

**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA, MANAGUA  
UNAN-MANAGUA  
RECINTO UNIVERSITARIO “RUBÉN DARÍO”  
FACULTAD DE HUMANIDADES Y CIENCIAS JURÍDICAS  
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA**



**“TRABAJO MONOGRÁFICO PARA OPTAR AL TÍTULO DE LICENCIADA EN  
PSICOLOGÍA”**

**“DEPENDENCIA EMOCIONAL EN NOVIAZGOS DE  
ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA, UNAN-MANAGUA. SEGUNDO  
SEMESTRE 2015**

**Autoras:**

**Bra. Glenda Marisol Maliaño Andrade.**

**Bra. Gabriela Guisselle Martínez Ráudez.**

**Bra. Diana de los Ángeles Rivas Jaenz.**

**Tutora: Msc. Raquel Nicaragua Arcia**

**Junio, Managua, 2016**

# *Dedicatoria*

*A nuestro Padre Celestial por darnos la vida, sabiduría y fortaleza para terminar este trabajo y culminar  
nuestra carrera.*

*A nuestros padres y madres por confiar y estar siempre a nuestro lado en cada paso de nuestra vida y  
estudios.*

*A mi hijo César Enmanuel Rivas Rivas por ser mi mayor motivación e inspiración de seguir adelante.*

*A nuestra tutora Msc Raquel Nicaragua Arcia por la paciencia y disposición a cada duda que se nos  
presentó.*

*A nuestros hermanos y hermanas por el apoyo que nos brindaron y porque siempre confiaron en que  
podíamos lograr nuestros objetivos a pesar de las dificultades que se presentaron.*

*Diana de los Ángeles Rivas Jaenz*

*Glenda Marisol MaliañoAndrades*

*Gabriela Guisselle Martínez Ráudez*

# *Agradecimientos*

*A nuestro padre celestial por regalarnos la vida, salud, sabiduría y habernos permitido realizar esta tesis para alcanzar nuestras metas.*

*A todos nuestros familiares por su amor, apoyo incondicional, comprensión, consejos y estar con nosotras en cada momento para culminar nuestra profesión.*

*A todos nuestros maestros y maestras que en estos cinco años fueron una fuente valiosa de nuevos conocimientos para nuestro desarrollo profesional.*

*A nuestros amigos y amigas por la confianza que nos brindaron para salir adelante y estar ahí siempre con nosotras.*

*A todos los involucrados que contribuyeron con su valioso tiempo y colaboración para lograr la culminación de esta tesis monográfica.*

*Diana de los Ángeles Rivas Jaenz*

*Glenda Marisol MaliañoAndrades*

*Gabriela Guisselle Martínez Ráudez*

# ÍNDICE

<b>I. INTRODUCCIÓN</b> .....	1
<b>II. ANTECEDENTES</b> .....	3
<b>III. JUSTIFICACIÓN</b> .....	5
<b>IV. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b> .....	6
<b>V. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN</b> .....	7
General.....	7
Específicos .....	7
<b>VI. MARCO TEÓRICO</b> .....	8
<b>6.2 Tipos de dependencia</b> .....	9
6.2.1 Dependencia económica.....	9
6.2.2 Dependencia a sustancias psicoactivas .....	10
6.2.3 Dependencia laboral.....	11
6.2.4 Dependencia emocional.....	11
<b>6.3 Factores causales de la dependencia emocional</b> .....	13
6.3.1 Falta de autoestima generada en la infancia.....	13
6.3.2 Chantaje emocional.....	13
6.3.3 Manipulación mental y sentimiento de culpa.....	14
6.3.4 Fallos en la construcción de autoestima.....	15
6.3.5 Imaginario colectivo de los medios de comunicación .....	16
<b>6.4 Características de los dependientes emocionales</b> .....	17
<b>6.5 Manifestaciones de dependencia emocional</b> .....	18
6.5.1 Prioridad de la pareja sobre cualquier otra cosa.....	18
6.5.2 Voracidad afectiva, deseo de acceso constante.....	19
6.5.3 Sumisión hacia la pareja.....	19
6.5.4 Idealización del compañero.....	20
6.5.5 Necesidad de agradar, búsqueda de validación externa .....	20
6.5.6 Déficit de las relaciones sociales.....	20
6.5.7 Miedo a la Soledad .....	21
6.5.8 Las manifestaciones límites frente a una pérdida.....	21

6.5.9	Búsqueda de atención .....	22
6.5.10	Modificación de planes .....	22
6.6	Tipos de dependencia emocional .....	22
6.6.1	Dependencia .....	22
6.6.2	Co-dependencia .....	24
6.6.3	Independencia.....	26
6.6.4	Co-independencia: .....	26
6.6.5	Inter-independencia.....	26
6.7	Noviazgo .....	26
6.7.1	Características del noviazgo. ....	27
6.7.2	Etapas del noviazgo .....	28
6.7.3	Tipos de noviazgo .....	30
VII.	PREGUNTAS DIRECTRICES.....	32
VIII.	DISEÑO METODOLÓGICO .....	33
IX.	ANÁLISIS DE RESULTADOS .....	41
X.	DISCUSIÓN DE RESULTADOS .....	46
XI.	CONCLUSIONES.....	84
XII.	RECOMENDACIONES.....	86
XIII.	BIBLIOGRAFÍA.....	87
	ANEXOS .....	91

## **RESUMEN**

El presente documento contiene una investigación monográfica, la que tenía como objetivo principal, “Determinar si existe dependencia emocional en las relaciones de noviazgos de estudiantes de la carrera de Psicología de la UNAN, Managua, en el segundo semestre 2015”.

Se hizo uso del enfoque cualitativo, como métodos de recolección se emplearon las técnicas de entrevista, grupo focal y observación para el procesamiento de la información se utilizó la técnica de análisis de contenido. La muestra la constituyeron cuatro parejas de estudiantes de la carrera de Psicología, UNAN-Managua.

Como principales resultados se evidenció que cada una de las parejas ha tenido diferente tiempo de relación en su noviazgo, pero todas se mantenían en un rango superior a seis meses, cabe destacar que compartían el mismo salón de clase y también residían en el mismo Departamento.

Respondiendo al objetivo de la tesis se pudo afirmar que en la carrera de Psicología si se hace presente la existencia de noviazgos que dependen emocionalmente.

En la muestra seleccionada se logró identificar algunas manifestaciones que de acuerdo al análisis de resultados reveló la existencia de tres diferentes tipos de dependencia emocional de los cuales corresponden a: una pareja codependiente, una coindependiente y dos novias dependientes.

## **I. INTRODUCCIÓN**

La dependencia emocional según Castelló Blasco (2012) es un patrón persistente de necesidades emocionales insatisfechas que se intentan cubrir desadaptativamente con otras personas, esto sugiere que algunas personas con carencias afectivas pueden forjar un vínculo desequilibrado ya sea con la familia, amigos, compañeros, pero con mayor frecuencia en las relaciones amorosas.

Esta problemática es de gran interés en la actualidad, a pesar de que ha existido a lo largo de la historia; los seres humanos siempre han dependido de algo o alguien en diversas situaciones, ya sea el trabajo, sus herramientas, la naturaleza, sustancias químicas y otras personas para poder subsistir ante las adversidades.

La presente investigación se enfatiza en la dependencia emocional en noviazgos, una temática poco estudiada por la Psicología ya que para la mayoría carece de relevancia porque es percibido como una manifestación normal en los noviazgos. Es bueno mencionar que este estudio servirá de guía a futuros investigadores que deseen trabajar sobre este tópico y de esta manera se vaya concientizando a la población sobre los riesgos que envuelven la dependencia emocional.

El abordaje de esta tesis monográfica tuvo como principal propósito: Determinar si existe dependencia emocional en los noviazgos de los y las estudiantes de la carrera de Psicología UNAN-Managua, segundo semestre 2015, este trabajo se desarrolló bajo el enfoque cualitativo, como un tipo de investigación descriptiva, de corte transversal.

La muestra seleccionada fueron cuatro parejas de estudiantes de Psicología, que al momento del estudio se encontraban en una relación de noviazgo; para la recolección de datos se emplearon las técnicas de entrevista focalizada, grupo focal y observación.

De igual forma para el procesamiento de los resultados se empleó la técnica análisis de contenido.

Los resultados del estudio revelaron la existencia de algunas manifestaciones de dependencia emocional en ciertos participantes, asimismo se identificó el tipo de dependencia emocional presentes en los noviazgos.

## **II. ANTECEDENTES**

Para el desarrollo de esta monografía, se consultaron diversos estudios que abordan el tema de dependencia emocional en relaciones de noviazgo, para ello las investigadoras se dirigieron a la Biblioteca Central “Salomón de la Selva” de la UNAN- Managua, así como al Centro de Difusión de las Humanidades (CDIHUM) de la misma universidad, en este último se encontraron tres tesis relacionadas al tópico en cuestión, las que a continuación se describen:

Primeramente se cita un trabajo procedente de México realizado en el año 2011, elaborado por Jonathan Efraín Massa López, YuryMarissa Pat Escalante, Rodrigo Alberto Iceb Fonseca, Mónica Vanesa Canto Santana y Naojil Chan Narvajal, titulado **“Definición de amor y de dependencia emocional en adolescentes de Mérida Yucatán”**, su objetivo fue conocer diferencias entre los conceptos de amor y dependencia que tienen los adolescentes, tomando como variable la edad y el sexo

La muestra estuvo constituida por estudiantes de la UNAM (Universidad Nacional Autónoma de México), empleando el enfoque cuantitativo. La investigación dio lugar a las siguientes conclusiones: Los hombres tienen un vocabulario más extenso del constructo amor que las mujeres, las mujeres tienen un vocabulario más extenso del constructo dependencia emocional que los hombres.

Otra tesis elaborada sobre la misma línea de investigación, fue llevada a cabo en Managua por Lucía de Fátima Santos Uriarte en el año 2009, sobre **“Dependencia y nivel académico en mujeres víctimas de violencia de pareja atendidas en la Comisaría de la Mujer y la Niñez del Distrito dos”**, su objetivo general fue determinar la dependencia y el nivel académico en las mujeres víctimas de violencia de pareja para conocer si esto influye al momento de interponer una denuncia formal.

El estudio es de tipo no experimental, descriptivo- correlacional, la muestra estaba constituida por 12 mujeres que interpusieron denuncia en los meses de Agosto y Septiembre. Las conclusiones derivadas de este escrito fueron: sobresalen los tipos de dependencia con mayor incidencia en mujeres víctimas de violencia de pareja, sobresaliendo la dependencia emocional y económica.

Un tercer antecedente monográfico fue elaborado por las bachilleras María del Carmen Escobar Carranza y Abigail Elieth Hernández , este se denomina **“Dificultades en las relaciones de pareja según las valoraciones de los docentes de la Facultad de Educación e Idiomas del Departamento de Español de la UNAN- Managua comprendida entre las edades de 40-50 años y de ambos sexos, en el período octubre 2007 y febrero 2008”** , el propósito de la investigación es considerar las opiniones de los docentes de la UNAN, Managua sobre las posibles causas y consecuencia que pueden conducir a la ruptura de la pareja.

El enfoque utilizado en este trabajo fue de carácter cualitativo, la muestra estuvo constituida por 14 docentes del Departamento de Español, 7 profesores de sexo femenino y 7 de sexo masculino. Los resultados de la investigación son los siguientes: La infidelidad no es la mayor causa de separación en las parejas, la que predomina es la falta de comunicación, además existen diferencia de género en cuanto a la infidelidad. De igual manera las relaciones de pareja son concebidas como lo más complejo que existe, puesto que cada miembro tiene sus propias características y formas de comportamiento.

### **III. JUSTIFICACIÓN**

Uno de los propósitos de esta investigación es satisfacer una necesidad y un deseo de las autoras, lo que motiva conocer a profundidad sobre la dependencia emocional que según Castelló Blasco es *“un patrón persistente de necesidades emocionales insatisfechas que se intentan cubrir desadaptativamente con otras personas”*.

Esta es una temática poco abordada ya que para la mayoría carece de relevancia, puesto que conductas como celos, son concebidas para algunos como normales e incluso deseables dentro de una relación de pareja.

Por otro lado los gritos, humillaciones y control sobre las acciones que ejecuta el otro (a), son un ejemplo de la cantidad de violencia que actualmente viven determinados matrimonios o uniones de hecho estables, debido a ello se hace indispensable profundizar en el noviazgo, ya que constituye la base fundamental de la vida amorosa de los individuos por lo que es imprescindible concientizar en esta primera etapa.

Respecto a los que participan en la presente tesis, se les dará a conocer los resultados a través de la tutora del estudio, se espera que estos les ayuden a reflexionar si presentan características de este fenómeno. Esta experiencia contribuirá en su autoconocimiento y crecimiento personal.

La elaboración de esta monografía es de gran envergadura para el Departamento de Psicología dado que es la primera investigación que retoma este tipo de contenido, con estudiantes de la carrera. En cuanto a los resultados obtenidos durante todo el proceso, conviene señalar que constituirá una fuente importante para futuros estudios que se enfoquen en líneas de estudio similares.

#### **IV. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

Toda dependencia emocional es un problema, puesto que los seres humanos son individuales y tienen capacidad para tomar sus propias decisiones, sin embargo cuando la persona presenta esta condición puede volverse insegura, presentar baja autoestima y constantes deseos de aprobación, lo que puede traer consigo un desequilibrio psíquico.

Ahora bien, en una pareja es normal en cierta medida e incluso deseable tener dependencia, ya que esto posiblemente ayudará a mantener un vínculo sano, pero cuando un miembro de la pareja se subyuga a la voluntad del otro(a) o necesita continuamente su aceptación, puede llevar al individuo a experimentar una gran angustia que no le permitirá ser el mismo(a) ni desarrollarse y alcanzar su libertad plena, lo que a su vez puede llevar a un distanciamiento o deterioro de las relaciones sociales.

Abordar este fenómeno es muy significativo para la Psicología, en especial en el contexto del noviazgo en el que cada uno de los sujetos pueden dejar a un lado su individualidad producto del enamoramiento, lo cual suele llevarlos a experimentar fuertes conflictos y frustraciones afectando su disposición para desenvolverse en todos los ámbitos de la vida.

Retomando las ideas expuestas anteriormente, se plantea el siguiente problema de investigación.

**¿Existe dependencia emocional en los noviazgos de estudiantes de Psicología, UNAN- Managua, segundo semestre 2015?**

## **V. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN**

### **GENERAL:**

- Determinar la existencia de Dependencia Emocional en noviazgos de estudiantes de la carrera de Psicología, UNAN- Managua, segundo semestre 2015.

### **ESPECÍFICOS:**

- Describir las manifestaciones de Dependencia Emocional existentes en las relaciones de noviazgo de los y las participantes.
- Caracterizar las relaciones de noviazgo que mantienen los sujetos de la muestra.
- Identificar los tipos de Dependencia Emocional presentes en los noviazgos en estudio.

## **VI. MARCO TEÓRICO**

A continuación se analizan diversos conceptos que resultan relevantes dentro de esta investigación. Desde los objetivos propuestos, se desglosan tres temáticas importantes: Dependencia, Dependencia emocional y Noviazgo.

### **6.1 Dependencia**

#### **6.1.1 Etimología**

Según el Diccionario de la Real Academia Española (2014) dependencia proviene de los términos dependiente y depender, este último tiene su origen en la raíz latina *dependere* que significa “colgar de arriba.”

#### **6.1.2 Definición**

Es un término que se emplea en diversas situaciones, es por esta razón que muchos autores han propuesto distintas acepciones al definirla.

Para el Consejo de Europa (Oslo, 2000) es un estado en el que las personas, debido a la pérdida de autonomía física, psicológica e intelectual, precisan algún tipo de ayuda y asistencia para desarrollar sus tareas diarias. Esta podría estar originada o verse agravada por la ausencia de integración social, relaciones solidarias, entornos accesibles y recursos económicos adecuados para la vida.

En otras palabras, el término abordado se asemeja a la falta de independencia, en la cual el individuo se muestra inseguro, con gran deseo de aprobación por parte de sus pares. Posiblemente sea necesario el acompañamiento de alguien en sus actividades para poder sentir un bienestar propio.

Sin embargo existen sujetos que se vuelven sumisos a causa de algún impedimento físico o alguna enfermedad mental, por lo que requieren del apoyo

incondicional de sus hijos, esposos u otros parientes cercanos o algunas instituciones para poder desenvolverse.

Algunos de los significados derivados del léxico dependencia se detallan a continuación: En el campo de la Psicología, el término implica una necesidad compulsiva de consumir alguna sustancia, como alcohol, tabaco o drogas, para experimentar sus efectos y calmar el malestar producido por su privación.

El portal electrónico Psicólogos de Madrid (2015), señala que es una actitud de subordinación a un poder mayor que uno mismo.

Se determina la dependencia emocional cuando un sujeto se encuentra inmerso en un lazo afectivo y alberga la sensación de no poder salir de ella, aun siendo consciente del dolor y sufrimiento que está pagando por mantener el vínculo.

Esta circunstancia produce ansiedad entre otros malestares, se experimenta una incapacidad para escapar de la situación que genera sentimientos de angustia y ausencia de libertad.

Una vez presentadas diferentes acepciones sobre la temática, conviene realizar una exploración sobre las clasificaciones que actualmente existen, seguidamente se detallan las más relevantes.

## **6.2 Tipos de dependencia**

### **6.2.1 Dependencia económica**

Esta se establece como una imposición en la cual quien tiene el dinero tiene el poder, es entonces que la integridad de la unión se quiebra, ya que se instaura una dinámica de autoridad que no es propicia dentro de una relación.(Guzmán, sf)

Es común que este tipo de dependencia se manifieste en algunas mujeres que al emprender un matrimonio o unión de hecho estable, toman la decisión de dejar sus trabajos y se dedican a atender las diversas tareas de su hogar, su pareja e

hijos y empiezan a dejar los ingresos familiares en manos de su esposo o compañero de hecho estable.

Otra forma de sumisión se asocia al consumo reiterado de fármacos y drogas, las que alteran el funcionamiento del sistema nervioso central y por ende el comportamiento de las personas.

### **6.2.2 Dependencia a sustancias psicoactivas**

Esta es considerada por el DSM IV (2002: 626) como *“un grupo de síntomas cognoscitivos, de comportamiento y fisiológicos, que indican que el individuo continua consumiendo la sustancia a pesar de la aparición de problemas significativos relacionados con ella”*).

En otras palabras, un sujeto que es consumidor de cualquier tipo de elemento psicoactivo, manifiesta cambios de conducta, ejemplo de ello es que se dedique completamente a la búsqueda de la sustancia y deje a un lado sus actividades hogareñas, laborales y sociales, puede incluso recurrir a prácticas consideradas aversivas para la comunidad, tales como el robo a los familiares, amistades u otras personas, todo esto para poder saciar su necesidad de consumo.

Seguramente quien lo padece puede vivenciar una muerte silenciosa, ya que el organismo del individuo se va desgastando lentamente hasta llegar a acabar totalmente con la vida del afectado. Para poder hablar de dependencia a sustancias es imprescindible que los síntomas se hagan presente por un período de doce meses.

Por otra parte, en la actualidad se reconoce que la angustia que experimentan algunos seres humanos de cumplir estrictamente con su trabajo es una manifestación de algún tipo de dependencia.

### **6.2.3 Dependencia laboral**

En este caso las personas pueden dejar a un lado sus tareas primordiales en su desarrollo tales como el descanso, la recreación, su familia, amistades, espacio personal, y otras acciones, para enfocar su energía en tareas propias de su labor, esto sin que sus superiores le obliguen, él o ella se ofrece voluntariamente a hacer horas extras y puede llegar a estar hasta altas horas de la noche y la madrugada dedicándose a sus labores, ya que lo contrario puede afectarle.

Al respecto, Cherrington (1980) define a este tipo de dependencia como una implicación irracional al trabajo excesivo, que identificaría a las personas que son incapaces de encontrar otra fuente de ocupación ajena a su faena laboral.

De igual manera, Killinger (1993) autor de uno de los primeros libros traducidos al castellano relativos a este tema, propone que son individuos que gradualmente va perdiendo estabilidad emocional y se convierte en adictos al control y al poder en un intento compulsivo de lograr aprobación y éxito.

Dentro de este orden, Robinson (1997:18) la define como un modelo caracterizado por la sobrecarga continua voluntaria y compulsiva, de forma que el trabajador es incapaz de regular sus hábitos laborales y acaba excluyendo otros campos de interés y actividad.

Posteriormente se plantea el término dependencia emocional.

### **6.2.4 Dependencia emocional**

Para Castelló Blasco (2012:17), es *“un patrón persistente de necesidades emocionales insatisfechas que se intentan cubrir desadaptativamente con otras personas”*.

Este planteamiento sugiere que las carencias afectivas son propias a los individuos que poseen las siguientes características, estos por lo común son inseguros, con sentimientos de vacío y autoestima baja que buscan

complementarse o llenarla de una forma errada o a través de los demás, en especial con quienes muestran afinidad o comparten un vínculo afectivo. Estas pueden ser los padres, hermanos, amigos, pero con mucha más frecuencia se puede dar en las parejas.

De igual manera el amor se convierte en lo más relevante para ellos, quienes viven con un énfasis tremendamente intenso, pensando que lo realmente importante es el otro/a, sintiéndose incapaz de concebir su existencia sin alguien a su lado.

Si bien es importante que en los noviazgos se muestre un amor sincero e interés mutuo, la preocupación por el sujeto con quien se comparte dicho lazo es de tipo obsesiva al punto de que se vuelve un tanto enfermiza, o sea que sobrepasa lo considerado normal.

Por lo tanto los dependientes emocionales suelen tener relaciones desequilibradas en las que aportan mucho más que el otro, es por esto que en diversas ocasiones no se sienten correspondidos/as lo que puede provocarle estados de ánimos negativos tales como tristeza, frustración, llanto y el recurrente miedo de ser abandonado, asimismo le invaden sentimientos de culpabilidad al estar obrando bien, por lo que día con día busca satisfacer al novio/a aunque esto muchas veces implique el descuido propio.

En síntesis, Dependencia Emocional se puede definir como la necesidad excesiva de tipo amoroso que una persona siente hacia otra, generalmente en el contexto de un vínculo afectivo. Dos aspectos característicos emergen de esta aseveración: en primer lugar, no se reduce exclusivamente a un noviazgo; en segundo lugar, que suele ser de carácter afectuoso y no de otro tipo. (Castelló Blasco 2005)

A como se describió en líneas anteriores, existen distintos tipos de dependencia: económica, de sustancias y laboral, ninguna de las cuales conllevan a algo

positivo, si no que cambia o afectan negativamente el comportamiento al igual que la percepción de bienestar del individuo dependiente.

### **6.3 Factores causales de la dependencia emocional**

A continuación se describe una serie de factores correspondientes a las posibles causas que generan la dependencia emocional en el ser humano.

#### **6.3.1 Falta de autoestima generada en la infancia**

El origen de la Dependencia Emocional recae básicamente en la infancia y el tipo de trato que se establece con los padres, madres y otras personas que pueden ser significativas en la vida de un sujeto. Entre las razones más comunes se encuentran el abuso de autoridad, la excesiva protección que se le da al niño/a, la poca confianza que infunden los tutores y la estima en sí mismo.

Otro factor causal ligado a la dependencia emocional ocasionada eventualmente por la baja autoestima es:

#### **6.3.2 Chantaje emocional**

El chantaje emocional, es una poderosa forma de manipulación, en la que directa o indirectamente, los seres próximos a cada sujeto amenazan con castigar de diversas maneras ya sea físico y psicológico (rechazo, desvalorización, abandono.), si no hacen lo que se les ordena.

Este surge cuando se le enseña al niño/a que únicamente será amado/a cuando cumpla con expectativas establecidas por los demás, de lo contrario será reprobado. La persona dependiente aprende a no crear conflictos y no molestar como una forma de garantizar el afecto que necesita.

En correspondencia al planteamiento anterior, Berne (1966) en su teoría del Análisis Transaccional define como caricias condicionadas aquellas que se dan por conductas objetivas, sean positivas las que comprenden elogios, premios por

comportamientos efectivos y éticos o negativas porque invitan a sentirse mal en el momento, pero adecuadas por señalar cambios necesarios.

De esta manera se puede observar algunas veces que padres/madres posiblemente se equivocan en los mensajes de sumisión que transmiten a sus niños (as) de manera consciente o inconsciente, por medio de palabras o a través de su expresión corporal, con esto predisponen a sus hijos a que en su vida adulta lleguen a crear un apego de cualquier tipo.

En efecto cuando este tipo de personas están en un noviazgo tienden a complacer las peticiones, exigencias, demandas del otro u otra, ya que solo así sienten que pueden ser queridos, por lo tanto evitan cualquier evento que contradiga a la pareja o genere un conflicto.

A continuación se describe otro factor que incide en la dependencia emocional:

### **6.3.3 Manipulación mental y sentimiento de culpa**

Esta suele estar asociada a la toma de control del comportamiento de un individuo o grupo mediante técnicas de persuasión o presión psicológica. El manipulador intenta eliminar el juicio crítico de su semejante, distorsionando su capacidad reflexiva. (Mantra, 2008)

De igual manera utiliza el miedo, la obligación y la culpa como instrumentos para obligar a ceder.

La manipulación y el sentimiento de culpa son usualmente utilizados por los progenitores como forma de dominio en el niño/a, de tal manera que este pueda seguir manteniendo la conducta deseada. Las sentencias hechas por estos en un tono desproporcionado y los lamentos de múltiples dolores atribuidos al disgusto por el comportamiento de los hijos/as son un ejemplo claro de estas.

De esta manera el infante aprende que al no hacer la voluntad de sus familiares, debe sentirse responsable por los malestares de estos

La mayoría de los padres no transmiten el sentimiento de su propio corazón a sus vástagos, por consiguiente en la actualidad muchos no se sienten amados, ni aceptados de una manera genuina e incondicional.

No obstante, estas situaciones pueden ser llevada más allá del hogar, ya que es posible que sean aprendidos e incluso modelados en el noviazgo como en el matrimonio, el dependiente puede sentirse causante de los malestares de su pareja y con frecuencia experimenta que todo lo que hace está afectando la relación, queélo ella es el culpable de todos los conflictos.

Al respecto, el mismo Berne(1966) propone el término rebusque emocional expresándolocomo una emoción suplente que sustituye a una emoción auténtica, la cual es fomentada por los padres o sustitutos de la infancia. Laspersonas con este tipo de elección argumental buscan situaciones negativas con el propósito de experimentar sensaciones displacenteras. En la mayoría de los casos la alegría, el miedo, el enojo y la tristeza pueden ser sustituidas por ansiedad, depresión, culpa, resentimiento e insensibilidad.

El siguiente apartado describe otro elemento importante:

#### **6.3.4 Fallos en la construcción de autoestima.**

Cuando el pequeño tiene fallas en la construcción de su imagen psicológica, se debe esencialmente a que padres/ madres y otras seres significativos brindan pocaintimidad y aceptación, además de la asimilación de mensajes contradictorios sobre sus capacidades.

Los progenitores son forjadores de individuos capaces de creer en sí mismo en todas las áreas en que se desenvuelvan, cuando el proceso fracasa posiblemente le provocará inseguridades queacarrearáconsigo a lo largo de toda su vida. Esto lo lleva a buscar erradamente esa confianza en otros (otras) y por tanto volverse dependiente, puesto que solo al estar en constante interacción con ella, se siente totalmente seguro, aunque esta no sea verdadera.

A continuación se especifican las definiciones de algunos expertos en el estudio del desarrollo integral de la personalidad y la autoestima:

En ese sentido Rosemberg (1965:60) expone, "Es una actitud positiva o negativa hacia un objeto en particular, el yo." La alta autoestima expresa el sentimiento que uno es lo suficientemente bueno".

Por otra parte, Rogers (1967) plantea a esta como "un conjunto organizado y cambiante de percepciones que se refiere al sujeto" y señala que es "lo que él reconoce como descriptivo de sí como datos de identidad".

Desde otro punto de vista Yagosesky, (1998) la define como el resultado del proceso de valoración profunda, externa y personal que cada quien hace de sí mismo en todo momento, esté o no consciente de ello. Este es observable, se asocia con nuestros sentidos de valía, competencias y merecimiento, y es a la vez causa de todos nuestros comportamientos.

Para Brander (1999) autoestima se interpreta como la experiencia de ser aptos para la vida y para las necesidades, al igual que la confianza que cada individuo se tiene en cuanto a su capacidad de pensar y enfrentar los retos que la vida presenta y del derecho que se tiene a la felicidad.

Una vez abordado el factor causal de dependencia originado básicamente por el tipo de crianza o figuras de autoridad, conviene señalar el papel relevante que desempeñan los medios de comunicación en la búsqueda de la identidad.

### **6.3.5 Imaginario colectivo de los medios de comunicación**

Este acápite expone como el conjunto de mitos, formas, símbolos, tipos, motivos o figuras que existen en un grupo en un momento dado, siendo así la mente colectiva.

A su vez pueden impactar en algunos sujetos, sobre todo cuando desde su infancia no se han sentido apreciados y en la actualidad presentan baja autoestima, lo cual los predispone a que los medios influyan en ellos.

Un ejemplo es que a través de series y programas, televisivos, se les ha enseñado a las mujeres esencialmente a ser sumisas y valer en función de su conexión con los demás, mientras que al hombre se le vincula con sus acciones.

Son estos mensajes que día con día se transmiten en algunos programas de la televisión, revistas y otros centros de difusión, los que pueden llegar a influir en la dependencia, sobre todo en la población femenina.

Como lo afirmaba Fox (2003) a través de los medios de comunicación se construyen imaginarios que cambian la estructura y relaciones interpersonales que se establecen, aportando al inconsciente y sueños de los individuos e influyendo así en sus interacciones cotidianas.

Después de explorar las causas o factores asociadas al abordaje de esta temática conviene detallar algunas características de esta conducta:

#### **6.4 Características de los dependientes emocionales**

Los que se encuentran dentro de esta categoría **suelen estar muy motivados a complacer a otros** para lograr protección y apoyo. Generalmente reúnen un perfil psicológico donde **son muy influenciables por las opiniones de quien le rodea**, siempre y cuando sea para cumplir sus expectativas y deseos.

Sin embargo, cuando el miembro debe decidir entre complacer a un compañero o a una figura de autoridad, **normalmente opta por complacer a la autoridad** (Bornstein, 1992), ya que es el personaje capaz de ofrecer mayor orientación, apoyo y protección. Sumado a esto presentan un déficit de habilidades sociales, con ausencia de asertividad, un alto índice de egoísmo y exclusividad impuesta.

También **requieren de apoyo incondicional** expresando actitudes extrínsecas para poder recibir la búsqueda de ayuda. Su rol en la mayoría de las ocasiones es de subordinado, y en otras ejerce un papel de rescatador.

Suelen tener **un acusado anhelo de estar con las personas** que quieren, experimentando emociones negativas cuando no sienten su cercanía. Esta razón de adherencia produce que adquieran dificultad para romper “las ataduras” de estar con el otro/otra, es decir se tornan hiperdependientes, finalmente da lugar a una pseudosimbiosis (estar incompleto sin el otro).lo que a su vez, produce que tengan un gran temor hacia la soledad.

Concerniente a los noviazgos se presentan una acusada ilusión al principio, idealizando a la pareja, siendo primordial en su vida y remarcando la exclusividad. Inclusive transforman el amor en dolor, el placer en disgusto. Su principal obstáculo es su escasa estima, la preocupación excesiva por los demás, obviando la importancia hacia sí mismo.

Ante la siguiente postura es fácil poder deducir que los afectos se encuentran a “flor de piel” en los lazos de carácter amoroso y que la indiferencia o la ruptura pueden llegar a serle más dañinas en comparación a los demás.

## **6.5 Manifestaciones de dependencia emocional**

Según Castelló Blasco (2012) las manifestaciones son las siguientes:

### **6.5.1 Prioridad de la pareja sobre cualquier otra cosa**

Esta ilustra a la perfección la similitud con otras adicciones, ya que en ambos fenómenos es el objeto de la adicción lo que se convierte en el centro de su existencia. El compañero ocupa continuamente su pensamiento, sentimientos y comportamiento, descuidándose de aspectos como trabajo, hijos, familia, allegados, aficiones, etc.

Todo lo anterior explica cómo estos pierden cada uno de los rasgos y cualidades que lo caracterizan, el trato con sus amistades deja su existencia en segundo plano por estar pendiente de su novio/a. Según él o ella no tiene que haber nada que se interponga entre ambos, que dificulte el contacto deseado con ella. Estos dejan de tener vida propia o mejor dicho, consideran que su razón de ser solo adquiere sentido cuando están en una relación

### **6.5.2 Voracidad afectiva, deseo de acceso constante**

Para entender este rasgo, es muy importante imaginarse que los que integran esta categoría pueden decidir por sí mismo/a cómo y cuándo contacta con su el otro/ otra.

Estos sienten y tienen la necesidad de estar en comunicación permanente y excesivamente con su amado(a), de hacerlo todo junto, se niegan los espacios individuales. Las persona de este tipo quieren saber continuamente dónde están, qué hacen, les llaman una y otra vez al trabajo y les mandan mensajes de texto al móvil. (Castelló Blasco 2012)

### **6.5.3 Sumisión hacia la pareja**

Según la Real Academia Española (2014) define el acto de sumisión como sometimiento de alguien a otra u otras.

Una vez definido el término, se explica en qué consiste esta característica. Desde la perspectiva del dependiente, la sumisión es un medio para preservar la relación a toda costa, uno de sus componentes es el que domina claramente y el otro es sumiso.

Generalmente ponen en primer plano la preocupación por el bienestar de su novio/a haciendo todo lo que dice, cuando lo dice y como él o ella quieren que se hagan las cosas, dejando a un lado sus propias decisiones, a veces no tienen iniciativa para ejecutar cualquier gestión por sí misma.

#### **6.5.4 Idealización del compañero**

Se refiere a la acción de sobredimensionar las cualidades y aptitudes del objeto de su amor sin un ápice de objetividad o racionalidad.

En este caso ponen "como en un altar a su pareja", lo admiran y consideran como grandiosa y especial más que a él/ella y los más próximos de su entorno, es como si el sujeto se despreciara tanto que necesite a otros para compensar su supuesto déficit y conseguir sentirse bien, útil y capaz.(Castelló Blasco, 2012)

#### **6.5.5 Necesidad de agradar, búsqueda de validación externa**

Hay un deseo extremo de tener la aprobación de los demás, en general y de su conyugue en particular.

Se evidencia que, siempre buscan el consentimiento de este/esta en cuanto a su manera de vestir, las actividades que lleva a cabo, sus amistades y en un punto extremo hasta con quien debe vincularse en su propia familia. No logran sentirse bien consigo mismo hasta que obtienen la aceptación (Castelló Blasco 2012)

#### **6.5.6 Déficit de las relaciones sociales**

La baja autoestima y constante deseos de agradar, impide que desarrolle una adecuada asertividad, además si su demanda de atención hacia el otro alcanza ciertos límites, pueden manifestar esta carencia sin importarles mucho la situación o las circunstancias, mostrando así falta de empatía.

Por su falta de seguridad y confianza en sí mismo/a, generalmente no puede mantener vínculos estables con los demás ya que casi siempre querrá la aprobación de su compañero, este tiene que decir con quien debe estar en contacto. (Castelló Blasco, 2012)

### **6.5.7 Miedo a la Soledad**

Cuando un sujeto experimenta temor por no tener una pareja o por percibir que no es amado, al punto de superar el anhelo propio de sociabilidad de todo ser humano y se vuelve una conducta “obsesiva”, se enfrenta a un problema. Necesita a su novio/a para sentirse equilibrado/a y seguro/a. Para quien padece esta condición, la soledad es vista como una situación aterradora. (Castelló Blasco 2012)

Con el novio/a presenta comportamientos incorrectos como llamadas constantes, a horas o momentos inapropiados, este elude enfrentar aspectos de su experiencia vital o de sus características de personalidad que le hacen daño.

Para estos sujetos la posibilidad de una ruptura puede ser algo tan catastrófico, por su enfrentamiento con el abandono y la pérdida del significado de su existencia. La situación puede llevarlo a que ejecute hechos impetuosos de autoagresión. Este es un caso límite que con frecuencia da la voz de alarma, pero no es imprescindible que se manifieste para afirmar que un individuo es dependiente emocional.

### **6.5.8 Las manifestaciones límites frente a una pérdida**

La separación puede ser algo tan desastroso por su enfrentamiento con la soledad y la pérdida del sentido de vida, que lo puede llevar a realizar acciones y manifieste expresiones impulsivas como exigencias, autolesiones o amenazas, conductas temerarias que ocasionarían daños a otros, hasta tentativas de suicidio. (Castelló Blasco 2005, Borsntein et al, 2002).

Esta dimensión está conformada por enunciados que describen eventos pasados, concepto actual sobre sí mismo y creencias sobre lo que se podría llegar a hacer.

### **6.5.9 Búsqueda de atención**

Se tiende a la búsqueda constante de atención para atraer al novio/a, la que puede darse de una forma activa o pasiva, con el fin de asegurar su permanencia y tratar de ser lo más importante para este(a). Se expresa a través de la necesidad psicológica que el sujeto tiene hacia su compañero, hacen todo lo posible para divertirla y entretenerla. (Castelló Blasco, 2012)

### **6.5.10 Modificación de planes**

Cuando tiene lugar esta condición, es importante estar alerta a las demandas o incluso caprichos, para poder complacer al ser amado. (Castelló Blasco, 2005). Esto se demuestra en el cambio de actividades, planes y comportamientos. Lo que a su vez se refleja en peticiones que se presentan de forma explícita e implícita debido a que quiere agradar y compartir mayor tiempo junto a su enamorado.

Una vez descrita las diferentes manifestaciones implicadas en el dependiente emocional, se definirá sus tipos.

## **6.6 Tipos de dependencia emocional**

Existen 5 tipos de dependencia de este ámbito:

### **6.6.1 Dependencia**

Este se puede referir al hecho de un amor no correspondido. Uno de los novios se subordina, mientras el otro permanece indiferente. Refleja al fin y al cabo un patrón de sumisión y dolor. Para el individuo la pareja es la única en el mundo que puede hacerle feliz, es como decir, que se está perdido si este desaparece de la vida de él. (Castillo Baladrón, 2008)

Una segunda definición es la expuesta por Pérez (2011) la cual aduce que es un miembro el que suele tener una idea errónea de lo que es un vínculo tomándola como una situación donde debe ser elogiado y se le debe rendir respeto o devoción.

Otro autor que hace énfasis en este fenómeno es García Bernabéu (2011), que menciona las siguientes características:

- Se basa en la seguridad y en la comodidad, se sirve de la necesidad y de la presunción como prueba de amor (que en realidad puede ser miedo, inseguridad y soledad sufrida, no deseada)
- Involucramiento total, vida social limitada, descuido de otras relaciones significativas. Abandono de los amigos e intereses anteriores.
- Preocupación por la conducta del otro(a). La propia valía y la autoestima están vinculados con la aprobación del otro (a).
- Celos, actitud posesiva, miedo, competencia, "genera/búsqueda de seguridad".
- Búsqueda de la protección "perfecta". Eliminación de los riesgos posibles.
- Reafirmación a través de la actividad repetitiva y ritualizada.
- Intolerancia, incapacidad para soportar las separaciones (incluso durante los conflictos), apego todavía más estrecho. Síndrome de abstinencia ante la no presencia del otro: pérdida de apetito (en ocasiones), agitación, letargo, agonía, desorientación.

Para García Bernabéu (2011) los dependientes emocionales presentan la siguiente característica al vivir una separación:

El sujeto se siente inadecuado, sin valor. Suele corresponder con una decisión unilateral (en que uno de los dos miembros es el que decide terminar). Este rompimiento puede ser violento, con frecuencia se odian el uno al otro, tratan de causarse dolor mutuamente y puede haber manipulación para que el otro vuelva.

A continuación se muestran algunas definiciones sobre el término ruptura.

Según la Real Academia Española (2014) se define como una disolución de relaciones entre las personas. Desde otra perspectiva, se concibe que es natural que en el noviazgo se presenten desavenencias, o sea hechos o acciones por la cual se disuelven los lazos afectivos entre individuos, esto implica un quiebre en la relación tal como se venía desarrollando para pasar a una instancia en la que la conexión que existía queda totalmente interrumpida. (Definición ABC, 2007)

### **6.6.2 Co-dependencia**

Esto quiere decir, dos dependientes juntos. Es un nivel que se desenvuelve entre el goce y el sufrimiento, entre el éxtasis y la tortura. Se manejan mucho los celos y los controles generando dolor. Se basa en el mito de la media naranja. (Castillo Baladrón, 2008)

Otro concepto es el de Murga (2014) quien aduce que al igual que hay hombres y mujeres adictos a diferentes elementos (alcohol, cocaína, tabaco), también existen individuos que sufren una tendencia a experimentar ciertas emociones que algunos sujetos o situaciones desencadenan en ellos. Y es que estas experiencias también liberan sustancias químicas en el cuerpo que pueden ser irresistible como por ejemplo la adrenalina que uno experimenta en una relación pasional.

Concretamente, los codependientes se caracterizan por la manifestación de una excesiva, y a menudo inapropiada preocupación por las dificultades del otro(a). Asimismo organizan su comportamiento en función de otro individuo con el fin de satisfacer necesidades personales que no fueron atendidas en el pasado. Y es que la codependencia es una herida que viene de la infancia, generalmente debido a un inadecuado apego con las figuras cuidadoras, que se manifiesta en la vida adulta en problemas.

Muchos permanecen atrapados en noviazgos insatisfactorios y hasta destructivos porque les asusta la idea de quedarse solos o porque se sienten responsables de la felicidad de su pareja.

Características de las personas codependientes:

- Estar siempre preocupado por complacer a otros. Estos sacrifican sus necesidades para atender primero las de los demás.
- Tener dificultades en decir que no o en expresar sus preferencias.
- Baja autoestima: corresponden gran medida de la aprobación de los otros. Se preocupan demasiado por lo que piensan de ellos.
- Miedo a ser rechazado o a ser abandonado.
- Negación. Prefieren ignorar aspectos equívocos de su compañero del vínculo amoroso.
- Pasan su tiempo tratando de cambiar al ser amado(a).
- Límites difusos: Esto significa que a menudo se sienten responsables por los sentimientos y problemas de los otros. Se muestran excesivamente empáticos. Como tienen límites difusos, absorben con facilidad las emociones de los demás.
- Siguen atrapados en una insatisfactoria y a veces extremadamente abusiva relación, aunque en el fondo sepan que ese lazo amoroso no les conviene.
- Los codependientes a menudo sienten la necesidad de controlar (de forma implícita o explícita) a los que están a su alrededor. Lo hacen porque vigilar les aporta seguridad.
- Tener obsesiones: Tienden a pasar mucho tiempo pensando en otros (as) o en los errores que han cometido.

### **6.6.3 Independencia**

Esto se refiere a la persona no-dependiente. Estos sujetos tienen un desarrollo basado en una sensata autonomía emocional, es decir, una vida sin apegos, con capacidad de renovarse y auto gestionar los niveles de afectividad e intimidad. (Castillo ,2008)

### **6.6.4 Co-independencia:**

Las relaciones se basan en dos independientes unidos. Este es un nivel para individuos, donde ambos se interesarán, se enriquecerá y se aportarán mutuamente. (Castillo, 2008)

### **6.6.5 Inter-independencia**

Esto es una red de independientes, es decir, una red de que se encienden y activan cuando la consciencia se enfoca en cada cual.

La persona es aperpectivista, es decir, está más allá de las perspectivas y está abierta a una red de afectividad, cooperación, sinceridad y respeto. (Castillo, 2008)

Luego de abordado los diferentes tipos de dependencia se hará referencia al siguiente tópico.

## **6.7 Noviazgo**

Para Muñoz y Lorente. (sf) Este es un período de vida en el que dos sujetos establecen una relación afectiva con la intención de conocerse mejor y en su caso institucionalizarla de manera permanente, durante el cual se establecen vínculos amorosos libremente consentidos y mutuamente aceptados.

En términos más específicos, se refiere a un período dentro del cual se mantienen una unión afectuosa entre dos individuos en la que prevalecen lazos de hermandad y compañerismo, lo que a su vez permite el conocimiento mutuo.

Otro aspecto fundamental es que constituye un tiempo de preparación para el matrimonio, aunque este en muchas ocasiones no se produzca, conviene señalar que va variando dependiendo de la cultura y del momento histórico.

### **6.7.1 Características del noviazgo.**

Existen ciertas características que permiten que una amistad se convierta en un conexión de amor y es importante analizarlas.

- **Fidelidad:** Está determinada por la lealtad y respeto a la pareja puesto que no es sano tener dos relaciones a la vez, si se permite una situación así, en la vida conyugal continuará. Si uno u otro es infiel hay grandes probabilidades que lo sea en el enlace matrimonial.
- **Respeto:** A la integridad física y psicológica.
- **Libertad:** esto quiere decir que nadie tiene el derecho de disponer de la existencia del otro ni a obligarlo a que tome una decisión de una u otra cosa que tenga que ver con su entorno familiar, sus estudios, sus metas o intereses.
- **Respeto por sus ideas y opiniones:** se refiere al respeto a las opiniones e ideas del otro aunque difieran de las propias. Nadie tiene derecho a cambiar la forma de pensar del otro.
- **Esfuerzo:** Para mejorar día a día la calidad del amor, para que del querer inmaduro, sentimental, inestable, irresponsable del enamoramiento se pase a un amor maduro es preciso que haya una entrega total y generosa de sí mismo.
- **Compartir:** Es provechoso tener momentos a solas para poder platicar francamente sobre sus gustos, intereses y sentimientos, pero también son necesarias las actividades en grupo con los parientes y amigos.

- **Conocerse:** No se puede amar lo que no se conoce, por lo tanto en el noviazgo debe haber diálogo, comprensión, estar consciente de que la otra persona es diferente; como conoces al otro es indispensable conocer a la familia porque cada uno está condicionado por su ambiente.
- **Metas comunes:** Deben coincidir en principios fundamentales como son el respeto, el amor, la fidelidad, la justicia, los valores morales.
- **Estabilidad:** Predomina el sentido común y la seguridad logrando una unión sólida y estable.
- **Amistad:** Es la base para iniciar una relación amorosa.

### **6.7.2 Etapas del noviazgo**

Como cualquier etapa de la existencia humana, el noviazgo pasa por diversas fases las cuales se deben de vivir para lograr una unión plena.

Según Lives(2013) las etapas por las que pasan los novios son:

#### ➤ **Atracción**

Dos personas se empiezan a gustar entre muchas otras, ya sea por atractivo físico, emocional, intelectual o ambas. Comienzan una amistad más íntima conocen sus gustos, intereses, aficiones, miedos, etc. En esta fase, la atracción y el enamoramiento van de la mano debido a que apenas están empezando a conocerse. Ven solo las cualidades del otro, se ve perfecto al ser amado, los defectos desaparecen.

#### ➤ **Incertidumbre**

Es el período en la que existe un replanteamiento acerca de si la pareja elegida es la adecuada y si cumple las expectativas que se posee.

Se dedica un espacio especial a la persona que nos atrae comienzan a platicar de manera más profunda sobre la vida misma, se empieza a sentir preocupación por lo que le pudiera suceder al otro.

➤ **Exclusividad**

Cuando se inicia una relación se decide salir con un sujeto, dar y recibir de él/ella, para que surja un vínculo romántico y amoroso. Los dos entienden y aceptan que no saldrán con otros.

Se revela si los involucrados tienen la madurez necesaria para mantener una relación exclusiva. Aumentan los sentimientos de amor debido a que se comparte más con el otro/a.

➤ **Intimidad**

Existe una entrega única. Ambos se muestran tal y como son, sus aspectos negativos y positivos. Comparten virtudes y superan defectos.

No presenta un límite de tiempo, lo que en verdad se busca es el conocer al otro, se entrega lo mejor de uno mismo. Se está más segura que son el uno para el otro.

➤ **Compromiso**

La certeza de que están junto con el individuo que se quieren casar, es un estado de emoción y sorpresa. Proporciona una base sólida y experimentar un amor y romance para toda la vida.

Perciben al máximo las vivencias positivas pero también la resolución de problemas; para poder enfrentar el gran desafío que significa el matrimonio y la formación de una familia. Es importante experimentar cada una de las fases, tomarlas con el período adecuado para poder disfrutarlas y concluir las como debe ser.

Posteriormente se detallan los diferentes tipos de noviazgos:

### **6.7.3 Tipos de noviazgo**

Para Sánchez (2014) existen dos tipos de noviazgo cuando se está en una relación, los cuales se especifican mejor a continuación.

#### **➤ Noviazgo constructivo**

Este tipo tiene reglas, contribuye al progreso individual, motiva a crecer y proporciona paz interior” (Sánchez, 2014). Se considera positivo para la pareja y el sujeto a nivel personal, ya que permite el crecimiento, fomenta la generosidad y confianza, pues ambos pueden proveerse ayuda recíprocamente para enfrentar las dificultades que hay en la vida.

A su vez es posible el establecimientos de ciertas normas y propósitos que se han fijado cada uno de los miembros, el tiempo, referido a las horas o días en que pasaran juntos y garantiza un espacio libre, o sea a solas el uno del otro, sin que esto necesariamente altere la calidad del lazo afectivo.

#### **➤ Noviazgo destructivo**

Este tipo de noviazgo no tiene reglas, se interpone en el progreso individual y desmotiva, crea conflictos emocionales y quita la paz interior. (Sánchez, 2014)

Una de sus principales características es que se da un estancamiento de la vida y relaciones sociales de los sujetos, pueden llevar al abandono de amistades que eran fuente de bienestar e incluso el trabajo, escuela y la familia se ve afectada debido a que ya no es tan importante como lo es el novio/a, algunas de las características son presencia de celos y amenazas, el respeto hacia la libertad personal se encuentra obstaculizado, es decir restan movilidad.

En ese mismo sentido se confirma que el noviazgo es un período dentro del cual dos individuos son capaces de establecer un vínculo afectivo, y brinda la

oportunidad de que ambos en el futuro formalicen un matrimonio es por eso que la presencia de subordinación implica mantener un lazo amoroso poco equilibrado.

Para sintetizar lo planteado en el marco teórico de los diferentes conceptos sobre dependencia emocional, se puede afirmar que su origen puede desencadenarse en la infancia, pero también es debido a la concurrencia de muchos otros elementos, entre ellos el factor social y cultural, como es el caso del papel que juegan algunos medios de comunicación, sobre todo en la evolución psíquica del sujeto.

Por tanto la dependencia emocional en una relación afectiva, implica peligro eminente, pues ocasiona privación de la identidad individual de la persona, su presencia es un gran indicador de problemas en el desarrollo de la personalidad.

## **VII. PREGUNTAS DIRECTRICES**

- ¿Qué características presentan las relaciones de noviazgo que mantienen los sujetos de la muestra?
  
- ¿Cuáles son las manifestaciones de dependencia emocional que se presentan en las relaciones de noviazgo?
  
- ¿Qué tipos de dependencia emocional están presentes en la población en estudio?

## **VIII. DISEÑO METODOLÓGICO**

### **➤ Enfoque de la investigación**

Uno de los objetivos de la investigación consiste en identificar los tipos de dependencia emocional en las relaciones de noviazgo, el que junto a los otros propósitos esbozados, requieren un abordaje que implica desde la elección de los posibles entrevistados hasta las preguntas a efectuar.

En respuesta a ello resultó necesaria la aplicación de un enfoque con apertura, flexibilidad y profundidad, donde se permita variedad en las respuestas, por lo que fue precisa la selección de un enfoque cualitativo.

El enfoque de la investigación es eminentemente cualitativo, el cual estudia la realidad en su contexto natural y los resultados no se expresan por medio de datos numéricos, sino a través de la experiencia de los sujetos de investigación.

“Los estudios cualitativos representan estrategias de elevado rendimiento en el intento de comprender e interpretar las imágenes sociales, las significaciones y los aspectos emocionales que orientan desde lo profundo los comportamientos de los actores” (Serbia, 2007:7)

Al mismo tiempo la presente tesis es de tipo descriptiva, según Schuttleworth (sf) ésta se define como un método científico que implica observar y describir el comportamiento de un sujeto sin influir sobre él de ninguna manera.

En relación a la temporalidad, el estudio tiene un corte transversal, ya que la recolección de los datos es realizada en un momento particular sin continuación a través del tiempo.

➤ **Universo**

Todos/as los/las estudiantes de la Facultad de Humanidades y Ciencias Jurídicas de la UNAN, Managua, (1,815 en el año 2015)<sup>1</sup>

➤ **Población**

Todos/as los y las estudiantes de las carrera de Psicología de la UNAN-Managua, en el período segundo semestre. (423 en el año 2015)

➤ **Muestra**

Esta estuvo conformada por cuatro parejas de novios estudiantes de Psicología. Cabe mencionar que es una muestra no probabilística dado que los criterios de selección dependen de la decisión del investigador, cuyos resultados son generalizables a la muestra en sí y no a la población. Asimismo es una muestra intencionada, lo que exige un cierto conocimiento del universo (Tapia, 2000).

De igual manera se contó con el apoyo de un experto en psicología clínica de Vida Estudiantil, UNAN, Managua y una informante clave que se desempeña como docente de los sujetos de la muestra.

En este tipo de muestreo no probabilístico los participantes de la investigación se seleccionan porque están disponibles, no porque hayan sido escogidos mediante un criterio estadístico. (Ochoa, 2015)

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

- Permanecer en una relación de noviazgo, con al menos seis meses de relación.
- Ser estudiante activo de la carrera de Psicología.

---

<sup>1</sup>Datos obtenidos en Asamblea Facultativa correspondiente al año 2015

- Que manifiesten voluntad de participar en el estudio.
- **Métodos y técnicas para la recolección de datos.**

Los métodos y técnicas de recolección de información que se utilizaron en el presente estudio son las siguientes:

**Entrevista:** Según Taylor y Bogan (1986) la entrevista es un conjunto de reiterados encuentros cara a cara entre el entrevistador y sus informantes, dirigido hacia la comprensión de las perspectivas que los informantes tienen respecto a sus vidas, experiencias o situaciones.

**En particular se aplicaron entrevistas focalizadas:** Según López de Gelviz (1995) este tipo de entrevista se asocia con el hecho de concentrar en un solo punto, el conjunto de cosas, conceptos y cuestiones referidas a temas y contenidos particulares.

Otro método de mucha relevancia fue **la Observación**, es bueno mencionar que el propósito de la misma es obtener información de sujetos y sucesos con un objetivo determinado. Según Hernández, (2000) el investigador entra en el campo a examinar, con un abierto propósito de exploración, a través de ella se puede conocer más acerca del tema que se estudia, basándose en actos individuales o grupales como gestos, acciones y posturas.

**Tanto en entrevista como en grupo focal se utilizó la observación participante:** El objetivo de esta es comprender el comportamiento y las experiencias de las personas como ocurren en su medio natural, por lo tanto se intentó observar y registrar información en su medio con un mínimo de estructuras y sin interferencia de las investigadoras.

**Grupo focal:** El grupo focal también se denomina entrevista exploratoria grupal donde un grupo reducido (6 a 12 personas) y con la guía de un moderador se expresa de manera libre y espontánea sobre una temática.

Korman (1992) lo define como una reunión de un grupo de individuos seleccionados por los investigadores para discutir y elaborar, desde la experiencia personal, una temática o hecho social que es objeto de investigación,

- **Para la validación de los instrumentos, se adoptó el siguiente procedimiento:**

**Definición del universo de observaciones admisibles:** Se elaboró de manera preliminar una guía de entrevista que contaba con once preguntas y un guión para grupo focal con un total nueve interrogantes, dirigida a estudiantes de ambos sexos.

**Identificación de expertos en dicho universo:** Se eligió a una experta en investigación cualitativa, psicóloga que ejerce su profesión dentro del ámbito psico-emocional, a la cual se le solicitó su apoyo en la revisión de los instrumentos de recolección.

- **Juicio de los expertos acerca del grado de relevancia y representatividad:**

En un inicio la guía de entrevista contaba de 11 preguntas, la experta sugirió el cambio de algunas palabras, así como la separación de una de las preguntas.

En el guión de grupo focal el número de ítems era nueve, a lo que se sugirió agregar uno más y cambiar algunos términos como lo realizó en la guía de entrevista. En general sugirió la corrección de algunos planteamientos muy extensos y ambiguos, al mismo tiempo la integración de nuevas interrogantes.

Como resultado de esta revisión se tomaron las medidas sugeridas y se logró la mejora de los instrumentos procurando mantener el número de ítems adecuado con la claridez de los mismos.

Seguidamente se describen las etapas en las que se desarrolló la investigación

➤ **Fases de la investigación**

▪ **Procedimiento para la recolección y análisis de los datos**

Para la recolección de la información, se ha pasado por diferentes fases de la investigación.

Según Latorre (1996) citado por Sequeira (2000), el proceso de investigación cualitativa se desarrolla en seis fases organizadas y sistemáticas. Lo anterior permite describir las acciones que se llevaron a cabo para lograr la consecución del presente estudio:

▪ **Fase exploratoria y de reflexión**

Esta etapa se concentró en identificar el problema de la investigación, lo que demandó mucha reflexión e indagación por parte de las ejecutoras de este estudio. Además la revisión exhaustiva de material bibliográfico pertinente a la temática de interés

Igualmente se efectuaron visitas a centros donde se pudo obtener la información necesaria para el desarrollo del estudio, tales como el centro de Difusión de las Humanidades (CDIHUM) y Biblioteca Central de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua (UNAN- Managua).

Asimismo se realizaron consultas a Internet con el fin de identificar fuentes de información relacionada al tema. Alternamente se efectuaron reuniones con la tutora, con lo que finalmente se logró definir aspectos elementales del estudio, tales como los sujetos de investigación.

El fenómeno a investigar se enfocó en las relaciones de noviazgo y dependencia emocional de los estudiantes de la carrera de Psicología, ubicado en el Recinto Universitario Rubén Darío de la UNAN-Managua.

- **Fase de planificación**

Decidido el tema a investigar, se planteó el problema y se formularon objetivos y se presentaron avances del marco teórico, además de consultar los diferentes grupos de la carrera de Psicología y algunos docentes con el fin de indagar la presencia de relaciones de noviazgo.

Luego se definió el enfoque, las técnicas de recolección y análisis para la información. Después se validó los instrumentos a utilizar en los grupos focales y entrevistas. En relación a los días y horas en que podía contactarse a la muestra, se solicitó el apoyo de los estudiantes, indicando los horarios disponibles.

Se planeó que el lugar para realizar los grupos focales fuese en las aulas que ocupan las carreras de Psicología y Trabajo Social.

- **Fase de entrada al escenario e inicio del estudio:**

Para alcanzar esta fase fue necesario acceder inicialmente a toda la población, visitando las aulas en tres ocasiones antes de iniciar la jornada de clases, lo que se aprovechó para invitarlos a participar como sujetos de la investigación, siempre y cuando cumplieran con los criterios de inclusión. .

Cabe mencionar, que se consultó previamente su disposición para colaborar con la investigación, una vez aceptada la petición se realizaron las entrevistas, ajustándose a sus horarios.

- **Fase de recogida y análisis de la información**

Latorre (1996) explica que en esta etapa, los investigadores administran los instrumentos según las técnicas seleccionadas y se analizan los datos obtenidos.

En el caso particular de las investigadoras de este estudio para la recolección de la información se realizaron dos grupos focales, uno de varones y otro de mujeres, ambos se llevaron a cabo el día 12 de noviembre del año 2015, en las aulas de

pabellón 15, con un total de 6 estudiantes (3 mujeres y 3 varones) todo en el horario y lugar previsto.

En ambos encuentros se contó con el consentimiento de los estudiantes para hacer una grabación de audio y video de lo abordado en esta reunión.

Para el procesamiento de los resultados se empleó la técnica de análisis de contenido, para lo que fue preciso transcribir y digitalizar lo expresado por las y los discentes, luego de analizar varias veces la información obtenida en los grupos focales se establecieron categorías y subcategorías de información, así como la construcción de matrices de datos de primer, segundo y tercer orden.

En este proceso se logró identificar a los participantes del grupo focal con mayor participación, los que fueron captados para la realización de entrevistas focalizadas, las mismas se llevaron a cabo de forma simultánea con el propósito de profundizar en el análisis. Estos resultados de las entrevistas fueron sometidos al análisis de contenido, para lo que se elaboró nuevas matrices de datos.

- **Fase de retirada del escenario**

Una vez que se obtuvo la información necesaria para dar respuesta a los objetivos de investigación, las autoras salieron del escenario a fin de realizar un análisis más intensivo y profundo de los datos proporcionados por las participantes, informantes claves y expertos, con el propósito de redactar el documento final.

- **Fase de elaboración del informe**

Aunque Latorre (1996), señala esta etapa como la última fase del proceso investigativo, en realidad se trabajó desde el primer día en que se realizó la investigación, porque se registró y sistematizó cada una de las etapas descritas anteriormente, pero fue en este momento en que se enfatizó sobre los aspectos reglamentarios que obedecen a la presentación de una tesis, tales como el índice, resumen, introducción y anexos.

Tabla No. 1

### Matriz de categorías y Subcategorías

Categorías	Subcategorías	Claves
Características de las relaciones de noviazgos	Tiempo de noviazgo	TN
	Procedencia	P
	Elección Vocacional	EV
	Expresión de la afectividad en los noviazgos.	EAN
Manifestaciones de dependencia emocional en las relaciones de noviazgo.	Influencia de los noviazgos en la vestimenta	INV
	Tiempo de comunicación	TC
	Afrontamiento los problemas	AP
	Tiempo en que permanecen juntos	TPJ
	Condescendencia ante las peticiones del novio(a)	CPN
	Importancia de la opinión de la familia y novio/a.	IOFN
	La opinión del novio/ novia como elemento imprescindible	OEI
	Sentimientos al estar lejos de tú pareja	SLP
	Factores asociados a la felicidad	FAF
	Acciones importante realizadas para el novio/ novia	AIN
	Opinión de la familia y amigos.	OFA
	Comportamiento inadecuado durante la relación	CIR
	Sentimientos después de una discusión	SD
	Miedo a la ruptura.	MR
Sentimientos ante la falta de comunicación	SFC	
Pensamiento sobre llevar a término la relación	PTR	
Tipos de dependencia emocional en las relaciones de noviazgo.	Independencia	I
	Codependencia	C
	Dependencia	D

## **IX. ANÁLISIS DE RESULTADOS**

### **➤ Antecedentes del contexto**

La Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua (UNAN), fue creada en 1958 mediante un decreto que le otorgaba la autonomía universitaria. Tiene sus antecedentes en la Universidad fundada en 1812 en la ciudad de León. El Recinto Universitario "Rubén Darío" comenzó su funcionamiento en 1969, estableciéndose como la sede de esta institución en la UNAN-Managua.

Actualmente es una institución de Educación Superior de carácter público que goza de autonomía académica, orgánica, administrativa y financiera, que aporta al desarrollo del país, mediante la docencia e investigación con carácter multidisciplinario, la educación permanente e inclusiva, la proyección social y la extensión cultural, en un marco de cooperación genuina, equidad, compromiso, justicia social y en armonía con el medio ambiente.

Se estima que en la UNAN-Managua estudian más de 40,000<sup>2</sup>estudiantes entre pregrado, postgrado y programas especiales. Se ofertan 97 carreras de pregrado en nueve Facultades: Humanidades y Ciencias Jurídicas, Ciencias e Ingeniería, Educación e Idiomas, Ciencias Económicas, Ciencias Médicas, además de las Facultades Multidisciplinarias de Estelí, Matagalpa, Chontales y Carazo, así como el Instituto Politécnico de la Salud (POLISAL).

El Departamento de Psicología fue fundado en el año 1969, suspendiendo sus funciones dentro de esta universidad en el año 1984, cuando la carrera se trasladó a la Universidad Centroamericana (UCA).

---

<sup>2</sup>Tomado del portal electrónico de la UNAN-Managua, 2016.  
<http://www.unan.edu.ni/index.php/presentacion>

En el año 1993 se da la reapertura de la carrera en la UNAN-Managua, cuyo Departamento se ubica en el pabellón 5 del Recinto Universitario Rubén Darío. Se imparte clases en modalidad matutina. El claustro docente lo componen diez docentes de planta incluyendo a la Directora del Departamento.

En el área de extensión social, este Departamento cuenta con una clínica de atención psicológica ubicada en Residencial Bolonia de Managua, lugar donde los estudiantes realizan sus prácticas de especialización y de profesionalización.

Respecto a la infraestructura, los alumnos reciben sus clases generalmente en el pabellón 15 aunque por disposiciones administrativas una minoría de grupos de estudiantes es ubicado en los pabellones, 11, 30 ó 32 del mismo recinto.

De acuerdo a los datos brindados por la Facultad de Humanidades y Ciencias Jurídicas (2015) la población estudiantil estuvo compuesta en el año 2015 por 1815 discentes, distribuidos de primero a quinto año.

### ➤ **Presentación de los y las participantes de la investigación**

Para conocer particularidades de la muestra, a continuación se realiza una descripción de los y las participantes. Es importante mencionar que en obediencia a los principios éticos y profesionales del presente estudio, se resguardará la identidad de cada uno/a de ellos/ellas, utilizando seudónimos.

#### **Ruth**

Es una joven de 19 años, tez morena, tiene una altura aproximada de un metro cincuenta y cuatro, sus ojos y boca son pequeños, cabello largo color negro, su aspecto general es desarreglado. Actualmente cursa el tercer año de la carrera de Psicología, convive con su mamá, padrastro y una hermana. Mantiene una relación con Saúl desde hace año y medio.

Al momento de la entrevista se mostró cooperadora, atenta, y con disponibilidad, aunque al inicio del grupo focal se notaba un poco nerviosa, posteriormente cambio su comportamiento, mostrándose comunicativa y risueña.

### **Saúl**

Es un joven de 20 años, con una estatura de un metro sesenta y ocho, piel morena, tiene rostro ovalado con ojos almendrados color café oscuro, cabello negro con corte varonil, contextura delgada. Convive con sus padres y hermanos.

Actualmente cursa el tercer año de Psicología tanto en la entrevista como en el grupo focal mostró una actitud colaboradora, atento, dinámico.

### **Ana**

Ana tiene 21 años de edad, mide alrededor de un metro cincuenta y cuatro, de tez morena con una contextura física recia, cabello y ojos de color negro, su rostro es redondo pero con facciones finas. Convive con sus padres.

En alusión a su comportamiento durante la entrevista y grupo focal estuvo atenta y participativa. Al momento del estudio cursaba cuarto año de la carrera.

### **Juan**

Juan tiene 21 años de edad, también tiene piel morena, mide metro sesenta y cinco, cabello corto de color negro, contextura recia, ojos pequeños color negro y utiliza lentes.

Manifestó una actitud cooperadora y atenta durante el proceso de entrevista, en general fue muy comunicativo, solía tomar la iniciativa al momento de responder las interrogantes, se observó que mostraba ironía al contestar ciertas preguntas en el grupo focal, su vestimenta era acorde a su edad cronológica.

Convive con su familia en el departamento de Masaya, mantiene una relación Desde hace año y medio con Ana quien habita en Managua lo que les dificulta verse en período de vacaciones.

### **Mario**

Es un joven de 23 años de edad, tez blanca, contextura recia, estatura aproximada de un metro sesenta y cuatro, ojos y nariz pequeña, cabello corto color negro.

Cabe destacar que el sujeto solo participó en el proceso de entrevista, vestía camiseta y jean azul, su actitud fue cooperadora, aunque al principio se mostró nervioso (se frotaba constantemente las manos) y se reía con frecuencia.

Mario posee una relación con Martha desde hace seis meses, en la cual él se muestra como la persona que conduce la relación ya que está pendiente a cada momento de ella, la jalonea cuando interactúa con sus compañeros de clase, pareciera que Martha siempre tiene que consultarle sobre sus acciones, siempre andan de las manos, ella lo tiene que esperar aislada.

### **Martha**

Es una muchacha de 19 años de edad, con tez morena, cabello largo color negro, ojos pequeños y “almendrados”, maquillados con color oscuro, contextura delgada, estatura aproximada de un metro sesenta.

Cabe señalar que Martha solo participó en el proceso de entrevista, en el cual vestía jeans, camisa negra y zapatos tenis color negro. Esta chica posee una relación de seis meses con un joven de su mismo salón llamado Mario, ella señala ha sido una de sus mejores relaciones, puesto que él siempre la apoya en los momentos difíciles.

### **Josué**

Estudia Psicología, tiene 20 años de edad, posee una estatura aproximada de un metro sesenta y cinco, cabello corto y rizado de color castaño oscuro, tez blanca, ojos y boca pequeña, contextura delgada.

Al momento de la entrevista portaba camisa de vestir y jeans oscuro, en el grupo focal se mostró participativo, aunque en momentos denotaba nerviosismo (se frotaba constantemente las manos), no obstante en la entrevista se presentó un poco más tranquilo y cooperador.

El joven Josué mantiene una relación de trece meses con Elisa, con quien permanece en contacto la mayor parte del tiempo.

### **Elisa**

Elisa es una chica de 20 años, estatura aproximada de un metro sesenta, contextura delgada, cabello largo y rizado de color castaño claro, tez blanca, rostro con facciones finas, destacaba sus ojos claros y vistosos.

Vestía blusa de color claro, jeans ajustados y sandalias bajas; en la entrevista como grupo focal se mostró sonriente, participativa, en algunas preguntas tendía a ruborizarse y su lenguaje fue pausado.

Desde hace trece meses sostiene una relación con un chico de su mismo salón llamado Josué, con quien comparte bastante tiempo.

## **X. DISCUSIÓN DE RESULTADOS**

A continuación se presentará una serie de categorías de análisis obtenidas en el proceso investigativo. A medida que se den a conocer los resultados se pondrán de manifiesto las opiniones de las investigadoras.

Cabe destacar que dicho análisis se realizó por medio de la información recopilada en los procesos de grupos focales, entrevistas focalizadas y observación a los y las participantes.

### **CARACTERÍSTICAS DE LAS RELACIONES DE NOVIAZGOS**

Con el fin de abordar la primera característica, es preciso recordar que uno de los criterios de inclusión señala que los noviazgos en estudio deben de alcanzar al menos los seis meses de relación, transcurso en que se puede evidenciar, manifestaciones de dependencia emocional.

#### **➤ Tiempo de noviazgo**

Para Muñoz y Lorente. (sf) El noviazgo es un período de vida en el que dos personas establecen una relación afectiva con la intención de conocerse mejor y en su caso institucionalizarla de manera permanente, durante el cual se establecen relaciones amorosas libremente consentidas y mutuamente aceptadas.

Esto quiere decir, que para alcanzar un conocimiento más profundo de cada miembro de la pareja se necesita estar en constante comunicación.

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

En relación al periodo del noviazgo que han compartido las y los participantes, vale destacar que todos los casos superan los seis meses, eso se manifiesta a través de las siguientes expresiones:

*“20 meses, en las que he aprendido montón de cosas, porque ha sido una de mis relaciones más largas.” (Ana, Entrevista focalizada, 16 de noviembre 2015)*

*“19 meses.” (Juan, Entrevista focalizada, 16 de noviembre 2015)*

*“Un año y medio.” (Saúl, Entrevista focalizada, 16 de noviembre 2015)*

*“Un año y trece días.” (Josué, Entrevista focalizada, 16 de noviembre 2015)*

Como se aprecia, los participantes en su mayoría tienen más de un año de noviazgo.

En cuanto al comentario de Ana, su relación ha sido un período en el cual ha aprendido muchas cosas, esto puede explicarse a que comparten mucho tiempo juntos, lo que lleva a mantener una buena comunicación, confianza y respeto, los cuales son elementos fundamentales para que las relaciones de noviazgo sean estables, duraderas y a la vez permitan un crecimiento personal.

De esta categoría (Tiempo de noviazgo) emerge la subcategoría **ruptura**, ya que en algunas parejas el lapso que ha durado la relación también incluye breves disoluciones, las que una vez superadas dan lugar a la reconciliación, situación que se describe a continuación.

Antes que nada, la Real Academia Española (2014) define el término ruptura como el rompimiento de relaciones entre las personas. Desde otra perspectiva, es natural que en el noviazgo se presenten desavenencias, o sea hechos o acciones por la cual se rompen las relaciones entre individuos, implica un quiebre en la relación tal como se venía desarrollando para pasar a una instancia en la que el relacionamiento que existía queda totalmente interrumpido.

En otras palabras, la ruptura es un acontecimiento de naturaleza sentimental por el que dos personas que han mantenido una relación afectiva o sentimental, cesan la misma.

Al respecto, Saúl y Ruth manifestaron tristeza, enojo y dolor al hablar acerca del tema:

*“Al cumplir un año ella me terminó por diferencias de temperamento” (Saúl, Entrevista focalizada, 16 de noviembre de 2015)*

*“Cuando teníamos un año tuvimos una ruptura de un lapso de un mes.”(Ruth, Entrevista focalizada, 16 de noviembre de 2015)*

Es probable que una relación que inició con mucho amor, llegue a sufrir una ruptura amorosa por un tiempo, esto por diversos factores tanto externos como internos, tal como la personalidad, temperamento, tipos de comunicación y expectativas, sin embargo también existen posibilidades que luego de la ruptura, los enamorados reanuden la relación.

Aparte de lo señalado, otra característica común de los noviazgos, es que sus miembros estudian Psicología y se encuentren matriculados en el mismo grupo, sin embargo la procedencia de cada una de las parte es distinta, lo que influye en la comunicación y en los encuentros entre los mismos.

#### ➤ **Procedencia**

Dentro del noviazgo es importante considerar el origen geográfico y residencia de cada miembro, ya que esto ayudará a entablar una mejor comunicación, relación con la familia, disfrutar de actividades recreativas y por ende sobrellevar un vínculo sano.

Cuando existe una relación en la cual una de las partes habita en distinto lugar puede denotar problemas o sentimientos de tristeza en los novios. Es decir, la distancia que existe entre los lugares en que habitan, puede conllevar ciertas

dificultades en cuanto al contacto físico, en especial en los períodos de vacaciones en los cuales los sujetos de la muestra no se encuentran juntos en las aulas de clase.

Por tanto la distancia se convierte siempre en un importante obstáculo a saltar, en un reto a afrontar por ese ‘tercero’ que se crea como resultado del vínculo entre dos personas. No obstante, a pesar de la distancia se buscan alternativas para estar en contacto frecuente; uno de los participantes manifestó:

*“Nos comunicamos mucho, porque somos de distintos departamentos.” (Juan, Grupo focal, 12 de noviembre de 2015)*

*“Cuando no me logro comunicar me pregunto muchas cosas, me da tristeza, melancolía, preocupación, quisiera estar ahí o que estuviera conmigo.”(Ana, Grupo focal, 12 de noviembre de 2015)*

Al momento del grupo focal Ana denotaba tristeza al hablar acerca de lo que sucede cuando no está en contacto con su pareja.

Sin embargo hoy en día con los avances de la tecnología se han creado un sin número de medios que pueden acortar la distancia, como lo son las redes sociales, teléfonos, correos, todos instrumentos que permiten la comunicación por medio de llamadas, mensajes de texto o video llamadas, cualquiera con el fin de mejorar la comunicación entre las personas y por consiguiente llevar una relación armoniosa, en la que no haya preocupación, ni sentimientos negativos.

### ➤ **Convivencia académica**

Los jóvenes buscan compañía para platicar, pasar el rato, divertirse y compartir, especialmente con sus pares, todo ello en múltiples sitios: el trabajo, iglesia, barrio, universidad, en este último primordialmente cuando comparten la misma elección vocacional e incluso el mismo salón de clases. “Los ámbitos donde la

mayoría de los jóvenes socializan, se divierten y conviven con otras personas con la familia, amigos y relaciones de pareja" (Pérez y Valdez, 2003:33).

Y es que, la juventud es "un tiempo importante de socialización y a la vez de subjetivación o individuación. Para ello, la relación con amigos y novios es primordial" (Weiss, 2004:2).

En la observación participante se apreció que los individuos comparten mucho tiempo junto, interactúan con sus amigos, los que les permite conocer diferentes ámbitos de su persona. Al igual resulta provechoso que estén al tanto de los gustos, intereses y sentimiento de su pareja.

No obstante estar en el mismo salón de clases puede traer consigo desventajas, si los miembros no saben equilibrar la situación, puede que sientan pérdida del espacio personal, que no logre concentrarse en las clases por estar pendiente de su pareja o incluso dejar de valorar los momentos que pasan juntos, esto por el gran tiempo que comparten en las aulas de clase y de esta manera la relación se puede tornar rutinaria.

➤ **Expresión de la afectividad en los noviazgos.**

El componente afectivo se va a definir por los elementos que son esenciales al amor, tales como los valores de verdad, respeto, fidelidad, libertad, diálogo, responsabilidad y desarrollo de procesos de aceptación, además se destacan aspectos como la afinidad afectiva, la amistad y la confianza.

Se pudo apreciar que tres de las parejas son las que demuestran mayor afectividad.

La informante clave expresó:

*"De lo que he observado básicamente andan juntos" (Informante clave, Entrevista, 15 de abril de 2016)*

Tal es el caso de Elisa y Josué, generalmente estos se toman de las manos, se abrazan, comparten la mayor parte del tiempo e incluso en su grupo de clase se sientan juntos.

Lo que corresponde con lo dicho por el informante clave:

*“Elisa y Josué ellos se sientan juntos, pero no he visto muestras de afectos dentro del aula, pero si afuera” (Informante clave, Entrevista, 15 de abril de 2016)*

Por otra parte, en Juan y Ana se observó muy buena comunicación, tienen amigos en común con los cuales realizan actividades, al igual que la pareja anterior, caminan tomados de las manos, se abrazan, dan bromas, pero siempre mantienen el respeto.

Al respecto la informante clave adujo:

*“Ana y Juan, ella le guarda lugar, y se buscan a la hora de realizar trabajos” (Informante clave, Entrevista, 15 de abril de 2016)*

Asimismo Mario y Martha son la única pareja con menos de un año de relación, se pudo apreciar que él tiene una actitud autoritaria debido a que está pendiente a cada momento de ella, la jalonea cuando interactúa con sus compañeros de clase, pareciera que Martha siempre tiene que consultarle sobre sus acciones, andan de las manos, en ocasiones lo tiene que esperar aislada.

En resumen de la primera categoría se derivan una serie de características presentes en cada una de las relaciones abordadas en el estudio, lo cual resulta provechoso para conocer la calidad del vínculo amoroso entre los involucrados.

Respondiendo al segundo objetivo de la investigación se deriva la siguiente categoría.

## **MANIFESTACIONES DE DEPENDENCIA EMOCIONAL EN LAS RELACIONES DE NOVIAZGO**

En lo que concierne a las manifestaciones de dependencia emocional dentro de una relación de noviazgo, conviene señalar los elementos claves para su identificación y abordaje, por consiguiente se describen los más relevantes para este estudio.

El experto definió que las manifestaciones propias en una relación dependiente son las siguientes:

*“Hay despersonalización, se siente triste, infelices, ansiosos, mal, porque el novio(a) no le da lo que el espera” (Experto, Entrevista ,20 de mayo 2016)*

De igual manera, Castelló Blasco (2005) enumera varias manifestaciones de dependencia emocional, tal como: La necesidad de agradar, búsqueda de validación externa, en la cual hay una necesidad extrema de tener el asentimiento de los demás en general y de la pareja en particular, la cual se describe en la siguiente subcategoría:

### **➤ Influencia de los noviazgos en la vestimenta**

Las personas emocionalmente dependientes a su pareja, siempre buscan aprobación de este/esta en cuanto a su manera de vestir, las actividades que realiza, sus amistades y en un punto extremo hasta con quien debe relacionarse en su propia familia. No logran sentirse bien consigo mismos sino obtienen la aprobación de los demás.

Al respecto, cuando a las participantes se le preguntó acerca de la influencia del novio en su vestimenta, dos de ellas declararon lo siguiente:

*“A veces si pienso que no le va a gustar alguna ropa, entonces, me la quito” (Ruth, Entrevistafocalizada, 16 de noviembre 2015)*

*“No le consulto, a veces le pregunto si le gusta, y si no le gusta, pero si a mí me gusta no me cambio.”(Martha, Entrevista focalizada, 16 de noviembre de 2015)*

Por el contrario, en los varones de la muestra no influye la opinión de la novia en cuanto al atuendo que van a utilizar, esto se evidencia a través de las siguientes acotaciones:

*“No, si algo me gusta me lo pongo.”(Saúl, Entrevista focalizada, 16 de noviembre de 2015)*

*“Para nada. Lo primero que me salga me pongo” (Josué, Entrevista focalizada, 16 de noviembre de 2015)*

*“No le pregunto, lo que yo quiero” (Mario, Entrevista focalizada, 16 de noviembre de 2015)*

De acuerdo a lo anteriormente planteado, se presenta mayor incidencia en la búsqueda de aprobación por parte de las mujeres, ya que toman en consideración la opinión de las demás personas al momento de vestir, sobre todo cuando se trata de su novio.

Además de describir la realidad antes señalada sobre las vivencias de los involucrados, dentro de este marco se tomará en cuenta la siguiente subcategoría.

#### ➤ **Tiempo de comunicación**

La comunicación en las relaciones de pareja es fundamental, debido a que les permite sostener un noviazgo pleno y conlleva a atender aspectos que favorecen a una mayor satisfacción y en la resolución de conflictos.

Un joven de la muestra del grupo focal reveló que tanto se comunican en su relación.

*(...) “Mucho, aproximadamente 8 horas diarias viéndola.”(Juan, Grupo focal, 12 de noviembre 2015)*

Se percibe que los y las participantes tienen un horario establecido con sus parejas, esto permite mantener una relación armoniosa. Según Castelló Blasco (2002) señala que en una relación de noviazgo las personas dependientes sienten y tienen la necesidad de estar en contacto permanente y excesivo con la persona amada, de hacerlo todo junto, se niegan la privacidad y no fomentan la individualidad del otro (a), ni la propia.

Un ejemplo de este planteamiento se puede apreciar en los siguientes comentarios de las participantes:

*(...)“Nos comunicamos demasiado, nos sentamos juntos, vamos al baño juntos, comemos juntos” (Elisa, Grupo focal, 12 de noviembre de 2015)*

*(...)“En la mañana en clase, en la tarde y en la noche nos llamamos” (Ana, Grupo focal, 12 de noviembre de 2015)*

La buena comunicación es un requisito indispensable para el buen funcionamiento de una relación en pareja. Por lo que a algunos participantes se refiere, evidenciaron un exceso sobre el tiempo que dedican a mantenerse en contacto.

Con respecto a este punto, Castelló Blasco (2002) afirma que la persona dependiente quiere saber continuamente dónde están, qué hacen, les llaman una y otra vez al trabajo y les mandan mensajes de texto al móvil.

*“Hablamos bastante por las noches, nos vemos de 8:00 am - 1:00 pm, que terminan las clases y alrededor de las 8:00 pm decido llamarla” (...) (Josué, Grupo focal, 12 de noviembre de 2015)*

*“Se queda a dormir en mi casa osino yo me quedo en su casa; compartimos mucho tiempo.” (Elisa, Grupo focal, 12 de noviembre de 2015)*

Tomando en consideración lo que señalan los y las involucrados/as se presenta una variación sobre el tiempo que se mantienen en contacto, se aprecia un rango

mínimo entre 6 y 7 horas diarias en el que ambos comparten tiempos juntos, esto incluye por los períodos de clases que comparten.

Retomando la idea anterior es importante señalar la utilización de diferentes medios de comunicación, como es el caso del uso de teléfonos móviles o por visitas a casa del novio/ novia.

A continuación se detallan las diversas maneras en las que solucionan cada uno las dificultades y conflictos.

➤ **Afrontamiento de los problemas**

De acuerdo al tipo de noviazgo, los miembros de la relación enfrentan las dificultades y problemas concernientes a su vida personal y amorosa de forma distinta.

En cuanto a este tema, Sánchez (2014) sostiene que un noviazgo constructivo tiene reglas, las que contribuyen al progreso individual, motiva a crecer y proporciona paz interior. Este tipo de noviazgo puede considerarse positivo para la relación de pareja y para la persona, ya que permite el crecimiento, fomenta la generosidad y confianza, pues ambos pueden proporcionarse ayuda para superar las dificultades en la vida.

Lo anterior refleja que en el noviazgo constructivo, los miembros tienden a apoyarse mutuamente ante la presencia de situaciones negativas y la manera de afrontar tal como lo expresan los participantes:

*“Siento que es un gran apoyo” (Saúl, Entrevista focalizada, 16 de noviembre de 2015)*

*“Hay cosas que son propias, pero se siente bien tener a alguien que te respalde.”(Ana, Entrevista focalizada, 16 de noviembre de 2015)*

*“Es apoyo” (Elisa, Entrevista focalizada, 16 de noviembre de 2015)*

Estos comentarios dejan ver, que contar con el novio/a para enfrentar esas situaciones se consideran como un gran apoyo y sostén.

El siguiente punto trata del tiempo que comparten los miembros de un vínculo afectivo.

➤ **Tiempo en que permanecen juntos**

Resulta conveniente que durante un noviazgo cada uno de los miembros dedique individualmente tiempo a solas, ya que implica un período de reflexión y de autoconocimiento. En palabras de Sánchez (2014) el tiempo referido a las horas o días en que permanecerán solos/as y no como pareja, garantiza un espacio libre sin que esto necesariamente afecte su relación.

En las relaciones de noviazgo también se comparte tiempo con los amigos y la familia, lo que resulta muy importante para el desarrollo interpersonal, no obstante el tiempo dedicado a otro u otra, refleja la capacidad de interacción que tiene cada uno(a).

*“Me gusta estar con mi familia, seres queridos, amigos, mi novia.” (Josué, Grupo focal, 12 de noviembre de 2015).*

*“Me gusta estar con mi novia.” (Josué, Grupo focal, 12 de noviembre de 2015).*

*“Con mi novio, nos complementamos muy bien.” (Elisa, Grupo focal, 12 de noviembre de 2015).*

*“Con mis amigos, familia, novio.” (Ruth, Grupo focal, 12 de noviembre de 2015)*

En relación a las opiniones de los y las participantes del grupo focal, se considera que mantienen un equilibrio en el tiempo que comparten con su novio/a, familia y amigos lo que les ayuda al crecimiento individual.

Una vez abordado el tema anterior se considerará necesario profundizar sobre el siguiente acápite.

➤ **Condescendencia ante las peticiones del novio(a)**

Este apartado describe la realización de actos, dirigidos a complacer a otros sujetos, inclusive si no es lo que él o ella realmente desea, esto involucra cierta pérdida de independencia. Para Castelló Blasco (2005) las personas que viven dentro de una relación perjudicial, su pareja es el centro de su vida. Por lo que es importante estar atento a las necesidades, deseos o incluso caprichos para poder satisfacerlo.

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

*“Si son cosas que lo hagan sentir bien y que a mí no me van a costar nada hacerla, lo complazco.” (Elisa, Grupo focal, 12 de noviembre, 2015)*

*“Cuando se pueda lo hago, a veces digo que no.” (Josué, Grupo focal 15 de noviembre 2015.)*

*“La mayor parte del tiempo sí, pero hay cosas en que si no.” (...) (Ana, Grupo focal, 12 de noviembre, 2015).*

*“Depende si a mí me gusta la idea que me propone sí, pero de lo contrario no.” (Ruth Grupo focal, 12 de noviembre 2015)*

Para los involucrados mantener una relación saludable refleja la capacidad que tienen ambos de tolerar y respetar las opiniones, como decisiones del otro/a miembro, ya que ninguno ha tomado el rol de complacer constantemente a su compañero.

*“No siempre, porque si lo hago la amaño, la complazco cuando me nace y con mis propias manos” (Saúl Grupo focal, 12 de noviembre 2015)*

Ahora bien, como menciona Castelló Blasco el dependiente se preocupa del bienestar del compañero, lo que se aprecia en la afirmación de Elisa:

*“Trato de que se sienta bien porque cuando hay amor es lo que influye “(Elisa, Grupo focal, 12 de noviembre del 2015)*

Con este comentario se puede apreciar que las mujeres tienden a acceder mayormente a las peticiones que el novio le solicita, esto con la intención de que él se sienta bien, en cambio los varones como lo refiere Saúl solo accede cuando a él le nace hacerlo.

Acorde a las manifestaciones de dependencia se plantea la siguiente.

➤ **Importancia de la opinión de la familia y novio\la**

Para Castelló Blasco (2002) los dependientes emocionales son individuos muy motivados a complacer a otras personas para lograr protección y apoyo. Generalmente reúnen un perfil psicológico donde son muy influenciables por las opiniones de los demás, siempre y cuando esto sea para cumplir sus expectativas y deseos.

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

Algunas apreciaciones hechas por los y las integrantes de la muestra respecto a este tema son:

*“Si influye cuando tenemos problemas, eso afecta mi relación familiar, porque ando triste.” (Saúl, Entrevista focalizada 16 de noviembre 2015)*

*“Con mi familia no, él me dice cosas que yo ya sé, pero que me va a venir a meter ideas, no.” (Ruth, Entrevista focalizada 16 de noviembre 2015)*

Los demás participantes, expresaron que sus parejas no interfieren en la relación familiar, no obstante de acuerdo a la elección de sus amistades dos de los miembros expresaron que sus novios los limitan.

*“Si me limita con mis amigas.” (Ruth, Entrevista focalizada 16 de noviembre 2015.)*

*“En algunas más que todo..., problemas con algunas amigas. “ (Josué, Entrevista focalizada, 16 de noviembre 2015)*

De acuerdo a lo que expresan los colaboradores sobre la influencia del otro miembro de la relación en el trato familiar, se considera que indirectamente sí afecta la calidad del vínculo, debido a que las discusiones con el novio/ novia alteran el estado de ánimo de la persona. Lo que ocasiona variaciones al establecer relación con estos.

También hay que resaltar que se evidencian algunas limitaciones en el establecimiento de lazos de amistad. En el caso de Ruth el conflicto puede deberse a celos por parte de Saúl, en cuanto al tiempo que ella dedica a sus amistades, causando molestias en él, lo cual la lleva a experimentar sentimientos de tristeza y enojo.

Por otro lado en lo referido a Josué, se evidencia cierta ansiedad al abordar este tema, no obstante hace alusión a las inquietudes por parte de Elisa en relación a algunos grupos de amigas de quien no posee buen concepto.

➤ **La opinión del novio/ novia como elemento imprescindible**

La persona dependiente pone en primer plano a su pareja haciendo todo lo que dice, cuando lo dice y como él o ella quieren que se hagan las cosas, dejando a un lado sus propias decisiones, a veces no tienen iniciativa para realizar acciones por sí misma. Castelló Blasco (2002).

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

Relacionado con la misma temática Elisa y Josué aportan sus apreciaciones:

*“La opinión de él es importante siempre estoy pensando en él” (Elisa, Entrevista focalizada 16 de noviembre del 2015)*

*“Si claro, me interesa mucho lo que piensa de mi ella.” (Josué, Entrevista focalizada, 16 de noviembre del 2015)*

Otra pareja sostuvo:

*“Si me importa, es muy importante para mí, porque forma parte importante de mi vida.”(Ruth, Entrevista focalizada, 16 de noviembre del 2015)*

*“Si un poco, quiero estar bien con ella” (Saúl, Entrevista focalizada, 16 de noviembre del 2015)*

De esta manera se constata a través de las afirmaciones, la importancia o grado de relevancia que tiene la opinión del otro, asimismo Juan y Mario señalan:

*“No imprescindible, pero si interesa” (Juan, Entrevista focalizada, 16 de noviembre de 2015)*

*"Me importa pero no afecta."(Mario, Entrevista focalizada, 16 de noviembre de 2015)*

En conclusión, la información proporcionada indica que para la mayoría de los participantes la opinión de su novio o novia es importante pero no determina el fin de sus decisiones.

Otro elemento importante sobre este estudio se desarrolla a continuación:

➤ **Sentimientos al estar lejos de la pareja**

Para Congost (sf) estos sentimientos se expresan como deseo de que en todo momento quiera estar con él/ella, que le haga sentir constantemente que es su prioridad.

Algunos sentimientos ante la ausencia son los descritos por el experto:

*"Sentimiento de discriminación, tristeza, depresión, sin autoestima, menos valorado, decepcionado de la vida, que nadie lo va a querer, generaliza una relación con todas. Le entrega su valía al otro" (Experto, Entrevista, 20 de mayo 2016)*

En relación a las parejas del estudio. Estas fueron capaces de describir sus sentimientos al estar lejos de su novio/a:

*"Me cuesta, me pongo triste, no me distraigo con nada, estoy pensando en él."(Elisa, Entrevista focalizada, 16 de noviembre 2015)*

*"Un día para otro, tranquilo no pasa nada, un día completo me preocupo."(Josué, Entrevista focalizada, 16 de noviembre del 2015)*

*"Triste, porque no está, pienso en ella." (Mario, Entrevista focalizada, 16 de noviembre 2015)*

*“Depende, si estamos bien, lo extraño” (Martha, Entrevista focalizada 16 de noviembre del 2015)*

Lo anterior expuesto se puede corroborar por el experto quien manifestó:

*“Hasta cierto nivel van perdiendo su identidad, hasta el punto que no están satisfechos o felices, si no están con la otra persona y uno no debe ser así” . (Experto, Entrevista, 20 de mayo 2016)*

*“Hay despersonalización, se sienten tristes, infelices, ansiosos”. (Experto, Entrevista, 20 de mayo 2016)*

Como se aprecia en los comentarios de los y las participantes y también por el experto, debido a que las parejas conviven la mayor parte de tiempo en las aulas de clase, al no estar en presencia el uno del otro da como resultado, sentimientos de tristeza y melancolía.

Otro tópico relacionado con la dependencia emocional es la percepción de felicidad.

#### ➤ **Factores asociados a la felicidad**

Castelló Blasco, (2003), señala sobre esta temática que las personas que llegan a presentar signos de dependencia emocional hacia su pareja, usualmente experimentan un excesivo anhelo de estar con las personas que “quieren”, percibiendo emociones negativas cuando no sienten su cercanía. Lo que justifica un fuerte anhelo de estar con la otra persona y que su felicidad dependerá únicamente de estar con él o ella

El término felicidad implica un estado emocional de satisfacción para la persona, aunque su connotación va a depender del valor que cada individuo le atribuya, por consiguiente algunos de los participantes del grupo focal brindan algunas opiniones sobre lo que lo/la haría feliz.

*“A través de mis logros, sentimientos, mis necesidades fundamentalmente propias”  
(Ana, Grupo focal, 12 de noviembre, 2015)*

*“La felicidad depende de uno mismo” (...) (Juan, Grupo focal, 12 de noviembre del 2015)*

Estas acotaciones evidencian que para obtener la felicidad es necesario que converjan factores internos como externos, dentro de los factores internos se incluyen los sentimientos, necesidades y autosatisfacción personal.

Dentro de los factores externos expresados por los sujetos de la muestra se detalla la importancia de la interacción con otras personas, que coadyuvan a su desarrollo personal.

De lo anterior se toman en consideración las siguientes expresiones de los participantes:

*“Hay otras personas que pueden aportar para la felicidad” (...). (Saúl, Grupo focal, 12 de noviembre del 2015)*

*(... )“Hay factores externos que facilitan la felicidad como la interacción que tenemos con las demás personas “. “Una persona no puede ser feliz estando sola.”  
(Juan, Grupo focal, 12 de noviembre del 2015).*

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

Por otro lado también es de relevancia efectuar un análisis de las diversas acciones dentro del noviazgo las que se describen mejor en el próximo apartado.

➤ **Acciones importante realizadas para el novio/ novia**

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

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

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

*“Ella tiene problemas en su casa bastante fuertes como que ya no quiere estar ahí, entonces la llevo a mi casa ahí está más segura”. (Josué, Entrevista focalizada, 16 de noviembre 2015)*

Otros aportes de la muestra se detallan a continuación:

*“Dedicarle tiempo cuando más lo necesita”. (Elisa, Entrevista focalizada, 16 de noviembre 2015)*

*“Acompañarlo cuando está mal, si él está bien yo estoy feliz”. (Martha, Entrevista focalizada, 16 de noviembre 2015)*

Como señala Elisa y Martha, cuando se está en una relación sana, lo ideal es compartir con el otro los diferentes momentos de la vida de cada uno y contribuir a la solución de las adversidades.

El siguiente aspecto a estudiar se enfoca en la valoración que le dan los diferentes individuos que lo rodean.

➤ **Opinión de la familia y amigos**

Dentro de este apartado se plantea la relevancia de las relaciones interpersonales (familia, amigos) que se establecen en individuos con tendencia a la dependencia emocional, cabe destacar que estos basan su vínculo con otras persona orientados en la necesidad excesiva de aprobación, viven preocupados por caer bien, incluso con quienes ven por primera vez, es decir sobrevaloran la necesidad de aprobación de las demás.

Se presentan algunas acotaciones sobre este tema en afinidad con las experiencias de los entrevistados:

*“Respecto a las opiniones prevalece la de mi familia, siempre y cuando esté de acuerdo” (Ana, Entrevista focalizada, 16 de noviembre 2015)*

*“Ambas un equilibrio entre las dos me importa bastante lo que piense ella de mi”.*  
*(Josué, Entrevista focalizada, 16 de noviembre 2015)*

*“Ambas están al mismo nivel”. (Saúl, Entrevista focalizada ,16 de noviembre 2015)*

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

➤ **Comportamiento inadecuado durante la relación**

Dentro de este marco de discusión hay que considerar la sumisión por parte de los dependientes emocionales, presentando características de una relación desigual.

Lo que se manifiesta en la posible realización de actividades dirigidas a satisfacer al otro pero que internamente coadyuven alaautoanulación.

En consecuencia, Molina (2010) señala que dependemos de como el otro actúe o sienta en función de cómo queremos que lo haga, por lo que ambos salen perjudicados emocionalmente.

Cabe mencionar que esta opinión es relativa, ya que puede existir un comportamiento inadecuado cuando subsisten mentiras, traiciones, infidelidades o bromas que pasan el límite del respeto.

Cuando una de las partes exhibe un comportamiento que es valorado como inadecuado por su pareja, las reacciones son las siguientes:

*"Frustración, enojo, desespero, me alejo de ella para no responderle mal". (Saúl, Entrevista focalizada, 16 noviembre, 2015)*

*"Siempre estoy como pensativa, ida, por lo general, no lo encaro en ese momento sino después y le pregunto por qué". (Martha, Entrevista focalizada, 16 de noviembre 2015)*

*"Molesto, restringido" (Juan, Entrevista focalizada, 16 de noviembre, 2015)*

Para la mayoría de los y las participantes los fallos generados por sus parejas generan sentimientos negativos puesto que el proceder de la persona no es como el otro idealmente se lo imaginaba.

Debido a que en su mayoría las reacciones evidenciadas detallan un comportamiento normal en relación a las circunstancias antes mencionadas se revela que posiblemente no existen manifestaciones de dependencia emocional.

➤ **Sentimientos después de una discusión**

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

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

Los y las participantes demuestran sentimientos luego de una confrontación, que si bien no corresponden a un patrón específico de dependencia, expresan con claridad este punto:

*“Mal, porque se pudo haber evitado” (Juan, Entrevista focalizada, 16 de noviembre 2015)*

*“Me frustró, incluso yo tomo distancia, empiezo a respirar y se me baja la cólera y después que lo pienso hablo con él, siempre busco la manera de arreglar las cosas” (Ruth, Entrevista focalizada, 16 de noviembre 2015)*

*“Triste no me gusta pelear con él”. (Elisa, Entrevista focalizada, 16 de noviembre 2015)*

Para la mayoría de los y las entrevistados(as) el estar en una disputa con su novio o novia generará sentimientos negativos, que a su vez ocasionarán malestar o frustración.

A veces, cuando hay frecuentes discusiones, sufrimiento y peleas, la pareja deja de sentirse atraída, respetada y querida, haciéndose cada vez mayor la insatisfacción y el deterioro de la relación. Esta incapacidad de resolver conflictos o respetar y aceptar distintos puntos de vista o necesidades puede llevar a la separación.

➤ **Miedo a la ruptura.**

El siguiente punto aborda el tema de las rupturas, Collins y Feeney, (2004) señalan que en un dependiente es común encontrar un miedo desproporcionado a estar solo, pensamientos de no valer nada, de no merecer amor, que la pareja es infiel, entre muchos otros que tienden a variar referente al consultante y sus quejas.

Conviene tomar en consideración lo dicho por Sánchez García (2010) sobre este tema, la ruptura de la relación es un verdadero trauma que le catapulta a un desequilibrio emocional grave puesto que carece de una fuente de equilibrio interna.

Ante esta situación el experto señala:

*“Hasta cierto nivel van perdiendo su identidad, hasta el punto que no están satisfechos o felices, si no están con la otra persona” (Experto, Entrevista, 20 de mayo 2016)*

De esta manera, señalamos los aportes de Josué, Saúl y Elisa sobre sus sentimientos ante una posible ruptura.

*(...) “Le rogaría, me frustraría, me sentiría mal”. (Josué, Grupo focal, 12 de noviembre, 2015)*

*(...) “Muy mal solo de pensarlo me pongo roja con los ojos llorosos, bastante mal.” (Elisa, Grupo focal, 12 de noviembre, 2015)*

*(...)” Me sentiría frustrado.”(Saúl, Grupo focal, 12 de noviembre, 2015)*

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

Ahora conviene valorar los sentimientos respecto a la comunicación.

➤ **Sentimientos ante la falta de comunicación**

Tal y como se ha expuesto a lo largo de la discusión de resultados, una comunicación adecuada propicia el acercamiento entre los individuos y un ambiente agradable y armonioso, es el medio por el cual cada miembro expresa sus sentimientos.

Ante la falta de esta condición dentro de las relaciones de noviazgo, los participantes muestran sentimientos tales como tristeza, melancolía y nostalgia, sin embargo cuando esta ausencia es generada por conflictos en la relación afirman sentir preocupación.

*“Depende de la situación, es que si hay problemas entre nosotros que no hemos resuelto y me voy a casa el viernes hay una preocupación.” (Juan, Grupo focal, 15 de noviembre del 2015))*

*“Me siento un poco nostálgico, porque estoy pensando en ella.” (Juan, Grupo focal, 15 de noviembre del 2015)*

Es de gran importancia conversar sobre sus necesidades, las metas que se tienen, sus sueños e inquietudes, es preciso recordar que no se limita a la palabra, sino también a los gestos, actitudes, y hechos.

➤ **Pensamiento sobre llevar a término la relación**

Cuando un sujeto experimenta temor por no tener una relación de pareja o por sentir que no es amado, al punto de superar el anhelo propio de sociabilidad de

todo ser humano y se vuelve una conducta “obsesiva”, se enfrenta un problema. (Castelló Blasco, 2005)

Al iniciar los noviazgos, estos pensaron que existían motivos para finalizar sus relaciones, sin embargo en el momento actual, piensan incluso en llevarla a otra etapa.

*“Al principio sí, recurrentemente tenía esas ideas, actualmente no he pensado en eso.” (Saúl, Grupo focal, 15 de noviembre del 2015)*

*“Ahora mismo pienso en un futuro con ella, estoy enamorado”(Saúl, Grupo focal, 15 de noviembre del 2015)*

*“No yo no, no lo he pensado, ni lo pienso hacer”. (...)”(Elisa, Grupo focal, 15 de noviembre del 2015)*

Cuando se comienza un vínculo afectivo hay poco conocimiento entre las partes, además de los cambios que suelen darse en la vida, porque ahora cuentan con una relación la cual tienen que solidificar, hay poca madurez, diversidad de opiniones que quizás el otro/a no comparte, lo que puede crear problemas, a tal punto que lleven al sujeto a pensar en la posibilidad de una ruptura. Sin embargo con el tiempo tiende a ser más madura porque han aprendido a superar cada conflicto y de esta manera planear un futuro junto.

A lo anterior abordado se pone en evidencia las diferentes manifestaciones presentes en las relaciones de noviazgo lo cual resulta de vital importancia para desarrollar la siguiente categoría.

## **TIPOS DE DEPENDENCIA EMOCIONAL PRESENTES EN LOS NOVIAZGOS**

### **Ana y Juan**

Las relaciones amorosas que se establecen en cada uno de los noviazgos, es diferente por la calidad de los vínculos que desarrollan. Para este abordaje se tomará como referencia a las distintas parejas que componen la muestra, iniciando

por Ana y Juan, con el propósito de determinar el tipo de dependencia emocional que sostienen.

Dicho lo anterior se exploran algunas aseveraciones por parte de los involucrados e informante clave con respecto a la opinión y presencia del novio/novia como elemento de importancia en las vidas de cada uno:

*(...) “Tratamos de buscar opciones, siempre llegamos a un acuerdo” (Ana, Grupo focal, 12 de noviembre 2015)*

*“Sí sería bueno pero no indispensable” (Juan, Entrevista focalizada, 16 de noviembre 2015)*

*“Se buscan a la hora de realizar trabajos, pero dentro del aula no he visto demostraciones de afecto” (Informante clave, Entrevista, 15 de abril, 2016)*

De acuerdo con lo señalado, en las diferentes situaciones de la vida que experimentan él y la participante, no es indispensable la presencia y opinión del otro miembro, pero sí constituye una fuente de bienestar y apoyo en determinadas circunstancias, lo que a su vez es sinónimo de autonomía en el área afectiva e indicador de la ausencia de dominación, explotación o malos tratos.

*“Hay cosas que son propias, pero se siente bien tener a alguien que te respalde.”(Ana, Entrevista focalizada, 16 de noviembre 2015)*

*“No imprescindible, pero si interesa,” (Juan, Entrevista focalizada 16 de noviembre 2015)*

*“Si es importante saber, me orienta.” (Ana, Grupo focal, 12 de noviembre 2015)*

Otro aspecto importante involucra las dificultades que se presentan y los pensamientos de llevar a su finalidad el idilio amoroso, con respecto Ana y Juan manifiestan:

*“Dejar a un lado mi orgullo, tratar de orientarme a lo que siento, ahora estoy transformando muchas cosas en mí (...)” (Ana, Grupo focal, 12 de noviembre 2015)*

*“Sí, he pensado pero por poca comunicación, solo se presentaba al principio de la relación ahora ya no.”(...)(Juan, Grupo focal, 12 de noviembre 2015)*

*“He tenido motivos por problemas, pero hemos sabido solucionarlo” (Ana, Grupo focal, 12 de noviembre 2015)*

Todos los lazos afectivos necesitan nutrirse, reconocerse y apoyarse constantemente, buscar la solución de los problemas, valorarse mutuamente; en el caso de Ana ha tenido que menguar su orgullo, a cambio de la armonía. Como en todo noviazgo al inicio se presentan pensamientos de ruptura, pero la buena comunicación les ha permitido fortalecerse.

Por consiguiente, poseen características similares a la interdependencia, la que a su vez se centran en compartir responsabilidades, afecto, valores, diálogo, tiempo libre y complicidad, por lo que los miembros de la pareja tienen un espacio individual, en el que ambos están en equilibrio.

Tomando en consideración el término coindendencia emocional el cual se basa en dos independientes unidos. Este es para sujetos sin apegos, donde ambos se interesarán, se enriquecerá y se aportarán mutuamente. (Castillo Baladrón, 2008)

*“La felicidad depende de uno mismo” (...)” (Juan, Grupo focal, 12 de noviembre 2015)*

*“Mi felicidad depende de mí, A través de mis logros, sentimientos, mis necesidades fundamentalmente propias” (Ana Grupo focal, 12 de noviembre 2015)*

Retomando las contribuciones de los participantes, la fuente de satisfacción y bienestar no está en los demás está dentro de nosotros mismos. Todo lo anterior refiere que ambos presentan un buen desarrollo orientado en una sensata

autonomía psíquica, es decir, una vida plena con capacidad de renovarse, con buenos niveles de afectividad e intimidad.

En conclusión todas las características presentes en este noviazgo, corresponden a una co-dependencia emocional.

### **Elisa y Josué**

A continuación se realiza un análisis de la relación Elisa y Josué. Según lo expuesto y observado se puede interpretar que ambos se encuentran en un tipo de codependencia.

Esto quiere decir, dos dependientes juntos que se desenvuelve entre el goce y el sufrimiento, entre el éxtasis y la tortura. Se manejan mucho los celos y los controles generando manipulación y dolor.

El siguiente enunciado refleja lo anterior:

*“Problemas con algunas amiga me dice..., me cae mal tal chavala no quiero que le hables... quizás algunas cosas que hacen no le parecen” (Josué, Entrevista focalizada, 16 de noviembre de 2015)*

Estos a menudo sienten la necesidad de controlar (de forma implícita o explícita) a los que están a su alrededor porque les aporta seguridad. (Murga, 2014)

El dependiente tiende a manipular las conductas de su pareja, cuando algo no es de su agrado, así como la privación de algunas relaciones de amistad, por el hecho de no estar de acuerdo con ellos o el concepto que posee hacia esas personas. El otro miembro complace lo que su pareja aduce, todo con el fin de estar bien con ella, dejando así amistades para evitar conflictos.

Este mismo autor sugiere que loscodependientes se caracterizan por la manifestación de una excesiva y a menudo inapropiada preocupación por las dificultades de los demás, organizan su comportamiento en función de ellos con el fin de satisfacer sus propios deseos que no fueron atendidos en el pasado.

En referencia a ello se inquietan excesivamente incluso ante la falta de comunicación como se expresa en las siguientes citas realizadas por la pareja e informante clave:

*“Si uno llega primero el otro le guarda lugar, ellos se sientan juntos” (Informante clave, 15 de abril de 2016)*

*“Me preocupo, llamo a su casa para saber cómo está.”(Josué, Grupo focal, 12 de noviembre de 2015)*

*“Si no me di cuenta que hace en el día, me preocupa, sí lo sé apacigua un poco” (Josué, Grupo focal, 12 de noviembre de 2015)*

*“Me siento mal, lo extraño, quisiera estar ahí verlo y cuando no tengo teléfono me da tristeza pero sé que está bien.”(Elisa, Grupo focal, 12 de noviembre de 2015)*

Cuando existe dependencia sienten la necesidad de estar en constante conexión con la pareja y cuando esto no sucede surge gran perturbación, sentimientos de tristeza, incluso cuando es poco el período de tiempo sin estar en contacto, esto debido al gran apego o vínculo establecido en la relación.

Estos son benévolos, por naturaleza, se impacientan por las necesidades del mundo y se sienten responsables de ellas. Reaccionan en exceso o poco. (Castillo, 2008)

Así esa manifestación conductual puede darse tras una discusión, como a continuación se expone:

*“Lo más que hemos durado disgustados es un día” (Elisa, Grupo Focal ,12 de noviembre de 2015)*

Como se observa en el comentario de Elisa, es imposible durar tanto tiempo disgustado con el novio, ya que se necesita el estar en compañía constante con él, sin importar el grado del problema efectuado siempre buscan la manera más rápida de solucionar para poder estar juntos y contentos nuevamente.

Según Murga (2014) existen una serie de características que definen a un codependiente, una de ellas es: Estar siempre interesado por complacer a los demás, sacrifican sus necesidades para atender a los otros.

*"Cuando se pueda lo hago "(Josué, Grupo focal, 12 de noviembre de 2015)*

*"Si son cosas que lo hagan sentir bien y que a mí no me van a costar nada hacerla lo complazco, trato de que se sienta bien" (Elisa, Grupo focal, 12 de noviembre de 2015)*

Siempre se busca la felicidad del otro sujeto, este concibe que la manera de lograrlo es satisfaciendo las peticiones que este realiza, así que el bienestar deriva de uno mismo y de las acciones que se ejecuten.

Una característica presente es que la autoestima de las personas codependientes depende en gran medida de la aprobación de los demás. Se preocupan por lo que opinan de ellos. (Murga, 2014)

*"Si claro, e interesa mucho lo que piensa de mi ella."(Josué, Entrevista focalizada, 16 de noviembre de 2015)*

*"Valoro su opinión" (Elisa, Entrevista focalizada, 16 de noviembre de 2015)*

Con estas afirmaciones se constata que para la pareja es de gran importancia al criterio que posea el otro respecto a él/ella, esto debido a la búsqueda de agradar constantemente para de esta manera evitar dificultades, desvalorizando así su propio concepto.

También puede presentarse miedo a ser rechazado o a ser abandonado. (Murga, 2014)

*“No yo no, no lo he pensado, ni lo pienso hacer” (Elisa, Grupo focal, 12 de noviembre de 2015)*

*“Me quiebro me sentiría muy mal solo de pensarlo me pongo roja con los ojos llorosos, bastante mal, pediría muchas explicaciones del porqué” (Elisa, Grupo focal, 12 de noviembre de 2015)*

La descripción realizada por Elisa acerca de sus reacciones no verbales se confirmó por medio de la observación. (Al momento se puso roja y con los ojos llorosos)

*“A la grande me quedo mal, algo quizá de tristeza.” (Josué, Entrevista focalizada, 12 de noviembre de 2015)*

*“Me quedaría en shock, exigiría bastante una explicación, le rogaría, Me frustraría, me sentiría mal” (Josué, Grupo focal, 12 de noviembre de 2015)*

De acuerdo a lo referido por Josué se comprueba que cuando existe codependencia emocional los miembros no logran concebir la idea de estar el uno sin el otro, les resulta algo catastrófico, ya que ambos aprendieron a depender entre ellos y sienten que no pueden seguir en su vida si no están juntos, por lo que solo el hecho de pensar en una ruptura los desequilibra, trayendo consigo gran dolor.

En el caso de que algo así sucediera podrían recurrir a mecanismo de defensa como la negación, llegando al punto de buscar las maneras de continuar la relación aunque esto vaya en contra de su dignidad como persona.

Una característica mencionada por el autor Castillo (2008) acerca del tema es que estos buscan la felicidad fuera de sí mismos.

Referente a esto el siguiente participante enunció:

*"En mí influye el bienestar de mi familia de mis amigos y novio. A veces mi familia está mal y eso influye en mí" (Elisa, Grupo focal, 12 de noviembre de 2015)*

Con esto se evidencia, que para estos individuos es necesario recurrir a medios externos dentro de cuales destacan los vínculos cercanos, como lo son familia, amigos y pareja, para lograr el establecimiento de un bienestar, que si bien es cierto son elementos importantes en la existencia de cada individuo pero no determinantes para lograr la misma.

Una característica presente es que centran sus vidas alrededor de otras personas, (Castillo, 2008) en este caso relacionado a los noviazgos el experto señala:

*"La principal es que hasta cierto nivel van perdiendo su identidad, hasta el punto que no están satisfechos o felices, si no están con la otra persona y uno no debe ser así" (Experto, Entrevista, 20 de mayo 2016)*

Como a continuación lo detalla Elisa:

*"Me siento mal, triste lo extraño y me importa un mundo" (Elisa, Grupo focal, 12 de noviembre 2015)*

*"Como que se preocupa por mí, me hace sentir bien" (Josué, Grupo focal, 12 de noviembre 2015)*

De acuerdo a lo anterior la importancia que el dependiente concede al otro miembro del vínculo es en extremo trascendental, esto se evidencia en el comentario hecho por Elisa en el que señala el exceso de relevancia que le concede a su novio, lo que se puede interpretar como la necesidad de estar en esa relación pese a cualquier situación y que cuando se está lejos del otro(a)

surgen sentimiento de tristeza, debido a este gran valor se puede decir que no podrían estar separados.

Asimismo Josué deja ver como en una pareja codependientes sumamente significativas las acciones que realiza Elisa respecto a él ya que trae consigo bienestar que de no ser así no podría estar presente.

Una última característica derivada de este tipo de lazo afectivo es el ignorar sus problemas o pretender que no los tienen. (Castillo, 2008)

En el siguiente enunciado se denota lo anterior:

*"Nos ha ido súper bien en realidad, aunque hay algunos problemas pero no tan grave por así decirlo, todo bien" (Josué, Grupo focal, 12 de noviembre 2015)*

Evaluando el comentario anterior, aunque existan una serie de dificultades en los sujetos, se tiende a dar poca importancia o a intentar ignorar su presencia, todo esto con el fin de sostener su vínculo, aunque muy en el interior se conozca la situación.

Con todas las características mencionadas anteriormente y su debido análisis se pone en evidencia que en el vínculo afectivo de Josué y Elisa, encaja el tipo de codependencia.

### **Ruth y Saúl**

En una situación de dependencia un miembro suele ser el que es sometido, mientras el otro permanece indiferente. Refleja al fin y al cabo un patrón de sumisión y dolor. Para este tipo de persona el otro es el único en el mundo que puede hacerle feliz, es como decir, que se está perdido sin él o ella desaparece de la vida del dependiente. (Castillo, 2008)

Para el experto este fenómeno consiste en:

*“Relación de subordinación de una persona hacia otra, desde el punto de vista de sus sentimientos, que lo hace cuando la otra persona es receptiva” (Experto, Entrevista, 20 de mayo 2016)*

Lo anterior descrito se aprecia en la expresión de Ruth, que es ella quien siempre busca como solucionar los incidentes que los aquejan a ambos.

*“Si el necesita algo yo busco la manera de apoyarlo por ejemplo cosas de dinero” (Ruth, Entrevista focalizada 16 de noviembre del 2015)*

Según García Bernabéu (2011), presentan las siguientes características: Involucramiento total, socialización limitada, descuido de otros lazos significativos. Abandono de los amigos e intereses anteriores (a la formación de la pareja).

*“Si me limita con mis amigas” (Ruth, Entrevista focalizada, 16 de noviembre del 2015)*

*“Yo soy la que cede en cuanto a mis amigos” (Ruth, Entrevista focalizada, 16 de noviembre del 2015)*

*“Con mis amigas no se lleva muy bien, él me dijo sos lesbiana” (Ruth, Entrevista focalizada, 16 de noviembre del 2015)*

En las aseveraciones anteriores se observa como Ruth tiende a sersumisa ante los deseos de Saúl en cuanto con quien debe socializar y compartir su tiempo, en contraste el noviazgo es un período en el cual los miembros deben de conocerse, ayudarse mutuamente y efectuar actividades juntos, tomando en cuenta que cada individuo es diferente, respetando sus intereses y decisiones.

Una de las características es la búsqueda de la aprobación del otro sujeto respecto a la conducta, propia valía y autoestima (GarcíaBernabéu ,2011)

*“A veces pienso que no le va a gustar alguna ropa, entonces, me la quito” (Ruth, Entrevista focalizada, 16 de noviembre del 2015)*

Es agradable que ambos expresen frases halagadoras al otro miembro, pero como se dijo anteriormente también se deben tolerar los gustos ajenos por el simple hecho de que son diferentes. Entre Ruth y Saúl se aprecia como ella trata de complacerlo dejando atrás sus ideales y preferencias.

Un aspecto importante respecto a la temática abordada por García Bernabéu (2011) es que suelen tener rupturas violentas, con frecuencia se odian el uno al otro. Tratan de causarse dolor mutuamente. Puede haber manipulación para que el otro vuelva.

*“Él me dijo... vos crees que una relación es solo besito y abrazos” (Ruth, Entrevista focalizada, 16 de noviembre del 2015)*

Durante un período dieron por terminada su relación, lo cual les produjo mucho daño, esto se observó en el proceso de entrevista, donde ellos se “desahogaron” (catarsis) mostrando rabia, enojo, frustración, lo cual causó daño a ambos.

Una cuarta característica es el sistema de relación dependiente, basado en la seguridad y en la comodidad, se sirve de la necesidad y de la presunción como prueba de amor (que en realidad puede ser miedo, inseguridad y soledad sufrida, no deseada) García Bernabéu (2011).

*“Si me importa la opinión de él, es muy importante para mí, porque él forma parte importante de mi vida” (Ruth, Entrevista focalizada, 16 de noviembre del 2015)*

En este tipo de relación los miembros consideran más valiosa la opinión de su pareja que la de ellas, sienten que no son capaces de realizar actividades sin la compañía de él, esto se aprecia en la expresión de Ruth.

Retomando los planteamientos antes mencionados, se presume que Ruth mantiene un tipo de dependencia emocional hacia Saúl.

## **Mario y Martha**

Se entiende por dependencia la necesidad ineludible de poseer, contactar, tener o conectar a determinada persona, cosa o circunstancia. Por tanto es el estado de necesidad permanente de algo o alguien que, si no le satisface, provoca malestar, pesar, amargura o tristeza. (Castillo 2008)

Acorde a esta temática Martha afirma:

*(...) "Ha tenido dificultades, me siento bien si él está bien yo estoy feliz". (Martha, Entrevista focalizada, 16 de noviembre 2015)*

La cita anterior demuestra el deseo de Martha de permanecer en compañía de Mario, al igual que los sentimientos de felicidad que ella experimenta al saber que él esté bien.

Esto se corrobora con lo propuesto por Castillo (2008), donde el codependiente suele ser un miembro que se somete a la otra parte, mientras el otro permanece indiferente. Refleja al fin y al cabo un patrón de sumisión y dolor.

Según la observación realizada a los participantes del estudio se aprecia que Mario siempre anda con Martha, la cual lo espera si él no está, por lo general lo hace sola, al momento de compartir con sus amigos/as, está con él, pareciera que ella siempre le consulta las acciones que realiza.

En base a lo anterior se evidencia que Mario tiende a manifestar una conducta dominante al llevar las riendas del noviazgo, quiere pasar la mayor parte del tiempo con su novia, en contraste el sumiso cede continuamente a los controles ejercidos por el otro/a, se vuelve obediente aun en la toma de decisiones de la opinión que este posea sobre la misma, no dejando así espacio a un desarrollo personal óptimo.

*"La opinión de él es importante siempre estoy pensando en él" (Martha, Entrevista focalizada, 16 de noviembre 2015)*

También suele enfocar su vida alrededor del sujeto amado (a), es capaz de pasar pensando en el otro/a largas horas durante el día, haciendo a un lado la convivencia con los demás , así como otras actividades, puesto que su primordial pensamiento está destinado a su novio/a este o no este el presente.

Una manifestación presente es que centran sus vidas alrededor de otras personas (Castillo, 2008)

*"Me cuesta, me pongo triste, no me distraigo con nada, estoy pensando en él."*  
*(Martha, Entrevista focalizada, 16 de noviembre 2015)*

Las citas anteriores demuestran que el miembro de la pareja que es dócil, tiene que permanecer con la compañía del otro, no es capaz de valerse por sí mismo, pierde el sentido de individualidad.

En lo que refiere a la relación de Martha y Mario, luego de recopilada la entrevista y haciendo uso de la observación se puede presumir que ella se encuentran en un tipo de dependencia emocional hacia Mario.

Resumiendo todo lo abordado en la discusión referente a las características de los noviazgos se logró conocer el tiempo de relación, la comunicación, afectividad y procedencia de los miembros de los vínculos afectivos, lo cual contribuyó a determinar la calidad de los mismos. A partir de las manifestaciones encontradas en cada relación se identificaron tres tipos de dependencia emocional, dentro de los cuales se destacan una pareja codependiente, una coindendiente, y dos novias dependientes.

Conviene aclarar que se desconoce a profundidad la historia de vida de cada sujeto de la muestra, pero es posible que la situación de dependencia emocional pueda estar vinculada a factores extrínsecos e intrínsecos. Como se abordó en las

diferentes causas que originan este fenómeno, la familia desempeña un papel importante en el desarrollo de este.

En relación a esto el experto afirmó:

*"Va a depender de los estilos de crianza, afectividad con que se desarrolló, si hubo carencia o satisfacción con sus relaciones sentimentales con sus padres" (Experto, Entrevista, 20 de mayo 2016)*

Un ejemplo de ello son los fallos en la construcción de la autoestima y chantaje emocional, lo que a su vez puede generar que un sujeto este más propenso a sufrir esta manifestación.

## **XI. CONCLUSIONES**

Una vez finalizada la investigación sobre dependencia emocional en los noviazgos de estudiantes de la carrera de Psicología, se derivan las conclusiones pertinentes a los objetivos planteados en la tesis.

- En cuanto a las características de los noviazgos, se destaca que llevan un tiempo de relación superior a los seis meses, en el cual solo en una pareja de la muestra seleccionada, ha existido una ruptura temporal. En cuanto a la afectividad se constató que tres de ellos la expresan abiertamente, cabe destacar que estos jóvenes comparten el mismo salón de clase y también residen en el mismo Departamento. Cada una de las características permitió el conocimiento de la calidad de cada vínculo amoroso.
- Respondiendo al segundo objetivo, se pudieron identificar las siguientes manifestaciones de codependencia emocional: influencia en la vestimenta, el tiempo en el que permanecen juntos y se comunican está en un rango de 6-7 horas diarias, la forma de afrontamiento a los problemas, la importancia de la opinión de familia y amigos es equiparables.
- En cuanto a la influencia del novio y novia sobre algunas amistades se denota que hay limitaciones en dos de las parejas. Al igual se manifestó en todas el miedo a una ruptura.
- Con relación a los tipos de dependencia emocional, se encontró que una de las parejas es codependiente, una coindependiente y dos novias dependientes.

- Es importante señalar que no se conoce a profundidad la vida de cada sujeto de la muestra, pero es probable que esta situación de dependencia emocional esté vinculada a factores internos y externos. Como se mencionó en las diferentes causas que originan este fenómeno, la familia desempeña un papel importante en el desarrollo de este al igual las características individuales de cada sujeto, los fallos en la construcción de la autoestima, las relaciones interpersonales que se establecen y chantaje emocional, lo que a su vez puede generar dependencia emocional.
- A nivel personal se puede afirmar que se logró cumplir con el deseo de indagar una temática que desde un principio cautivó a las investigadoras ya que esta ha sido poco abordada y a la que no se le da la relevancia que merece.

## **XII. RECOMENDACIONES**

Para los novios:

- Fomentar la autonomía de la pareja comprendiendo y respetando las decisiones de ambos.
- Conservar los lazos de amistad que se mantenían desde antes de estar en una relación de pareja.
- Dedicar tiempo en conocer mejor a tu novio/a para así mejorar la calidad del noviazgo.
- Establecer una buena comunicación sobre la base del respeto y fidelidad, en la cual procuren ser sinceros en lo referido a los pensamientos y sentimientos de cada uno.
- Respetar los espacios individuales en los que el novio/a comparte tiempo con su familia y amigos.
- Crear un ambiente de confianza y seguridad en la relación de noviazgo.

### **XIII. BIBLIOGRAFÍA**

- American Psychiatric Association (APA) (2002), Manual Diagnostico y Estadístico de los Trastornos Mentales, DSM IV TR (Barcelona, Massón)
- Bermúdez, Pérez, et al. (2012). Psicología de la personalidad. Madrid
- Berne, E. (2002). Que dice usted despues de decir hola. Random House Mondadori. Editorial Grijalbo
- Blasco, J. C. (2005). Dependencia emociona, características y tratamiento. Alianza Editorial.
- Calidad, D. d. (2012). Escuela para novios. En D. d. calidad, *Escuela para novios* (págs. 65-69).
- Campbell, D. (1992). Si amas a tu hijo. (pág. 19). Editorial. Betania.
- Cherrintón, D. (1980). The work ethick. New york
- Cuauthemoc, S. (1997) Juventud en éxtasis 2. Editorial Diamante, S.A. México.
- Forward y Frazier (2006) Definición Chantaje Emocional, Editorial Planeta Mexicana S.a.
- Killinger, B. (1993). La adicción al trabajo. Editorial Barcelona Paidos
- Robinson, B. (1997). Work adiction: Implication for EAP couseling and research.
- Rogers, C. (1968). Le Developpement de la personne. Editorial Bordas, Paris.
- Yagosesky. (1998). Autoestima en palabras sencillas. Júpiter Editores S.A. Caracas.

## WEBGRAFÍA

- Blog Innovación educativa (2015). Definición de noviazgo. Recuperado de <http://noviazgo4028.blogspot.com/2015/08/noviazgo-munoz-francisco-a.html>
- Blog Definición ABC. (2007). Definición Ruptura. Recuperado de <http://www.definicionabc.com/general/ruptura.php>
- Blog Definición de Mantra. (2008). Definición de manipulación mental. Recuperado de <http://definicion.de/mantra/>
- Blog Dependencia Emocional parejas del dependiente Emocional (2013) según Silvia Rodríguez Recuperado de <http://www.psicologalicante.com/como-son-las-parejas-de-los-dependientes-emocionales/>
- Blog Efe Salud. Definición de Amor a distancia, imaginación y compromiso según Blanca Matalobos. (2013) [Recuperado de http://www.efesalud.com/noticias/amor-a-distancia-imaginacion-y-compromiso/](http://www.efesalud.com/noticias/amor-a-distancia-imaginacion-y-compromiso/)
- Blog IMUJER. Definición de dependencia económica según Sandra Guzmán (sf). Recuperado de <http://www.imujer.com/11428/como-evitar-la-dependencia-economica-de-tu-pareja>
- Blog Psicólogos en Madrid. (2015). Definición de dependencia. [Recuperado de http://psicologosenmadrid.eu/dependencia/](http://psicologosenmadrid.eu/dependencia/)
- Bornstein (2002) Dependencia emocional en las relaciones interpersonales. Universidad de Granada. Recuperado de <http://digibug.ugr.es/bitstream/10481/27754/1/ReiDoCrea-Vol.2-Art.19-Rodriguez.pdf>
- Castelló Blasco (2012), la superación de la dependencia emocional editorial. Corona borealis. Recuperado de [www.coronaborealis.es](http://www.coronaborealis.es)

- Castillo Baladrón (2008) Dependencias emocionales. Recuperado de <http://escuelatranspersonal.com/wp-content/uploads/2013/12/dependencias-emocionales.pdf>
- Congost (Sf), Manual de dependencia emocional afectiva. Recuperado de [http://portal.uc3m.es/portal/page/portal/cultura\\_y\\_deporte/orientacion/orientacion/relaciones\\_sociales/GUIA-DEPENDENCIA%2BEMOCIONAL.pdf](http://portal.uc3m.es/portal/page/portal/cultura_y_deporte/orientacion/orientacion/relaciones_sociales/GUIA-DEPENDENCIA%2BEMOCIONAL.pdf)
- García Bernabéu (2011). Característica de relaciones dependientes, Blog Gestalmar. Recuperado de <http://gestalmar.blogspot.com/2011/12/caracteristicas-de-una-relacion.html>
- García Sánchez (2010). La dependencia emocional, causas, trastornos y tratamiento. Recuperado de: <https://escuelatranspersonal.com/wp-content/uploads/2013/12/dependencia-emocional-gemma.pdf>
- Giardino, El análisis transaccional (Recopilación). Recuperado de <http://www.monografias.com/trabajos-pdf902/el-analisis-transaccional/el-analisis-transaccional.pdf>
- Morín (sf), Teoría del Imaginario Colectivo. Recuperado de [http://pendientedemigracion.ucm.es/info/per3/nueva\\_web\\_eva/material\\_para\\_descargar/morin.pdf](http://pendientedemigracion.ucm.es/info/per3/nueva_web_eva/material_para_descargar/morin.pdf)
- Oslo (2000). Definición de dependencia. Recuperado de <http://keyfora.com/es/content/definici%C3%B3n-de-dependencia>
- Real Academia Española (2014). Diccionario de la lengua española. (23.ªed.) Definición de sumisión. Recuperado de <http://dle.rae.es/?id=YhhLc9y=sumisiones>
- Rodríguez (Sf) Dependencia emocional en las relaciones interpersonales. Universidad de Granada. Recuperado de <http://digibug.ugr.es/bitstream/10481/27754/1/ReiDoCrea-Vol.2-Art.19-Rodriguez.pdf>
- Samayoa Barraza (2011), Cuestionario de evaluación de Psicoterapia de análisis transaccional. Recuperado de <https://es.scribd.com/doc/135753753/Cuestionario-de-Evaluacio-n-de>

[Psicoterapia-de-Ana-lisis-Transaccional-ALAT-Anexo-10-por-el-Dr-](#)

[Ckrishnashi-Samayoa-Barraza](#)

- Sierra, C. (2005). Influencia de los Cuentos de Hadas y las Telenovelas en la Construcción de Identidad de Género en Preadolescentes. Recuperado de <http://espdesarrollohumano.udistrital.edu.co:8080/documents/47890/60652/Influencia+de+los+Cuentos+de+Hadas+y+las+Telenovelas.pdf>

# ANEXOS



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE NICARAGUA, Managua**  
**RECINTO UNIVERSITARIO RUBÉN DARÍO**  
**FACULTAD DE HUMANIDADES Y CIENCIAS JURIDICAS**  
**DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA**  
**GUÍA DE ENTREVISTA A EXPERTO**



**OBJETIVO:** Identificar las características y manifestaciones de un noviazgo con dependencia emocional.

1. ¿Cómo definiría la dependencia emocional?
2. ¿Cómo considera que son los noviazgos en la juventud?
3. ¿Tiene conocimiento de la existencia de dependencia emocional en las relaciones de noviazgo establecidas en esta universidad?
4. ¿Cuáles son las manifestaciones de dependencia emocional?
6. ¿Tiene conocimiento de la existencia de distintos tipos de dependencia emocional? ¿Cuáles serían?
7. ¿En su experiencia profesional ha observado manifestaciones de dependencia emocional en las relaciones de noviazgos?
8. ¿Qué sentimiento o emoción puede llegar a experimentar el sujeto dependiente cuando no está con el otro miembro de la relación?
9. ¿Cómo describiría una relación de noviazgo dependiente?
10. ¿Qué personas podrían estar más predispuestas a establecer una relación de dependencia emocional?



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE NICARAGUA, Managua**  
**RECINTO UNIVERSITARIO RUBÉN DARÍO**  
**FACULTAD DE HUMANIDADES Y CIENCIAS JURIDICAS**  
**DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA**  
**GUÍA DE ENTREVISTA INFORMANTE CLAVE**



**OBJETIVO:** Conocer el comportamiento de los noviazgos en estudio en las aulas de clase.

1. ¿Cómo describe las relaciones de las parejas en estudio?
2. ¿Representa un obstáculo el que la pareja comparta el mismo espacio académico?
3. ¿Según su perspectiva las relaciones de noviazgo de la muestra han sido estables?
4. ¿Considera que las parejas en estudio presentan manifestaciones de dependencia emocional? Quienes más y quienes menos?
5. ¿Algunos de los miembros de las parejas ha tenido algún problema con compañeros de clase?
6. ¿Según su perspectiva cuál de los miembros de las parejas puede presentar dependencia emocional?



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE NICARAGUA, Managua**  
**RECINTO UNIVERSITARIO RUBÉN DARÍO**  
**FACULTAD DE HUMANIDADES Y CIENCIAS JURIDICAS**  
**DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA**  
**GUÍA DE ENTREVISTA**



**OBJETIVO:** Determinar la existencia de dependencia emocional en noviazgos de estudiantes de la carrera de psicología, UNAN- Managua, segundo semestre 2015.

1. ¿Cuánto tiempo tiene tu relación de noviazgo?
2. ¿Consideras que para afrontar las diferentes situaciones de la vida tener a tu novio/a es indispensable
3. ¿Qué opinión tiene tu novio/a de tu familia y amigos?
4. ¿Cuándo tienes que decidir que vestimenta utilizar le consultas a tu novia/a o le solicitas alguna sugerencia?
5. ¿La opinión de tu novia/a es imprescindible para ti?
6. ¿Cómo te sientes cuando no tienes a tu novia/o cerca?
7. ¿Tu novio influye en tus relaciones familiares?
8. ¿Tu novio/a influye en las elecciones de tus amistades?
9. ¿Qué es lo más importante que has hecho por tu novia/o? ¿Cómo te sientes al respecto?
10. ¿Qué consideras más importante la opinión de tu familia o la opinión de tu novia/o?
11. ¿Cuándo tu novio /a ha tenido un comportamiento inadecuado en la relación, como has respondido?
12. ¿Cómo te sientes después de una discusión?



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE NICARAGUA, Managua**  
**RECINTO UNIVERSITARIO RUBÉN DARÍO**  
**FACULTAD DE HUMANIDADES Y CIENCIAS JURIDICAS**  
**DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA**  
**GUÍA DE GRUPO FOCAL**



**OBJETIVO:** Determinar la existencia de dependencia emocional en noviazgos de estudiantes de la carrera de psicología, UNAN- Managua, segundo semestre 2015.

1. ¿De quién depende su felicidad?
2. ¿Con quién prefieres pasar la mayor parte del tiempo?
3. ¿Qué tanto te comunicas con tu novio/a en un día?
4. ¿Qué sientes cuando no te logras comunicar con tu novia/o?
5. ¿Has pensado en la posibilidad de terminar la relación con tu novio/a?  
¿Cómo te hace sentir eso?
6. ¿Qué pasaría si al salir de la reunión tu novio/a terminara contigo?
7. ¿Qué haces cuando no estás de acuerdo con tu novio/a?
8. ¿Cómo te sientes después de una discusión con tu novio/a?
9. ¿Siempre complaces a tu novio/a?
10. ¿Estarías dispuesto a complacer a tu novio con tal de evitar una discusión?
11. Algo más que agregar

## MATRIZ DE DATOS GRUPO FOCAL

CATEGORÍAS	SUBCATEGORÍA	SAÚL	JUAN	JOSUÉ	RUTH	MARTHA	ELISA
Factores que conlleva la felicidad	Factores Internos	<i>“Depende de mí mismo” (...)</i>	<i>“La felicidad depende de uno mismo” (...)</i>	<i>“De mí”</i>	<i>“La felicidad va estar a lo que yo quiera ser hacer lo que me guste”</i>	<i>“Mi felicidad depende de mí”</i>  <i>“A través de mis logros, sentimientos, mis necesidades fundamentalmente propias”</i>	_____
	Factores Externos	<i>“Hay otras personas que pueden aportar para la felicidad” (...)</i>	<i>(... )“Hay factores externos que facilitan la felicidad como la interacción que tenemos con las demás personas “</i>  <i>“Una persona no puede ser feliz estando sola.”</i>	<i>“Relación con personas, amigos, salir a divertirse, lograr metas”.</i>	_____	_____	<i>“En mi influye el bienestar de mi familia de mis amigos, novio. A veces mi familia está mal y eso influye en mi” (...)</i>

			<p>“La familia, los amigos, logros personales. o relaciones amorosas, logros académicos”</p>				
<p><b>Predilección en el tiempo brindado</b></p>		<p>_____</p>	<p>“Con mi familia y también mi novia” (...)</p>	<p>“Me gusta estar con mi familia, seres queridos, amigos,, mi novia”</p>	<p>“Con mis amigos familia novio”</p>	<p>“Con mi novio”.</p>	<p>“Con mi novio, nos complementamos muy bien”.</p>
<p><b>Tiempo de comunicación</b></p>		<p>“Solo cuando estamos en clases,” (...)</p> <p>“si tengo algún problema espero hasta el día siguiente para no preocuparla”.</p>	<p>(...) “Mucho, aproximadamente 8 horas diarias viéndola.”</p>	<p>“Bastante por las noches hablamos, nos vemos de 8:00 am - 1:00 pm, que terminan las clases y alrededor de las 8:00 pm decido llamarla” (...)</p>	<p>“Fijo lunes, desde que salimos de clase hasta las siete más o menos y vacaciones es cuando aprovechamos totalmente para vernos”.</p>	<p>(...)“En la mañana en clase, en la tarde y en la noche nos llamamos”</p> <p>(...)“De tres a cuatro horas, no nos comunicamos”.</p>	<p>(...)“Nos comunicamos demasiado, nos sentamos juntos, vamos al baño juntos, comemos juntos”,</p> <p>(...) “Por las tardes a veces nos quedamos un rato o vamos a mi casa</p>

							<p><i>él se va hasta las seis tres veces a la semana, y los fines de semana él llega a verme.”</i></p> <p><i>“Se queda a dormir en mi casa osino yo me quedo en su casa; compartimos mucho tiempo.”</i></p>
<p><b>Sentimientos ante la falta de comunicación</b></p>	<p><i>“Me frustro bastante, por los problemas.”</i></p> <p><i>“Me gusta sentir el apoyo de ella”</i></p>	<p><i>“Depende de la situación, es que si hay problemas entre nosotros que no hemos resuelto y me voy a casa el viernes hay una preocupación,”</i></p> <p><i>“Me siento un poco nostálgico, porque estoy pensando en ella.”</i></p>	<p><i>“Me preocupo, llamo a su casa para saber cómo está”</i></p> <p><i>(...)“No me di cuenta que hace en el día, me preocupa, sí lo sé apacigua un poco”</i></p>	<p><i>“Si no está me da preocupación, me hace falta, me provoca melancolía.”</i></p>	<p><i>“Me pregunto muchas cosas, me da tristeza, melancolía, preocupación, quisiera estar ahí o que estuviera conmigo.”</i></p>	<p><i>“Me siento mal, lo extraño, quisiera estar ahí verlo y cuando no tengo teléfono me da tristeza pero sé que está bien.”</i></p>	

<b>Pensamientos de llevar a término la relación</b>	Inicio de la relación	<i>“Al principio sí, recurrentemente tenía esas ideas, actualmente no he pensado en eso.”</i>	<i>“Sí, he pensado por poca comunicación, solo se presentaba al principio de la relación ahora ya no” (...)</i>	<i>“Sí por problemas familiares, pensaba que ya no quería seguir en esto, al final se pudo resolver ese problema en el tercer mes” (...)</i>	<i>(...) “Recientemente no, pero si hace unos meses nos dimos un tiempo” (...)</i>	<i>“He tenido motivos por problemas, pero hemos sabido solucionarlo”</i>	<i>“No yo no, no lo he pensado, ni lo pienso hacer”.</i>
	Futuro de la relación	<i>“Y ahora mismo pienso en un futuro con ella, estoy enamorado”.</i>	_____	<i>“Tenemos proyectos en el futuro.”</i>	_____	<i>(...)“Incluso ya tenemos planes mutuos, propios”</i>	_____
<b>Miedo a la ruptura</b>		<i>“Me sentiría muy mal sería la segunda vez, me sentiría, frustrado”</i>  <i>“Le preguntaría porque” (...)</i>	<i>“Me pondría a reír, no me explicaría, solo me pondría a reír, porque tendría muy claro que solamente conmigo puede andar” (...)</i>	<i>(...)“Me quedaría en shock,exigiría una explicación, le rogaría”</i>  <i>“Me frustraría, me</i>	<i>(...)“Tendría que darme buenas bases “ (...)”Yo no lloraría frente a él pero en mi casa sería un mar de lágrimas me daría signos de depresión”</i>	<i>“Primero preguntaría estas bromeando, pero si viera que es serio respetaría su decisión,” (...)</i>  <i>“Si no existiera un motivo fuerte llegaría hasta un</i>	<i>“No se... me quiebro me sentiría muy mal solo de pensarlo me pongo roja con los ojos llorosos, bastante mal, pediría muchas explicaciones del porqué” (...)</i>

		<p>“Sería déspota, todo lo malo que podría ser yo”</p>	<p>(...) <b>“Es difícil enamorar a una psicóloga con madurez emocional”.</b></p>	<p>sentiría mal, buscaría otro escape no pensaría en eso.”</p>	<p>(...)</p>	<p>punto de decepción”</p>	<p>“Si me alejaría un tiempo de el para borrar eso y no estar ahí porque me dolería mucho, buscaría distracciones.”(...)</p>
<p><b>Conducta ante los desacuerdos</b></p>		<p>“Depende de la situación, normalmente encontramos un punto medio en el que ambos hagamos sacrificios.”</p>	<p>“Si es algo cotidiano me río y le digo que está loca, sí es algo grave se lo comunico.”</p>	<p>“Se lo comunico, se lo digo, aunque se enoje tiene que entender.”</p>	<p>(...)“Yo siempre busco la manera de que hablemos, siento que soy la mediadora entre él y yo”</p> <p>“Damos opciones si nos parece lo hacemos y la que accede soy yo pero si estoy de acuerdo.”</p>	<p>(...)“Tratamos de buscar opciones, siempre llegamos a un acuerdo”</p> <p>(...)“Mi fundamento es fuerte y es difícil que me lo boten”</p>	<p>“Si accedo pero en cositas que esté de acuerdo porque no voy hacer algo que yo no quiera”</p>
<p><b>Sentimientos después de una discusión</b></p>		<p>(...)“No me gusta andar mal con ella, no me gusta andar con discusiones”</p>	<p>“Mal e incómodo, yo me quedo incómodo aunque lo solucionemos”</p> <p>(...)</p>	<p>“Aliviado, te disculpo no lo vuelvas a hacer”</p> <p>“Al mismo tiempo reflexiono a lo mejor</p>	<p>“Me da frustración, porque somos tan diferentes que no nos podemos entender”</p> <p>(...)</p>	<p>“Me hago la fuerte la seria, se tiene que disculpar conmigo”</p>	<p>“Me siento molesta y ahí estoy al principio todo orgullosa, cerrada y hasta después está bien te disculpo”</p>

				no intentar volver hacer ese tipo de cosas y sí se siente muy bien, más tranquilo”	“soy yo quien le digo mira esto no me parece que te pasa conversamos”	“A veces se me hace difícil porque talvez fui yo quien se enojó primero.”	“Me siento mal, triste lo extraño y me importa un mundo “(..)
<b>Condescendencia ante las peticiones del novio(a)</b>		“No siempre, porque si lo hago la amaño, la complazco cuando me nace y con mis propias manos”	“En ocasiones, soy muy detallista muy calculador”  Las mujeres son muy astutas, te camuflan las cosas, que te van a decir”	“Cuando se pueda lo hago, a veces digo que no.”  “Ella debe ser comprensiva”	“La mayor parte del tiempo sí,pero hay cosas en que si no”	“Depende si a mí me gusta la idea que me propone si pero de lo contrario no” (...)	“Si son cosas que lo hagan sentir bien y que a mí no me van a costar nada hacerla lo complazco”  “Trato de que se sienta bien porque cuando hay amor es lo que influye “ “Porque cuando quieres a una persona vas aprendiendo muchas cosas”  “Existe bastante respeto él no me va a pedir algo que no esté de acuerdo”

## MATRIZ DE DATOS ENTREVISTA

Categorías	Subcategorías	Saúl	Juan	Josué	Mario	Ruth	Ana	Elisa	Martha
Tiempo de noviazgo		<i>“Un año y medio”</i>	<i>“19 meses”</i>	<i>“Un año y trece días”</i>	<i>“06 meses”</i>	<i>“Año y medio”</i>	<i>“20 meses ,ha sido una de mis relaciones más largas”</i>	<i>“Un año y 15 días”</i>	<i>“Vamos a cumplir seis meses”</i>
	Rupturas	<i>“Al cumplir un año ella me terminó por diferencias de temperamento”</i>				<i>“Cuando teníamos un año tuvimos una ruptura de un lapso de un mes” (...)</i> <i>(...) “El agrega que yo pasaba mayor tiempo con mis amigas”</i> <i>(...) “Él es mi primer novio y era muy tímida” (...)</i> <i>“Me tuvo paciencia, el abrazo en público me costaba”</i> <i>(...) “Él me dijo vos crees que una relación es solo besito y abrazos” (...)</i>			

	Problemas en la relación	_____	_____	<p>“Nos ha ido súper bien en realidad, aunque hay algunos problemas pero no tan grave”</p>	_____	_____	<p>“He tenido problemas, pero nada que no hayamos arreglado con una buena comunicación”</p> <p>(...) “Cuando hay problemas nos preguntamos, como te sientes, que si nos sentimos bien o mal o todavía hay secuelas del problema.”</p>	_____	<p>“Siempre ha tenido relaciones difíciles la relación con él es la mejor (...)”</p>
<b>Afrontamiento de los problemas</b>		<p>“No es indispensable pero es un gran apoyo”</p>	<p>“Si sería bueno pero no indispensable”</p>	<p>“Si, ella está pendiente que como estoy” (...)</p> <p>“Todo va estar bien”</p> <p>“Básicamente como un apoyo”</p>	<p>“Indispensable no pero si serviría de mucho”</p>	<p>“Cuando tengo un problema al último que recorro es a él, si le pido su opinión pero No dependo de él, el respeta mis decisiones”</p>	<p>“Indispensable no, porque hay cosas que son propias, pero se siente bien tener a alguien que te respalde”</p>	<p>“No es indispensable, pero es apoyo”</p>	<p>“No indispensable pero si en apoyo”</p>

<p><b>Opinión de familia y amigos</b></p>		<p>“Una de mis hermanas le tiene celos”</p>	<p>“Que somos estables”</p> <p>“De mis amigos que somos especiales y bastante unidos”</p>	<p>“Ella dice que es una familia un tanto disfuncional”</p> <p>“De mis amigos que son unos borrachos”</p>	<p>“Que es una familia muy tranquila”</p> <p>“Se lleva bien con mis amigos”</p>	<p>“Con mi familia tiene poca interacción” (...)</p> <p>(...) “Mi mama lo detesta, no quiere saber nada de él” (...)</p> <p>(...) “Con mis amigas no se lleva muy bien, él me dijo sos lesbiana”. (...)</p> <p>“Yo soy la que cede en cuanto de mis amigos”.</p>	<p>“Que son conflictivos en general” (...)</p> <p>“Con mi mama tiene un buen concepto, con mi papa problemas”</p> <p>“Tenemos amigos en común y de los que ha conocido no se meten.”</p>	<p>“Es una familia que me apoya”</p>	<p>“Se lleva bien, no tiene problema”</p> <p>“Respeto mis amistades”</p>
<p><b>Influencia de los noviazgos en la vestimenta</b></p>		<p>“No, si algo me gusta me lo pongo”</p>	<p>“No”</p>	<p>“Para nada. Lo primero que me salga me pongo.”</p>	<p>“No le pregunto, lo que yo quiero”</p>	<p>“A mi novio no, a veces si pienso que no le va a gusta alguna ropa, entonces, me la quito.”</p>	<p>“No”</p>	<p>“No, a veces”</p>	<p>“No le consulto, a veces le pregunto si le gusta, y si no le gusta, pero a mí me gusta no me cambio”</p>
<p><b>La opinión del novio/ novia como elemento imprescindible</b></p>		<p>“Si un poco, quiero estar bien con ella, es incómodo decirlo pero me veo en un futuro con ella”.</p>	<p>“No, pero si interesa , pero no imprescindible”</p>	<p>“Si claro, me interesa mucho lo que piensa de mi ella”.</p>	<p>“Me importa pero no afecta.”</p>	<p>“Si me importa, es muy importante para mí, porque la forma parte importante de mi vida.”</p>	<p>“Si es importante saber, me orienta”</p>	<p>“No , valoro sus cosas”</p>	<p>“La opinión de él es importante siempre estoy pensando en él.”</p>

<p><b>Sentimiento cuando estas lejos de tu pareja.</b></p>		<p><i>"Nostálgico"</i></p>	<p><i>"Depende la circunstancia, si hay algo que le esté molestando me siento mal, pero cuando estoy bien estoy tranquilo"</i></p>	<p><i>"Un día para otro, tranquilo no pasa nada, un día completo me preocupo."</i></p>	<p><i>"Triste, porque no está, pienso en ella."</i></p>	<p><i>"Melancolía, ansiedad, preocupación."</i></p>	<p><i>"Me hace falta, melancolía"</i>  <i>"A veces quisiera compartir más tiempo con él, triste porque no lo voy a ver"</i></p>	<p><i>Depende , si estamos bien, lo extraño</i></p>	<p><i>Me cuesta, me pongo triste, no me distraigo con nada, estoy pensando en él.</i></p>
<p><b>Importancia de la opinión de la familia y novio\la.</b></p>		<p><i>"Si influye cuando tenemos problemas, eso afecta mi relación familiar, porque ando triste".</i></p>	<p><i>"No"</i></p>	<p><i>"No influye "</i></p>	<p><i>"No influye"</i></p>	<p><i>"Con mi familia no, él me dice cosas que yo ya sé, pero que me va a venir a meter ideas, no"</i></p>	<p><i>"No"</i></p>	<p><i>"No"</i></p>	<p><i>"No influye"</i></p>
	<p>Influencia la elección de las amistades.</p>	<p><i>"No"</i></p>	<p><i>"No"</i></p>	<p><i>"En algunas más que todo, problemas con algunas amigas"</i></p>	<p><i>"No influye"</i></p>	<p><i>"Si me limita con mis amigas".</i></p>	<p><i>"No influye"</i></p>	<p><i>"No"</i></p>	<p><i>"No"</i></p>

<p><b>Acciones importantes realizadas para el novio/ novia</b></p>		<p><i>"Comprometerme con ella".</i></p>	<p><i>"He hecho cosas necesarias."</i></p> <p><i>"Me siento bien porque contribuye a la comunicación entre nosotros"</i></p>	<p><i>"Diría varias, por ejemplo ella tiene problemas en su casa bastante fuertes, entonces la llevo a mi casa ahí está más segura."</i></p>	<p><i>"Apoyarla en los momentos difíciles de su vida"</i></p>	<p><i>"Si el necesita algo yo busco la manera de apoyarlo por ejemplo cosas de dinero"</i></p> <p><i>"Eso es lo más importante el apoyo"</i></p>	<p><i>"Dejar a un lado mi orgullo, tratar de orientarme a lo que siento."</i></p> <p><i>"Estoy expresando lo que siento"</i></p>	<p><i>"Dedicarle tiempo cuando más me necesita"</i></p>	<p><i>"Acompañarlo cuando está mal"</i></p> <p><i>"Si él está bien yo estoy feliz"</i></p>
<p><b>Importancia de la opinión de la familia y novio/a.</b></p>		<p><i>"Ambas están al mismo nivel."</i></p>	<p><i>"Ninguna de las dos"</i></p>	<p><i>"Ambas un equilibrio entre las dos"</i></p> <p><i>"Me importa bastante lo que piense ella de mí"</i></p>	<p><i>"Igual, siempre a mi criterio"</i></p>	<p><i>"Es algo relativo, la opinión de mi novio no pesa más que la de mi familia "</i></p> <p><i>"De alguna manera yo consulto más con mi familia"</i></p>	<p><i>"La de mi familia, siempre y cuando esté de acuerdo"</i></p>	<p><i>"Ambas"</i></p>	<p><i>"La opinión de mi familia"</i></p>
		<p><i>"Frustración enojo desespero, me alejo de ella para no"</i></p>	<p><i>"Molesto, restringido"</i></p>	<p><i>"Enojo más que todo y se lo expreso"</i></p>	<p><i>"Le digo lo que no me gusta espero calmarme y"</i></p>	<p><i>"Molesta, enojo me siento decepcionad"</i></p>	<p><i>"Enojada, a veces no se lo digo, hasta después"</i></p>	<p><i>Enojada</i></p>	<p><i>Siempre pensativa, ida.</i></p> <p><i>Por lo general, no lo encaro en ese momento sino después y le pregunto</i></p>

<b>Comportamiento inadecuado durante la relación</b>		<i>responderle mal</i>			<i>le digo</i>				<i>porque.</i>
<b>Sentimiento después de una discusión</b>		<i>"Tranquilo en paz"</i>	<i>"Mal, porque se pudo haber evitado"</i>	<i>"Me quedo mal, algo quizá de tristeza"</i>	<i>"Mal, triste"</i>	<i>"Callarme, pensar, incluso yo tomo distancia, después que lo pienso hablo con él, siempre busco la manera de arreglar la cosas"</i>	<i>"Mal, triste, a veces por tontería peleamos"</i>	<i>"Triste no me gusta pelear con él"</i>	<i>"Me siento mal porque no me gusta pelear con él, y a veces se podría evitar"</i>

## MATRIZ DE DATOS EXPERTO

CATEGORÍAS	EXPERTO
<b>Definición de dependencia emocional</b>	<i>“Relación de subordinación de una persona hacia otra, desde el punto de vista de sus sentimientos, que lo hace cuando la otra persona es receptiva “</i>
<b>Opinión sobre el noviazgo en la juventud</b>	<i>“ Va a depender de los estilos de crianza, afectividad con que se desarrolló , si hubo carencia o satisfacción con sus relaciones sentimentales con sus padres”</i>  <i>“No creo que todos sean dependientes, puede ser una dependencia normal, sana, me parece que no son tan excesivos”.</i>
<b>Conocimiento sobre dependencia emocional en los noviazgos universitarios</b>	<i>“Siempre hay algunos en la que fundamentalmente una de las partes entrega su identidad a la otra”</i>  <i>“Pero si hay casos que he conocido a través de las consultas”</i>
<b>Manifestaciones de dependencia emocional</b>	<i>“La principal es que hasta cierto nivel van perdiendo su identidad, hasta el punto que no están satisfechos o felices , si no están con la otra persona y uno no debe ser así”</i>  <i>“Hay despersionalización , se siente triste, infelices , ansiosos, mal , porque el novio(a) no le da lo que el espera”</i>
<b>Conocimientos sobre tipos de dependencia emocional</b>	<i>“Dependencia emocional por la compañía, por tener a alguien que lo quiera, dependencia a las relaciones sexuales y a la comunicación “</i>  <i>“También puede ver dependencia hacia los padres o a los amigos”</i>
<b>Manifestaciones de dependencia emocional observada en la experiencia profesional</b>	<i>“Si porque han venido a consulta”</i>
<b>Sentimiento ante la ausencia del novio(a)</b>	<i>“De todo, sentimiento de discriminación, tristeza, depresión, sin autoestima, menos valorado, decepcionado de la vida, que nadie lo va a querer, generaliza una relación con todas. Le entrega su valía al otro”</i>
<b>Descripción de un noviazgo dependiente</b>	<i>“Como patológica, enfermiza e insatisfactoria”</i>
<b>Personas con predisposición a establecer un noviazgo dependiente</b>	<i>“Personas que no les dieron seguridad, confianza, que no tienen una autoestima adecuada y que tuvieron o tienen escasas de afecto”</i>

## MATRIZ DE DATOS INFORMANTE CLAVE

CATEGORÍAS	INFORMANTE CLAVE
<b>Descripción de las parejas en estudio</b>	<p><i>"He visto su relación en el aula de clase, pero no los conozco como personas; sé que son novios, pero desconozco el nivel de relación entre ellos"</i></p> <p><i>"De lo que he observado básicamente andan juntos, pero no puedo dar más información que esta, o sea que si uno es dependiente del otro lo desconozco"</i></p>
<b>Comportamiento en el mismo espacio académico</b>	<p><i>"En lo que corresponde a mi asignatura no"</i></p> <p><i>"Ruth y Saúl se sientan en lugares diferentes"</i></p> <p><i>"Elisa y Josué si uno llega primero el otro le guarda lugar, pero no creo que eso interfiera en la enseñanza"</i></p>
<b>Relaciones de noviazgo estables.</b>	<p><i>"De lo que he visto estable desde segundo año Elisa y Josué han permanecido juntos, pero no indica que en algún momento hayan terminado".</i></p>
<b>Manifestaciones de dependencia emocional</b>	<p><i>"No , no puedo afirmar que haya dependencia o no, pero sí que hay afinidad al momento de realizar un trabajo de grupo"</i></p> <p><i>" A las cuatro parejas les he dado de clase, pero no conozco su relación a profundidad para afirmar o negar que hay dependencia o no"</i></p>

**Muestra de  
afectividad de las  
parejas**

*“Ruth es una chica muy tierna, cariñosa , pero eso es un rasgo de su personalidad, ella tiene su círculo de amigos y el también “*

*“En el caso Ana y Juan ella le guarda lugar, y se buscan a la hora de realizar trabajos , pero dentro del aula no he visto afecto “*

*“ En el caso de Elisa y Josué ellos se sientan juntos, pero no he visto muestras de afectos dentro del aula, pero si afuera como cualquier pareja”*