sumisión). Mientras que por su parte, Rocha (2000), menciona que dada esta situación en la que hombres y mujeres enfrenten hoy una nueva condición de vida, en donde desempeñan una serie de actividades que hasta hace algunos años eran consideradas inapropiadas para su sexo, pero ahora tras las transformaciones sociales y culturales, así como las necesidades económicas e individuales de los sujetos, son necesarias llevarlas a cabo, es posible que vivan cambios no solo en la interacción interpersonal sino también en la percepción que tienen de sí mismos (autoestima) y de los otros, en sus valores e intereses, así como en su propia personalidad. Sin embargo, al menos en las mujeres a pesar de mostrar un cambio en sus roles de pareja, en su interior, en su autoestima parece continuar con esa parte que la vincula a lo tradicional (sentimientos de inferioridad e incompetencia).

Dentro de los factores roles expresivos y autoestima negativa y alta valoración, se encuentra una correlación significativamente positiva sólo en hombres, esto indica que cuando muestran ser afectuosos con sus parejas, ser sensibles a las necesidades de sus novias y externan sus sentimientos de tristeza y preocupación cuando están con ellas, respecto a su autoestima se sienten inferiores, feos y creen que otros pueden hacer las cosas mejor que ellos. Como se había mencionado anteriormente, esta parte en donde los hombres se muestran más expresivos con sus novias, sea la parte que cualquier relación demanda, y dado los cambios socioculturales, actualmente observados (Bosques, 2003; Lara, 2003; Raguz, 1995; Parsons y Bales, 1955; Rocha, 2000), estos hombres se muestran de esta forma. Sin embargo, cabría la posibilidad de que esto los coloque en una situación de vulnerabilidad y

su autoestima se vea afectada o que simplemente el mostrarse afectuosos con sus parejas compense su autodescalificación.

Ahora bien, aunque no se reportaron diferencias estadísticamente significativas, se muestra una relación de manera positiva entre los roles expresivos y la autoestima positiva, en las mujeres más que en los hombres, cuando suelen mostrarse afectuosos con sus parejas y sensibles a las necesidades de éstas; en su autoestima parecen sentirse personas atractivas, competentes y agradables. Esto concuerda, de acuerdo con la literatura (Coopersmith, 1976; Cruz, 2006; Piña, 2007) las personas con alta autoestima se criaron bajo condiciones de aceptación, definición clara de las reglas y respeto; por tanto suelen ser personas afectivas, equilibradas y competentes, capaces de acciones creativas e independientes. Este tipo de personas, también saben amar, respetar y valorar tanto a nosotros mismos, como a los demás, de esta manera pueden llegar a tener relaciones interpersonales más enriquecedoras y saludables, ya que se muestran amorosos con sus parejas).

7.1.2 Relación entre las actitudes hacia el rol de género y la autoestima

Los resultados muestran una correlación significativamente positiva en hombres y mujeres entre los factores de autoestima positiva y actitudes hacia el rol de género, puntuando ligeramente más alto los hombres que las mujeres, esto señala que cuando se consideran personas agradables, competentes, atractivas y piensan que dan una buena impresión a los demás, también les gusta que las mujeres sean autosuficientes, que los hombres externen sus emociones igual que las mujeres y que ambos desempeñen las mismas tareas. Esto mantiene sentido dado a algunas investigaciones recientes, en donde los resultados documentan cambios importantes respecto a las actitudes favorables que las mujeres tienen hacia los roles de género, y aunque los hombres salieron tender de menor manera, ambos tienden hacia actitudes más igualitarias y menos tradicionales (Thornton et al., 1993; en Barberá, 1998), y por tanto esto se ve reflejado en una autoestima más positivas.

7.1.3 Relación entre estereotipos y la autoestima

Se encontró una correlación estadísticamente significativa y negativa dentro del factor de autoestima positiva y competencia social con estereotipos sólo en mujeres, lo que quiere decir que cuando las mujeres son estereotipadas como creer que un hombre es más inteligente que una mujer, que ellas no pueden desempeñar las mismas actividades que los hombres, que una mujer tiene habilidades innatas para el quehacer doméstico o que el

hombres es superior a la mujer, parecen estar más alejadas de sentirse atractivas, competentes y agradables.

Reiterando la información anterior, podemos observar que de igual manera se encuentran correlaciones significativas sólo en mujeres, esta vez de manera positiva entre los estereotipos y los factores de autoestima negativa e incompetencia social y autoestima negativa y alta valoración, es decir se puede observar que las mujeres entre más estereotipadas se encuentren, lejos de poseer una autoestima positiva, mantienen una autoestima negativa en donde se sienten avergonzadas de sí mismas, inferiores a otros e incompetentes para enfrentar situaciones difíciles. Algunos autores (Aguilar, 1992; Bustos, 1998; Garduño, 2002; Peña; 2002; en Matud et al., 2002) apoyan la idea de que en México, tanto en hombre como en mujeres, aún persisten estereotipos tradicionales y esto de estereotipar a los géneros se ha hecho mucho hincapié dentro de nuestra cultura, en donde Lara (2006) señala que a la mujer se le adjudican etiquetas como seres débiles, dependientes e incompetentes y por otra parte Stycos (1958; en Giraldo, 1972) recalca la firme creencia de parte de algunas mujeres en la superioridad de los hombre y con ello, repercute en la autoestima de estas mujeres, dejándose de lado a sí mismas, manteniendo una autoimagen desvaloriza. Sin embargo este tipo de estereotipos son adquiridos a los largo del proceso de socialización (Ashmore & Del Boca, 1981; en Díaz-Loving, 1999) y no son simplemente creencia innatas que tienen las mujeres.

7.1.4 Relación entre los rasgos de masculinidad (instrumentalidad) y feminidad (expresividad) y la autoestima

En cuanto a los rasgos de personalidad, de manera general se observan correlaciones significativamente positivas en hombres y mujeres. El factor de autoestima positiva se relaciona con rasgos instrumentales negativos, puntuando más alto las mujeres y el factor de autoestima negativa e incompetencia social se relaciona con rasgos expresivos negativos, puntuando más alto los hombres. Esto indica que las mujeres más que los hombres tienden a considerarse agradables, competentes y atractivas cuando presentan rasgos como el ser mandonas, dominantes, ambiciosas y desatentas. Mientras que los hombres más que las mujeres mantienen una tendencia hacia una autoestima baja, es decir que se avergüenzan de sí mismos, desearían ser alguien más y no creen poseer habilidades para hacer frente a situaciones difíciles, cuando presentan rasgos como ser chillones y quejumbrosos. Al parecer, en el caso de las mujeres al presentar rasgos instrumentales negativos como ser dominantes,

mandonas, desatentas y vengativas, les ayuda a fortalecer su autoestima sintiéndose personas, atractivas, agradables y competentes, lo cual indicaría que es probable que las mujeres se sientan en una posición de poder y de ventaja, dentro de su relación de noviazgo, lo cual les ayude en el concepto que tienen de sí mismas. Mientras que por su parte, en los hombres ocurre algo diferente, en donde al poseer rasgos expresivos negativos como el ser chillones, quejumbrosos y miedosos, pudiera ser que éstos se sientan en una posición más vulnerable dentro de la relación por tanto su autoestima se ve afectada. De manera similar a lo encontrado, Díaz-Loving, Rivera y Sánchez (2001) encontraron que en los rasgos expresivos negativos, los hombres mostraron incursionarse en este campo más que las mujeres, en donde se evidencian en su tendencia a mostrarse inmaduros, latosos, mentirosos y burlones, dichas características son descritas de una persona egocéntrica, lo cual de acuerdo con Díaz Guerrero (1994; en Díaz-Loving, Rivera & Sánchez, 2001) coincide con el lugar preponderante y de poder que se le atribuye al hombre en la cultura mexicana tradicional. Sin embargo, de manera contraria a lo encontrado, Maccoby y Jacklin (1974; en Matud et al., 2002), en un trabajo encontraron que los hombres eran más asertivos en el sentido de mayor dominancia y más agresividad y que las mujeres, pero no encontraron diferencias de género en autoestima. Sin embargo, Feingold (1994; en Matud et al., 2002), reporta haber encontrado que los hombres eran más asertivos y tenían una autoestima ligeramente más alta que las mujeres.

7.2 Relación entre los estilos de apego adulto y la autoestima en hombres y mujeres

Se encontraron algunas relaciones entre los factores de los estilos de apego adulto y la autoestima con lo que se aceptó la Hipótesis 10 que afirma que habrá relación entre estas variables.

7.2.1 Relación entre los estilos de apego adulto y la autoestima

Como se puede observar, encontramos dos correlaciones significativas sólo en mujeres, una negativa entre los factores apego evitante y autoestima positiva, es decir, estas mujeres que suelen mostrarse emocionalmente restringidas tienden a alejarse de poseer una autoestima positiva, es decir de sentirse atractivas, competentes y agradables ante los demás. Otra correlación que se observa, se encuentra entre los factores apego evitante y autoestima negativa e incompetencia social junto con autoestima negativa y alta valoración, lo cual nos indica que al evitar la cercanía emocional con su pareja, parecen mostrarse avergonzadas de sí mismas, desearían ser alguien más y temer parecer tontas ante los demás, además se siente

feas, no se consideran agradables para los demás y creen que otras personas son más inteligentes que ellas.

Algunas investigaciones Levy y Davis (1988; en Feeney & Noller, 1990; Díaz-Loving & Sánchez, 2002) apoyan el hecho de que el apego evitante correlaciona con menos satisfacción e intimidad en las relaciones de pareja, privilegia conductas que aseguran la distancia de su pareja y el mantenimiento de su autonomía dentro de la relación; es decir que estos individuos prefieren mantener distancia en el contacto con sus parejas. Levy y Davis (1998; en Díaz-Loving & Sánchez, 2002) indican que los estilos de apego ansioso y el evitante predicen formas negativas, más ansiedad y afectividad negativa, al parecer no sólo con su pareja, sino también consigo mismos, por lo cual su autoestima no solo se ve alejada de ser positiva, sino que se encuentra en niveles negativos.

Dentro de los factores apego preocupado, autoestima negativa e incompetencia social y autoestima negativa y alta valoración de otros, se muestran dos correlaciones significativamente positivas sólo en mujeres, lo cual nos indica que estas mujeres suelen tener interés y preocupación por las relaciones cercanas, sin embargo también se sienten poco atractivas, les gustaría ser alguien más, creen que otros hacen mejor las cosas y no creen poderle hacer frente a situaciones difíciles.

Por último, se pueden mostrar correlaciones significativas en todos los factores entre apego miedoso y autoestima positiva y negativa y alta valoración social, la autoestima positiva correlaciona de manera negativa sólo en mujeres, esto es que al tener un apego en donde evitan las relaciones cercanas por el miedo de ser rechazadas, la inseguridad personal y desconfianza que tienen en otros, las mantiene alejadas de poseer una autoestima positiva.

En cuanto a la relación entre los factores apego miedoso y autoestima negativa e incompetencia social, hombres y mujeres correlacionaron positivamente, lo cual indica que los hombres más que las mujeres, temen la cercanía por miedo al rechazo, a su inseguridad personal y desconfianza de otros por lo cual tienden a sentirse inferiores a otros, se sienten nerviosos cuando están con extraños, temen parecer tontos ante los demás y se le dificulta enfrentarse a situaciones difíciles. Mientras que en los factores apego miedoso y autoestima negativa y alta valoración de otros, correlacionaron significativamente sólo en mujeres.

En general, se puede observar en las últimas tres correlaciones las mujeres parecen ser las que muestran un estilo de apego tanto preocupado como miedoso, mientras que los hombres muestran un estilo de apego miedoso. Sin embargo el factor común entre ambos sexos se encuentra la autoestima negativa; es decir hombres y mujeres se llegan a sentir feos, se avergüenzan de sí mismos, creen que otros son más competentes y que hacen las cosas mejor que ellos. Sin embargo las mujeres suelen mostrar interés por relacionarse con su pareja, empero al mismo tiempo tienen miedo de ser rechazadas, en cambio los hombres sólo sienten este temor al rechazo, pero no parecen mostrarse interesados por tener cercanía e intimidad con sus novias. En cuanto a los estilos de apego, anteriormente ya se explicó las diferentes formas de vinculación que tienen éstos, por otra parte en cuanto a la autoestima se refiere, dado a que se encontraron pocos estudios referentes a esta variable relacionados con la autoestima, se encuentran limitaciones para poder explicar de manera contundente este fenómeno. Sin embargo desde la perspectiva de género tanto hombres como mujeres mantienen una fuerte relación en general con una autoestima negativa cuando su manera de vincularse es de manera un tanto ambigua y a la vez lejana. Por esta razón sería conveniente ahondar más en este tema y realizar investigaciones quizá en la misma clase de población o incluso en una diferente para poder tener un panorama mucho más amplio a cerca de este tipo de fenómenos.

CAPITULO 8

CONCLUSIÓN



CONCLUSION

En el presente trabajo, en general se observaron algunas diferencias en el género respecto a las distintas variables, en el caso de la codependencia no se mostraron niveles altos, no obstante, los hombres mostraron mayor codependencia en altruismo y abnegación, lo que muestra que mantienen una preocupación obsesiva por resolver los problemas de sus parejas y buscan de manera constante cumplir con las necesidades y deseos de éstas, reprimiendo la expresión de sus propios sentimientos, deseos y necesidades, debido al temor que tienen por perder a sus parejas. Esto resultó ser diferente a lo que la mayoría de la literatura plantea, en donde es la mujer a quien se le plantea desde una perspectiva cultural, como cuidadora, dependiente del afecto de otros, sacrificada por los demás y teniendo el gusto por ayudar a otros.

En los estilos de apego y en la autoestima, no se encontraron diferencias; sin embargo hombres y mujeres mostraron una tendencia hacia un estilo de apego seguro y hacia una autoestima positiva, por lo tanto; cabe mencionar que estos resultados se posicionan desde una perspectiva coherente y dirigida hacia un cambio positivo en la forma en que hombres y mujeres, se vinculan tanto para consigo mismos como con sus parejas.

Ahora bien, dentro de la identidad de género, se observó que las mujeres fueron quienes se mantuvieron más constantes en cuanto a su parte expresiva tanto positiva como negativa en los patrones de socialización, los roles y rasgos de género y, por su parte, los hombres en mayor medida que las mujeres, parecen seguir permeando la parte estereotipada que la cultura mexicana adhiere a cada género; empero hombres y mujeres en sus actitudes parecen estar más abiertos hacia un cambio más equitativo, De esta manera, se hizo evidente que tanto hombres como mujeres conservan algunos aspectos tradicionales y al mismo tiempo, empiezan a despertarse cambios en la forma en que se perciben a sí mismos desde su propia identidad y su manera de relacionarse y de vivir sus noviazgos.

El hecho de que la codependencia, resultara en mayor medida en los hombres, nos puede estar dando una idea diferente de cómo se relacionan, poniendo atención desde cómo consideran ellos mismos, el pensar, sentir y actuar como ellos lo deciden o cómo la sociedad lo estipula, ya que actualmente parecen mostrarse más afectuosos con sus parejas, suelen ser más sensibles a las necesidades de éstas, se muestran dirigidos hacia una actitud de equidad

entre hombres y mujeres, se encuentran con un bajo perfil en sus rasgos instrumentales, tanto negativos (dominantes, patanes, descorteses) como positivos (responsables, trabajadores, cumplidos), y al mismo tiempo muestran ambos lados de sus rasgos expresivos positivos (dulces, cariñosos, fieles), aunque de una manera más enfatizante muestran sus rasgos negativos (chillones, burlones, quejumbrosos, miedos).

Por su parte las mujeres, no quedan excluidas de la codependencia, éstas también parecen mostrarse obsesivas en resolverles la vida a sus parejas y todo lo que esté a su alcance para complacer a sus novios y aunque lo hagan en menor medida que los hombres, el hecho de que repriman sus deseos y necesidades por miedo a perder a sus novios, no deja de lado su lado expresivo; es decir el que quieran apapacharlos, mimarlos, pero también expresan su lado negativo (quejumbrosas, lloronas, miedosas). Incluso se puede ver un cambio también en ellas, dado que ahora aunque lo hagan en bajos niveles, muestran su parte instrumental positiva (responsables, competentes, organizadas) y negativa (dominantes, vengativas, manipuladoras) y por supuesto sin dejar de mencionar a los estereotipos tradicionales, que continúan siendo una gran influencia en la construcción tanto de su identidad genérica como en la manera en que se relacionan con su pareja.

Cabe puntualizar que, el hecho de que desde pequeños comenzamos nuestro propio proceso de socialización, primeramente en nuestro núcleo familiar y posteriormente en otras áreas, es de suma relevancia enfatizar de la importancia que tiene crear vínculos afectivos saludables y positivos desde entonces, para que en la vida adulta podamos ejercer un rol de mayor equidad en nuestras relaciones interpersonales, ya que como menciona Rocha (2000), en cada interacción, se abren dos posibilidades: repetir la historia que vivimos con nuestros primeros vínculos o empezar a modificarla buscando formas alternativas de relacionarnos; ya que la codependencia puede formarse a partir de las necesidades no satisfechas en el ser humano durante su infancia, por tanto, una manera de poder adaptarse a situaciones de vinculación, su self o yo verdadero auténtico, va construyendo las etapas evolutivas con el apoyo de un yo subordinado que desarrolla roles que le permiten superar las experiencias problemáticas de la infancia, y que para sobrevivir lo conducen a aprender a estar al servicio de los demás, descuidándose a sí mismo, creando una fuerte necesidad de proteger al otro, por el miedo a ser abandonado y sentir la pérdida de amor, llegando a un estilo de vida bastante insano y patológico.

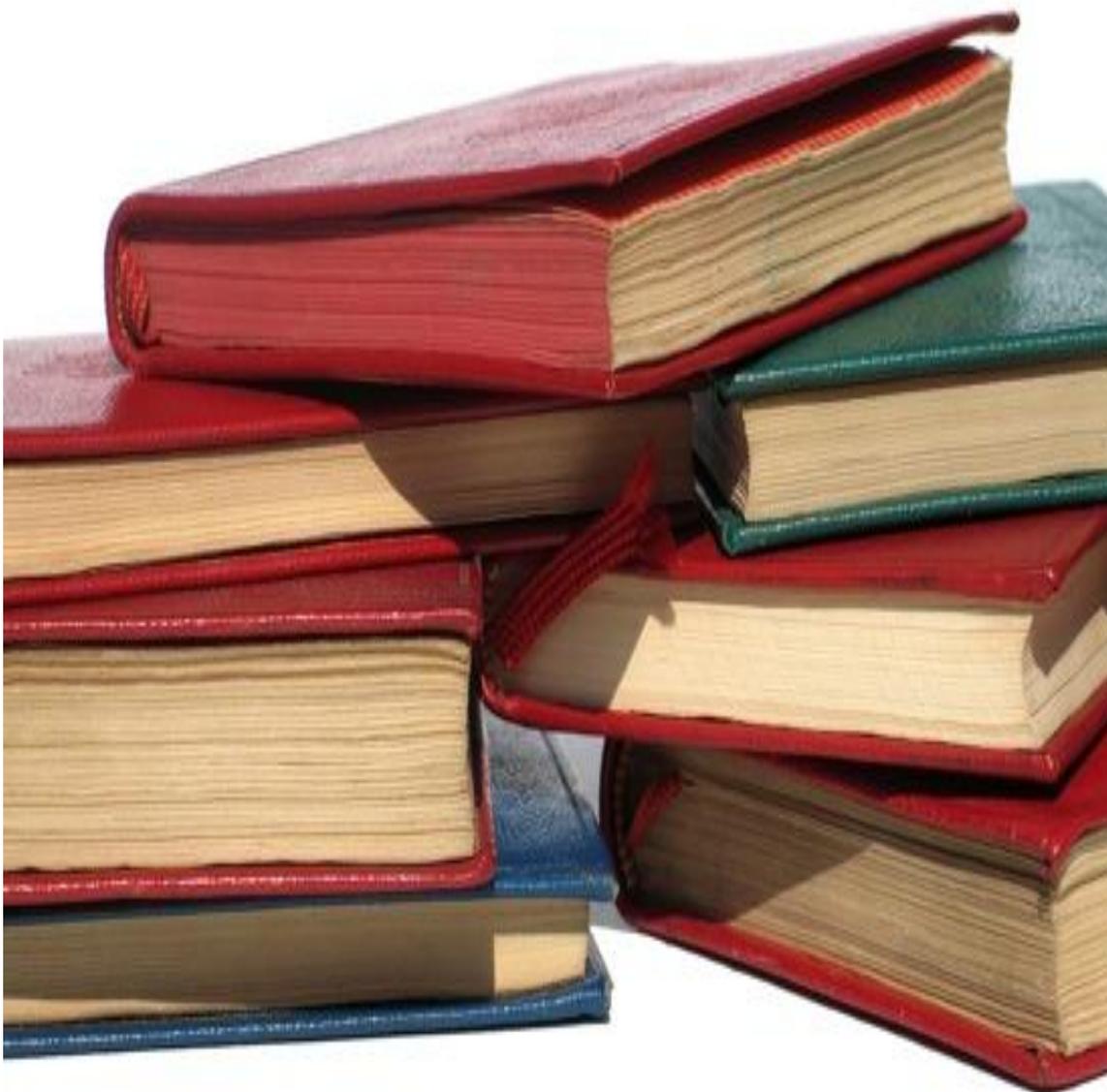
Otra cosa que bien, es importante y no debe quedarse atrás, es mencionar que, una parte, dentro de la cultura mexicana, muchas veces se llega a confundir el amor con cualquier otro tipo de constructo, no sólo en el concepto, sino también en el comportamiento ya que, si bien esto, no puede ser afirmando deliberadamente, se puede reflexionar a cerca de la mirada que los y las mexicanas tenemos sobre el amor; y en la confusión, me refiero a reflejar conductas como complacer a la pareja en cualquier necesidad o deseo que tenga (abnegación), incluso sacrificarnos por ella y dejarnos de lado (altruismo), por demostrarle “amor”, comprensión y demás aspectos que de alguna manera conforman codependencia, como estar siempre ante cualquier cosa para la pareja y ayudarla en todo lo que necesite., y con ello confundir el amor, el cual significa dar todo sin esperar nada a cambio.

Es por esta razón que me atrevo a invitar a las personas, que primeramente, comiencen dirigiéndose hacia un autoconocimiento muy profundo de su ser, desde su propia identidad individual y de género, para saber cuáles son los patrones de socialización que aprendieron desde niños, los estereotipos que internalizan, los rasgos de personalidad que los identifican como personas, los roles de género que actúan en su núcleo personal, dentro de sus relaciones de noviazgo y las actitudes que muestran hacia estos roles que ejercen; así como también puedan explorar que tipo de autoestima es la que tienen si es positiva o negativa, que vean si realmente se aman así mismos para que de esta manera puedan saber si amar a otros o no y que conozcan el apego que tienen hacia sus seres queridos y por su puesto hacia su pareja; esto puede ser de gran utilidad para que de esta forma se pueda tomar una verdadera consciencia de nuestra propia realidad y si realmente nuestras relaciones interpersonales, nuestra manera de vincularnos y de actuar son saludables o patológicas, y no sólo me refiero a la codependencia, sino de cualquier otro fenómeno que pueda estar presente como son los celos, la violencia, la drogadicción, etc.

Por lo tanto, a partir de este trabajo creo necesario considerar para posteriores investigaciones, que se pongan a prueba la relación existente entre las variables, así como también la influencia que podría tener en las relaciones de pareja. Considero también, la importancia que tiene el tipo de población a estudiar, tomando en cuenta algunas otras variables como la edad, el nivel socioeconómico, el tiempo de relación en las parejas, e incluso el nivel de estudios que tengan los participantes. Se considera pertinente en caso de retomar este estudio para posteriores investigaciones, incrementar la población, no sólo en el número de participantes, sino también abarcar otro tipo de poblaciones, dado que en este

trabajo se realizó mayormente con población universitaria y personas solteras, y quizás sugerir la utilización de diferentes instrumentos en aquellas variables que no se encontraron diferencias estadísticamente significativas. Dado el impacto que se pudo mostrar en esta investigación de la identidad de género y la codependencia, así como sus limitantes, se podría sugerir que se haga un minucioso criterio para la consideración del tipo de fenómenos que se quiera estudiar para poder mejor estudios futuros.

BIBLIOGRAFÍA



BIBLIOGRAFIA

- Alonso-Arbiol, I., Shaver P.R. y Yarnoz S. (2002). Insecure attachment, gender roles, and interpersonal dependency in the Basque Country. *Journal of Personal Relationships*, Vol. 9 (4), 479-490.
- Alvarado, C. M. (2008). *Influencias en los primeros vínculos afectivos en la relación de pareja*. México: Tesis de licenciatura. Universidad Insurgentes
- Barberá, E. (1998). *Psicología del género*. España: Ariel.
- Beattie, M. (2000). *Ya no seas codependiente*. México: Grupo Patria Cultural/PROMEXA.
- Bem, S. (1973). The measurement of Psychological Androgyny. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, Vol. 42 (2) 155-162.
- Beristain, G. F. (2000). *Adicción a las Relaciones Destructivas*. Tesis de Licenciatura, Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México.
- Bosques, L. (2003). *Evaluación de la relación entre los roles de género y la sintomatología de trastorno alimentario*. Reporte de investigación. Facultad de Estudios Superiores Iztacala. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Branden, N. (1999). *Los seis pilares de la Autoestima*. México: Paidós,
- Branden, N. (2007). *El poder de la Autoestima*. México: Paidós.
- Castañeda M. (2002). *El machismo Invisible*. México: Ed. Grijalbo.
- Corominas, R. (2002). *La Pareja en conflicto (Su abordaje psicoanalítico)*. Valencia: Promolibro.
- Bartholomew, K. y Horowitz, L. (1991). Attachment Styles Among Young Adults: A Test of Four-Category Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 61 (2), 226-244.
- Bolwby, J. (1969/1998). *Apego: El apego y la pérdida Vol 1*. España: Ed. Paidós.
- Bolwby, J. (1980). *La pérdida Afectiva: Tristeza y depresión*. España: Ed. Paidós.
- Branden, N. (1999). *Los seis pilares de la Autoestima*. México: Ed. Paidós.
- Branden, N. (2007). *El poder de la Autoestima*. México: Ed. Paidós.
- Cruz, M. A. (2006). *Afrontamiento, asertividad y autoestima en parejas de bebedores problema. Una intervención Cognitivo-conductual*. Tesis de Doctorado. Facultad de Psicología. Universidad Nacional Autónoma de México.

- Díaz-Loving, R. (1999). *Antología psicosocial de la pareja*. México: Porrúa.
- Díaz- Loving, R. y Rivera, S. (2002). *La cultura del poder en la pareja*. México: Porrúa.
- Díaz-Loving, R., Rivera, S. y Sánchez, R. (2001). Rasgos instrumentales (masculinos) y expresivos (femeninos), normativos (típicos e ideales) en México. *Revista Latinoamericana de psicología*, Vol.33, (2), 131-139.
- Díaz-Loving, R. y Rocha, T. (2005). Cultura del género: La brecha ideológica entre hombres y mujeres. *Anales de psicología*, Vol.21 (1), junio, 42-49.
- Díaz-Loving, R., Rocha, T. y Rivera, S. (2007). *La instrumentalidad y la expresividad desde una perspectiva psico-socio-cultural*. México: Porrúa.
- Díaz- Loving, R. y Sánchez (2002). *Psicología del amor: una visión integral de la relación de pareja*. México: Porrúa.
- Dorantes, L.C. (2008). *Dependencia emocional*. Tesina de Licenciatura. Facultad de Psicología. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Feeney J.A y Noller P. (1990). Attachment Style as a Predictor of Adult Romantic Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.58 (2), 281-291.
- Fernández, J. (1996). *Varones y mujeres: desarrollo de la doble realidad del sexo y del género*. Madrid: Pirámides.
- Flores Palacios, F. (2001). *Psicología Social y Género (El sexo como objeto de representación social)*. México: McGraw-Hill.
- García, M. (2009). *Nivel de Autoestima en Mujeres con Drogadicción en Centros de Rehabilitación*. Tesis de Licenciatura. Escuela de Psicología. Universidad Don Vasco, A.C.
- Giraldo, O. (1972). El Machismo como fenómeno psicosociocultural. *Revista Latinoamericana de Psicología*, Vol.4 (3), 295-309.
- Jiménez, R. D (2009). *Estilos de crianza y su relación con el rendimiento académico: Análisis y propuestas de intervención*. Programa de Maestría y Doctorado en Psicología Educativa y del Desarrollo. Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México.
- Kaminsky, G. (2001). *Socialización*. México: Trillas.
- Lambert, W. y Lambert, W. (1964). *Psicología Social*. México: Hispano Americana.
- Lara, H. (2006). *¿Qué soy y qué veo en el espejo? Perspectiva de género en la educación de hombres y mujeres y su relación con el trastorno de la imagen corporal*. Reporte de investigación, Facultad de Psicología. Universidad Nacional Autónoma de México.

- Martínez, B. M. (2006). *Violencia en el noviazgo*. Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Mann, L. (1981). *Elementos de Psicología Social*. México: Limusa
- Mansilla, I. F. (2001). Codependencia y psicoterapia interpersonal. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, Vol. 21 (80), 9-35.
- Martínez Benlloch, I. y Bonilla, A. (2000). *Sistema sexo / género, identidades y construcción de la subjetividad*. Valencia: Universitat de València
- Martínez G. C. y Nuñez M.C. (2007). Entrevista de Prototipos de Apego Adulto (EPAA): Propiedades Psicométricas de su Versión en Chile. *Revista Interamericana de Psicología / Interamerican Journal of Psychology*, Vol.41 (3), 261-274.
- Matud Ma. P, Rodríguez, Marrero y Carballeira (2002). *Psicología del género: implicaciones en la vida cotidiana*. España: Biblioteca Nueva.
- May, D. (2000). *Codependencia: la dependencia controladora, la dependencia sumisa*. España: Desclée de Brouwer.
- Mellody, P., Wells, M.A y Keith M.J. (1994). *Sentirse libre es ser feliz “cómo vender las dependencias y recuperar la autoestima”*. España: Paidós.
- Mena, P. (2006). *Masculinidad, roles y estereotipos de género en la percepción de la imagen corporal en anuncios publicitarios*. Tesis de Licenciatura. Facultad de Psicología. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Mikulinger, M. y Goodman, G.S. (2006). *Dynamics of Romantic Love: Attachment, caregiving and sex*. New York: The Guilford Press.
- Montesinos R. (2004). Los Cambios de la Masculinidad como expresión de la Transición Social. *Revista El Cotidiano*, Vol.20 (126), julio-agosto.
- Montijo, J.L. (2000). *Propuestas de intervención de trabajo social para la construcción de la identidad masculina en adolescentes con un enfoque de género*. Tesis de Licenciatura. Escuela Nacional de Trabajo Social. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Mruk, Chris (1999). *Auto-Estima (Investigación, teoría y práctica)*. España: Desclée De Brouwer.
- Murrieta Sánchez, B. (2004). *Estudio comparativo en Madres Solteras y Casadas con respecto al apego, los estilos de enfrentamiento masculinidad-feminidad y bienestar subjetivo*. Tesis de Licenciatura. Facultad de Psicología. Universidad Nacional Autónoma de México.

- Navarro, C. (2009). *Identidad de Género como Factor de Riesgo en Trastornos de imagen Corporal y Conducta Alimentaria*. Tesis de Licenciatura. Facultad de Psicología. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Ojeda A. (1998). *La pareja: Apego y Amor*. Tesis de maestría. Facultad de Psicología. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Ojeda A. (2003). *Consecuencias de los Estilos de Apego en la pareja: Prediciendo la Satisfacción Marital*. Tesis de Doctorado. Facultad de Psicología. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Piña, G.C. (2007). *Autoestima y su relación con satisfacción de la funcionalidad familiar en adolescentes*. Diplomado en Medicina Familiar. Facultad de Medicina. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Polaino, A. (2004). *Familia y autoestima*. México: Ariel.
- Quiñonez M.C (2008). *La influencia de los diferentes rasgos de pareja en el desarrollo de la codependencia*. Tesis de Licenciatura. Facultad de Psicología. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Rage, A.T (1996). *La Pareja: elección, problemática y desarrollo*. México: Universidad Iberoamericana.
- Raguz M. (1995). *Construcciones sociales y psicológicas de Mujer, Hombre, Femenidad, Masculinidad y Género en diversos grupos poblacionales*. Perú: Lluvia Editores.
- Retana Franco, B. (2004). *El amor como adicción: perspectiva de los hombres y las mujeres*. Tesis de Licenciatura. Facultad de Psicología. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Rivera, S y García, M. (2005). *Aplicación de la estadística a la psicología*. México: Porrúa.
- Rocha (2000). *Roles de Género en los adolescentes mexicanos y rasgos de masculinidad-feminidad*. Tesis de licenciatura. Facultad de Psicología. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Rocha (2004). *Socialización, Cultura e Identidad de Género: El impacto de la Diferenciación entre los Sexos*. Tesis de doctorado. Facultad de Psicología. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Rodríguez, D. (2009). *Estilos de crianza y su relación con el rendimiento académico: Análisis y propuestas de intervención*. Tesis de Doctorado. Facultad de Psicología. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Rojas, J. (2006). *La familia, formación del apego y la autoestima. Investigación Revista: para conocer y transformar. Vol.1 (1), junio, 65-85.*

- Salazar Ramos, P. (2007). El papel psicológico en la prevención de la codependencia a la violencia en el noviazgo. Tesis de Licenciatura. Facultad de Estudios Superiores Iztacala. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Sánchez, R. (1995). *El amor y la cercanía en la satisfacción de pareja a través del ciclo de vida*. Tesis de Maestría. Facultad de Psicología. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Sangrador, J.L. (1993). *Consideraciones Psicosociales sobre el Amor Romántico*. Psicothema. Facultad de Psicología, Universidad Complutense de Madrid.
- Santrock, J.W (2002). *Psicología de la Educación*. México: McGraw-Hill Interamericana
- Trejo, A. (2005). *Apego, autoestima y celos en la definición de amor desesperado*. Tesis de licenciatura. Facultad de Psicología. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Yela, C. (2000). *El amor desde la Psicología Social: Ni tan libres, ni tan racionales*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Zacarías, M. (2009). *Autoestima y estilos de amor en la elección de pareja*. Tesis de Licenciatura. Facultad de Psicología. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Zarco, A. (2005). *Relación de la Codependencia, el apego, los estilos de amor y los rasgos de Masculinidad-Feminidad en Adultos*. Tesis de Licenciatura. Facultad de Psicología. Universidad Nacional Autónoma de México.

ANEXOS



FACULTAD DE PSICOLOGÍA

INTRODUCCIÓN

Este cuestionario tiene como objetivo evaluar aspectos generales sobre la salud tanto física como emocional de hombres y mujeres con la finalidad de contribuir a la mejora en la calidad de vida e interacción entre las personas⁴. **Su participación y apoyo es vital para dicha tarea.**

Le pedimos que **por favor responda todo el cuestionario**, ya que en la medida en la cual usted lo haga así, nosotros podremos **ofrecerle una retroalimentación** si es de su interés, aunado a que su contribución **fortalecerá los alcances de la presente investigación. Tome su tiempo (sólo procure responderlo en un mismo día) y recuerde entregarlo a la persona que se lo facilitó.**

Le recordamos que **la información** aquí proporcionada **es completamente anónima y confidencial** y su uso es con propósitos meramente de investigación.

¡DE ANTEMANO MUCHAS GRACIAS!

DATOS GENERALES

SEXO	ESCOLARIDAD	
Mujer <input type="checkbox"/>	Primaria ()	
	Secundaria ()	
	Técnico ()	
Hombre <input type="checkbox"/>	Preparatoria ()	
	Licenciatura ()	
EDAD	Maestría ()	
	Doctorado ()	
	Sin estudios ()	
<hr/>		
años		

¿TIENE PAREJA ACTUALMENTE?

SI

NO

Tiempo en la relación:

⁴ Para mayor información comuníquese con Paulina M. Fuentes Vázquez

email: pfworkmail2008@gmail.com

PARTE I

A continuación indique por favor con una "X" sobre la línea que mejor describa que tanto cada una de las **características en negritas** identifica como es usted. Entre más cerca uno u otro extremo, esto significa que la característica le describe por completo o en menor proporción respectivamente. Su sinceridad es muy importante.

Ejemplo 1:

Las siguientes características me describen:

<p>1. Maduro</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Mucho</p> </div>
--

La respuesta anterior implica que es una persona totalmente madura, más que el resto de la gente.

Responda con sinceridad y no deje en blanco ninguna pregunta.

<p>1. Cumplido (a)</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho</p> </div>	<p>13. Conformista</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho</p> </div>
<p>2. Arriesgado (a)</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho</p> </div>	<p>14. Idealista</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho</p> </div>
<p>3. Violento (a)</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho</p> </div>	<p>15. Cariñoso (a)</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho</p> </div>
<p>4. Mandón (a)</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho</p> </div>	<p>16. Orgullosos (a)</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho</p> </div>
<p>5. Descortés</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho</p> </div>	<p>17. Responsable</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho</p> </div>

6.Amoroso (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho	18.Ordenado (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho
7.Sensible Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho	19.Competente Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho
8.Burlón (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho	20.Tenaz Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho
9.Llorón (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho	21. Oportunista Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho
10.Dominante Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho	22.Cabal Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho
11.Manipulador (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho	23.Insistente Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho
12.Sentimental Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho	24.Patán Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho
25.Curioso (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho	37.Metiche Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho
26.Trabajador (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho	38.Mentiroso (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho

27. Atrevido (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho	39. Arrojado (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho
28. Valiente Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho	40. Ambicioso (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho
29. Problemático (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho	41. Organizado (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho
30. Terco (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho	42. Determinante (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho
31. Rudo (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho	43. Vengativo (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho
32. Tierno (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho	44. Desagradecido (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho
33. Agresivo (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho	45. Desatento (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho
34. Dulce Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho	46. Comprensivo (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho
35. Fiel Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho	47. Irreflexivo (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho

36.Tosco (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho	48.Soñador (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho
49.Cautó (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho	58.Chillón (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho
50.Cumplidor (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho	59.Miedoso (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho
51.Seguro (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho	60.Maternal Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho
52.Latoso (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho	61.Débil Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho
53.Emocional Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho	62.Ingenuo (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho
54.Chismoso (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho	63.Preocupón (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho
55.Quejumbroso (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho	64.Infantil Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho
56.Seguro (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho	65.Penoso (a) Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho

57.Sumiso (a) <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho </div>	66.Indeciso (a) <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho </div>
--	--

PARTE II

A continuación se presentan una serie de afirmaciones que hacen referencias a características que les permiten a las personas definirse a sí mismas. Lea con atención y piense si cada aspecto es importante para usted o no en términos de su propia autodescripción.

En caso de que algún aspecto lo defina, por favor indique en la columna de la derecha en qué grado lo hace. Marque con “X” en la opción que mejor represente lo que usted siente. **No deje preguntas en blanco, gracias.**

Aspectos que considero me definen a mí en particular	En qué grado me definen
1.Mi sexo biológico	Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho
2. Percibirme como una persona invulnerable	Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho
3. La importancia que doy a las relaciones afectiva	Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho
4. Buscar ganar a toda costa	Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho
5.Buscar que mi apariencia física sea congruente con mi sexo biológico	Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho
6. Mi adicción a la aventura	Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho
7. El deseo de dominar a otras personas	Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho
8. Poseer características masculinas	Poco <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mucho

9. Una búsqueda imperante de riesgos	Poco	<input type="checkbox"/>	Mucho				
10. Imponerme a los demás	Poco	<input type="checkbox"/>	Mucho				
11. Mi apariencia física	Poco	<input type="checkbox"/>	Mucho				
12. Sentir temor al fracaso	Poco	<input type="checkbox"/>	Mucho				
13. Mi capacidad para resolver problemas	Poco	<input type="checkbox"/>	Mucho				
14. Mi capacidad de cooperación con otros	Poco	<input type="checkbox"/>	Mucho				
15. Mi capacidad para cuidar de otros	Poco	<input type="checkbox"/>	Mucho				
16. Sentirme como una persona autolimitada	Poco	<input type="checkbox"/>	Mucho				
17. Permitir que otros dirijan mi vida	Poco	<input type="checkbox"/>	Mucho				
18. Sentirme limitado socialmente por mi sexo biológico	Poco	<input type="checkbox"/>	Mucho				
19. Sentirme inferior al sexo opuesto	Poco	<input type="checkbox"/>	Mucho				
20. Sentir que los demás me ven poco capaz	Poco	<input type="checkbox"/>	Mucho				
21.No respetar reglas	Poco	<input type="checkbox"/>	Mucho				
22. Poseer características femeninas	Poco	<input type="checkbox"/>	Mucho				

PARTE III

Las siguientes afirmaciones se refieren a la forma en que te sientes en todas tus relaciones emocionalmente cercanas (p.e. con parejas románticas, amigos cercanos o familiares). Responde indicando que tan de acuerdo o en desacuerdo estás con cada oración. Marca a tu izquierda el número correspondiente usando la siguiente escala:

1	2	3	4	5	6	7
Completamente en desacuerdo	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Ni acuerdo Ni desacuerdo	De acuerdo	Muy en desacuerdo	Completamente de acuerdo

Me preocupa que me rechacen o me dejen
Me siento muy a gusto teniendo amigos cercanos
Cuando la gente trata de acercarse a mí, yo me alejo
Me preocupa que los demás NO estén tan pendientes de mí como yo de ellos
Me siento incómodo (a) cuando alguien quiere acercarse emocionalmente a mí
Quiero acercarme emocionalmente a otros pero siempre me alejo
Quiero acercarme tanto a otros que termino ahuyentándolos
Me siento a gusto compartiendo mis pensamientos y sentimientos más profundos
Mi deseo de estar muy cerca emocionalmente a veces ahuyenta a los demás
Necesito asegurarme de que mis amigos realmente se preocupan por mí
Prefiero no estar muy cerca emocionalmente de otras personas
Me molesta si no logro que mis amigos se interesen en mí
Le cuento todo a mis mejores amigos
Siento que mis amigos no quieren acercarse tanto a mí como yo quisiera
Generalmente les platico a las personas más cercanas mis problemas y preocupaciones
Cuando no estoy con mis amigos me siento algo nervioso (a) e inseguro (a)
Me decepciono cuando mis amigos no están tanto conmigo como yo quisiera
Me incomoda pedirle a mis amigos consuela, consejo o ayuda
Es útil acudir a la gente cercana cuando estás en problemas

Me siento muy mal cuando los demás no están de acuerdo conmigo

Busco a gente cercana para muchas cosas, incluso para que me consuelen y tranquilicen

Me duele cuando la gente cercana a mi no pasa tiempo conmigo.

PARTE IV

A continuación se presentan una serie de afirmaciones sobre la manera en la que cotidianamente vivimos tanto en nuestra relación de pareja como en la familia. Lea con atención cada frase y coloque una "X" en la opción que **mejor represente la frecuencia con la que usted realiza los comportamientos señalados.**

	Nunca	Rara Vez	Algunas Veces	Seguido	Casi siempre	Siempre
1.Soy afectuoso (a) con mi pareja	<input type="radio"/>					
2.Yo soy quien decido a donde salimos a pasear	<input type="radio"/>					
3.Busco platicar de sus problemas para ayudarla	<input type="radio"/>					
4.Yo soy quien tiene el control de la relación	<input type="radio"/>					
5.Soy sensible a las necesidades emocionales de mi pareja	<input type="radio"/>					
6.Yo tomo las decisiones más importantes de nuestra relación	<input type="radio"/>					
7.Me es difícil externar mis emociones delante de mi pareja	<input type="radio"/>					
8.Busco satisfacer las necesidades y gustos de mi pareja antes que los míos	<input type="radio"/>					
9.Controlo las cosas que mi pareja hace	<input type="radio"/>					
10.Suelo ceder ante lo que mi pareja me pide	<input type="radio"/>					
11. Logro que mi pareja haga lo que digo.	<input type="radio"/>					
12.Le doy consejos a mi pareja cuando tiene problemas	<input type="radio"/>					

13.Me considero la parte racional de nuestra relación	<input type="radio"/>					
14.Apapacho a mi pareja cuando lo necesita	<input type="radio"/>					
15.Tengo poder económico sobre mi pareja	<input type="radio"/>					
16.Externo mis sentimientos de tristeza y preocupación cuando estoy con mi pareja	<input type="radio"/>					
17.Soy la parte emocional de mi relación de pareja	<input type="radio"/>					
18.Lloro fácilmente delante de mi pareja cuando tengo un problema	<input type="radio"/>					
19. Yo soy quien establece las reglas de nuestra relación	<input type="radio"/>					
20. Soy la parte fuerte de la relación	<input type="radio"/>					

PARTE V

A continuación se presentan una serie de afirmaciones que las personas utilizan para describir su relación de pareja. **Por favor lea cuidadosamente cada afirmación y marque con una cruz (X) la opción que más se acerque a su manera cotidiana de actuar. Recuerde que no hay respuestas buenas o malas y que su participación es totalmente anónima.**

	Totalmente desacuerdo	En Des acuerdo	NI acuerdo ni desacuerdo	De acuerdo	Totalmente De acuerdo
	1	2	3	4	5
Necesito pensar en formas de resolverle la vida a mi pareja					
Frecuentemente miento para proteger o corregir los errores de mi pareja					

Me es difícil expresar mis sentimientos por miedo a lastimar a mi pareja	1	2	3	4	5
Tengo mucho temor a que mi pareja me rechace si no la ayudo	1	2	3	4	5
Creo que uno debe "hacer el bien sin mirar a quien"	1	2	3	4	5
Me gusta saber que mi pareja no puede vivir sin mí	1	2	3	4	5
Prefiero resolver los problemas de mi pareja antes que los míos	1	2	3	4	5
Me preocupa que mi pareja me deje si no cumplo sus expectativas	1	2	3	4	5
Los sentimientos de mi pareja dependen de mí	1	2	3	4	5
A veces ignoro los problemas que tengo por estar pensando en mi pareja	1	2	3	4	5
Me gusta que mi pareja dependa de mi ayuda	1	2	3	4	5
Tengo relaciones sexuales aunque no tenga ganas, solo para complacer a mi pareja	1	2	3	4	5
Creo que lo que mi pareja quiere y necesita es más importante de lo que yo quiero y necesito	1	2	3	4	5
Tengo mucho miedo de perder a mi pareja si no hago lo que me pide	1	2	3	4	5
Siempre estoy pensando en los problemas de mi pareja	1	2	3	4	5

Disfruto ocuparme de los problemas de mi pareja	1	2	3	4	5
Para mi es importante ayudar a mi pareja	1	2	3	4	5
Pongo las necesidades de mi pareja antes que las mías	1	2	3	4	5
Me es difícil acercarme a mi pareja, por temor a que me rechace	1	2	3	4	5
Ayudo a mi pareja pues siento culpa cuando tiene algún problema	1	2	3	4	5
Invierto mucha energía en resolver los problemas de mi pareja	1	2	3	4	5
No me gusta que mi pareja sepa cómo me siento con respecto nuestra relación para no molestarla	1	2	3	4	5
Hago cosas que nunca pensé ser capaz de hacer, con tal de que mi pareja me acepte	1	2	3	4	5
Tengo mucho miedo de perder a mi pareja si no le ayudo en lo que necesita	1	2	3	4	5
Me preocupo fácilmente por cualquier cosa que tenga que ver con mi pareja, por insignificante que parezca	1	2	3	4	5
Las acciones de mi pareja dependen de mí	1	2	3	4	5
Me involucro tanto con los problemas de mi pareja, que pierdo el control de mi propia vida	1	2	3	4	5
Ignoro mis problemas para no quitarle el tiempo a mi pareja	1	2	3	4	5
Me gusta ayudar a mi pareja	1	2	3	4	5
Necesito que mi pareja apruebe lo que hago	1	2	3	4	5
Prefiero ayudar a mi pareja a que ella me ayude cuando lo necesito	1	2	3	4	5
Soy reservado a cerca de lo que me pasa, para no molestar a mi pareja	1	2	3	4	5
Me gusta pensar que mi pareja no puede resolver su vida sin mi ayuda	1	2	3	4	5
Necesito que mi pareja me ame	1	2	3	4	5
Permito que mi pareja me haga cosas que nunca pensé aceptar, solo para complacerla	1	2	3	4	5

Me cuesta trabajo decirle "no" a mi pareja	1	2	3	4	5
Permito que mi pareja me lastime por miedo a que me abandone	1	2	3	4	5
A veces prefiero creer en la mentiras que mi pareja me dice para no sentirme tan mal	1	2	3	4	5
Siento lástima cuando mi pareja tiene algún problema	1	2	3	4	5
Digo lo que mi pareja quiere escuchar	1	2	3	4	5
Utilizo toda mi energía en mi pareja y en sus problemas	1	2	3	4	5
Suelo no expresar abiertamente mis pensamientos para no molestar a mi pareja	1	2	3	4	5
Yo estaré feliz en la medida en que mi pareja me acepte	1	2	3	4	5
Mi pareja depende de mí, pues es muy débil	1	2	3	4	5

PARTE VI

A continuación se presentan una serie de afirmaciones sobre los hombres y las mujeres, marque con una (X) en el espacio que mejor refleje su opinión sobre estas frases. **Por favor responde en función de lo que usted piensa.**

	Me gusta mucho	Mu gusta	Me es indiferente	Me disgusta	Me disgusta mucho
1. Que el sexo opuesto tenga un mejor ingreso económico y me mantenga	<input type="radio"/>				
2. Que una mujer tome la iniciativa para cortejar a alguien	<input type="radio"/>				
3. Que la mujer aporte dinero para el gasto familiar	<input type="radio"/>				
4. Que el hombre colabore con el quehacer del hogar	<input type="radio"/>				
5. Que el hombre conviva y juegue con los hijos	<input type="radio"/>				
6. Que la mujer tenga igual libertad que el hombre	<input type="radio"/>				
7. Que la mujer se supere personal y profesionalmente	<input type="radio"/>				
8. Que el hombre externe sus emociones igual que una mujer	<input type="radio"/>				

9. Que el hombre participe en el cuidado de los hijos	<input type="radio"/>				
10. Que la mujer se desarrolle fuera del ámbito hogareño	<input type="radio"/>				
11. Que la mujer tenga oportunidades laborales similares a los hombres	<input type="radio"/>				
12. Que el hombre se encargue del cuidado de los hijos	<input type="radio"/>				
13. Que la mujer sea autosuficiente	<input type="radio"/>				
14. Que la mujer participe en la toma de decisiones	<input type="radio"/>				
15. Que los hombres y las mujeres desempeñen las mismas tareas	<input type="radio"/>				
16. Que los hombres y mujeres tengan las mismas responsabilidades	<input type="radio"/>				

PARTE VII

A continuación se presenta una serie de afirmaciones sobre los hombres y las mujeres, por favor marca una "X" en el espacio que mejor refleje tu opinión sobre estas frases. **Por favor responde en función de lo que tú CREES.**

YO CREO QUE	Totalmente de acuerdo	Acuerdo	Ni si ni no	Desacuerdo	Total- mente en desacuerdo
1. Un hombre es más inteligente que una mujer					
2. Una mujer se realiza plenamente hasta que se convierte en madre					
3. Los hijos obedecen más cuando es el padre y no la madre quien los regaña					
4. Una madre es más cariñosa que un padre					
5. Emocionalmente la mujer posee mayor fortaleza que un hombre					
6. Un hombre es más agresivo que una mujer					
7. Aunque las mujeres trabajen fuera del hogar, es el hombre quien tiene que hacerse responsable del sostén de la familia					
8. Las mujeres no pueden desempeñar las					

mismas actividades que los hombres					
9. Un hombre es más racional que una mujer					
10. Es mejor ser hombre que ser mujer					
11. La mujer tiene por naturaleza mayor capacidad para cuidar a los enfermos					
12. Un verdadero hombre no muestra sus debilidades y sentimientos					
13. Un hombre a diferencia de la mujer necesita de varias parejas sexuales					
14. Una buena esposa debe dedicarse exclusivamente a su hogar y a su marido					
15. La mujer tiene habilidades innatas para el quehacer doméstico					
16. El eje de una familia es indudablemente el padre					
17. Una familia funciona mejor si es el hombre quien establece las reglas del hogar					
18. Un buen esposo es el que provee económicamente a su familia					
19. Un hombre es infiel por naturaleza					
20. El hombre es superior a la mujer					

PARTE VIII

Este cuestionario fue diseñado para medir cómo se siente sobre usted mismo (a). Por favor conteste cada pregunta con la mayor precisión y cuidado posible, **escogiendo el número** que concuerde con su respuesta a la pregunta y escribiéndolo sobre el espacio en blanco a la izquierda de cada pregunta:

Nunca **(1)** Rara Vez **(2)** Algunas Veces **(3)** De vez en cuando **(4)**

Buena parte del tiempo **(5)** La mayor parte del tiempo **(6)** Siempre **(7)**

-
- 1.- Siento que no le agradaría a las personas si me conocieran como realmente soy
 - 2.- Siento que otros hacen mejor las cosas que yo
 - 3.- Siento que no soy una persona atractivo (a)
 - 4.- Me siento confiado (a) con mi habilidad para tratar con las otras personas
 - 5.- Siento que estoy predispuesto (a) a fallar en las cosas que hago
 - 6.- Siento que a la gente realmente le gusta hablar conmigo
 - 7.- Siento que soy una persona competente
 - 8.- Cuando estoy con alguien más siento que está a gusto conmigo
 - 9.- Siento que dejo una buena impresión en los demás
 - 10.- Me siento confiado (a) en que puedo iniciar nuevas relaciones si quiero
 - 11.- Siento que estoy feo (a)
 - 12.- Siento que soy una persona aburrida
 - 13.- Me siento muy nerviosa (a) si estoy con extraños
 - 14.- Me siento confiado (a) en mi habilidad de aprender nuevas cosas
 - 15.- Me siento bien conmigo mismo (a)
 - 16.- Me avergüenzo de mi mismo (a)
 - 17.- Me siento inferior que otras personas
 - 18.- Siento que mis amigos me consideran una persona interesante
 - 19.- Siento que tengo un buen sentido del humor
 - 20.- Me siento enojado (a) conmigo por como soy
 - 21.- Me siento relajado (a) conociendo nueva gente
 - 22.- Siento que otras personas son más inteligentes que yo
 - 23.- No me gusta como soy
 - 24.- Me siento confiado (a) con mi habilidad de solucionar situaciones difíciles
-

