
**Rasgos y características asociados a los factores de dependencia emocional hacia la pareja
en las adolescentes**

Maura Peralta Mendoza

Edith Arroyo Martínez

Corporación Universitaria Del Caribe – CECAR

Facultad De Humanidades Y Educación

Programa De Trabajo Social

Sincelejo – Sucre

2017

**Rasgos y características asociados a los factores de dependencia emocional hacia la
pareja en las adolescentes**

Maura Peralta Mendoza

Edith Arroyo Martínez

Trabajo de grado presentado como requisito para optar al título de trabajadora social

Asesor:

Elsie Tamara Arrazola

Trabajadora Social-magíster en Educación

Corporación Universitaria Del Caribe – CECAR

Facultad De Humanidades Y Educación

Programa De Trabajo Social

Sincelejo – Sucre

2017

Nota de Aceptación

3.9 - Aprobado



Director

Bianca Santiz Gamarra

Evaluador 1



Evaluador 2

Sincelejo, Sucre, 26 de Julio de 2017

Dedicatoria

El presente trabajo de grado va dedicado primeramente a Dios, por regalarnos el entendimiento y sabiduría necesaria para culminar nuestra carrera. A nuestras familias por ser pilar fundamental brindándonos su apoyo y sus consejos durante nuestro proceso de formación para ser mejores personas a nivel personal y profesional, a nuestra asesora Elsie Elvira Tamara Arrazola, que sin su ayuda y conocimientos no hubiese sido posible llevar a cabo este proyecto. A la institución Policarpa Salavarrieta por permitirnos y facilitarnos el espacio y la información necesaria para el desarrollo investigativo. Y por último a todos aquellos amigos (a), compañeros y docentes que de una u otra manera hicieron parte de este proceso.

Agradecimientos

Agradecemos a Dios, por habernos dado la vida y permitirnos llegar a este momento tan importante en nuestra formación profesional.

A mis madres Karina Peralta y María Mendoza, han dado razón a mi vida, por su paciencia, sus consejos y su apoyo incondicional, porque incluso desde antes de nacer y aunque han pasado muchos años desde ese momento siempre han buscado los medios para ofrecerme lo mejor. La ayuda que me han brindado ha formado bases de gran importancia y hoy son aportes invaluable que servirán para toda mi vida, son la razón que me levanta cada día a esforzarme por el presente y el mañana, son mi mayor motivación.

A mi novio Juan Jiménez Gil, gracias por la ayuda que me ha brindado, la cual ha sido de gran importancia para mí, estuviste a mi lado incluso en los momentos más difíciles y tormentosos siempre apoyándome. No fue sencillo culminar este proyecto sin embargo siempre me animaste y motivaste a lograrlo, muchas gracias amor.

Maura Peralta Mendoza

Agradezco a mis padres Didier Arroyo y Clara Martínez por haberme forjado a ser la persona que soy en día, por brindarme su apoyo incondicional en lo moral y económico para poder culminar con éxito mi carrera, a mis demás familiares por apoyarme y brindarme sus consejos para ser una persona integral.

A mi esposo Osneider Álvarez por motivarme siempre a cumplir mis objetivos a pesar de los obstáculos que se me presentaron, por estar siempre a mi lado apoyándome a lo largo de mi formación profesional, hemos pasado muchas situaciones difíciles pero siempre me ayudaste a tener la mejor disposición para enfrentarlas, gracias mi amor.

Edith Arroyo Martínez

Tabla de contenido

Resumen	7
Abstrac.....	8
Introduccion.....	9
1. I Capitulo	14
1.1. Antecedentes.....	14
1.2. Marco teorico.....	17
2. II Capitulo.....	30
2.1. Metodología.....	30
3. III Capitulo	32
3.1. Discusion de los resultados	32
3.2. Características asociadas a los factores de dependencia emocional en las madres de las adolescentes.....	34
3.3 Rasgos y características sobre la expresión afectiva, modificación de planes y aprobación social hacia la pareja presentes en las adolescentes.	41
3.4 Rasgos y características sobre autoestima dependiente y sumisión hacia la pareja presente en las adolescentes..	45
4. IV Capitulo	47
4.1. Conclusiones.....	47
4.2. Recomendaciones.....	49
5. Referencias Bibliográficas	50
6. Anexos.....	52

Resumen

La dependencia emocional en las mujeres está presente en todos los sectores socioeconómicos, sin embargo en las familias de bajos recursos se sienten con más fuerza su impacto, debido a que no tienen los medios suficientes, que les permitan superar las secuelas de este fenómeno.

La presente investigación analiza los rasgos y sobre la dependencia emocional hacia la pareja de 70 adolescentes con edades entre los 15 y 18 años pertenecientes a la Institución Educativa Policarpa Salavarrieta con madres dependientes o no hacia su pareja. Dicha investigación es de gran importancia ya que aporta la oportunidad de poner en práctica y producir nuevos conocimientos durante el proceso de formación profesional.

Para el abordaje metodológico se realizó un estudio transversal descriptivo de enfoque cualitativo, pues se busca recolectar, analizar y relacionar datos cuantitativos y cualitativos en un mismo estudio para responder al planteamiento del problema, es decir se buscara especificar propiedades, características y rasgos importantes de la dependencia emocional en las adolescentes a estudiar. (Hernández, Fernández y Baptista, 2003)

Palabras clave: Dependencia emocional, madres dependientes, adolescentes, pensamiento y creencias.

Abstract

Emotional dependence in women is present in all socioeconomic sectors, but in low-income families they feel their impact more strongly because they do not have the means to overcome the consequences of this phenomenon.

This research analyzes the traits and emotional dependence on the couple of 70 adolescents aged between 15 and 18 belonging to the Policarpa Salavarrieta Educational Institution with dependent or nondependent mothers. This research is of great importance as it provides the opportunity to put into practice and produce new knowledge during the process of vocational training.

For the methodological approach, a cross - sectional descriptive study of a qualitative approach was carried out, since it is sought to collect, analyze and relate quantitative and qualitative data in the same study to answer the problem 's approach, ie to seek to specify properties, characteristics and important traits of the Emotional dependence on adolescent girls to study. (Hernández, Fernández and Baptista, 2003).

Keywords: Emotional dependence, dependent mothers, adolescents, thinking and beliefs.

Introducción

La investigación “Rasgos y características asociados a los factores de dependencia emocional hacia la pareja en las adolescentes”; trata un tema muy común de las sociedades actuales y es un referente a cerca de las diferentes problemáticas que se presentan en nuestras comunidades, pero con relación a la vida en familia; es trascendental el apego emocional que tienen algunas mujeres a su compañero sentimental y peor aún en muchos casos les reflejan este comportamiento a sus hijas(os) lo que incide negativamente en la formación de estas, pues ellas, al observar estas conductas en sus madres, muchas veces se les hace normal y siguen el modelo de sus madres; es por ello que se indagó si existe asociación entre lo que vivencia la adolescente y lo que piensa al respecto de la dependencia emocional.

“Las relaciones de pareja en algunos casos son demasiado complicadas, de lo que cabe detallar que sin darse cuenta se presencian diferentes niveles de dependencia teniendo en cuenta que se percibe a la pareja como un todo. Este problema es un ciclo que se va repitiendo constantemente debido a que este tipo de relaciones son difíciles de deshacer porque ambos están acostumbrados a llevar los roles que tienen en su relación” (Castelló, 2000).

La dependencia emocional en las mujeres está presente en todos los sectores socioeconómicos, pero cabe decir que en las familias de menos recursos económicos se siente con más fuerza su impacto, debido a que no tienen los medios suficientes, que les permitan superar las causas y secuelas de este fenómeno.

“La libertad y el respeto a uno mismo se basa en la aceptación y seguridad que se tenga ante la vida, esta actitud se construye día a día, con uno mismo, con la pareja y con los demás, pero se convierte en problema cuando el individuo a lo largo de la historia de su vida ha tenido carencias afectivas, que lo han hecho sentir menos que los demás, a no confiar en sí mismo, en fin a tener una baja autoestima, pues sin darse cuenta se convierten en personas dependientes de

sus parejas teniendo en cuenta que la única manera de sentirse bien, según ellos, es dependiendo de otra persona la cual es percibida como complemento de sí mismo” (Branden, 1989).

Las adolescentes de la Institución Educativa Policarpa no son ajenas a este flagelo, ya que, en muchos hogares se evidencia que las madres son dependientes de sus parejas lo cual le transmiten a diario a sus hijas; por lo que se hizo necesario iniciar un proceso de investigación el cual tiene como objetivo principal determinar los rasgos y características asociados a los factores de dependencia emocional hacia la pareja en las adolescentes entre los 15 y 18 años de la institución Educativa Policarpa Salavarieta, teniendo en cuenta que se busca mejorar y prevenir esta problemática en la población de adolescentes anteriormente mencionada.

Así mismo, esta relación de modelado afecta las relaciones sociales y afectivas de las hijas, teniendo en cuenta que ellas consideran que es una conducta adecuada y por tal razón a corto, mediano y largo plazo ellas reflejarán esas conductas aprendidas de sus madres con sus futuras parejas, generando una relación dependiente y consecuencias desfavorables para su vida en sociedad.

De esta problemática nació de la necesidad de identificar y analizar los rasgos y características asociados a la dependencia emocional; dando cuenta de la relación existente entre lo experimentado u observado por la adolescente y sus creencias, por tanto se quiere indagar los pensamientos de una adolescente con madre dependiente emocionalmente de su pareja y de una con madre no dependiente emocionalmente de su pareja.

Por lo anterior, se consideró significativo realizar una investigación acerca de los rasgos y características asociados a los factores de dependencia emocional hacia la pareja en las adolescentes entre los 15 y 18 años pertenecientes a los grados noveno, décimo y undécimo de la Institución Educativa Policarpa Salavarieta, ya que se pudo evidenciar que un grupo de madres presentan características asociadas a la dependencia emocional lo cual genera consecuencias en los comportamientos de las adolescentes, pues las conductas observadas las

considerarían correctas y por tal razón estas conductas serían imitadas con la concepción de que están actuando de manera adecuada frente a determinadas situaciones en sus relaciones de pareja y sociales, teniendo en cuenta que esta problemática reviste un factor fundamental en la vida de todos los seres humanos y especialmente aquellos que se encuentran en proceso de aprendizaje.

De igual forma, esta investigación fue de suma relevancia puesto que permitirá generar futuros proyectos y es un referente para posibles intervenciones, ya que aporta datos reales de las familias de las adolescentes que presentan o no rasgos y características asociados a los factores de dependencia emocional; la realización de este proyecto de investigación fue de gran importancia en tres aspectos fundamentales, pues genero aportes muy significativos para nosotros como estudiantes y a población investigada. A nosotros como estudiantes nos aportó la oportunidad de poner en práctica y producir nuevos conocimientos durante el proceso de formación profesional; a la población de estudiantes de la Institución Policarpa Salavarrieta con edades de 15 y 18 años, les permitió identificar los factores que influyen en la dependencia emocional y así estas sean multiplicadoras de los conocimientos aprendidos.

En este proceso la investigación busco dar respuesta a la siguiente pregunta de investigación:

¿Cuál son los rasgos y las características asociadas a los factores de dependencia emocional hacia la pareja presentes en las adolescentes de los grados noveno, décimo y undécimo de la Institución Educativa Policarpa Salavarrieta cuyas madres son dependientes o no hacia su cónyuge?

En relación con la anterior pregunta el Objetivo General de esta investigación es Analizar los rasgos y características asociados a los factores de dependencia emocional hacia la pareja en las adolescentes con edades entre los 15 y 18 años pertenecientes a los grados noveno, décimo y undécimo de la Institución Educativa Policarpa Salavarrieta con madres dependientes o no hacia su pareja, del cual se desglosan los siguientes Objetivos Específicos:

- ✚ Identificar en las madres de las adolescentes presencia o no de factores de dependencia emocional y sus características.
- ✚ Identificar los rasgos y características sobre la expresión afectiva, modificación de planes y aprobación social hacia la pareja.
- ✚ Examinar los rasgos y características sobre autoestima dependiente y sumisión hacia la pareja.

Para alcanzar los objetivos se tomaron como eje fundamental la aplicación de dos instrumentos que fueron interpretados por factores que permiten detectar los comportamientos dependientes de las madres y los rasgos y características dependientes de las adolescentes que participaron en este estudio.

El instrumento aplicado se caracterizó por presentar situaciones cotidianas en las relaciones de pareja desde una perspectiva de casos de conductas que son típicas, es decir, conductas que son sanas para que ellas emitieran un concepto que evaluara tal situación.

Después de analizar los factores que definen las características de una persona dependiente se interpretaron los resultados de la investigación teniendo en cuenta los objetivos planteados.

Se realizó la estructura de los resultados dando a conocer los resultados del primer objetivo de la investigación, siendo el formulado para indagar la información de las madres. Posteriormente se analizaron cada uno de los ítems del instrumento aplicado a las adolescentes y así se analizó de manera panorámica la interpretación de los rasgos y las características asociados a los factores de dependencia emocional de las adolescentes participantes en la investigación.

Los resultados arrojaron que la mayoría de las madres no se verían afectadas ni les causa ansiedad el hecho de llegarse a separar de su pareja, por otra parte un porcentaje estimado de

madres sienten la necesidad de recibir por parte de su pareja expresiones afectivas, asimismo otra mayor parte de las madres encuestadas no modificarían sus planes por lo de su pareja, sin embargo una cantidad considerable dice temerle a la soledad, se halló que el mayor porcentaje de mujeres no realizan acciones ni manifiestan expresiones impulsivas de autoagresión hacia su pareja, por ultimo un gran porcentaje de madres no se interesa por buscar atención por parte de su pareja.

El informe final se organiza por capítulos así: en el primero se organiza el estado del arte y el marco teórico; en el segundo se establece la metodología; en el tercer capítulo se describen e interpretan los resultados y por último en el capítulo cuarto se dan a conocer las conclusiones y recomendaciones.

1. Capítulo I

Estado del Arte y Marco Teórico

1.1 Antecedentes

En la construcción de esta investigación se indagó a cerca de las investigaciones que se han realizado con respecto a la dependencia emocional, por ello se han estimado trabajos relacionados que han contribuido en el avance de una adecuada información, las siguientes investigaciones lograrán contribuir a esta investigación y servirán de apoyo para desvirtuar o afianzar las temáticas tratadas.

En primer lugar se encuentra la investigación hecha por Jaller y Lemos (2007) las cuales buscaron “Identificar los esquemas desadaptativos tempranos presentes en estudiantes universitarios con dependencia emocional hacia su pareja”. La investigación realizada es de tipo descriptivo en la que se tomó una muestra aleatoria de 569 estudiantes de una universidad de Medellín, aplicándoles el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) construido y validado por Lemos y Londoño (2006).

“Los estudiantes evaluados obtuvieron puntuaciones entre un mínimo de 23 y un máximo de 138 puntos en la prueba de dependencia emocional, con una media de 58.03 (21.40) puntos. Esto indica que ésta se presenta en el 24.6 (140) de los estudiantes evaluados. De la población con dependencia emocional, el 74.8 era mujer y el 25.2 era hombre. No se encontró relación significativa entre la dependencia emocional y el género ($p = 0.060$)” Lemos y Londoño (2006).

Otra investigación importante para nutrir el proceso en curso, es la puesta en práctica por Gonzales, Díaz, Lemos, Jaller y De la Ossa (2010), las cuales realizaron un proyecto que tuvo como objetivo la identificación del perfil cognitivo de los estudiantes universitarios con dependencia emocional, en la cual el tipo de investigación utilizada es descriptivo con una

muestra aleatoria estratificada de 569 estudiantes universitarios, integrado por el esquema de desconfianza/abuso.

Por su parte, Agudelo y Gómez (2010) quienes realizaron una investigación en la cual su objetivo principal era “Identificar la asociación entre los estilos parentales y el nivel de dependencia afectiva en la adolescencia, en 36 adolescentes bogotanos, de 15 a 17 años (mujeres 18, hombres 18) de estratos 2, 3 Y 4. Utilizaron un tipo de investigación cuantitativo descriptivo correlacional, con diseño transversal; los instrumentos utilizados fueron la escala de estilos parentales y el cuestionario de dependencia emocional”. En los resultados se observa una predisposición relevante en varios de los estilos parentales como el estilo rígido, estilo indulgente e inductivo en relación con los padres y las madres; se proponen ajustes pertinentes para próximas investigaciones.

Otra investigación de mucha importancia para este estudio es la realizada por Pérez (2011), “La cual tuvo como objetivo fundamental descubrir los efectos de la dependencia emocional en la autoestima de mujeres en relación de pareja. El problema identificado es la desvalorización y dependencia emocional de mujeres maltratadas sistemática y existencialmente por sus parejas”.

“Utilizaron un tipo de investigación correlacional cuantitativa, no experimental, donde evaluaron los niveles de dependencia emocional, autoestima y afectación de factores de autoestima, a un grupo de 24 mujeres con aquellas características, con test acorde a los métodos deductivo, estadístico y clínico, después de haberlas entrevistado y encuestado con fines diagnósticos. Se probó la hipótesis de forma muy significativa. Se recomienda aplicar terapia psicológica, a fin de crear asertividad y mecanismos de defensa para que concienticen que es una alteración afectiva y un problema social” Pérez (2011).

La investigación que sigue a continuación es una de las relevantes para esta investigación debido a que ésta es la encargada de construir el instrumento por el cual se localiza la población

objeto de estudio de esta exploración. Fue orientada bajo la dirección de Lemos y Londoño (2006), tuvieron como propósito principal en su investigación “construir y validar un instrumento para evaluar dependencia emocional”.

“La muestra estuvo conformada por 815 participantes del Área Metropolitana de Medellín (Colombia), 506 (62.1) mujeres y 309 (37.9) hombres, con edades entre los 16 y los 55 años. De los 66 ítems iniciales que contenía la prueba, fueron excluidos a través del análisis factorial 43 de ellos por no cumplir con los criterios para la selección” Lemos y Londoño (2006)

Otro importante aporte a esta investigación es el estudio realizado por el “Grupo de Investigación Contexto y Crisis de la Facultad de Psicología de la Universidad de la Sabana (estilos de apego parentales y dependencia emocional en las relaciones románticas de los adolescentes). El cual tuvo como objetivo principal determinar las relaciones entre el estilo de apego con los padres y la dependencia emocional en adolescentes que tienen una relación romántica. La muestra estuvo conformada por 51 adolescentes de una institución educativa de la localidad de Ciudad Bolívar con edades comprendidas entre los 15 y 19 años de edad. Los instrumentos utilizados fueron el cuestionario de datos demográficos, el inventario de apegos con padres y pares” (IPPA Armsden y Greenberg, 1987).

“Los resultados obtenidos fueron los siguientes: de los tres diferentes estilos de apego con el padre, el 66,7 de la población presenta un apego ambivalente; el 27,3 un apego seguro, y el 6,1 un apego evitativo; en cuanto a la variable de dependencia emocional, se encontró que los factores se mantienen en un nivel medio tanto en padre como en madre, así mismo, se encontró que existe una alta tendencia al cuidado a la relación en padre y madre” (IPPA Armsden y Greenberg, 1987).

A partir de la revisión de estos grandes trabajos, es importante destacar que las vinculaciones de estas investigaciones coinciden en que la dependencia se puede relacionar con la necesidad de apego por un patrón recesivo de necesidades insatisfechas, las cuales buscan

cubrirse en determinados momentos, así mismo, las investigaciones dan a conocer que las mujeres son las más propensas a padecer la dependencia afectiva. Se puede evidenciar que las investigaciones mencionadas anteriormente en su mayoría son de tipo descriptivo, las cuales fueron encaminadas a la búsqueda de una información acerca de la dependencia emocional.

Por otra parte, se puede decir que una semejanza que se encuentra en estas investigaciones y que está ligada a esta investigación, es la utilización del instrumento construido y validado por Lemas y Londoño, el cual se toma como punto de partida en varias de esas investigaciones para la recolección de información, y se puede decir que el promedio de edades de estos estudios es de 15 a 19 años de edad.

1.2 Marco Teórico

“El saber cómo es el mundo, que cosas hay en él, como se comportan, no es algo accidental ni un complemento en la vida humana. El hombre necesita saber para orientarse, situarse en el mundo y acomodar el mundo a sus necesidades. No se puede vivir sin convicciones, sin interpretaciones del mundo”, por esta razón es importante tener claro que el pensamiento es la base en la que se asienta el aprendizaje y las creencias son las formas más profundas y elementales de inclusión de las diversas realidades en la vida (Piaget, 1968, citado por Alonso, 1997).

Aproximaciones teóricas de creencias y pensamientos

Se inscribe el pensamiento en una relación entre lo que ya sabemos, nuestra memoria y lo que percibimos. Con esta trilogía se da significado a las cosas, creamos, inferimos más allá de lo que se nos viene dado y eso es el producto (Dewey, 1969).

Según Ellis (1992), las emociones, el pensamiento y las creencias se influyen mutuamente, volviéndose coherentes para la persona. Es decir, si por educación hemos adquirido ciertas creencias, lo habitual es que pensemos sobre ellas que son adecuadas

(pensamientos) y nos sentimos bien (o, al menos, no nos sentimos mal) llevándolas a cabo (emociones). Ellis cree que buena parte de los problemas psicológicos se deben a patrones de pensamientos irracionales, centrandó su teoría en que "las personas no se alteran por los hechos, sino por lo que piensan acerca de los hechos".

Pensamientos y creencias irracionales según la teoría de Ellis

Dado que hay una cadena entre pensamientos, emociones y creencias, Ellis propone modificar en primer lugar los pensamientos, y luego estos provocan cambios en los otros dos componentes. Para ello, "Identificó las llamadas ideas irracionales más frecuentes, como lo son:

~ Es una necesidad extrema, para el ser humano adulto, el ser amado y aprobado por cada persona significativa de su entorno.

~ Para considerarme a mí mismo/a como una persona válida debo ser muy competente, suficiente y capaz de lograr cualquier cosa que me proponga.

~ Las personas que no actúan como deberían son malvadas, y deberían ser castigadas por su maldad.

~ Es terrible que las cosas no funcionen como a uno/a le gustaría.

~ La desgracia y el malestar humano están provocados por las circunstancias externas, y la gente no tiene capacidad para controlar sus emociones.

~ Si algo es (o puede ser) peligroso, debo sentirme terriblemente inquieto/a por ello y debo pensar constantemente en la posibilidad de que ocurra, para estar preparado/a.

~ Es más fácil evitar responsabilidades y dificultades de la vida que hacerles frente. Así viviré más tranquilo/a.

- ~ Debo depender de los demás y necesito a alguien más fuerte que yo en quien confiar.
- ~ Lo que me ocurrió en el pasado seguirá afectándome siempre.
- ~ Debemos sentirnos muy preocupados por los problemas y perturbaciones de los demás.
- ~ Existe una solución perfecta para cada problema, y debemos hallarla siempre.

La razón por la que se considera que estas ideas son irracionales y lo que las diferencia de las ideas racionales es que las irracionales son absolutas (dogmáticas) por naturaleza; se expresa en términos de "tengo que", "debería", "estoy obligado a" y de forma categórica (todo o nada, blanco o negro) y, además, las ideas irracionales provocan emociones que interfieren en la persecución y obtención de metas" (Ellis, 1992).

Para fundamentar la investigación con teorías cognitivas es importante citar a Beck (1990) como una de las sustentaciones para contribuir en este desarrollo investigativo.

Pensamientos y creencias según la teoría cognitiva de Beck

Según la Teoría Cognitiva de Beck (1990), existe una clara relación entre los pensamientos de la persona (lo que se dice a sí misma sobre las situaciones que vive, sobre los demás, sobre la vida, sobre sí misma y sobre los problemas que presenta), y las creencias y los sentimientos que experimenta. A su vez, esta reacción emocional influirá en la reacción comportamental de la persona ante esa situación, ante la conducta de otro, o ante los síntomas que experimenta, según el caso. Cuando las emociones son muy negativas e intensas, nuestro comportamiento se ve entorpecido o se vuelve desadaptativo, de modo que los problemas se mantienen o empeoran.

Realmente lo que ocurre, desde esta teoría, es que no son las situaciones en sí las que producen malestar (o la gran intensidad del malestar) directamente, sino las interpretaciones

personales que hacemos de ellas. Esto implica que, muchas veces, al no poder ser objetivos en una situación, podemos distorsionar la información de la que disponemos en un momento dado, o sacar conclusiones negativas sin información suficiente o incluso ignorando otra información disponible más realista y constructiva.

Cuando esto ocurre, dice Beck, cometemos errores en la interpretación o errores de razonamiento.

En ocasiones es muy común que las conductas aprendidas de los mayores sin tener el pleno conocimiento, se consideren adecuadas, lo que ocasiona que sin tener mayor orientación se aprenda e imiten pensamientos poco adecuados; debido a que la información que se está adquiriendo juega un papel determinante en las conductas de las niñas.

Dependencia emocional, pensamientos y creencias

El interés por el amor y sus implicaciones evidencia la marcada relevancia que ha tenido a través de la historia; ahora bien, las definiciones de aquello que se conoce como dependencia emocional o afectiva son tan variadas y ambiguas como el concepto mismo de amor. Para autores como Echeburua y Del Corral (1999) la dependencia emocional es un trastorno de la personalidad caracterizado por un patrón crónico y estable a lo largo de la vida con síntomas variados como depresión reactiva, trastornos obsesivos o síndromes desadaptativos pues carece de asertividad, tiene serias dificultades en la toma de decisiones, es carente de empatía, egoísta y por lo general confunde el cariño con la sumisión.

La dependencia emocional se define como un patrón persistente de necesidades emocionales insatisfechas que se intenta cubrir de manera desadaptativa con otras personas. Este patrón de necesidades incluye creencias y pensamientos acerca de la visión de sí mismo y de la relación con otros, señala como componentes el temor a la pérdida de la figura vinculada, la búsqueda de proximidad, se evidencia en el dependiente una protesta por la separación, así

mismo, una autoestima deficiente, un sentimiento continuo de soledad, una insaciable necesidad de afecto, además de las relaciones de sumisión que llevan a cabo, por lo cual se genera un comportamiento autodestructivo (Castelló 2000).

De igual manera, la dependencia emocional podría considerarse desde tres niveles categoriales basados en su naturaleza psicopatológica, así:

Sirvent (2004) la considera como un comportamiento desadaptativo contingente a una interrelación afectivo-dependiente. Otra perspectiva sería la propuesta por Staton Peele (1975), aquella adicción en la que la ingesta de una droga es reemplazada por una relación romántica o de pareja, y por último, la concepción aportada por Sangrador (1998) la cual describe la dependencia emocional como una necesidad patológica del otro y se explicaría por la inmadurez afectiva del individuo añadida a su satisfacción egocéntrica.

Por su parte, Cubas, Espinoza, Galli y Terrones (2004) le definen como un trastorno adictivo, en el que el objeto que provoca la adicción es la relación de pareja.

De esta forma, la persona asume comportamientos dirigidos a evitar algunos eventos privados valorados de forma negativa y así, termina siendo controlado por su necesidad del otro y por las sensaciones, pensamientos y emociones asociadas a estímulos específicos o contextos, que anticipen una amenaza para la relación o predigan la posible pérdida del ser amado.

Dentro de los factores causales de la dependencia emocional se resaltan las carencias afectivas tempranas, de acuerdo con (Millon y Davis, 1998) y diferentes corrientes psicológicas, las experiencias tempranas juegan un papel trascendental en la constitución psicobiológica del individuo; con el paso de los años, las experiencias posteriores se asimilarán fundamentándose en las iniciales, y a su vez el sujeto se acomodará adaptativamente a dicha información reciente.

Estas primeras experiencias afectivas se cree que fueron frustrantes, insatisfactorias, frías, menospreciadoras, se encuentran profundas necesidades emocionales que no dudan en

exteriorizar. Consecuentemente, estas primeras experiencias han ido creando esquemas cognitivos y emocionales como el pobre autoconcepto, búsqueda de las necesidades insatisfechas, la sumisión como estrategia -coherente con la baja autoestima para evitar el abandono-, la idea de amor como apego posesivo y admiración en lugar de como un intercambio recíproco de afecto (Castelló 2005).

Por los planteamientos anteriores, un factor relevante a tener en cuenta en la autoestima, entendida como la imagen que se tiene de sí mismo y que se forma en edades tempranas, se considera que ésta interviene en el grado de independencia o dependencia que se tiene en las relaciones interpersonales que se establecen, esto puede estar asociado con la niñez, las pautas de crianza utilizadas por los padres hayan estado relacionadas con el estilo educativo rígido frente a la resolución de conflictos de carácter externo (García y Sánchez, 2005).

No se puede desconocer entonces que la familia juega un papel primordial en la influencia de los pensamientos y comportamiento en el desarrollo de las relaciones afectivas, debido que es allí donde los niños adquieren una serie de habilidades, las cuales de manera positiva o negativa influye en las relaciones con su familia inmediata y posteriormente con su grupo de pares.

De igual manera, “las creencias constituyen la base de nuestra vida, el terreno sobre el que acontece. Porque ellas nos ponen delante lo que para nosotros es la realidad misma. Toda nuestra conducta, incluso la intelectual, depende de cuál sea el sistema de nuestras creencias auténticas”. “En cambio, los pensamientos que tenemos sobre las cosas, sean originales o recibidos, no poseen en nuestra vida valor de realidad. Actúan en ella precisamente como pensamientos nuestros y sólo como tales”. (Ortega y Gasset, 1938).

Como se mencionó previamente, la dependencia emocional, los pensamientos y creencias pueden describirse a partir de comportamientos emitidos por una persona que afectan directamente las relaciones interpersonales y de pareja (Castelló, 2005).

Por lo tanto, si somos capaces de cambiar nuestros esquemas mentales, es decir, nuestros patrones de pensamiento y creencias, seremos capaces de generar estados emocionales menos dolorosos, más positivos y acordes con la realidad.

Influencia de la dependencia emocional de la madre en los pensamientos y creencias de las niñas

En los estereotipos familiares se puede conocer que las madres son las encargadas de la gran parte de la crianza de las niñas, lo que genera en forma bastante pronunciada la identificación de los pensamientos y conductas de las madres, es ahí donde se van creando vínculos, sobre los pensamientos y creencias entre madres e hijas y esto juega un papel importante en la dependencia emocional, en la medida que las niñas imitan conductas que se creen correctas sin tener conciencia de estos pensamientos (Sánchez, 2005).

Por medio de la teoría social cognitiva, es razonable plantear que las relaciones amorosas se pueden aprender observando a otras parejas, como la de los padres o los noviazgos de los amigos. También se puede pensar que tales representaciones se mantienen por la fuerza de los pensamientos y creencias de los jóvenes, en su auto eficiencia en las relaciones románticas (Bandura, 2000, citado por Barrera y Vargas, (2005).

Los vínculos de apego se constituyen como base para en etapas posteriores de la vida, involucrarse en relaciones amorosas que proporcionen elementos como afecto y seguridad; es de tener en cuenta que la estrategia implantada como pauta de crianza va a repercutir en la manera como se gestan los noviazgos, convirtiéndose en relaciones dependientes, inseguras e inestables cuando se ha optado por la paternidad de tipo indulgente y estilo autoritario, puesto que esto influye negativamente en la forma como se asume la relación de pareja, una evidencia de ello se observa en una problemática como lo es la violencia (física, psicológica, sexual) que se presenta en las relaciones de pareja que continúan bajo el yugo por no enfrentar la soledad o deciden estar con otra persona por presión de las amistades (Revista latinoamericana de Ciencias Sociales,

niñez y juventud, 2008).

Las perspectivas del apego en el amor romántico sugieren que las relaciones de pareja son, primariamente, relaciones de apego, cuyas funciones son transferidas a la pareja siguiendo procesos similares a los experimentados durante la infancia.

Esto no quiere decir que los individuos tendrán el mismo estilo de apego con su pareja en la vida adulta al que tuvieron con sus padres, sin embargo, sus relaciones tienen la misma base de seguridad que se buscaba en la infancia, es decir, las interacciones con personas significativas que respondían y apoyaban en momentos de estrés facilitando la formación de un sentido de seguridad. En sus escritos Bowlby (1997) menciona que existe una fuerte relación causal entre las experiencias del individuo con sus padres y posterior capacidad de crear y mantener vínculos afectivos.

Los niños más que nadie, son propensos a imitar las conductas que ven en personas significativas. Por tanto, se encuentra una herramienta potente en el proceso de enseñanza de conductas, pero también con una fuente de aprendizaje de conductas poco adecuadas, a través del aprendizaje observacional o vicario donde la conducta de un individuo o grupo el modelo actúa como estímulo para los pensamientos, creencias o conductas de otro individuo o grupo que observa (Cormier, 1994) es uno de los principales aprendizajes donde los niños imitan las conductas de sus padres; en relación a la dependencia emocional las niñas observan los comportamientos dependientes de sus madres con sus parejas dando lugar a generar los pensamientos y creencias acerca de un supuesto buen comportamiento teniendo en cuenta que ellas observan y siguen como modelo a sus madres. Por tal razón, las experiencias de aprendizaje forman representaciones abstractas de carácter conceptual. Tales representaciones pueden referirse tanto a relaciones entre objetos y acontecimientos como a las relaciones entre conductas y condiciones del medio (Bandura, 2000).

Bandura y Jeffrey (1973) distinguen cuatro procesos básicos implicados en cualquier

proceso de modelado:

Atención: donde la actividad del observador consiste en concentrarse en lo que se modela, en el caso de las niñas se concentran de manera inconsciente en las conductas de sus madres.

La Retención: hace referencia a la codificación simbólica o lingüística, organización cognitiva y ensayo encubierto del modelo presentado.

La Reproducción: La capacidad del observador para reproducir, ensayar o practicar la conducta cuyo modelo se ha observado.

La Motivación: Predisposición favorable del observador para asumir como propios los objetivos propuestos a través del uso de las técnicas de modelado.

Adicionalmente es importante mencionar que es en la etapa de la niñez y adolescencia en la que se despierta el interés por el sexo opuesto y, así mismo, el interés por establecer relaciones amorosas; como lo plantea (Overbeek y Cols, 2003 citado por Penagos, 2006). Igualmente, se retoma la teoría del apego donde Bowlby expone que el tipo de vínculo afectivo que forma a un individuo es expresión de los modelos mentales de relación formados como consecuencia de las experiencias de interacción vividas, principalmente en la infancia. Es en estas experiencias donde el sujeto aprende a generar expectativas y modelos de actuación que le guiarán en sus relaciones interpersonales posteriores (Bowlby, 1969, citado por Melero y Cantero, 2008).

Lo cual permite afirmar, que desde la primera etapa de la vida el ser humano se ve sometido al impacto significativo generado por sus cuidadores, de los cuales visualiza unos parámetros de comportamiento, de establecimiento de relaciones, de estipulación de normas y criterios a seguir en el plano sentimental, de prohibiciones o limitaciones, cuestiones que en algunos casos potencializan su toma de decisiones y en otros por el contrario fomentan dependencias afectivas.

Se hace indispensable, al momento de realizar la investigación, tener en cuenta los estereotipos parentales de las niñas y el medio en el que se desenvuelven, como se da a conocer a continuación.

Dependencia emocional y estereotipos de género

Cuando se habla de estereotipo de géneros se hace referencia a un conjunto de ideas, creencias y significados empleados por la sociedad para estructurar y organizar la realidad. Éstas se transmiten a todos sus miembros a través de diversos mecanismos socioculturales, así los estereotipos de género sobre la expresividad emocional son el conjunto de creencias y representaciones acerca de cómo se espera que actúen hombres y mujeres. La Psicología del desarrollo ha estudiado que desde la infancia a los varones y a las mujeres se les enseñan lecciones muy distintas acerca de cómo expresar las emociones (Del Valle, 2002).

Estudios realizados sobre el comportamiento adulto en situaciones de crianza registran que en ocasiones de juego las madres muestran una gama de emociones más amplia con las mujeres que con los varones. Asimismo, cuando hablan con las hijas de sentimientos expresan más detalladamente el estado emocional mismo que cuando lo hacen con los hijos varones, aunque con ellos entran en más especificación acerca de las causas y las consecuencias de emociones tales como la ira o el enojo (Ortega, 1999).

Estas diferencias femeninas y masculinas de género entre los padres se observan con más nitidez en las explicaciones sobre las causas de la experiencia emocional: en tanto madres y padres no difieren en la atribución emocional que una situación suscita, las madres se extienden en exponer las causas de la experiencia emocional en mayor medida que los padres. Esta diferencia sugiere que quizás las mismas estén especialmente preocupadas en ayudar a sus hijos a comprender y a enfrentar las emociones.

Por lo general la emocionalidad ha sido típicamente asociada a lo femenino estableciendo

el supuesto representacional de que ellas son más emotivas que los hombres (Brody y Hall, 2000). En particular las emociones de felicidad, tristeza y miedo son consideradas más femeninas, mientras que el enojo es atribuido en mayor medida a los varones (Fabes y Martin, 1991).

En general, la expectativa es que los hombres y las mujeres actúen emocionalmente de una determinada manera en distintas situaciones referidas a la vida pública y a la privada. A la mujer se le pide que exprese emociones positivas frente a situaciones sociales y a los hombres que lo hagan con más frecuencia en contextos personales. En consecuencia, podemos decir que los estereotipos específicos de género sobre la emocionalidad tienen una relevancia decisiva en el tipo de emociones sentidas y expresadas en las interacciones orientadas, tanto personal como socialmente.

En la misma línea de pensamiento, Chodorow (1984), desde una postura psicoanalista, analiza la construcción de los géneros en una sociedad en la que la crianza es asignada a las mujeres y por lo tanto son las madres, y no los padres, quienes tienen una relación más intensa con los hijos. Sostiene que desde las primeras etapas del desarrollo las madres tienden a experimentar a sus hijas como más semejantes a ellas, como una continuación de sí mismas; en consecuencia, las niñas al identificarse como mujeres, se perciben como similares a sus madres. De este modo las hijas adquieren una base para la empatía, para experimentar las necesidades y sentimientos de los otros como si fueran propios. Su aporte consiste en hipotetizar que las madres socializan a sus hijas hacia la conexión y dependencia; en tanto a los hijos varones los orientan hacia la separación y la autonomía.

Desde otro enfoque, los psicoanalistas feministas de orientación lacaniana critican la teoría de las relaciones de objeto de Chodorow y de Gilligan porque consideran que limita la categoría de género a la familia y a la experiencia hogareña dejando de lado otros sistemas sociales de economía, política o poder. Para ellos las categorías de hombre y mujer no son características inherentes a lo biológico ni a lo social sino construcciones subjetivas (Adams

Mitchell, 1990).

Para la investigación se tuvo en cuenta algunas repercusiones de la dependencia emocional en las mujeres, es por esto que a continuación se exponen las teorías de dependencia y violencia como factor asociado a la investigación.

Dependencia emocional y violencia domestica

La violencia doméstica es un fenómeno de gran actualidad, aunque posiblemente haya existido desde hace muchísimo tiempo. Es difícil agrupar en un mismo patrón a la cantidad de personas que sufren de malos tratos, a la vez que resulta complicado proporcionar un perfil único de los maltratadores. Las víctimas de la violencia domestica pueden ser personas que han tenido relaciones de pareja con sujetos extraordinariamente agresivos o posesivos, y no por ello tender hacia este tipo de individuos.

Violencia de género

La expresión ‘violencia de género’, es una expresión poco científica, más se habla de violencia doméstica, sin embargo actualmente se entiende por violencia de genero a la que se produce en el seno de la pareja, cónyuges, ex cónyuges, o relaciones análogas de afectividad aun sin convivencia. Los delitos más habituales de este tipo son: amenazas leves, coacciones leves, lesiones, maltrato habitual y violencia domestica habitual.

Para comprender un poco más sobre esta dinámica de dependencia y maltrato se mencionaran algunas teorías psicológicas sobre estos puntos de acuerdo a diferentes autores: la teoría de la unión traumática es la que más guarda relación, con la teoría de la posible dependencia emocional que sufren las mujeres víctimas de maltrato, los autores son Dutton y Pointer, ambos piensan que las mujeres maltratadas establecen una relación emocional fuerte que se da también en rehenes, líderes religiosos y niños maltratados.

Se denomina 'unión traumática' porque uno maltrata al otro y éste tiene emociones positivas hacia el que le maltrata, se establece una relación de poder entre ambos en donde la persona de menos poder necesita a la de más poder, este ciclo de dependencia se repite y crea una relación afectiva fuerte, estos autores creen que las mujeres maltratadas vuelven a la relación porque en el periodo de la separación se reduce el miedo inicial y se manifiesta la dependencia emocional, el maltratador se muestra arrepentido y afectuoso.

Otra teoría psicológica es la de la trampa psicológica, Strube piensa que las personas se sienten obligadas a justificar el esfuerzo, el tiempo y otros recursos que han invertido para alcanzar sus metas y continúan en la acción inicial con el fin de justificar la inversión inicial al igual que las mujeres maltratadas.

Así mismo, se destaca la teoría de Marie France Irigoyen, que contradice la posible dependencia emocional de las maltratadas, la denomina la teoría del acoso moral y analiza cómo el maltratador paraliza y seduce a la víctima a través del engaño para que no pueda defenderse. Se empieza con un abuso de poder y se continúa con el abuso narcisista, es decir, se necesita que el otro pierda su autoestima, se le destruye moralmente e incluso sexualmente. Las teorías planteadas anteriormente forman el núcleo fundamental para la investigación, las cuales de una u otra forma se corroborarán o se contrariarán en la medida que se esté realizando la investigación, de la misma forma se utilizarán para la creación de un instrumento diseñado para la recolección de información sobre las niñas.

2. Capítulo II

2.1. Metodología

Esta investigación se enmarcó en un estudio transversal descriptivo de enfoque cualitativo, pues busca especificar propiedades, características y rasgos importantes de las adolescentes a estudiar (Hernández, Fernández y Baptista, 2003). La cual se realiza en un solo momento, en un tiempo único, y de igual manera se realizará un análisis a través de la encuesta aplicada a las adolescentes.

Para acercarnos al cumplimiento de los objetivos esta investigación se recurrió a técnicas de recolección de información como lo es la observación directa y la encuesta; debido a que los datos se deben recolectar de manera directa, con el fin de cumplir los objetivos planteados de manera oportuna y confiable.

Por medio del contacto directo con algunas de las adolescentes se pudo evidenciar la persistente necesidad de la aprobación social de su pareja la cual permite llevar a cabo una serie de interrogantes para el grupo investigador el cual ve la gran necesidad de poner en práctica otro instrumento de recolección de información como lo son las encuesta de dependencia emocional (Lemos y Londoño).

La encuesta será uno de los instrumentos de recolección de información, la cual permitirá recolectar información sobre las madres y de igual forma ha de brindar el apoyo para la recolección de información acerca de las adolescentes.

2.2. Población

Dentro del proceso investigativo se tomó como población 180 adolescentes con edades entre 15 Y 18 años, debido a que se ha evidenciado que varias de estas jóvenes presentan rasgos de dependencia emocional, la cual intentan cubrir de una manera no muy adecuada con otras personas (parejas sentimental) convirtiendo a estas en el centro de todo.

Sin embargo posteriormente, se seleccionó una muestra representativa de 70 estudiantes equivalente al 39% de la población, cabe resaltar que en la investigación se utilizó el muestreo por conveniencia definido como un procedimiento de muestreo cuantitativo en el que el investigador selecciona a los participantes, ya que están dispuestos y disponibles para ser estudiados (Creswell, 2008.)

3. Capítulo III

3.1. Discusión de los resultados

Dentro del proceso investigativo se tomó como población ciento ochenta participantes, todas de sexo femenino de la Institución Educativa Policarpa Salavarrieta de la ciudad de Sincelejo con un rango edades de 15 a 18 años, por lo que se encuentran en la etapa de adolescencia, en la cual inician relaciones afectivas, y se generan otros cambios físicos y hormonales.

Posteriormente se seleccionó como muestra inicial noventa adolescentes equivalentes al 50% de la población, sin embargo esta disminuyó asimétricamente a setenta ya que las otras treinta adolescentes decidieron no seguir en el proyecto por cuestiones personales ajenas a la investigación; cabe resaltar que hicieron parte también del proceso las setenta madres de las adolescentes involucradas

Este trabajo investigativo se llevó a cabo según lo planteado por las psicólogas de la universidad católica de Bogotá María Antonia Lemos Hoyos y Nora Helena Londoño Arredondo las cuales miden la dependencia emocional según 5 factores: expresión afectiva hacia la pareja, modificación de planes por la pareja, aprobación social de la pareja, autoestima dependiente hacia la pareja y sumisión hacia la pareja.

Luego al analizar cada uno de los factores que definen los pensamientos de una persona dependiente, entramos a interpretar los resultados de la presente investigación, teniendo en cuenta los objetivos que previamente se han definido para lo cual se aplicaran dos instrumentos, los cuales fueron interpretados por los factores antes mencionados, con los que se busca detectar los pensamientos dependientes de las madres y los rasgos y características asociados a los

factores de dependencia emocional en las adolescentes que participaran dentro del presente estudio.

Cabe anotar que el instrumento aplicado a las adolescentes se caracterizó por representar situaciones cotidianas en las relaciones de pareja, pero desde una perspectiva de casos de conductas que son típicas, es decir, conductas que son sanas para que ellas emitieran un concepto que evaluara tal situación.

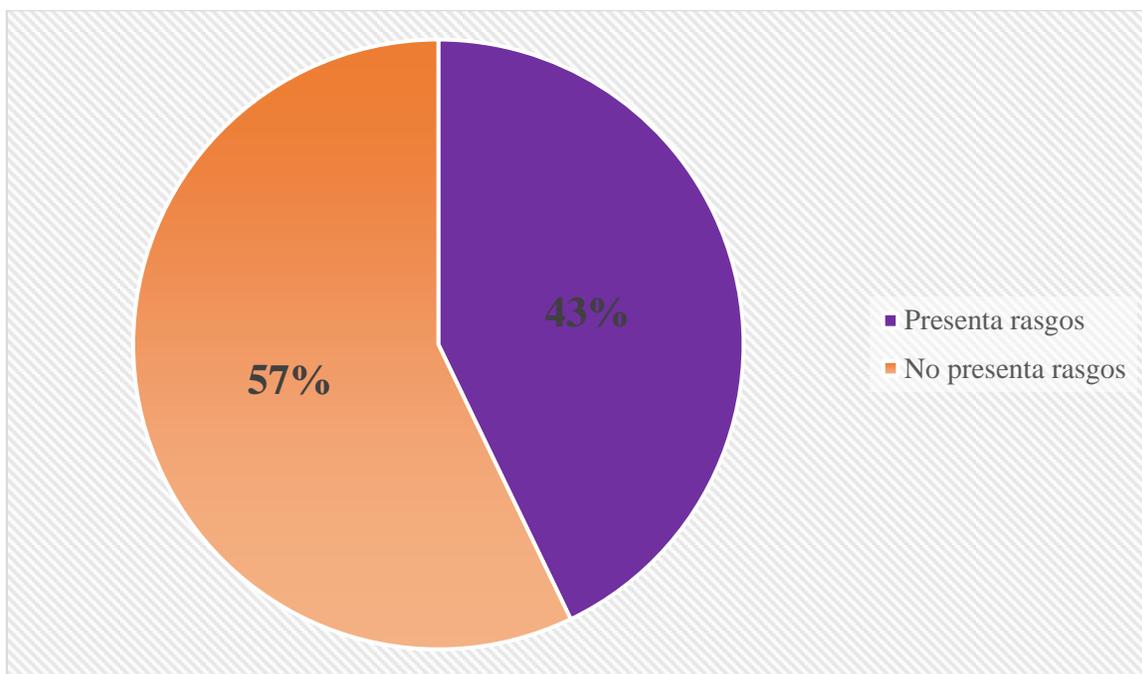
Seguidamente se analizó cada uno de los ítems y factores de los instrumentos aplicados a las adolescentes-madres y de esta forma poder analizar de una manera panorámica la interpretación de los rasgos y características asociados a la dependencia emocional en las participantes de la investigación.

En el presente capítulo se evidencia de manera especificada y analítica los resultados obtenidos; precisando tanto el análisis cuantitativo como cualitativo, a manera de síntesis y se hace una representación gráfica de los porcentajes obtenidos.

3.2. Características asociadas a los factores de dependencia emocional en las madres de las adolescentes

Los resultados que se darán a conocer están relacionados con los factores antes mencionados y teniendo en cuenta que las dimensiones de Dependencia emocional que se evalúan en el cuestionario utilizado apuntan a un factor central disparador como es la ansiedad de separación el cual está compuesto por los ítems : cuando discuto con mi pareja me preocupa que deje de quererme, si mi pareja me propone un programa dejo todas las actividades que tengo por estar con ella, si tengo planes y mi pareja aparece los cambio por estar con ella, cuando tengo una discusión con mi pareja me siento vacío, me preocupa la idea de ser abandonado por mi pareja, cuando mi pareja debe ausentarse por unos días me siento angustiado, no tolero la soledad. El abandono representa los pensamientos de miedo, intranquilidad, ansiedad y angustia que se producen ante la posibilidad de finalizar la relación.

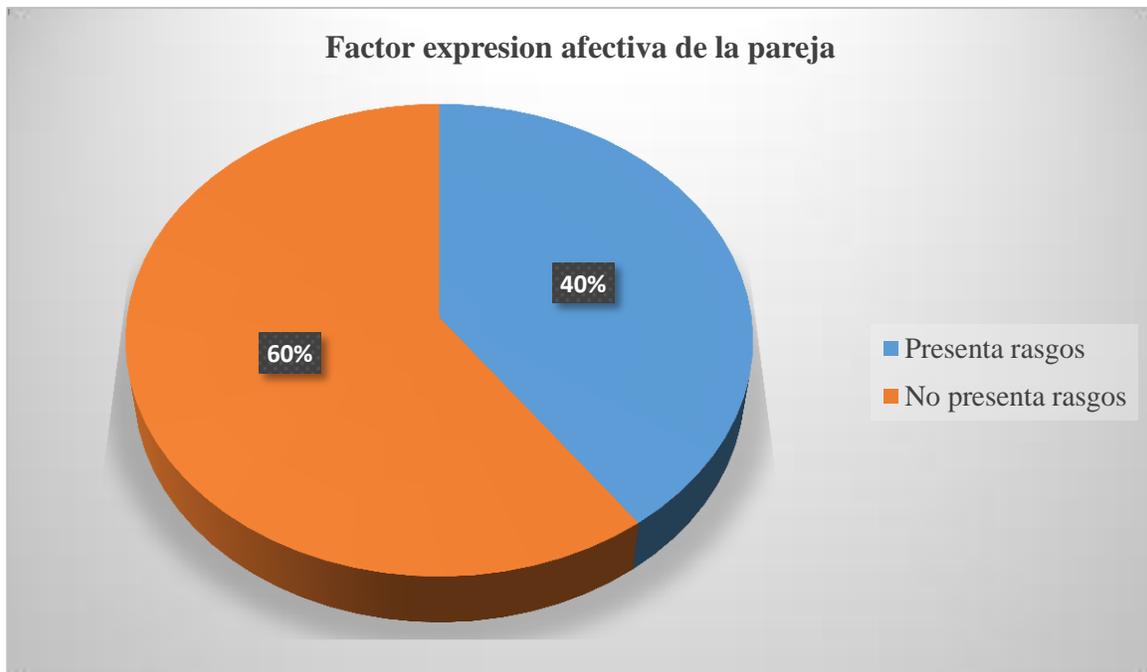
Como resultados que dan cuenta de este factor se puede observar en la gráfica N°1 que para un 57% de la población de madres investigadas, los pensamientos de abandono y soledad por una posible ruptura o separación no constituye un problema para ellas, mientras que para el 43% restante que es equivalente a 30 madres, la ansiedad de separación supone un problema, puesto que son personas que se aferran demasiado a su pareja, le asigna significados y lo sobrevalora, lo percibe como necesario para vivir feliz y en calma, y como la opción directa para no sentir la angustia que le genera la soledad. “La ansiedad por separación puede surgir ante el distanciamiento temporal que implica la vida cotidiana, separaciones rutinarias que pueden generar desconfianza del regreso de su pareja y que lleva a la activación de pensamientos automáticos de relacionados con la pérdida y la soledad” (Castelló, 2005; Schaeffer, 1998; Beck, Feeman, Davis et al, 2004).



Gráfica N° 1. Factor ansiedad de separación.

Fuente: Cuestionario factores de pensamientos y creencias acerca de la D.E. aplicado a las madres.

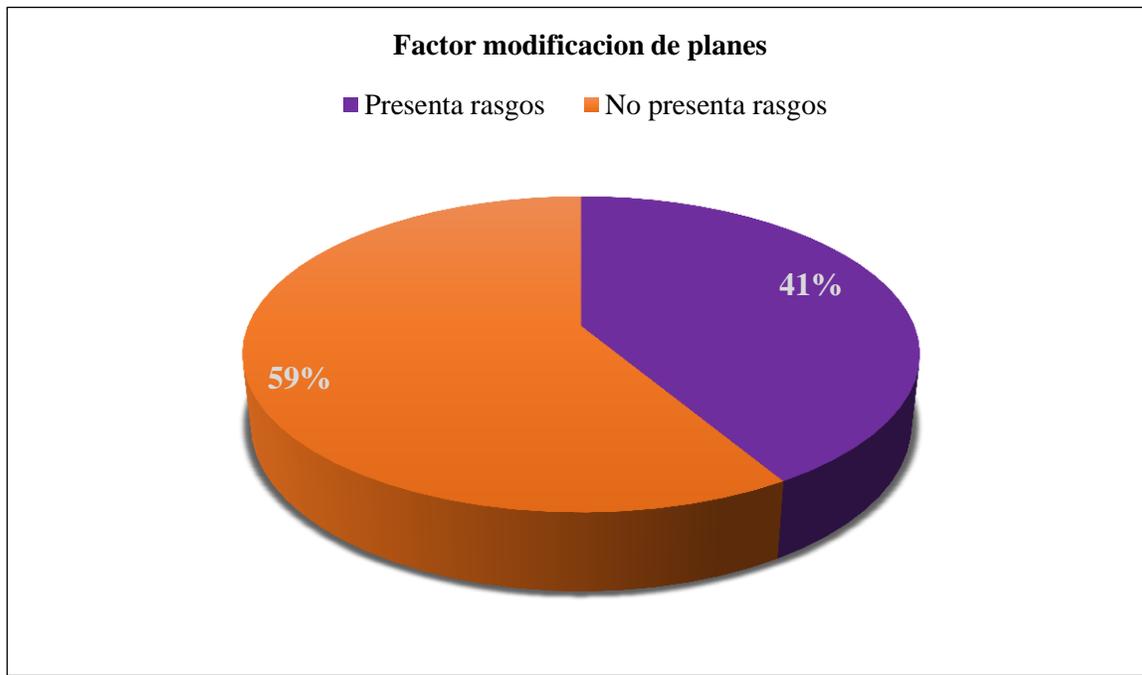
Por otra parte en la gráfica N°2 se evidencia que un 40% de las madres presenta rasgos importantes en el factor expresión afectiva de la pareja, lo que nos indica que en ellas existen esos pensamientos y la necesidad de recibir constantemente de manera extrema expresiones de afecto por parte de su pareja para reafirmar su amor, por lo que entonces son estas propensas a esperar que los problemas se solucionen con el tiempo, a reaccionar de forma impulsiva y agresiva y a neutralizar los pensamientos valorados como negativos por medio de la distracción y la actividad, con el fin de enfrentar la situación a la que se expone. Así mismo si la persona tiende a realizar acciones encaminadas a solucionar el problema, por lo tanto presentara tendencias en menor medida a las necesidades extremas y constantes de recibir expresiones afectivas constantemente por parte de su pareja.



Gráfica N° 2. Factor expresión afectiva de la pareja

Fuente: Cuestionario factores de pensamientos y creencias acerca de la D.E. aplicado a las madres.

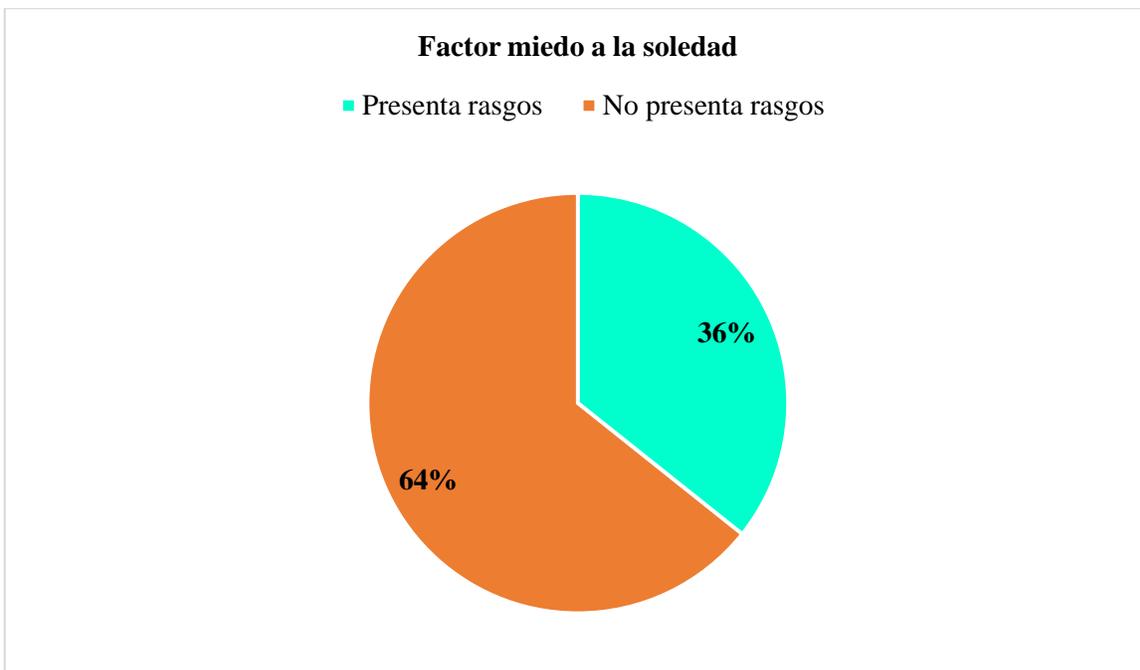
A continuación en la gráfica N° 3 se puede evidenciar que el 59% equivalente a 41 de las madres encuestadas manifestó que son personas autónomas y que su pareja no influye en los planes que ya tenga programados, mientras que un 41% equivalente a 21 madres si realizan cambios de actividades, planes y comportamientos debido a los deseos implícitos o explícitos por satisfacer a sus parejas o por la simple necesidad de compartir mucho tiempo con esta. Para las personas dependientes emocionalmente de su pareja todo gira alrededor de esta, de tal manera que no existe cavidad para nada más, incluyéndose a ellos mismos, es decir la vida de quien manifiesta estos rasgos gira alrededor de su pareja, hasta el punto de renunciar y transformar sus planes u objetivos con el fin de satisfacerla, en otras palabras, sus comportamientos o actitudes se alejan significativamente de lo que implica ser autónomo.



Gráfica N° 3. Factor modificación de planes

Fuente: Cuestionario factores de pensamientos y creencias acerca de la D.E. aplicado a las madres.

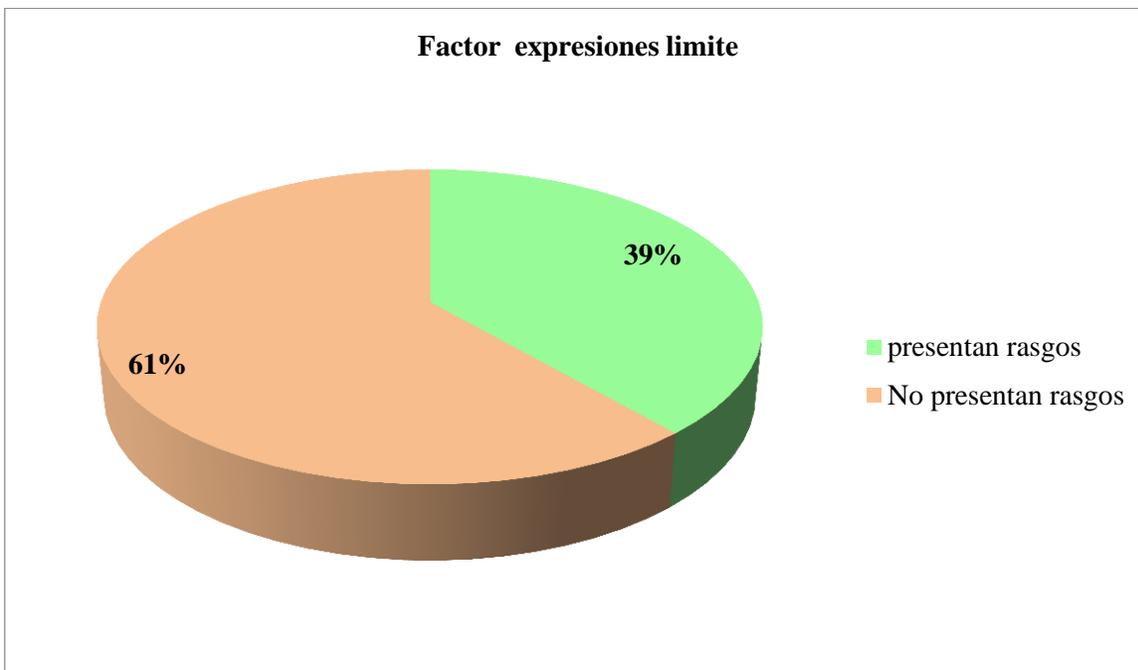
Mientras que en la gráfica N° 4 se percibe que en un 36% de las madres está presente características o pensamientos relacionados al factor miedo a la soledad, el cual nos indica que una persona con pensamientos relacionados a este factor es aquella que posee miedo o temor por no tener una relación de pareja, o por percibir que no es apreciado en verdad. El dependiente emocional requiere a su pareja para sentirse estable y seguro, de tal forma que la soledad es considerada por ellas como algo aterrador, por lo que la evitan o evaden a toda costa. Por otra parte se encuentra un 59% de las madres que no presentan ninguna característica asociada a este factor lo que nos indica que no poseen dificultades para afrontar situaciones adversas, ni poseen temor de ser abandonadas o estar solas.



Gráfica N° 4. Factor miedo a la soledad.

Fuente: Cuestionario factores de pensamientos y creencias acerca de la D.E. aplicado a las madres.

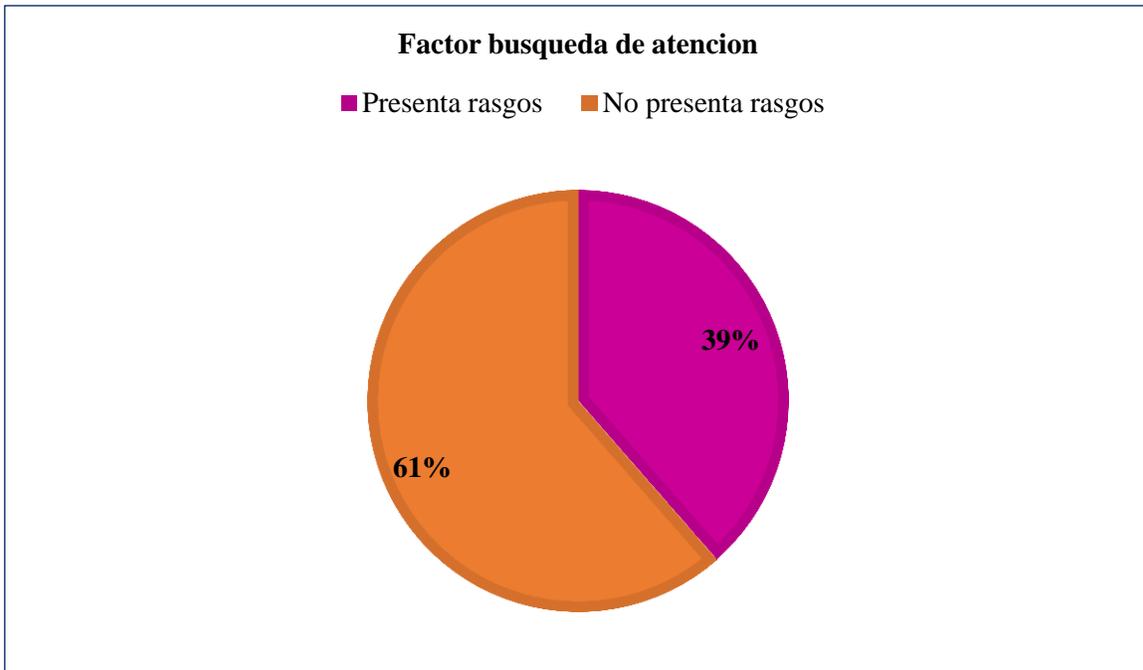
Por otra parte en la gráfica N°5 se observa que un porcentaje del 39% de las encuestadas se evidencia que para estas mujeres el hecho de una posible disolución de la relación sera algo trágico para ellas ya que les da temor enfrentarse a la soledad y a perder según estas el sentido a la vida debido a que se aferran mucho a sus parejas y son capaces de cometer actos impulsivos de autoagresión para retener a su pareja, de igual manera son utilizadas constantemente frases como soy alguien débil, no puedo vivir sin mi pareja, soy capaz de hacer lo que sea porque no me dejes etc. Mientras que en el 61% de las mujeres se puede observar que para ellas esta situación no representa un problema ya que afrontan de manera positiva el hecho de finalizar una relación sentimental debido a su independencia emocional.



Gráfica N° 5. Factor expresiones límites.

Fuente: Cuestionario factores de pensamientos y creencias acerca de la D.E. aplicado a las madres.

Por último en la gráfica N°6 el 61% equivalente a 43 mujeres encuestadas no realizan actos para llamar la atención constante de su pareja, ser su centro y mantenerlo activo en la relación, por otro lado el 39% equivalente a 27 mujeres se evidencia que sienten la necesidad de llamar la atención de estas para sentirse seguras y satisfechas, cabe resaltar que dentro de estas acciones podemos encontrar aquellas donde la persona dependiente opta por actuar de manera pasiva y sumisa todo esto con la intención de una u otra manera llamar la atención de sus parejas.



Gráfica N° 6. Factor búsqueda de atención.

Fuente: Cuestionario factores de pensamientos y creencias acerca de la D.E. aplicado a las madres.

3.3. Rasgos y características sobre la expresión afectiva, modificación de planes y aprobación social hacia la pareja presentes en las adolescentes

A continuación se mostraran los resultados obtenidos a partir del cuestionario aplicado a las adolescentes, el cual estaba integrado por situaciones de la vida cotidiana las cuales representan características de la dependencia emocional, observando así en la gráfica N° 7 el factor sobre la expresión afectiva hacia la pareja, el cual nos arrojó los siguientes resultados: Que el 7% de las niñas están de acuerdo con las situaciones planteadas; así mismo, el 26% manifestó que es algo correcto, y el 67% de esta población no está de acuerdo con las situaciones.

Este resultado nos indica que las adolescentes que participaron en el estudio no tienen una fuerte tendencia a tener características asociadas al factor expresión afectiva hacia la pareja, en el sentido que no son personas que requieren en forma constante expresiones de afecto de sus parejas, en donde puedan reafirmar el amor que sienten por ellas; de tal forma que dichas manifestaciones constantes se convierten en un aliciente para calmar la ansiedad que les produce su inseguridad.

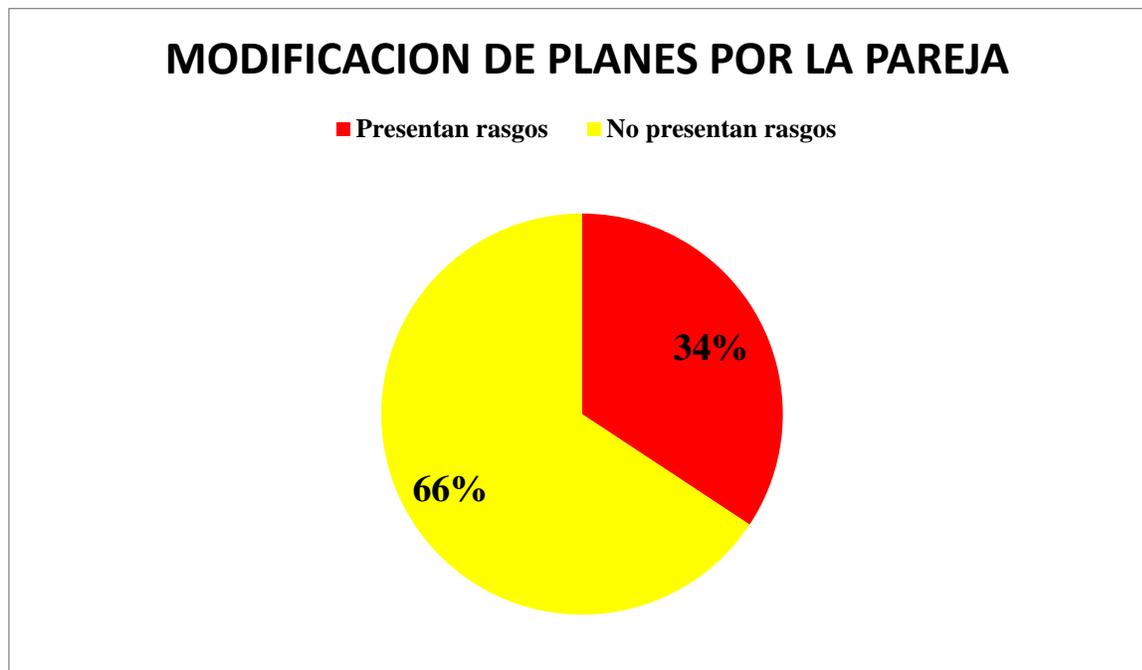


Gráfica N° 2. Factor expresión afectiva de la pareja

Fuente: Cuestionario factores de pensamientos y creencias acerca de la D.E. aplicado a las madres.

Con este factor poco elevado hacia la dependencia hace argumentar que la desconfianza por el amor de la pareja y la necesidad de un amor incondicional no afecta a las adolescentes encuestadas, por lo tanto estas no emiten comportamientos de dependencia emocional y por ello no requieren que su pareja en forma constante le exprese afecto.

Seguido a esto en la gráfica N°8, la muestra investigada arrojó los siguientes resultados: El 66% manifestó que no tienen una tendencia a cambiar sus actividades, planes y comportamientos debido a los deseos implícitos o explícitos de satisfacer a las parejas o a la simple posibilidad de compartir mayor tiempo con ella. Ahora si un 34% de la población equivalente a 24 adolescentes manifestó a través del instrumento utilizado que tiene una tendencia a dejarse influenciar por su pareja, dando muestra de esta forma que existen verdaderos pensamientos de dependencia hacia este factor.

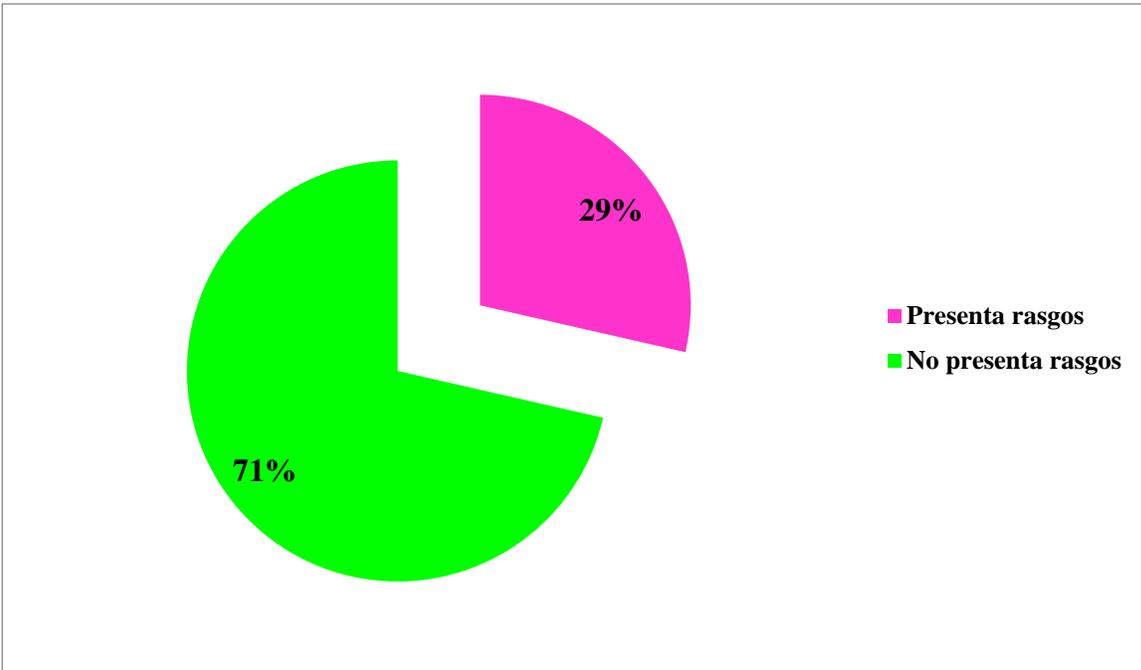


Gráfica N°8. Factor modificación de planes por la pareja

Fuente: Cuestionario factores de pensamientos y creencias acerca de la D.E. aplicado a las adolescentes.

Teniendo en cuenta la gráfica N°9, en relación a los rasgos y características asociados al factor de aprobación social se pudo encontrar que dentro del grupo de las adolescentes existe un 29% de ellas que presentan una fuerte tendencia a generar comportamientos para someterse a los postulados o paradigmas de sus parejas, en donde esperan que sean ellos quienes aprueben o desapruében sus conductas.

Sin embargo se encuentra que un 71% equivalente a 50 de las adolescentes convergieron en una tendencia muy marcada a no poseer rasgos o características asociados al factor de aprobación social de la pareja, es decir que no necesita la aprobación de su pareja en ninguna situación o aspecto de su vida.



Gráfica N°9. Factor aprobación social de la pareja

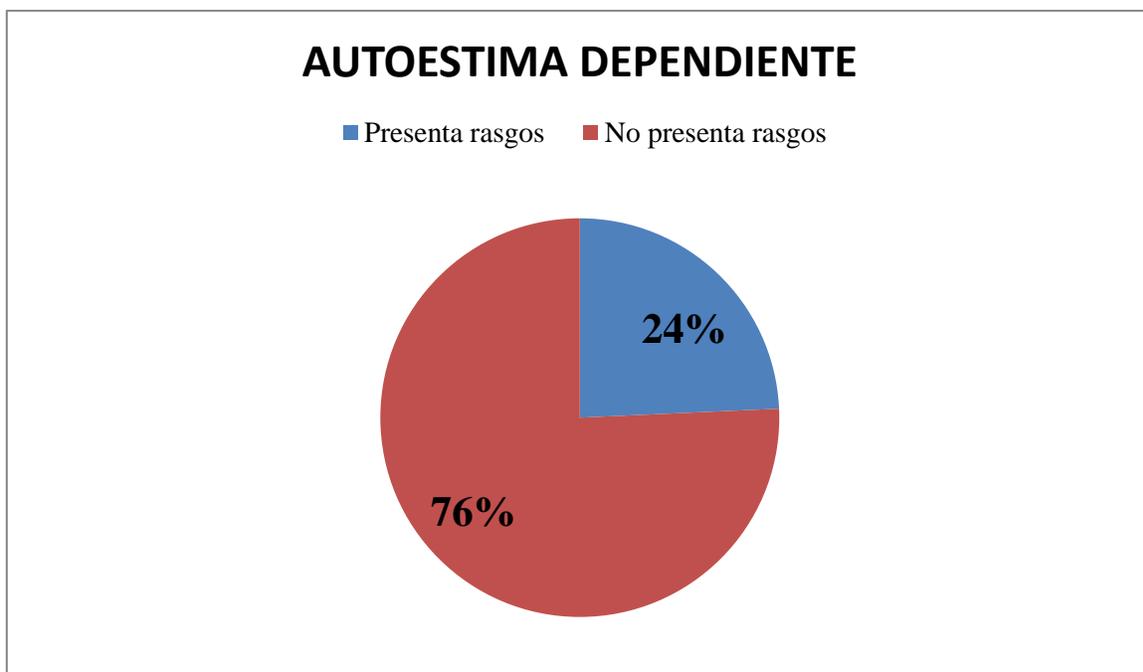
Fuente: Cuestionario factores de pensamientos y creencias acerca de la D.E. aplicado a las adolescentes.

3.4. Rasgos y características sobre autoestima dependiente y sumisión hacia la pareja presente en las adolescentes

A continuación se analizan los resultados en relación a los rasgos y características asociados a los factores autoestima dependiente y sumisión a la pareja, los cuales podremos observar en las gráficas N° 10 y gráfica N° 11.

En relación a la gráfica N°10 se analiza las características de una persona con autoestima dependiente hacia la pareja, donde se encontró que solo el 24%, equivalente a 17 adolescentes está de acuerdo con el hecho que la mujer tiene que someterse a los criterios personales de su compañero, lo cual va generando pensamientos de valoración personal.

Por otra parte un 76% no presenta alguna tendencia a ser dependientes emocionales.

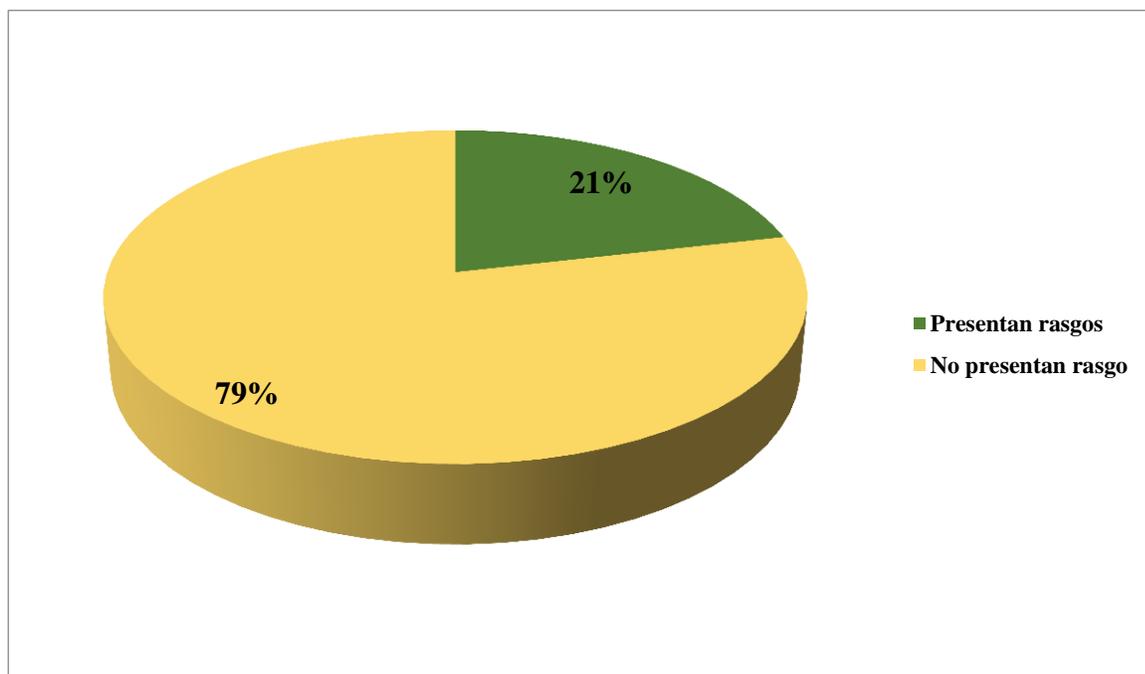


Gráfica N°10. Factor Autoestima dependiente

Fuente: Cuestionario factores de pensamientos y creencias acerca de la D.E. aplicado a las adolescentes.

Los rasgos y características asociados al factor de sumisión hacia la pareja tuvieron los siguientes resultados: el 79% de las adolescentes manifestó que es incorrecto que las mujeres tengan comportamientos de no poseer conductas autónomas, ni actos propios, piensan que son ellas quienes pueden tomar la iniciativas y no deben obedecer siendo seguidoras de los demás.

Mientras que el 21% de las adolescentes se encontró una considerable incidencia de características de sumisión, el cual es uno de los comportamientos más constantes en las personas dependientes.



Gráfica N°28. Factor sumisión a la pareja

Fuente: Cuestionario factores de pensamientos y creencias acerca de la D.E. aplicado a las adolescentes.

4. Capítulo IV

4.1. Conclusiones

Una vez concluido el estudio y analizado el proceso se sintetizan los siguientes aspectos:

- Las dimensiones de Dependencia emocional que se evalúan en el cuestionario utilizado apuntan a un factor central disparador de la como es la ansiedad de separación y el miedo a la soledad. Sin embargo, también se hace anotación a las estrategias interpersonales utilizadas por la persona para mantener a su pareja a su lado, es decir, la expresión afectiva a la pareja, la modificación de planes, la búsqueda de atención y la expresión límite. La diferencia entre el amor normal y la dependencia es meramente cuantitativa, es la distancia entre querer y necesitar (Castelló, 2005); por esto los factores que en ella están involucrados son aspectos que pueden aparecer en forma moderada en una relación de pareja normal, pero que en el dependiente emocional son permanentemente presentes y marcan su pauta de interacción con su pareja.
- Con respecto a las adolescentes se determinó que el 30.6% de estas si poseen rasgos y características de la dependencia emocional, las cuales son creencias distorsionadas cognitivamente hablando, pues no están en función de una realidad objetiva dentro una relación de pareja, además de ello manejan un mal autoconcepto de sí mismas e idealizan o subvaloran a la otra persona.
- En relación a el hecho de que algunas madres fuesen dependientes emocionales de sus compañeros tiene una incidencia muy marcada en que sus hijas ya tengan dentro de su desarrollo cognitivo pensamientos distorsionados alrededor de las relaciones de pareja. Pudiendo percibir además que este tipo de situaciones no se dan precisamente ahora en la adolescencia sino que es posible que desde la infancia estas adolescentes poco a poco hayan sido modeladas por sus propias madres para tener este tipo de comportamientos dependientes

- Por otra parte las madres y adolescentes que no se encuentran asociadas a ningún factor de dependencia emocional se puede referir que son mujeres completamente independientes debido a que tienen un desarrollo basado en una sensata autonomía emocional, llevan una vida sin apegos, con capacidad de renovarse y autogestionar los niveles de afectividad e intimidad.

4.2.Recomendaciones

Una vez finalizado este trabajo de investigación, se considera significativo sobre otros aspectos relacionados a los rasgos y características asociados a los factores de dependencia emocional hacia la pareja y se propone:

- ✚ En correspondencia con los resultados de este estudio se considera significativo:

- ✚ Ampliar el estudio considerando otras variables como son las afectaciones y consecuencias que genera la dependencia emocional en lo personal, familiar y social.

- ✚ Extender el estudio a otros grupos de edades e instituciones educativas.

- ✚ Realizar estudios bajo otras perspectivas o metodología como grupo focales.

5. Referencias Bibliográficas

Castelló, J. (2002, diciembre). *Tratamiento de la dependencia emocional en la mujer*. Ponencia presentada en el II Symposium Nacional de Adicción en la Mujer, Fundación Instituto Spiral, Madrid, España. Recuperado el 30 de abril de 2004, de [http://](http://www.institutospiral.com/cursos%20y%20seminarios/resumenes/Jorge%20Castelló.htm)

www.institutospiral.com/cursos%20y%20seminarios/resumenes/Jorge%20Castelló.htm

Castelló, J. (2005). *Dependencia emocional. Características tratamiento*. Madrid: Alianza Editorial.

Castrillón, D., Chávez, L., Ferrer, A., Londoño, N. H., Maestre, K., Marín, C. A., et al. (2005). Validación del Young Schema Questionnaire Long Form-Second Edition (YSQ-L2) en población Colombiana. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 37(3), 541-560.

Londoño, N. H., Henao, G. C., Puerta, I. C., Posada, S., Arango, D. & Aguirre, D. C. (2006). Propiedades psicométricas y validación de la Escala de Estrategias de Coping Modificada (EECM) en una muestra colombiana. *Universitas Psychologica*, 5(2), 327-349.

Beck, A.T., Freeman, A. et al. (1995). *Terapia cognitiva de los trastornos de la Personalidad*. Barcelona: Paidós Ibérica

5. Beck, A. T., Feeman, A., Davis. D. et al. (2004). *Cognitive therapy of personality disorders*. Second Edition. New York: The Guilford Press.

<https://ninezprimero.wordpress.com/2011/08/22/%E2%80%9Cla-ninez-la-etapa-mas-importante-del-desarrollo-humano%E2%80%9D/>

<https://www.uky.edu/~eushe2/Bandura/Bandura1973JPSP.pdf>

<https://res.uniandes.edu.co/view.php/456/index.php?id=456>

http://www.infocop.es/view_article.asp?id=528

<http://www.definicionabc.com/social/afecto.php>

<https://psicologiaenred.wordpress.com/2011/04/29/las-ideas-irracionales-segun-albert-ellis/>

intellectum.unisabana.edu.co:8080

www.dspace.uce.edu.ec

sedici.unlp.edu.ar

docplayer.es

sleman.mx

myslide.es

andreschiribogasanchez.blogspot.com

catarina.udlap.mx

psicologia-online.com

revistauaricha.org

www.mcmc.ciecas.ipn.mx

www.scielo.org.co

aprendeonline.udea.edu.co

www.unizar.es

www.scribd.com

educadores.tu.tv

Submitted to Universidad Continental

6. Anexos

ANEXO N°1. Cuestionario 'Dependencia emocional' (Lemos y Londoño).

Enumeradas aquí, usted encontrara unas afirmaciones que una persona podría usar para describirse a sí misma con respecto a sus relaciones de pareja. Por favor, lea cada frase y decida qué tan bien lo(a) describe. Cuando no esté seguro(a), base su respuesta en lo que usted siente, no en lo que usted piense que es correcto.

Elija el puntaje más alto de 1 a 6 que mejor lo(a) describa según la siguiente escala:

- (1) Completamente falso de mí
- (2) La mayor parte falso de mí
- (3) Ligeramente más verdadero que falso
- (4) Moderadamente verdadero de mí
- (5) La mayor parte verdadero de mí
- (6) Me describe perfectamente

1. Me siento desamparado cuando estoy solo	1 2 3 4 5 6
2. Me preocupa la idea de ser abandonado por mi pareja	1 2 3 4 5 6
3. Para atraer a mi pareja busco deslumbrarla o divertirla	1 2 3 4 5 6
4. Hago todo lo posible por ser el centro de atención en la vida de mi pareja	1 2 3 4 5 6
5. Necesito constantemente expresiones de afecto de mi pareja	1 2 3 4 5 6
6. Si mi pareja no llama o no aparece a la hora acordada me angustia pensar que está enojada conmigo	1 2 3 4 5 6
7. Cuando mi pareja debe ausentarse por algunos días me siento angustiado	1 2 3 4 5 6
8. Cuando discuto con mi pareja me preocupa que deje de quererme	1 2 3 4 5 6
9. He amenazado con hacernos daño para que mi pareja no me deje	1 2 3 4 5 6
10. Soy alguien necesitado y débil	1 2 3 4 5 6

11. Necesito demasiado que mi pareja sea expresiva conmigo	1 2 3 4 5 6
12. Necesito tener a una persona para quien yo sea más especial que los demás	1 2 3 4 5 6
13. Cuando tengo una discusión con mi pareja me siento vacío	1 2 3 4 5 6
14. Me siento muy mal si mi pareja no me expresa constantemente el afecto	1 2 3 4 5 6
15. Siento temor a que mi pareja me abandone	1 2 3 4 5 6
16. Si mi pareja me propone un programa dejo todas las actividades que tenga para estar con ella	1 2 3 4 5 6
17. Si desconozco donde está mi pareja me siento intranquilo	1 2 3 4 5 6
18. Siento una fuerte sensación de vacío cuando estoy solo	1 2 3 4 5 6
19. No tolero la soledad	1 2 3 4 5 6
20. Soy capaz de hacer cosas temerarias, hasta arriesgar mi vida, por conservar el amor del otro	1 2 3 4 5 6
21. Si tengo planes y mi pareja aparece los cambio solo por estar con ella	1 2 3 4 5 6
22. Me alejo demasiado de mis amigos cuando tengo una relación de pareja	1 2 3 4 5 6
23. Me divierto solo cuando estoy con mi pareja	1 2 3 4 5 6

ANEXO N° 2. Cuestionario ‘Pensamientos y Creencias’

El cuestionario contiene 15 preguntas, las cuales tiene como objetivo identificar los pensamientos y creencias acerca de la dependencia emocional; para dar respuesta no es necesario ningún conocimiento teórico. Se encuentra diseñado para ser aplicado a niñas con edades comprendidas entre 15 y 18 años.

Usted encontrara varias situaciones de la vida diaria o familiar que podrá responder según sus experiencias o situaciones vividas, las cuales constan de tres opciones de respuestas cada una. Por favor, lea cada situación detenidamente y responda con la mayor sinceridad posible.

Por favor responda el siguiente cuestionario con la mayor sinceridad posible

Edad: _____

Sexo: _____

Escolaridad: 9° _____ 10° _____ 11° _____

1. Una joven de 13 años decide dejar sus estudios los cuales le apasionan, por su novio se lo pide para que le dedique todo el tiempo a su relación y puedan irse a otros lugares a experimentar experiencias nuevas; esta decisión usted la considera:
 1. Incorrecto
 2. Algo correcto
 3. Correcto

2. María ha decidido felicitar a su hermana que esta de cumpleaños y le gustaría ir con Pedro su novio, al comentarle sobre la invitación Pedro de enoja y le dice que no la acompañara, ante esto María desiste de la idea de felicitar a su hermana y se queda en casa con Pedro. Para usted la decisión de María es:

1. Incorrecto
2. Algo correcto
3. Correcto

3 Imagine que una amiga suya tiene una cita con su novio y por esto se coloca un vestido nuevo que compro con mucho esfuerzo; cuando se encuentra con su novio este le dice que el vestido no es su gusto y que para salir con él debe quitárselo, por lo que ella accede y se cambia de ropa, para usted la actitud de su amiga es:

1. Incorrecto
2. Algo correcto
3. Correcto

4. Camila ha decidido ir a la casa de su mama y le gustaría que Jorge su novio la acompañe, al comentarle sobre la invitación Jorge se enoja y le dice que no la acompañara, ante esto Camila desiste de la idea de ir donde su mama y se queda en casa con Jorge. Para usted la situación anterior es:

1. Incorrecto

-
2. Algo correcto
 3. Correcto
 5. Su hermana le comenta que esta de mal genio y muy triste porque su novio no le dice constantemente que la quiere y que es importante para él, ella expresa que siente mucho desespero por la actitud de su novio, pues para ella es muy importante que él a cada momento le diga que la ama. Piensa que el comportamiento de su hermana es:
 1. Incorrecto
 2. Algo correcto
 3. Correcto
 6. Qué piensa usted de lo siguiente: Una amiga de su hermana ha sido abandonada por su novio después de cinco años de noviazgo. Él decidió iniciar una nueva relación con alguien mucho más joven, ella ahora se encuentra muy triste y llora constantemente, se mira al espejo y se siente fea, débil y frágil; siente que es la culpable por la ruptura con su novio por su edad. Para usted la situación anterior es:
 1. Incorrecto
 2. Algo correcto
 3. Correcto
 7. Qué opina de la siguiente situación: Ana y Sara son mejores amigas desde preescolar. A su colegio llega una escuela de baile buscando talentos, a Sara le encanta bailar y dentro de la selección que realizan para escoger a las mejores ella queda escogida. Para ella eso

es muy importante porque hace parte de sus sueños. Cuando le comenta a su novio, él le dice que no quiere que ella participe, pues le dedicaría mucho tiempo a eso y no se podrían ver, por esta razón la amiga de Ana decide no participar. Para usted el comportamiento de Sara es:

1. Incorrecto
 2. Algo correcto
 3. Correcto
- 8.** Rebeca es una mujer que hace frecuentemente ejercicio, come sanamente y tiene buena figura, sin embargo, su novio constantemente hace burlas sobre su físico y la amenaza con abandonarla por su apariencia. Esta situación entristece a Rebeca e incluso ha pensado que sería mejor quitarse la vida. Frente a esta situación usted piensa que es:
1. Incorrecto
 2. Algo correcto
 3. Correcto
- 9.** Su amiga le comenta que ella para sentirse bien necesita un novio que a cada momento le haga sentir más especial que a los demás, diciéndole lo mucho que la adora, que él la ama y que no puede vivir sin ella, de lo contrario dice que se siente muy desanimada, triste e insegura. Opinas que el comportamiento de su amiga es:
1. Incorrecto

2. Algo correcto

3. Correcto

10. Su prima le dice que para ser feliz necesita comportar y aceptar todas las decisiones de su novio, dejando a un lado sus propios intereses con tal de que su novio se encuentre bien con ella, para usted esta manera de pensar es:

1. Incorrecto

2. Algo correcto

3. Correcto

11. Qué piensa usted de Tatiana, que hace cualquier cosa por mantener los gustos de su novio que es mucho más joven que ella, pero él le dice palabras groseras e incluso la ha agredido físicamente. Ella acepta esta situación con el fin de que su novio no la abandone, pues ella dice que la única persona que la ama es él y que jamás encontrará otra persona porque su edad no se lo permitiría. Frente a esta situación piensa que es:

1. Incorrecto

2. Algo correcto

3. Correcto

12. su hermana le comenta que para ser feliz al lado de su novio necesita callarse lo que piensa y siente con tal de no llevarle la contraria. Para usted esto es:

1. Incorrecto
 2. Algo correcto
 3. Correcto
- 13.** Qué piensa del siguiente enunciado: Linda, su compañera de clases decide irse de paseo a una finca con sus amigas, el día del paseo su novio llegó enojado y le dijo que no irá a ese paseo porque a él no le gustan ese tipo de planes sino otros, por esta razón Linda decide quedarse con su novio en casa y no asistir al paseo con sus amigas. Lo anterior para usted es:
1. Incorrecto
 2. Algo correcto
 3. Correcto
- 14.** Si su prima le dice “Yo lo que necesito es que mi novio sea expresivo, que constantemente me diga que ama, que soy lo más importante en su vida, porque si no, quiere decir que no me quiere y yo sin él siento que no tengo ganas de vivir”. Consideraría usted que la forma de pensar de su prima es:
1. Incorrecto
 2. Algo correcto
 3. Correcto

15. Su prima le comenta que a su novio no le gusta que se maquille, por esta razón ella no lo hace para no tener ningún inconveniente con él y no contradecir su opinión. Lo anterior para usted es:

1. Incorrecto
2. Algo correcto
3. Correcto